

พุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขในการทำงานของ พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลวิหารแดง จังหวัดสระบุรี Buddhist Peaceful Means for Enhancing Happiness at work among the Registered Nurses at Wihandaeng Hospital in Saraburi Province.



วริตดา พุกแก้ว* และ ชันทอง วัฒนะประดิษฐ์

Varisada Phugkaew* and Khantong Wattanapradith

สาขาสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Peace Studies Program, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

*Corresponding Author. Email: varisada23@hotmail.com

Doi: 10.14456/jmcupeace.2016.10

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่อง พุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาล วิหารแดง จังหวัดสระบุรี มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องสัมมาทิฐิในคัมภีร์พระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาสภาพการขาดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลวิหารแดง จังหวัดสระบุรี และ 3) เพื่อประยุกต์ใช้สัมมาทิฐิหลักพุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขของพยาบาลวิชาชีพ ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพแบบภาคสนาม โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 14 คน และสังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วม

ผลการวิจัยพบว่า สัมมาทิฐิ คือ การเห็นชอบในทางที่ถูกต้องดีงาม โดยอาศัยการมีกัลยาณมิตรและการคิดด้วยอุบายอันแยบคายหรือคิดแบบโยนิโสมนสิการ เป็นเข็มทิศในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ไปในทางที่ถูกต้อง มีพฤติกรรมดี ทั้งร่างกาย จิตใจ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ พบว่าพยาบาลจำนวนหนึ่งยังขาดความสุขในการทำงาน ซึ่งมีสาเหตุจากปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมและจากแรงกดดันทางสังคมทำให้พยาบาลเกิดความเครียดในการทำงาน และสาเหตุจากปัจจัยภายในเกี่ยวกับมุมมอง ทศนคติในการทำงานและการดำเนินชีวิต เพื่อให้

พยาบาลสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ควรนำสัมมาทิฐิมาประยุกต์ใช้เป็นบันได R-A-E-S ก้าวสู่ความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ คือ ความเห็นชอบ (Right View) การปรับทัศนคติ (Attitude adjustment) การเสริมพลัง (Empowerment) และการแบ่งปัน (Sharing) เมื่อพยาบาลได้ฝึกฝนจนเกิดทักษะ จะทำให้ใจเป็นสุข (inner peaceful mind) นับเป็นความสุขภายในอย่างแท้จริง (Inner happiness) นับเป็นคุณลักษณะของพยาบาลที่มีความสุขตามแบบ “VARISADA”

คำสำคัญ : พุทธสันติวิธี, การเข้าถึงความสุขในการทำงาน, พยาบาลวิชาชีพ

Abstract

This research article about Buddhist peaceful means for enhancing happiness at work among the registered nurses at Wihandaeng hospital in Saraburi province. There were three main objectives of study: 1) to study the ideas of the Right View in Buddhist scripture, 2) to study the unhappy working condition among Wihandaeng Hospital s registered nurses, and 3) to apply the Right View of Buddhist peaceful means for enhancing happiness at work among the registered nurses at Wihandaeng hospital, Saraburi province. This qualitative study used in-depth interview and participatory observation with fourteen key informants for data collection.

The findings revealed that ‘Sammādiṭṭhi’ refers to the Right View by having good company and analytical consideration named as ‘Yonisomanasikāra’ to lead our life as the compass leads right direction for performing good behaviors both in physically and mentally actions. According to in-depth interviews, the nurses have lacked of happiness at work due to their external factors including workplace environment and stressful events; and their individual perspective or attitude toward working life as regards their internal factors. For enhancing their happiness at work, the nurses should apply ‘Sammādiṭṭhi’ as the ladder of R-A-E-S which stands for Right view, Attitude adjustment, Empowerment, and Sharing. Whenever the nurses practice their mind, their inner peaceful mind will happen which can lead their inner happiness as characterized a happy nurse at workplace by the term of “VARISADA.”

Keywords: Buddhist peaceful, enhancing happiness at work, registered nurses

บทนำ

พยาบาลวิชาชีพทำหน้าที่ช่วยเหลือผู้ป่วย ให้บริการและให้ความสุขแก่ผู้อื่น ดังนั้น พยาบาลวิชาชีพ ต้องมีความรักในอาชีพและมีความภาคภูมิใจเป็นพื้นฐาน แต่จากสถานการณ์ในปัจจุบัน พบว่าพยาบาลวิชาชีพบางส่วนไม่มีความสุขในการทำงาน เกิดความเครียด เช่น การปฏิรูประบบสาธารณสุขไทย ภาระงานที่เพิ่มขึ้นจำนวนพยาบาลลดน้อยลงจากการลาออก หรือการย้ายสายงาน ขาดอิสระในการทำงาน ค่าตอบแทนน้อย ความเหลื่อมล้ำทางสังคม ความขัดแย้งในโรงพยาบาล ความคาดหวังของผู้ป่วยและญาติ ตลอดจนความคาดหวังทางสังคมที่มากขึ้นส่งผลให้พยาบาลวิชาชีพเครียด เบื่อหน่าย บางครั้งอาจแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม หงุดหงิด ไม่รับผิดชอบ และประสิทธิภาพในการทำงานลดลง

จากการศึกษาของศิริพร จิรวัดนกุล และคณะ (2555 : 36) พบว่า พยาบาลวิชาชีพบางคนคงมีความคิดต้องการย้ายงาน หรือลาออกหากมีทางเลือกที่ดีกว่า พยาบาลวิชาชีพมีการลาออกค่อนข้างต่อเนื่องและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี ส่งผลให้เกิดการขาดแคลนพยาบาล ซึ่งสาเหตุการขาดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพนั้น เกิดจากสาเหตุสำคัญ 2 ประการ คือ (1) สาเหตุจากปัจจัยภายนอก ได้แก่ ด้านสภาพแวดล้อมทั้งที่เป็นตัวบุคคล และสภาพการทำงาน รวมถึงระเบียบข้อบังคับต่างๆ พบว่า สภาพแวดล้อมในการทำงานด้านความร่วมมือ สร้างสัมพันธภาพมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด จะเห็นว่าสัมพันธภาพระหว่างพยาบาลวิชาชีพด้วยกันหรือกับวิชาชีพอื่นมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการทำงานร่วมกัน เพราะในโรงพยาบาลต้องมีการทำงานเป็นทีม (2) สาเหตุจากปัจจัยภายใน ได้แก่ ความไม่พึงพอใจในงาน ขาดความภาคภูมิใจในอาชีพ ความไม่ก้าวหน้าในอาชีพ ปัจจัยเหล่านี้เป็นเรื่องของความคิด ทศนคติ ความเข้าใจ การรับรู้ต่อมุมมองของชีวิต (ไพจิตร ไชยฤทธิ์ และคณะ, 2558 : 51) สาเหตุที่กล่าวมาข้างต้น ถ้าเป็นสาเหตุจากปัจจัยภายนอกย่อมเป็นเรื่องที่แก้ไขได้ยาก เพราะต้องใช้งบประมาณ ใช้นเวลานาน ต้องมีคนรับผิดชอบที่ชัดเจน เป็นเรื่องที่นอกเหนือการควบคุมของพยาบาล แต่ถ้าเป็นสาเหตุจากปัจจัยภายในเป็นเรื่องจิตใจของพยาบาล ก็น่าจะแก้ไขได้ง่ายกว่า หากรู้จักคิดและปรับมุมมองในชีวิต สามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และมีอุดมคติที่ดีในการปฏิบัติงาน (พระปลัดสมชาย ปโยโค ดำเนิน, 2558 : 30) จากการวิจัยของธัชมน วรธนพิณ และวาสนี วิเศษฤทธิ์ (2012 : 16) พบว่า พยาบาลวิชาชีพมีความสุขในการทำงาน เมื่อปรับตัวได้ การทำงานของพยาบาลวิชาชีพมีทั้งวันที่มีความสุขมากและสุขน้อย ขึ้นอยู่กับมุมมอง ความเข้าใจ การยอมรับ และปรับตัวให้เข้ากับสิ่งต่างๆ คือ การปรับตัวกับงาน ปรับตัวกับผู้ร่วมงาน และปรับตัวกับผู้รับบริการ หากสามารถปรับใจปรับตัวต่อสิ่งรอบตัวได้ก็

จะทำให้มีความสุข ซึ่งหนึ่งในตัวแปรที่ส่งผลให้เกิดความขัดแย้งอย่างรุนแรง คือ ความขัดแย้งทางด้านข้อมูลหมายรวมถึงการบกพร่องในวิธีการสื่อสารระหว่างกันนั่นเอง (พินิจทองแมนสุมิตรชัย, 2558 : 162)

โรงพยาบาลวิหารแดงเป็นสถานบริการด้านสุขภาพพระดับทุติยภูมิ ประจำอำเภอวิหารแดง จังหวัดสระบุรี มีขนาด 30 เตียง ก่อตั้งเมื่อ 3 มกราคม พ.ศ. 2526 เพื่อให้บริการแก่ประชาชนในอำเภอวิหารแดง และอำเภอใกล้เคียง ให้บริการด้านการรักษาพยาบาล การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และการฟื้นฟูสภาพ มีบุคลากรจำนวน 112 คน แบ่งกลุ่มงานเป็น 8 กลุ่มงานประกอบด้วย แพทย์ พยาบาล ทันตกรรม เภสัชกร เทคนิคบริการ กายภาพบำบัด แพทย์แผนไทย และเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน บริหารงานโดยคณะกรรมการบริหารของโรงพยาบาล มีการทำงานเป็นทีม เนื่องจากโรงพยาบาลเป็นสังคมหนึ่งที่ประกอบด้วยสมาชิกจำนวน 112 คนมาทำงานร่วมกัน จึงทำให้เกิดความขัดแย้ง มีปัญหาเกิดขึ้นหลายประการ ส่งผลให้บุคลากรบางคนขาดความสุขในการทำงาน โดยเฉพาะวิชาชีพพยาบาลพบว่า พยาบาลวิชาชีพบางคนขาดความสุขในการทำงาน มีการย้ายและลาออกเกือบทุกปี จนทำให้พยาบาลวิชาชีพขาดแคลน สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลคนหนึ่งกล่าวว่า “พยาบาลโรงพยาบาลของเรามีการโยกย้าย และลาออกเกือบทุกปี เพราะท่งต้งงานและสภาพแวดล้อมต่างๆ ไม่ไหว จึงทำให้พยาบาลมีจำนวนน้อยลง” และจากผลการสำรวจแบบวัดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลวิหารแดง พบว่าพยาบาลวิชาชีพมีความสุขในการทำงานต่ำกว่าเกณฑ์เช่น ในปี 2557 พบว่าคะแนนความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพได้ 77 เปอร์เซนต์ เกณฑ์มาตรฐานมากกว่า 80 เปอร์เซนต์ เพื่อเป็นการเสริมสร้างความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลวิหารแดง

ผู้วิจัยเป็นพยาบาลวิชาชีพคนหนึ่งี่ทำงานการพยาบาลมานานกว่า 27 ปี จึงให้ความสำคัญกับปัญหาการขาดความสุขของพยาบาลวิชาชีพ และยังไม่มียุ่ใดศึกษาวิจัยเรื่องการขาดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพมาก่อน ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิจัยเรื่อง “พุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลวิหารแดง จังหวัดสระบุรี” เพื่อค้นหาสาเหตุที่ทำให้พยาบาลวิชาชีพขาดความสุขในการทำงานและเสนอรูปแบบเพื่อเป็นแนวทางให้พยาบาลวิชาชีพได้ยึดเป็นแนวปฏิบัติ ด้วยการปรับใจ ปรับวิธีคิด ปรับทัศนคติ น่าจะเป็นหนทางที่ช่วยให้พยาบาลวิชาชีพมีความสุขในการทำงานได้ โดยการน้อมนำหลักสัมมาทิฐิ มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตให้เป็นไปในเส้นทางที่ดีงามต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องสัมมาทิฐิในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาสภาพการขาดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาล
วิหารแดง จังหวัดสระบุรี
3. เพื่อประยุกต์ใช้สัมมาทิฐิหลักพุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขในการทำงาน
ของพยาบาลวิชาชีพ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. **รูปแบบการวิจัย** การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพภาคสนาม (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และนำเสนอเรื่อง พุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลวิหารแดง จังหวัดสระบุรี

2. **กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก** (Key informants) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มพยาบาลวิชาชีพ จำนวน 10 คน และกลุ่มนักวิชาการศาสนาและพระวิทยากรอบรมธรรมะ จำนวน 4 รูป รวมทั้งหมด 14 รูปคน โดยผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายเพื่อทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) ด้วยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

3. **เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** คือแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยจัดประเด็นคำถามให้เหมาะสมกับกลุ่มผู้ให้สัมภาษณ์ มีการตรวจสอบเครื่องมือโดยใช้กระบวนการ Index of Objective Congruence (IOC)

4. **ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ** ผู้วิจัยได้กำหนดดังนี้ คือมีการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อทำความเข้าใจในรายละเอียดในด้านเนื้อหา เพื่อนำมาสร้างแบบสอบถาม มีการสร้างแบบสอบถามจำนวน 2 ชุด ได้แก่ แบบสัมภาษณ์พยาบาลวิชาชีพเกี่ยวกับทัศนคติต่อวิชาชีพ สาเหตุการขาดความสุขในการทำงาน การแก้ไขเมื่อเกิดปัญหาหรือความขัดแย้ง สิ่งที่จะช่วยเสริมสร้างความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ และคำถามของพระภิกษุสำหรับสัมภาษณ์เกี่ยวกับหลักสัมมาทิฐิและความสุขในพระพุทธศาสนา จากนั้นนำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสม โดยแบบสอบถามผ่านการพิจารณาของคณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เครื่องมือได้รับการให้ค่าน้ำหนักความน่าเชื่อถือจากคณะกรรมการโดยใช้กระบวนการ Index of Objective Congruence (IOC) ร้อยละ 60 ขึ้นไป แล้วนำแบบสอบถามไปสัมภาษณ์เชิงลึกพยาบาลวิชาชีพจำนวน 10 คน และสัมภาษณ์เชิงลึก

พระภิกษุ จำนวน 4 รูป ขณะสัมภาษณ์มีการบันทึกเสียงและถ่ายรูป นำข้อมูลที่สัมภาษณ์มา รวบรวมจัดหมวดหมู่ให้ชัดเจน ทำการวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูล อย่างเป็นระบบ เพื่อสรุปผล การวิจัยเชิงพรรณนา

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิเคราะห์แบบอุปนัยโดยการตีความ สร้างข้อสรุปจากข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง และที่ได้จากแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ตามกรอบ แนวคิดในการวิจัยดูความสมบูรณ์ของข้อมูล ว่าสามารถตอบคำถามตามวัตถุประสงค์ของการ วิจัยได้ครอบคลุม ครบถ้วน แล้วนำเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบการบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

1. แนวคิดเรื่องสัมมาทิฐิในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

สัมมาทิฐิ คือการเห็นชอบ เห็นถูก เป็นเรื่องการใช้ปัญญาที่เห็นชอบในทางที่ตรง และเป็นกุศล ช่วยจัดความคิดที่ไม่ดี จัดความยึดมั่นถือมั่น โดยการเชื่อในผลของการกระทำ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วและมนุษย์สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงานและการดำเนินชีวิต จึงทำให้ชีวิตมีความสุขและสงบ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร และสัมภาษณ์เชิงลึกพระภิกษุสงฆ์ จำนวน 4 รูป ซึ่งทุกรูปได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องสัมมาทิฐิว่ามีคุณประโยชน์ต่อวิชาชีพ พยาบาลอย่างมาก เป็นหลักธรรมที่พยาบาลวิชาชีพควรยึดเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ดังเช่น พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร (2559) กล่าวว่าสัมมาทิฐิคือความเห็นที่ถูกต้อง การมอง โลกในแง่ดี เปรียบเหมือนเข็มทิศของชีวิตที่ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ตรงมา ช่วยในการจัดความคิดที่เป็นอกุศล มีความเชื่อในผลของการกระทำ ถ้ามีสัมมาทิฐิในทาง ที่ผิด การดำเนินชีวิตก็จะผิด ถ้ามีสัมมาทิฐิในทางที่ถูกต้อง ชีวิตก็จะดำเนินไปในทางที่ถูกต้อง เมื่อ พยาบาลวิชาชีพมีความเห็นชอบ ก็จะวางแผนชีวิตตามความเห็นชอบนั้น และดำเนินชีวิตตาม แนวทางที่ตนเองกำหนดไว้ ส่งผลให้ชีวิตพยาบาลวิชาชีพมีความสุข ส่วนพระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (2559) กล่าวว่า สัมมาทิฐิเป็นตัวปัญญา ถ้าพยาบาลมีสัมมาทิฐิหรือปัญญาก็จะ สามารถแก้ไขปัญหามากมาย ได้ ทำให้ชีวิตมีความสุข ไม่ทรมานทรมานไปกับปัญหานั้นๆ มองว่า ปัญหาที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป เมื่อคิดได้เช่นนี้ชีวิตก็จะเป็นสุข สงบ และพระมหาเมธา จันทสาโร (2559) กล่าวว่าความสุขของพยาบาลวิชาชีพคือการได้ทำงานที่ตัวเองชอบคืองาน พยาบาลเป็นการช่วยเหลือผู้เจ็บป่วย ทำแล้วได้บุญ พยาบาลเป็นผู้ที่มีพรหมวิหาร 4 มีความรัก ต่อเพื่อนมนุษย์ เมื่อทำได้ทำงานที่ตนรักก็ทำให้มีความสุข เป็นความสุขภายในหรือเป็นความสุข ทางจิตใจ

2. สภาพการขาดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาล วิหารแดง จังหวัดสระบุรี

สภาพปัญหาการขาดความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพยาบาลวิชาชีพที่ทำงานในโรงพยาบาลวิหารแดงจำนวน 10 คน เกี่ยวกับการทำงานว่ามีความรู้สึก ความคิดเห็น ทักษะคติเกี่ยวกับอาชีพพยาบาลอย่างไร และมีความสุขมากน้อยเพียงใดที่ประกอบอาชีพนี้ ซึ่งพยาบาลวิชาชีพได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้ขาดความสุขในการทำงาน ดังนี้

1) **ภาระงานมากและงานหนัก** พยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลชุมชน เป็นผู้ที่ได้ทำงานได้หลากหลายหน้าที่ไม่ใช่เฉพาะหน้าที่ในการดูแล ช่วยเหลือผู้ป่วยอย่างเดียว ยังต้องทำงานแทนวิชาชีพอื่นด้วย เช่น ตรวจแทนแพทย์ จ่ายยาแทนเภสัชกร เก็บเงินแทนการเงิน เป็นต้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลว่า “ถ้าพยาบาลทำเฉพาะหน้าที่ของตัวเอง ภาระงานก็คงไม่มากนักจะสมดุลกับจำนวนผู้ป่วย ก็คงไม่เหนื่อยมาก คงได้พักกลางวันได้ทานอาหารกลางวันตรงเวลา”

2) **ค่าตอบแทนไม่เพียงพอและไม่เหมาะสมกับงานที่ต้องรับผิดชอบ** ได้รับค่าตอบแทนน้อย ทั้งที่ทำงานหนักมากโดยเฉพาะเมื่อเทียบกับวิชาชีพอื่น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลหลายคนว่า “พยาบาลได้รับค่าตอบแทนน้อย เมื่อเทียบกับภาระงานที่ทำ ทำทั้งหน้าที่ของตัวเอง และหน้าที่ของผู้อื่น”, “พยาบาลภาระงานหนัก แต่ได้รับค่าตอบแทนน้อย” ค่าตอบแทนที่ไม่เหมาะสม เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้พยาบาลวิชาชีพขาดความสุขในการทำงาน

3) **ขาดแคลนพยาบาล** เนื่องจากวิชาชีพพยาบาลมีภาระหนัก ต้องเสียสละ ทำงานไม่เป็นเวลา ทำงานกับคนที่เจ็บป่วย สถานที่ทำงาน บางแผนกบรรยากาศไม่น่าทำงาน จึงทำให้มีคนส่วนน้อยที่จะมาทำอาชีพนี้ บางคนทำแล้วทนไม่ไหวก็ลาออก บางคนเปลี่ยนสายงาน จึงทำให้พยาบาลน้อยลง สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลหลายคนว่า “ภาระงานที่ไม่สมดุลกับจำนวนพยาบาล คือมีพยาบาลน้อยกว่าภาระงาน”, “พยาบาลมีภาระงานที่หนัก มีอัตราค่าจ้างน้อย ทำให้รอนาน บางครั้งไม่พึงพอใจ บางคนไม่รอดตรวจ”, “ปัจจุบันโรงพยาบาลเรามีพยาบาลน้อย ขาดแคลน”

4) **ความเหลื่อมล้ำทางสังคม และวิชาชีพ** ความเหลื่อมล้ำที่เห็นชัดเจนที่สุดคือเกี่ยวกับรายได้ และค่าตอบแทน สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลหลายคนว่า “พยาบาลงานหนัก ได้รับค่าตอบแทนไม่เป็นธรรมเมื่อเทียบกับวิชาชีพอื่น”, “พยาบาลได้ค่าตอบแทน ไม่สมดุลกับงานที่ทำ”

5) ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน เนื่องจากในโรงพยาบาลมีเจ้าหน้าที่หลากหลายวิชาชีพ ได้แก่ แพทย์ พยาบาล เภสัชกร นักรังสีวิทยา นักกายภาพบำบัด แพทย์แผนไทย คนงาน และมีการทำงานร่วมกัน เมื่อมีคนจำนวนมากมาจากหลากหลายอาชีพ ก็ย่อมมีความคิดเห็นต่างกัน ต่างความคิด ต่างวัฒนธรรม ทำให้เกิดปัญหา เกิดความขัดแย้งกันได้ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลคนหนึ่งว่า “บุคลากรในโรงพยาบาลมีหลายอาชีพ ทำให้มีทัศนคติ มีความคิดเห็นของการทำงานแตกต่างกัน ทั้งเพื่อนร่วมงาน หัวหน้างาน ผู้บริหาร เมื่อความคิดเห็นไม่ตรงกันก็เกิดปัญหาตามมา”

6) ขาดความเอาใจใส่ของผู้บริหาร/หัวหน้างาน ผู้บริหารสูงสุดขององค์กร เป็นผู้กำหนดนโยบาย กำหนดกลยุทธ์ด้านการทำงาน การวางแผนทางและนำเสนอให้ทีมงานนำไปปฏิบัติ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ ผู้บริหารจึงมุ่งแต่ให้ผู้ใต้บังคับบัญชาทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ จนบางครั้งไม่ได้ใส่ใจเมื่อของจิตใจ ทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชาไม่พึงพอใจ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลคนหนึ่งว่า “พยาบาลมีภาวะเครียดกับงาน ค่าตอบแทนต่ำ ขาดขวัญกำลังใจและขาดการเหลียวแลจากผู้บริหาร”

7) ความคาดหวังของผู้ป่วยและญาติ รวมถึงผู้ใช้บริการ ที่มีความคาดหวังมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลคนหนึ่งว่า “พยาบาลมีความเครียดจากการมีความต้องการ และการเรียกร้องที่มากเกินไปของผู้ป่วย ญาติ และสังคม”

8) ขาดขวัญ กำลังใจในการทำงาน เรื่องของขวัญกำลังใจนับเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง เนื่องจากชีวิตมนุษย์ทุกวันนี้สดชื่น ร่าเริง มีความสุขอยู่ได้ก็ด้วยอาศัยการหล่อเลี้ยงด้วยคำชื่นชม ยกย่อง ให้เกียรติ ให้กำลังใจ ด้วยถ้อยคำที่สุภาพ ไพเราะ แต่พบว่ามีน้อย สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลว่า “พยาบาลได้รับขวัญและกำลังใจน้อย แต่งานหนัก” “ขาดกำลังใจในการทำงานจากหัวหน้า และผู้บริหาร”

9) ความคาดหวังจากสังคม กระแสเรียกร้องจากสังคม/การฟ้องร้อง ในโลกปัจจุบันเป็นยุคโลกาภิวัตน์มีการเปลี่ยนแปลงมากมาย มีความเจริญทางด้านวัตถุมากขึ้น เมื่อมนุษย์ยึดติดกับวัตถุสิ่งของ จึงมองข้ามความสำคัญด้านจิตใจ ไม่มีจิตอาสา มีแต่การว่าจ้าง การจ่ายเงินทดแทน ยิ่งกระแสเรื่องสิทธิ เสรีภาพ ความเท่าเทียม ความยุติธรรม เข้ามาในสังคมไทยของเรามากขึ้นทุกวันๆ ผู้ป่วยและญาติก็เรียกร้องเรื่องสิทธิมากขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลว่า “พยาบาลเป็นทุกข์กับการถูกโพสต์ดำในเฟซบุ๊กโดยไม่ทราบเรื่องราวความจริง”

จากผลการศึกษาวิจัยข้างต้นสะท้อนว่า มีหลายสาเหตุที่ทำให้พยาบาลวิชาชีพขาดความสุขในการทำงาน แต่พยาบาลเหล่านั้น ยังคงอยู่ในวิชาชีพพยาบาลมาจนถึงปัจจุบัน เนื่องจากพยาบาลยังคงรักและภาคภูมิใจในอาชีพ และต้องการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ให้มีความสุข เพราะชีวิตปกติของมนุษย์มีทั้งความสุขและความทุกข์ ความสุขเป็นเรื่องของจิตใจถ้าปลงได้ไม่ยึดติด จิตใจก็เป็นสุข ซึ่งเป็นยอดปรารถนาของทุกคน และอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้พยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลวิหารแดงยังคงอยู่ในอาชีพถึงปัจจุบันคือมุมมองหรือทัศนคติของพยาบาลวิชาชีพที่มีต่อวิชาชีพพยาบาล จากข้อมูลการสัมภาษณ์มี ดังนี้

1) ผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาลต้องมีความเสียสละ เป็นการเสียสละทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เป็นการแบ่งปันความสุขของตนเองให้กับผู้อื่น โดยเฉพาะผู้ป่วยและญาติด้วยการดูแลรักษาพยาบาล การให้ความรู้ ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตัวเองขณะเจ็บป่วย ให้ความรู้เรื่องการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการเจ็บป่วย และในบางครั้งอาจต้องเสียสละทรัพย์ และเวลาเพื่อทำประโยชน์ต่อส่วนรวม สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลหลายคน ที่กล่าวว่า “พยาบาลเป็นผู้ที่มีความเสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อดูแลผู้อื่น และส่วนร่วม” “เป็นอาชีพที่น่าภูมิใจ มีความเสียสละ และอดทน” “ดีใจที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ให้พ้นทุกข์” และ “จะเห็นว่าอาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่เสียสละทั้งร่างกาย แรงใจ และทรัพย์สินเพื่อผู้อื่น”

2) พยาบาลเป็นผู้ที่ต้องมีความอดทนสูง กล่าวคือมีลักษณะของความเข้มแข็งด้านจิตใจในการพยายามกระทำแต่ความดี สิ่งดีๆ และหลีกเลี่ยงการทำความชั่ว ความอดทนมีทั้งการอดทนทางกาย และทางจิตใจ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลว่า “พยาบาลต้องมีความอดทน อดกลั้น เพราะอาชีพพยาบาลต้องพบกับอารมณ์ของคนหลายประเภท ที่มาพร้อมกับความคาดหวังที่สูง ต้องการบริการที่ดี” ดังนั้นพยาบาลวิชาชีพทุกคนต้องมีความอดทนอย่างยิ่งทั้งทางกาย และจิตใจ

3) พยาบาลเป็นผู้ที่ช่วยเหลือผู้อื่น ให้การดูแลช่วยเหลือบุคคลตั้งแต่แรกเกิด จนกระทั่งวาระสุดท้ายของชีวิต เป็นงานบริการเกี่ยวกับการรักษา ป้องกันโรค ส่งเสริมสุขภาพ และฟื้นฟูสภาพ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ว่า “พยาบาลให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพแก่ผู้อื่นตั้งแต่เรื่องการเจ็บป่วยเล็กน้อยๆ การดูแลด้านสุขภาพอื่นๆ จนถึงการดำรงไว้ซึ่งศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์”

4) พยาบาลเป็นผู้ที่มีเมตตา รักต่อเพื่อนมนุษย์ มีพรหมวิหาร 4 และสังคหวัตถุ 4 เปรียบเสมือน “นางฟ้า นางสาวรรค์ (Angel)” เป็นผู้ที่ได้รับการชื่นชม ยกย่อง และเป็นอาชีพที่

ผู้หญิงส่วนใหญ่ใฝ่ฝันอยากเป็น และความมีเมตตาเป็นสิ่งที่ป็นธรรมชาติที่มีอยู่ในจิตใจของพยาบาลทุกคน สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลว่า “พยาบาลต้องมีใจรักในอาชีพ มีปณิธาน มีความเมตตา และมีความรักในเพื่อนมนุษย์”, “พยาบาลเป็นบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในเรื่องของจิตใจ” และสอดคล้องกับผลการศึกษาของธัชมน วรรณพิน และคณะ (2555: 15) ที่ระบุว่า ความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพเกิดขึ้นจากจิตใจที่มีเมตตา มีความปรารถนาที่จะร่วมรับรู้และเข้าใจปัญหาคนไข้ พร้อมทั้งจะให้บริการคนไข้ ด้วยความรู้ คู่ความใจและรักในอาชีพ ดังนั้นพยาบาลวิชาชีพจึงมีความเมตตา และมีความรักในอาชีพเป็นพื้นฐาน

5) พยาบาลเป็นวิชาชีพที่น่าภาคภูมิใจเห็นคุณค่าในตัวเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานลำดับแรกๆที่คนทุกคนควรมี เพราะจะทำให้บุคคลมีแนวคิดที่ถูกต้อง มีความมุ่งมั่น ความเชื่อมั่น ในความสามารถ ความรู้ ทักษะ และสมรรถนะในการทำงานของตนเอง ทำให้สามารถทำงานได้อย่างถูกต้อง มีคุณภาพ มีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้รับบริการพึงพอใจ สอดคล้องกับข้อมูลที่ได้จากการให้สัมภาษณ์ของพยาบาลหลายคนว่า “ภูมิใจที่ได้เป็นพยาบาล ได้ช่วยเหลือผู้ป่วย”, “ข้าพเจ้ารัก และภูมิใจในวิชาชีพพยาบาล ต้องการพัฒนาดตนเองให้มีความรู้ความสามารถในการปฏิบัติงานให้ได้มาตรฐานเป็นเลิศในด้านต่างๆ”

จากผลการศึกษาวิจัยข้างต้นสรุปได้ว่า อาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่มีคุณค่า มีความสำคัญต่อสังคม เพราะหากไม่มีพยาบาลทำหน้าที่ในการดูแลด้านสุขภาพ ย่อมส่งผลให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีความทุกข์ แต่สภาพของสังคมไทยในปัจจุบัน พบว่าพยาบาลบางส่วนขาดความสุขในการทำงาน เนื่องจากสาเหตุจากปัจจัยภายนอกได้แก่ งบประมาณและตัวบุคคล ซึ่งแก้ไขได้ยาก ผลของการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงอาจช่วยให้พยาบาลวิชาชีพมีความสุขในการทำงานมากขึ้น

3. การประยุกต์ใช้สัมมาทิฐิในแนวทางของหลักพุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ

การแก้ไขปัญหาที่มีสาเหตุจากปัจจัยภายใน สามารถแก้ไขได้ด้วยการนำหลักสัมมาทิฐิมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เป็นการใช้อย่างถูกต้อง มองสภาพปัญหาตามความจริงของหลักอริยสัจ 4 ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แนวคิดในการทำงานเพื่อช่วยให้พยาบาลวิชาชีพทำงานอย่างมีความสุข และเป็นการเข้าถึงความสุขอย่างแท้จริงได้ เรียกว่า **บันไดก้าวสู่ความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ (R-A-E-S)** มี 4 ขั้นตอนประกอบด้วย รายละเอียด ดังแผนภูมิที่ 1

“Inner Happiness”

ขั้นที่ 4 Sharing การแบ่งปัน

ขั้นที่ 3 Empowerment การเสริมพลัง

ขั้นที่ 2 Attitude Adjustment การปรับทัศนคติ

ขั้นที่ 1 Right view ความเห็นชอบ

จากแผนภูมิในเบื้องต้นสามารถอธิบายโดยสังเขป ได้ดังนี้

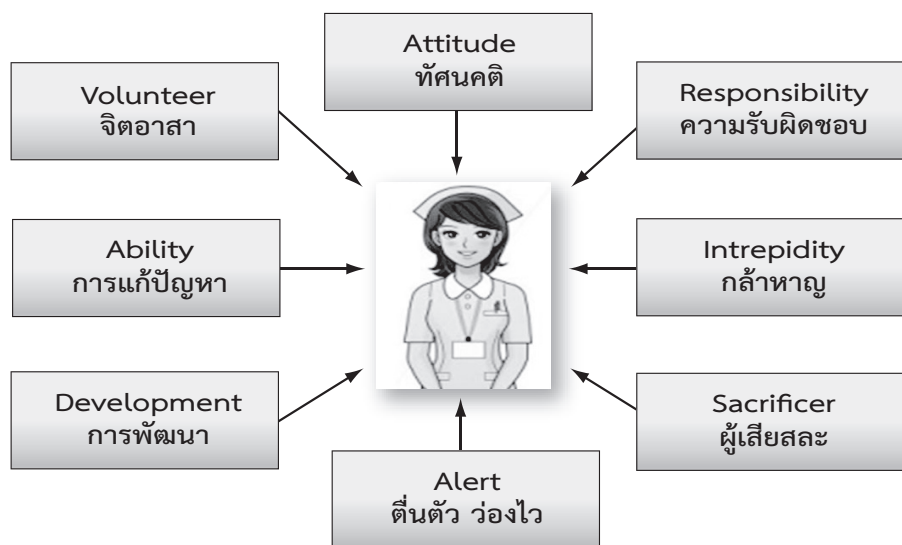
ขั้นที่ 1 ความเห็นชอบ เห็นถูก (Right View) มีการใช้ปัญญา เป็นลักษณะของการมีสัมมาทิฐิ เป็นการเข้าใจตลอดสาย และนับเป็นก้าวแรกที่สำคัญของการนำไปสู่การกระทำที่ดีงาม มีกุศล เป็นการขจัดความคิดที่ไม่ดี เป็นประตุมุ่งสู่ความสุขทางใจ ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยความถูกต้อง

ขั้นที่ 2 การปรับทัศนคติ (Attitude Adjustment) การปรับทัศนคติเป็นเรื่องของการปรับแนวคิด ปรับจิตใจ ให้เป็นไปในทางที่ดี ที่ถูกต้อง กับสิ่งรอบๆตัว เป็นการมองโลกในแง่ดี คิดบวก พยาบาลต้องมีการปรับด้านจิตใจ ความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ การรับรู้เกี่ยวกับงานการพยาบาลที่ผ่านมา ให้มีความคิดในด้านบวก การที่จะทำได้อย่างนี้ต้องอาศัยจิตใจที่เบิกบาน มีสติ มีการปฏิบัติธรรม การนั่งสมาธิ ช่วยให้จิตใจสงบ

ขั้นที่ 3 การเสริมพลัง (Empowerment) อาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่สุจริต มีเกียรติ มีคุณค่าต่อสังคมเป็นการให้ความมั่นใจเกี่ยวกับการทำงาน ว่าเป็นงานที่ทำแล้วได้บุญ ซึ่งในความเป็นจริงนั้นมีย่อยอาชีพนักที่จะมีโอกาสทำแล้วได้บุญ จงภาควุมิใจในอาชีพพยาบาล ถึงแม้ว่าบางครั้งงานจะหนัก ทำงานไม่เป็นเวลา ค่าตอบแทนน้อย บางครั้งอาจถูกผู้ป่วย ญาติ หัวหน้า ดู ตำหนิ ก็ต้องอดทน ถือว่ากำลังบำเพ็ญบุญบารมี และจงมั่นใจว่า พยาบาลได้ทำหน้าที่อย่างเต็มความรู้ความสามารถ เพื่อช่วยให้เพื่อนมนุษย์มีความสุข

ขั้นที่ 4 การแบ่งปัน (Sharing) วิชาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่สังคมยกย่องว่ามีเกียรติ ยกย่อง น่าชื่นชม อาชีพพยาบาลทำงานแล้วได้บุญ และได้เงินเดือน สำหรับเลี้ยงชีพ เลี้ยงครอบครัว เมื่อทำงานแล้วได้บุญ ก็ต้องแบ่งปันบุญหรือสิ่งดีๆ ให้กับคนรอบข้าง ทำให้ทุกคนมีความสุข หากพยาบาลวิชาชีพสามารถปฏิบัติได้ตามนี้ก็จะทำให้พยาบาลวิชาชีพได้เข้าถึงความสุขภายในอย่างแท้จริง

บันไดก้าวสู่ความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพทั้ง 4 ขั้นตอน ข้างต้นสามารถเริ่มทำได้ง่ายโดยฝึกทำตามขั้นตอน จนเกิดความเคยชิน ทำได้ด้วยความรู้สึก เบาสบาย ไม่ต้องฝืน เป็นไปโดยธรรมชาติ เมื่อได้ปฏิบัติเช่นนี้แล้วก็จะทำให้เกิดความสุข ความสุขเป็นความรู้สึกของจิตใจ ความสุขอย่างแท้จริงเกิดจากการมีปัญญา การมองโลกในแง่ดี ซึ่งเริ่มจากการเห็นชอบ เข้าใจถูก และจากการได้ทำหน้าที่ที่ถูกต้องคือการรักษาพยาบาลผู้ป่วย รวมถึงการดูแลคนอื่น ๆ ด้วย แล้วเกิดความพึงพอใจ ทำให้ใจสงบ เย็น เป็นความสุขทางใจ เรียกว่า “ยอดแห่งความสุข” ทำให้เป็นสุขทุกครั้งที่ทำงาน แม้ทำงานหนักก็เบาสบาย ไม่รู้สึกเหน็ดเหนื่อย ใฝ่หน้ายิ้มแย้ม กริยาท่าทางอ่อนโยน คำพูดไพเราะ ทำให้ผู้ป่วยและญาติพึงพอใจ เรียกว่า “สุขทั้งผู้ให้และผู้รับ” และพยาบาลที่มีความสุขในการทำงานจะมีพฤติกรรมแสดงออกทั้งดงามทั้งทางร่างกาย และจิตใจโดยมีองค์ประกอบสำคัญในการปฏิบัติงานเพื่อเข้าถึงความสุขภายในของพยาบาลวิชาชีพตามแบบอย่าง ที่สามารถเรียกโดยย่อ “VARISADA” ดังนี้



แผนภูมิ VARISADA สรุปรโดยผู้วิจัย*

*ผู้วิจัยนำรูปภาพมาจาก http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/1189163/112271852/stock-vector-set-of-young-cute-nurse-welcoming-with-a-smile-guiding-information-cartoon-nurse-112271852.jpg

จากแผนภูมิ VARISADA คือองค์ประกอบสำคัญในการปฏิบัติงานเพื่อเข้าถึงความสุขภายในของพยาบาลวิชาชีพ สามารถอธิบายได้โดยสังเขปดังนี้

Volunteer (จิตอาสา) พยาบาลเป็นผู้ที่มีจิตใจดีงาม มีความเมตตาเป็นพื้นฐาน ชอบทำงานเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ช่วยให้ผู้ป่วยหายจากความทุกข์ ความเจ็บปวด ทำให้มีความสุข พยาบาลเป็นผู้ที่มีความเป็นจิตอาสา ช่วยเหลือผู้อื่นทุกครั้งที่มีโอกาส ความสุขในการทำงานเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ส่งผลต่อการคงอยู่ในงานของพยาบาล (บุญพิชชา จิตต์ภักดี และคณะ, 2556: 34) เป็นกิจหรือหน้าที่ที่พึงกระทำ เพื่อพัฒนาตนเองไปสู่จุดหมายสูงสุด (อำนาจ ยอดทอง, 2558 : 2)

Attitude (ทัศนคติ) เป็นเรื่องเกี่ยวกับความคิด เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่จะแสดงออกให้คนอื่นรับรู้ถึงลักษณะ อุปนิสัยของแต่ละคน ความสุขในการทำงาน ต้องมีความคิดสร้างสรรค์ อยากทำงาน มีความผูกพันกับเพื่อนร่วมงาน คนมองโลกแง่ดี การแสดงออกมาก็จะเป็นไปในดีงาม ผู้ที่เป็นพยาบาลทุกคนย่อมมีทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพ รักในวิชาชีพ

Responsibility (ความรับผิดชอบ) เป็นความรับผิดชอบต่อวิชาชีพ รับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เพราะเป็นงานกระทำกับชีวิตคน ดูแลตั้งแต่เกิด จนกระทั่งเสียชีวิต เป็นงานที่ทำหาย งานพยาบาลเป็นงานให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง สอดคล้องกับการวิจัยของ พรธนิภา สืบสุข (2548: 84) พบว่าลักษณะของพยาบาลจำเป็นต้องมีความรับผิดชอบในการตัดสินใจด้านการปฏิบัติงาน และความรับผิดชอบต่อผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงาน ดังนั้นงานพยาบาลจึงเป็นงานที่ต้องมีความรับผิดชอบสูง ต้องทำงานเกี่ยวกับการดูแลชีวิตเพื่อนมนุษย์ ต้องทำงานตลอด 24 ชั่วโมง อาชีพพยาบาลจึงเป็นอาชีพที่มีความรับผิดชอบสูง

Intrepidity (ความกล้าหาญ) พยาบาล มีความกล้าหาญ ไม่กลัว มีจิตใจเด็ดเดี่ยว พยาบาลเป็นงานที่มีความกล้าหาญ อดทน รับผิดชอบทุกสถานการณ์ ไม่กลัวเลือด ทำได้ทุกอย่างที่เป็นหน้าที่ จึงเห็นว่าอาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่มีความเก่ง ความกล้าหาญ มีความพร้อมเสมอ สามารถช่วยเหลือชีวิตเพื่อนมนุษย์ได้ตลอดเวลา

Sacrificer (ความเสียสละ) พยาบาลวิชาชีพเป็นผู้ที่ต้องมีความเสียสละทั้งทางร่างกายและจิตใจ ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ พยาบาลส่วนใหญ่มีความคิดเห็นคล้ายกันว่า อาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่ต้องเสียสละ การเสียสละของพยาบาลรวมถึงการเป็นการแบ่งปันความสุขของตนเองให้กับผู้อื่น เป็นการช่วยเหลือคนให้พ้นทุกข์ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ เนตรสวรรค์ จินตนาวิลี (2553: 75) กล่าวว่าวิชาชีพพยาบาลได้ปลูกฝังให้เป็นผู้ที่มีความเสียสละเพื่อผู้ป่วย หรือผู้ใช้บริการ และตระหนักถึงการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ จะเห็นว่ามีน้อยอาชีพที่จะมีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นและได้ทำบุญไปพร้อมกับการทำงานด้วย

Alert (ความตื่นตัว ว่องไว) ด้วยสัญชาตญาณของพยาบาลเป็นผู้ที่มีความตื่นตัวอยู่เสมอ ทำงานด้วยความคล่องแคล่ว ว่องไว เพราะเป็นงานที่ต้องช่วยเหลือชีวิตเพื่อนมนุษย์ เป็นงานฉุกเฉิน เร่งรีบ ต้องช่วยเหลือชีวิตแบบเร่งด่วน สอดคล้องกับ Warr (1990) ที่กล่าวว่า คนที่มีความสุขในการทำงาน ต้องมีความตื่นตัว ว่องไว รวมถึงความกระตือรือร้นในการทำงาน อยากรทำงาน คล่องแคล่ว รวดเร็ว กระฉับกระเฉง มีชีวิตชีวาในการทำงาน แสดงถึงการทำงานอย่างมีความสุข มีความรื่นเริง เบิกบานใจ

Development (การพัฒนาตัวเอง) พยาบาลต้องมีการพัฒนาตัวเอง เพื่อทันกับการเปลี่ยนแปลงที่นับวันจะมีมากขึ้นในทุกสาขาอาชีพ งานสาธารณสุขก็เช่นกันมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง มีนวัตกรรมใหม่ๆ มากมาย สอดคล้องกับพระปราโมทย์ วาทโกวิโท (2559) กล่าวว่า พยาบาลควรพัฒนาตนเองอยู่เสมอ มีการค้นหาหลักสูตรที่ดี แล้วไปเรียนเพื่อพัฒนาตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในอาชีพ ยิ่งในปัจจุบันการแพทย์เจริญก้าวหน้ามาก มีการดูแลรักษาผู้ป่วยที่ทันสมัยในทุกโรค มีเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่ทันสมัย ตลอดจนมีโรคอุบัติใหม่ ดังนั้นอาชีพพยาบาลจึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา

Ability (ความสามารถในการแก้ปัญหา) เนื่องจากในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ย่อมมีปัญหา หรืออุปสรรคเกิดขึ้นได้เสมอ มีทั้งปัญหาเล็กๆน้อยๆ ไปจนถึงปัญหาใหญ่ๆ ทั้งปัญหาของตัวเองหรือปัญหาของคนอื่น สอดคล้องกับพระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (2559) กล่าวว่า กล่าวว่่า สัมมาทิฐิเป็นตัวปัญญา ถ้าพยาบาลมีสัมมาทิฐิหรือปัญญาก็จะสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ ทำให้ชีวิตมีความสุข ไม่ทรมานทรมายไปกับปัญหานั้น มองว่าปัญหามีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ผู้วิจัยคิดว่าถ้าพยาบาลมีสัมมาทิฐิ ก็จะมีปัญญา แล้วใช้ปัญญาคิดไตร่ตรองพิจารณาอย่างรอบคอบเพื่อหาวิธีการแก้ปัญหานั้นอย่างถ่วงถ่วงทุกด้าน เมื่อทำได้เช่นนี้ปัญหาไม่ว่าจะมีปัญหามากมายสักเพียงใดก็จะสามารถแก้ไขได้ด้วยปัญญานั้นเอง เมื่อแก้ปัญหาได้ก็จะมีสุขตามมา นอกจากนั้นยังพบว่าพยาบาลวิชาชีพสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยการควบคุมตนเองให้สามารถเผชิญกับปัญหาได้ สามารถคิดวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา เมื่อเกิดปัญหาก็จะมีสติ รอบคอบ เสริมสร้างกำลังใจให้ตนเอง และอดทนในการเผชิญกับปัญหา และแก้ไขปัญหาก็ได้

ผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยค้นพบรูปแบบบันไดก้าวสู่ความสุขของพยาบาลวิชาชีพ 4 ขั้นตอน เริ่มจาก การเห็นชอบ การปรับทัศนคติ การเสริมพลัง และการแบ่งปัน ซึ่ง 4 ขั้นตอนนี้สามารถนำไปเป็นแนวทางในการสร้างความสุขในการทำงานได้กับทุกคนทุกอาชีพ ไม่เฉพาะแต่อาชีพพยาบาลเท่านั้น เพื่อส่งเสริมให้เพื่อนมนุษย์ทุกคนมีความสุข ทำงานอย่างมีคุณภาพและประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้รับบริการพึงพอใจ และประทับใจ

สรุป

พุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขของพยาบาลวิชาชีพ คือ การนำหลักสัมมาทิฐิมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เพื่อให้พยาบาลวิชาชีพมีความสุขในการทำงาน โดยก้าวตามบันได 4 ขั้นตอนที่เรียกว่า R-A-E-S เป็นการแบ่งปันความรัก แบ่งปันผลบุญกับคนรอบข้าง เมื่อพยาบาลวิชาชีพได้ฝึกฝนและทำเช่นนี้ทุกวันจะทำให้พยาบาลวิชาชีพมีความสุขอย่างแท้จริง (Inner Happiness) และแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่งดงามทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นคุณลักษณะเฉพาะของพยาบาลวิชาชีพที่มีความสุขอันเรียกว่า “VARISADA” ทำให้ผู้รับบริการและกัลยาณมิตรชื่นชม และประทับใจ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปประยุกต์ใช้

แม้ว่ารูปแบบการประยุกต์แนวคิด และหลักสัมมาทิฐิ พุทธสันติวิธีเพื่อการเข้าถึงความสุขของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลวิหารแดง จนได้รูปแบบ “บันไดก้าวสู่ความสุขของพยาบาลวิชาชีพ” เพื่อสามารถนำไปปรับใช้เพื่อการเข้าถึงความสุขของพยาบาลวิชาชีพได้จริง ผู้วิจัยเสนอแนะให้ทำการศึกษาบริบทของโรงพยาบาลแต่ละแห่ง ด้วยการสำรวจวิเคราะห์ปัญหาให้รอบด้าน เพื่อให้ทราบแนวทางการนำรูปแบบไปปรับใช้ให้เหมาะสม และยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) ศึกษาการนำรูปแบบการประยุกต์แนวคิด และหลักสัมมาทิฐิ พุทธสันติวิธีในการเข้าถึงความสุขของพยาบาลวิชาชีพ ไปทดลองใช้ พร้อมทั้งประเมินผลการมีส่วนร่วมจากการดำเนินงานตามกิจกรรม หรือโครงการที่ทดลองอย่างเป็นรูปธรรม

2) ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพยาบาลที่นำรูปแบบ “บันไดก้าวสู่ความสุขของพยาบาลวิชาชีพ” เพื่อให้ทราบว่ามีความแตกต่างกันอย่างไรในแต่ละกลุ่มพยาบาลวิชาชีพที่ศึกษา

3) ศึกษาการสร้างเกณฑ์ชี้วัดความสุขของพยาบาลวิชาชีพตามหลักสัมมาทิฐิ

บรรณานุกรม

- ธัชมน วรรณพิน และคณะ. (2555). ความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ กลุ่มพนักงานมหาวิทยาลัยโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยภายใต้กำกับของรัฐ. **วารสารรามาริบัติพยาบาลสาร**. 18 (1), 9-23.
- เนตรสวรรค์ จินตนาวลี. (2553). **ความสุขของการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาล จังหวัดสมุทรสาคร**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- พรรณนิภา สืบสุข. (2548). **ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ลักษณะงาน ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของหัวหน้าหอผู้ป่วยกับความสุขในการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยของรัฐ**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระปราโมทย์ วาทโกวิโท (2559). หัวหน้าพระวิทยากร Dhama OD Happy Life. **สัมภาษณ์**. 10 มกราคม.
- พระปลัดสมชาย ปโยโค (ดำเนิน). (2558) : คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่ได้รับการส่งเสริมสุขภาพด้วยธรรมเนียมปฏิบัติในโรงพยาบาลมะการักษ์ จังหวัดกาญจนบุรี. **วารสารสวนปรุง**. 31(1), 27-37.
- พระมหาเมธา จันทสาโร, ดร. (2559). ผู้อำนวยการส่วนธรรมเทศ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **สัมภาษณ์**. 12 มกราคม.
- พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร. (2559). คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **สัมภาษณ์**. 14 มกราคม.
- พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, รศ. ดร. (2559). ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **สัมภาษณ์**. 9 มกราคม.
- พินิจทอง แมนสุมิตรชัย. (2558). การุณยสาร : หนทางสู่สันติภาพ. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร**. 3(2), 162-175.
- ไพจิตร ไชยฤทธิ์ และคณะ. (2558). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลชุมชน ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. **วารสารคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา**. 23(1), 40-54.

ศิริพร จิรวัดน์กุล และคณะ. (2555). “ความสุขกับความพึงพอใจในวิชาชีพของพยาบาลไทย”. **วารสารสภาการพยาบาล**. 27(4), 26-42.

อำนาจ ยอดทอง. (2015). ศึกษาวิเคราะห์ความอยากในฐานะเป็นบ่อเกิดของความขัดแย้ง. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร**. 3(1), 1-22.

Translated Thai References

Chaiyarit, P. et al. (2015). Factors Affecting Happiness at Work of Professional Nurses at Community Hospital in Eastern Region. **The Journal of Faculty of Nursing Burapha University**. 23(1), 40-54.

Chirawatkul, & Siriporn. (2012). Happiness and Professional Attachment amongst Thai Registered Nurses. **Thai Journal of Nursing Council**. 27 (4), 26-42.

Chitpakdee, B. et al. (2013). Relationship between Happiness at Work and Intention to Stay among Professional Nurses. **Nursing Journal**. 40 (Supplement), 34-44.

http://image.shutterstock.com/display_pic_with_logo/1189163/112271852/stock-vector-set-of-young-cute-nurse-welcoming-with-a-smile-guiding-information-cartoon-nurse-112271852.jpg

Jintanawalee, N. (2010) **Happiness at Work among the Professional in Hospitals Changwat Samutsakorn**. Thesis M.A. Silpakorn University.

Mansumittrchai, P. (2015). Mercy Message : A Path to Peach. **Journal of MCU Peace Studies**. 3(2), 162-175.

Suebsuk, P. (2005). **Relationships between work characteristics, transformational leadership of head nurses and joy at work of staff nurses, governmental university hospitals**. Thesis Master Nursing Science Chulalongkorn University.

Phra Pramote Vadakovido. (2016). Head of Dhama OD Happy Life. **Interview**. January, 10.

- Phramaha Hunsu Dhammahaso. (2016). Director, Program of Peace Studies MCU. **Interview**. January, 9.
- Phramaha Metha Chandasaro. (2016). Director, Dhamma Communication Division. **Interview**. January, 12.
- Phramaha Somboon Vutthikaro. (2016). Dean, Graduate School MCU. **Interview**. January, 14.
- Phrapalad Somchai Payogo (Damnoen). (2015). The Quality of Life of Patients with Chronic Diseases and their Health Promotion through Dhamma Practice at Makarak Hospital in Kanchanaburi. **Bulletin of Suanprung**. 31(1), 27-37.
- Wannapin, T. et al. (2012). **Happiness at Work of Professional Nursing Staffs in an Autonomous University Hospital**. Ramathibodi Nursing Journal. 18 (1), 9-23.
- Warr, Peter. (1990). **The Measurement of well-being and other aspect of mental health**. *Journal of Occupational Psychology*. 63, 193-210.
- Yodthong, A. (2015). An Analytical Study of Desires as Cause of the Conflict. **Journal of MCU Peace Studies**. 3(1), 1-22.