



## หลักฐานประกอบตัวชี้วัดที่ 2.2.2 Data Management & Knowledge Management

ระดับความสำเร็จของการถ่ายทอดตัวชี้วัดระดับหน่วยงาน/กลุ่มงานสู่ระดับบุคคล

กิจกรรม“ถอดบทเรียนรายบุคคล” ของบุคลากรศูนย์อนามัยที่ 6”

“เคล็ดไม่ลับ กับการทำงานอย่างไรให้ประสบความสำเร็จ”

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดเกี่ยวกับผู้ถอดบทเรียน

1.1 ชื่อ - สกุล : .....นางสลิตลา อภิรมยานนท์ ตำแหน่ง : ....พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ.....

1.2 กลุ่มงาน : .....โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ.....

1.3 รับผิดชอบงาน : ....ห้องตรวจโรค.....

ส่วนที่ 2 : รายละเอียดเกี่ยวกับการถอดบทเรียน

2.1 ชื่อเรื่อง:ถอดบทเรียนเรื่อง“.....จากพยาบาลสู่วิทยาการ.....

การทำงานในสายอาชีพพยาบาล เป็นการทำงานที่ปฏิบัติตามความรู้การพยาบาลที่เรียนมา เมื่อก่อนทำงานอยู่แผนกผู้ป่วยใน ก็ทำงานตามหน้าที่การพยาบาล ทำตามคำสั่งแพทย์ ดูแลผู้ป่วยไปตามความรู้ที่เรียนจบมา จนมาวันหนึ่งแผนกผู้ป่วยในถูกปิด จึงได้มีโอกาสได้มาอยู่งานวิจัยทำงานและผู้สูงอายุ เป็นงานเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งไม่มีในบทเรียนที่เรียนมา ความรู้ประสบการณ์เริ่มใหม่ทั้งหมด ต้องปรับตัวกับงานใหม่ ซึ่งงานนี้เป็นงานเกี่ยวกับการให้ความรู้คำแนะนำ เรื่อง 3 อ. อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ อยู่ไปไม่ได้ไม่ก็สัปดาห์ก็มีงานเข้ามาให้ไปเป็นวิทยากรสอนเรื่องอาหาร ทำอย่างไรพระที่นี่ อบรมก็ไม่เคยไป ความรู้ก็หาเอาในคู่มือซึ่งมีไม่เยอะเลย วิทยากรก็ไม่เคยเป็น ต้องทำอย่างไรพระที่นี่ แยกแยะ ประหม่า ไม่มั่นใจ ให้กำลังใจตัวเอง เราต้องทำได้สิ ไม่ยากหรอก คนรอบข้างก็ให้กำลังใจเลยเริ่มหาความรู้เพิ่มเติมอย่างจริงจัง อ.อาหารมีอะไรบ้าง หาในตำรา คู่มือ และนักโภชนาการ พยายามหาความรู้ให้ได้มากที่สุด เรื่องความรู้เริ่มมั่นใจแล้ว เหลือแต่การเป็นวิทยากรอย่างไรให้ดูน่าเชื่อถือ ตอนนั้นกลัวมาก ประหม่ามาก ค่ะ ไม่เคยต้องจับไมค์ต่อหน้าคนเยอะๆ แต่ในที่สุดเราก็ต้องทำให้ได้ เลยเริ่มดูตัวอย่างจากคนอื่น ๆ วิทยากรคนอื่น ๆ และนำมาประยุกต์ใช้กับบุคลิกของตัวเอง ก่อนไปเป็นวิทยากรเราฝึกซ้อมการพูดอยู่นานหลายวัน จนเริ่มมั่นใจ เอาพระเดี่ยวมันก็ผ่านไป ให้กำลังใจตัวเอง ในที่สุดก็ถึงวันที่ต้องเป็นวิทยากรครั้งแรกต่อหน้าผู้เข้าอบรมเกิน 50 คน พยายามเป็นตัวของตัวเองมากที่สุด การสอนเป็นการให้ความรู้ร่วมกับการเล่าประสบการณ์ เอาทำได้ไว้ ไม่ยากอย่างที่คิด เริ่มสนุกแล้วค่ะ กับการเป็นวิทยากร ในที่สุดก็ทำได้ หลังจากวันนั้นได้มีโอกาสเป็นวิทยากรอีกหลายครั้ง และสามารถเป็นหัวหน้านำทีมวิทยากรออกไปอบรมคนอื่น ๆ ได้อย่างไม่ตื่นเต้นและไม่ประหม่าอีกต่อไป สนุกกับมันไม่กลัวที่จะทำ เราก็อำมันได้ค่ะ ต้องขอขอบคุณหัวหน้าทุกคน ที่ให้โอกาสได้ทำสิ่งที่ไม่เคยทำ ถ้าไม่ลองก็ไม่รู้ว่าเราทำได้

2.2 ปรัชญา หรือ ทศนคติ ในการปฏิบัติงาน : .....ความสำเร็จจะไม่มีถ้าไม่ลงมือทำ.....



2.3 สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการปฏิบัติงาน : .....ถ้ามีโอกาสได้ลองสิ่งใหม่ๆ จงเชื่อมั่นเอาไว้เพราะมันเป็นประสบการณ์ชีวิตที่หาซื้อไม่ได้

2.4 เรื่องประทับใจจากการปฏิบัติงาน : สิ่งที่ไม่คิดว่าจะทำได้ แต่เราตั้งใจทำมันไม่ยากเกินไปเลย



ความคิดเห็นหัวหน้ากลุ่มงาน.....  
.....  
.....

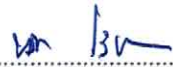
ลงชื่อ ..... 

(นางวรรณภาพร งามศิริ).

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

รักษาราชการ หัวหน้ากลุ่มโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

ความคิดเห็นผู้อำนวยการศูนย์.....  
.....  ธีโรทัย ธีโรทัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ๒ หมู่ ๒๐ ไร่ ๑๕๖ มช. ไร่ ๑๕๖ หมู่  
.....  
.....  ธีโรทัย ธีโรทัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ๒ หมู่ ๒๐ ไร่ ๑๕๖ มช. ไร่ ๑๕๖ หมู่

ลงชื่อ ..... 

(นายพนิต โสเสถียรกิจ)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการเฉพาะด้าน (แพทย์)

ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๖