



หลักฐานประกอบตัวชี้วัดที่ ๒.๒.๒ Data Management & Knowledge Management

ระดับความสำเร็จของการถ่ายทอดตัวชี้วัดระดับหน่วยงาน/กลุ่มงานสู่ระดับบุคคล

กิจกรรม“ถอดบทเรียนรายบุคคล” ของบุคลากรศูนย์อนามัยที่ ๖

“อิทธิบาท ๔”

ส่วนที่ : รายละเอียดเกี่ยวกับผู้ถอดบทเรียน

๑.๑ ชื่อ - สกุล : นางสาวสุทมาศ ตานะเศรษฐ ตำแหน่ง : เกสเซอร์ปฏิบัติการ

๑.๒ กลุ่มงาน : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ

๑.๓ รับผิดชอบงาน : งานเกสเซอร์กรรม

ส่วนที่ ๒ : รายละเอียดเกี่ยวกับการถอดบทเรียน

๒.๑ ชื่อเรื่องถอดบทเรียนเรื่อง “ อิทธิบาท ๔ ”

การทำงานในปัจจุบัน เราไม่สามารถที่จะปฏิเสธได้เลยกับสิ่งที่ต้องเผชิญในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นความทุกข์หรือความสุข เมื่อผ่านเข้ามาแล้วก็ผ่านไป ทุกคนเกิดมาล้วนเป็นผ้าขาวแต่กาลเวลา สิ่งแวดล้อม ประสบการณ์ที่แต่ละคนได้พบเจอล้วนแตกต่างกันทำให้แต่ละคนมีพฤติกรรมการแสดงออก ทักษะคิดต่างกันออกไป เพราะฉะนั้นหากเรารู้เท่าทัน ยามใดจิตใจเกิดความเครียด หรือเวลาใจเราเริ่มโกรธ ให้ตัวเราเองพึงคิดไว้เสมอว่า “มันก็เป็นเช่นนั้นเอง ธรรมชาติสร้างสรรค์คนแต่ละประเภทให้ต่างกัน เมื่อใจเราเริ่มโกรธ จงอย่าเอาใจเราไปผูกให้จิตขุ่นมัว แต่จงออกจากอารมณ์ขณะนั้นให้เร็วที่สุด หาหนทางแก้ไขปัญหาและจงตั้งใจเดินหน้าทำสิ่งดีต่อไป”

การทำงานให้ผลงานออกมาดีให้สำเร็จ ข้าพเจ้ามีความเชื่อว่า “ต้องเริ่มที่ทัศนคติที่ดีของบุคคลก่อน” หากบุคคลมีทัศนคติไม่ดีแล้วนั้นเปรียบเสมือนได้ว่าบุคคลนั้นกำลังก่อกำแพงขึ้นมากั้นทางเดินที่มุ่งสู่ความสำเร็จ การทำงานให้ดีให้สำเร็จนั้นมีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สามารถนำมาเป็นทางดำเนินชีวิตได้ คือ “อิทธิบาท ๔ ”

คำว่า อิทธิบาท แปลว่า บาทฐานแห่งความสำเร็จ หมายถึง สิ่งซึ่งมีคุณธรรม เครื่องให้สู่ความสำเร็จตามที่ตนประสงค์ ผู้หวังความสำเร็จในสิ่งใด ต้องทำตนให้สมบูรณ์ ด้วยสิ่งที่เรียกว่า อิทธิบาท ซึ่งจำแนกไว้เป็น ๔ ข้อซึ่งย่อมเกี่ยวเนื่องกัน แต่ละอย่างๆ มีหน้าที่เฉพาะของตน คือ

๑. ฉันทะ ความพอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น

๒. วิริยะ ความพากเพียรในสิ่งนั้น

๓. จิตตะ ความเอาใจใส่ฝึกฝนในสิ่งนั้น

๔. วิมังสา ความหมั่นสอดส่องในเหตุผลของสิ่งนั้น



-๒-

๑. **ฉันทะ** คือ ความพอใจ ความเต็มใจทำ (ทำใจให้รัก ทำใจให้ชอบ) ได้แก่ มีความต้องการที่จะทำมีใจรักที่จะทำใจใฝ่รักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ เราควรจะได้ ข้อนี้ **เป็นกำลังใจ** อันแรก ที่ทำให้เกิด คุณธรรม ข้อต่อไป ทุกข้อ

๒. **วิริยะ** คือ ความพากเพียร แข็งใจทำ ขยันทำสิ่งนั้นด้วยความพยายาม อุตทนไม่ทอดอย อะไรจะเกิดก็แข็งใจทำการการะทำให้ติดต่อกัน ไม่ขาดตอน เป็นระยะยาว จนประสบ ความสำเร็จ คำนี้ มีความหมายของ **ความกล้าหาญ** เจื้ออยู่ด้วย ส่วนหนึ่ง

๓. **จิตตะ** คือ ตั้งใจทำ มีใจจดจ่อ ทำสิ่งนั้นด้วยความฝักใฝ่ เอาใจใส่เสมอ มีใจจดจ่อเป็น**สมาธิ**

๔. **วิมังสา** คือ เข้าใจทำ มีความรู้ความสามารถในสิ่งที่ทำ ทำด้วยความพิจารณา หมั่นตรวจสอบ มีการวางแผน วัตถุประสงค์จนหาวิธีแก้ไขปรับปรุง คำนี้ รวมความหมาย ของคำว่า **ปัญญา** ไว้อย่างเต็มที่

หากท่านใดกำลังท้อแท้ หมดแรงในการทำงาน ข้าพเจ้าขอส่งความปรารถนาดีด้วยการนำอิทธิบาท ๔ มาประยุกต์ใช้ในการทำงานน่าจะเป็นตัวเลือกที่ดีอย่างหนึ่งเลยคะ

๒.๒ **ปรัชญา หรือ อุดมคติ ในการปฏิบัติงาน :** อิทธิบาท ๔

๒.๓ **สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการปฏิบัติงาน :** คนเราต้องไม่หยุดในการเรียนรู้ จงฝึกฝนตนเองเสมอ

๒.๔ **เรื่องประทับใจจากการปฏิบัติงาน :** ตั้งแต่เข้ารับบรรจุรับราชการ ณ ที่แห่งนี้ ถ้านับเวลาได้ก็เกือบจะ 4 ปีแล้ว ตลอดเวลาที่รับราชการมีเรื่องราวทั้งทุกข์ ทั้งสุข และเรื่องราวดี ๆ ที่ประทับใจต่าง ๆ เกิดขึ้นมากมาย (หากจะให้บรรยาย คงไม่หมดคะ) แต่สิ่งหนึ่งที่ประทับใจและสัมผัสได้ด้วยความรู้สึกของตัวเองคือ “ความรัก ความอบอุ่น ความปรารถนาดีต่อกันที่ส่งต่อมาให้เราด้วยความจริงใจ ซึ่งสิ่งนี้สามารถสัมผัสได้โดยไม่ต้องอาศัยคำพูดใดใดคะ ซึ่งฟังดูอาจจะดูเหมือนโลกสวย แต่มันคือความรู้สึกที่สัมผัสได้จากคนรอบตัวคะ”

ความคิดเห็นหัวหน้ากลุ่มงาน...

ลงชื่อ

(นางวรรณภาพร งามศิริ).

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

รักษาราชการ หัวหน้ากลุ่มโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ



ความคิดเห็นผู้อำนวยการศูนย์.....

ได้รับ ยากใจมากและขอเรียนในวงกลม เริ่มจากจากการทำงาน

ลงชื่อ..... นพ. ไร่

(นายพนิต โล่เสถียรกิจ)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการเฉพาะด้าน (แพทย์)

ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๖