



แบบเสนอผลงานกิจกรรมพัฒนาคุณภาพงาน ประเภทเรื่องเล่าเร้าพลัง
(แบบฟอร์ม 4)

สำหรับงานพัฒนาคุณภาพงาน

เลขที่ผลงาน...../.....

วันลงทะเบียน.....

ชื่อ-สกุล นางสาวศิวะพร นำเจริญ เบอร์โทรภายใน 02-200-3851-3

เบอร์มือถือ 094-745-5556

หน่วยงาน SDIPD81

ภาควิชาฯ / ฝ่าย(ต้นสังกัด) ฝ่ายการพยาบาล

*ชื่อ-สกุล นางสาวศิวะพร นำเจริญ รหัสบุคคล 021180

(ผู้ที่จะรับเงินโดยโอนผ่านบัญชี)

โปรดเขียน (✓) ในช่อง ☒ อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite ☐ ไม่อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite

***หมายเหตุ:** 1.กรณีที่ผลงานผ่านเกณฑ์และได้รับเงินรางวัล คณะฯ จะโอนเงินรางวัลเข้าบัญชีเงินเดือนผ่านทางรหัสบุคคลที่ท่านได้ให้ไว้
โดยขอให้ระบุตัวแทนการรับเงินเพียง 1 ท่าน

2.ผลงานทุกประเภทที่ส่งประกวดเป็นลิขสิทธิ์ของคณะฯ ห้ามมิให้ผู้ใดนำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต
(กรุณากรอกข้อมูลให้ครบถ้วนทุกช่อง เพื่อผลประโยชน์ของท่าน)

ชื่อเรื่อง ออราเด็กใหม่

ก้าวแรกของการทำงานของคุณเป็นอย่างไร ? สำหรับฉันแล้วก้าวแรกของการทำงานคือการเปลี่ยนผ่านจากน้องนักศึกษาพยาบาลเยี่ยมฟ้าตัวน้อย ก้าวสู่พี่พยาบาลชุดขาวมีขีดสีดำที่หมวกเพิ่มขึ้น ก้าวแรกในการทำงานของฉันเริ่มขึ้นที่โรงพยาบาลรามาริบัติแห่งนี้ ซึ่งเต็มไปด้วยเหตุการณ์ต่างๆ ที่ฉันยังจำได้ดี ช่วงแรกเป็นไปตามคำบอกเล่าของพี่ๆ นั่นคือ ทั้งยาก และ ทั้งเหนื่อย ความกังวลเกิดขึ้นมากมาย เนื่องจากประสบการณ์ในการทำงานของฉันเท่ากับศูนย์ โดยอย่างยิ่งเด็กจบใหม่อย่างฉันส่วนใหญ่มักจะมีออราติดตัวมาด้วย นั่นคือ “ออราเด็กใหม่” ด้วยใบหน้าที่ใสซื่อ ดวงตายังไม่ประสา อ่อนด้อยประสบการณ์ มองเพียงแวบเดียวรู้เลยว่า ออราเด็กเพิ่งจบ ครั้งหนึ่งฉันเคยเจอประสบการณ์ที่ทำให้รู้สึกแย่ ครั้นเมื่อฉันได้เริ่มทำงานใหม่ๆ ฉันได้รับมอบหมายให้ดูแลผู้ป่วยคนหนึ่ง ซึ่งต้องเจาะเลือดและเปิดเส้นเลือดเพื่อให้น้ำเกลือทางหลอดเลือดเมื่อก้าวเข้าไปในห้อง สิ่งแรกที่ผู้ป่วยพูดขึ้นมาคือ “เด็กใหม่ใช่ไหม? ผมขอรอบเดี๋ยวนะ ขอคนมีประสบการณ์แล้วกัน” ซึ่งก่อนหน้านี้ฉันประเมินแล้วว่าฉันสามารถทำได้ แต่อาจจะด้วยความตื่นเต้นจึงแสดงผลออราเด็กใหม่ออกไป ประโยคนั้นทำให้ฉันรู้สึกกดดันเป็นอย่างมาก รู้สึกขาดความมั่นใจไปเลย จนทำให้ท้อแท้ไปเลยทีเดียว

ดังนั้นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการทำงานในแต่ละวันคือ “พลังบวก” ในชีวิตการทำงาน คงไม่มีใครจะเจอเรื่องร้ายๆ เสมอไป บางวันดีใจหาย บางวันแย่สุดๆ จนแทบจะปรับนาฬิกาให้หมุนผ่านวันนี้ไปเร็วๆ การค้นหาพลังงานด้านบวกที่อยู่รอบๆ ตัวเอง แค่มองโลกให้เป็น อย่าปล่อยให้ตัวเองถูกครอบด้วยความรู้สึกไม่มั่นคง และอารมณ์ในแง่ลบ ทุกปัญหามีทางออก แล้วเราจะผ่านเหตุการณ์นั้นไปได้ด้วยดี

ถึงแม้ว่า ในชีวิตการทำงานจะเจอทั้งพลังงานด้านบวก และ พลังงานด้านลบ อยู่ที่ใจเราทั้งนั้นว่าจะเลือกสิ่งไหนมาชะโลมใจให้มีแรงทำงาน สำหรับเหตุการณ์หนึ่งที่ฉันจำได้ไม่เคยลืม ย้อนกลับไปเมื่อฉันเริ่มทำงานได้ 3 เดือนแรก วันหนึ่งขณะที่เมื่อฉันได้รับมอบหมายให้ดูแลผู้ป่วยรายหนึ่ง ซึ่งย้ายมาจากโรงพยาบาลเอกชนขึ้นชื่อระดับประเทศ ได้รับการส่งเวรมาว่าญาติผู้ป่วยค่อนข้างเข้มงวด คอยยืน คอยจับตาดูการทำงานของพยาบาลตลอดเวลา ในขณะที่ฉันดูแลให้ยาทางสายให้อาหารกับผู้ป่วย จู่ๆ ญาติผู้ป่วยก็พูดขึ้นมาว่า “หนูเป็นพยาบาลจบใหม่ใช่ไหม” เมื่อญาติผู้ป่วยพูดประโยคนี้อันทำให้ฉันเริ่มรู้สึกกังวลอีกครั้ง แต่ครั้งนี้ต่างกันออกไปตรงที่สีหน้า และ น้ำเสียงที่พูดออกมาแฝงไปด้วยความโอ้อวดอารี และ ประโยกถัดมาที่ทำให้ฉันใจชื้นขึ้นมา จากคำพูดของญาติผู้ป่วย “พอดีป้าสังเกตมาสักพักแล้วหนูอ่อนโยนกับผู้ป่วยเวลาทำอะไรกับผู้ป่วยหนูจะค่อยๆ ทำไม่รุนแรง เวลาถามอะไรหนูจะใจเย็นคอยตอบคำถามป้าตลอด” สุดท้ายญาติผู้ป่วยได้พูดประโยคหนึ่งที่ช่วยปลดล็อกความรู้สึกแย่ ๆ ของฉันจากคำว่าพยาบาลจบใหม่คือ “ขอให้หนูคงความอ่อนโยนและใจเย็นเหมือนพยาบาลจบใหม่แบบนี้ไปเรื่อยๆ นะ” จากเหตุการณ์ในวันนั้น ฉันยังจำคำพูดของญาติผู้ป่วยจนมองว่าสิ่งเหล่านี้คือเอกลักษณ์ความอ่อนโยนในตัวฉัน ในวันที่ทำงานหนัก เหนื่อยล้า จนบางครั้งอาจจะทำให้เกิดความรู้สึกหงุดหงิดใจ หรือไม่พอใจจากการทำงาน ภาพคำชมของญาติผู้ป่วย มักลอยมาให้ระงับอารมณ์เหล่านี้อยู่เสมอๆ

ท้ายที่สุดแล้วทำให้ฉันรู้ว่าถึงแม้ว่าการที่เราไม่มีประสบการณ์ ไม่ควรกดดันตัวเองมากจนเกินไป จนทำให้เกิดความเครียดและท้อแท้ในการทำงาน การก้าวผ่านความท้าทายนี้ไปได้ นั่นคือ การหาพลังบวกให้กับตัวเอง สำหรับฉันแล้วถ้าให้กล่าวถึงก้าวแรกของวันทำงานคงเปรียบเสมือนพริกเกลือที่มีหลายหลายรสชาติ มีรสเผ็ดจากพริกที่ทำให้น้ำตาไหลในบางครั้ง รสหวานจากน้ำตาลที่ทำให้พลังในการทำงานต่อ และ มีรสเค็มจากเกลือที่แทนความอดทนอดกลั้น ซึ่งเมื่อรวมกันแล้วกลมกล่อมเปรียบได้กับประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านมาไม่ว่าจะร้ายหรือดีสุดท้ายแล้วทุกเหตุการณ์ต่างเป็นประสบการณ์สอนให้ฉันเป็นพยาบาลที่ดีขึ้น

ลงชื่อ(เจ้าของผลงาน) นางสาว นางสาวศิวะพร นำเจริญ
ลงชื่อ(หัวหน้า ภาค/ฝ่าย/งาน/หน่วย) นางสาว อีรวรรณ คนชม
สังกัด หอผู้ป่วย
พิเศษ 81
งานการพยาบาลผู้ป่วยใน