



สำนักงานพัฒนาคุณภาพงาน

เลขที่ผลงาน...../.....

วันลงทะเบียน.....

แบบเสนอผลงานกิจกรรมพัฒนาคุณภาพงาน ประเภทเรื่องเล่าเร้าพลัง

(แบบฟอร์ม 4)

ส่วนที่ 1

ชื่อ-สกุล นางสาวจรรยา จอมโคกสูง รหัสบุคคล 013868

เบอร์โทรภายใน 4606-9 เบอร์โทรมือถือ 092-7724443 Email Address juranud_jeab31@outlook.co.th

หน่วยงาน SDIPD 74

ภาควิชาฯ / ฝ่าย(ต้นสังกัด) ฝ่ายการพยาบาล

*ชื่อ-สกุล นางสาวจรรยา จอมโคกสูง รหัสบุคคล 013868

(ผู้ที่จะรับเงินโดยโอนผ่านบัญชี)

โปรดเขียน (✓) ในช่อง ☒ อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite ☐ ไม่อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite

*หมายเหตุ:

1.กรณีที่ผลงานผ่านเกณฑ์และได้รับเงินรางวัล คณะฯ จะโอนเงินรางวัลเข้าบัญชีเงินเดือนผ่านทางรหัสบุคคลที่ท่านได้ระบุไว้

โดยขอให้ระบุตัวแทนการรับเงินเพียง 1 ท่าน

2.ผลงานทุกประเภทที่ส่งประกวดเป็นลิขสิทธิ์ของคณะฯ ห้ามมิให้ผู้ใดนำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต

(กรุณากรอกข้อมูลให้ครบถ้วนทุกช่องและทบทวนความถูกต้อง เพื่อผลประโยชน์ของท่าน)

ชื่อเรื่อง คำตอบของหัวใจ

มีคำถามมากมายเกิดขึ้นภายในจิตใจเรา เช่น เราเกิดมาเพื่ออะไร ทำไมเราถึงเลือกมาทำงานเป็นพยาบาล ตอนนี้เราเป็นยังงัยบ้างกับการทำงานอาชีพนี้ ระยะเวลาที่ผ่านมาเรารู้สึกอย่างไรกับงานที่เราทำ อะไรที่ทำให้เราทำงานนี้ต่อ และเรายังจะทำงานนี้ไปจนถึงเมื่อไร คำถามเหล่านี้เริ่มเกิดขึ้นภายในจิตใจเราเมื่อไม่เรื้อรังที่ผ่านมา เมื่อเราได้พบเห็นการเปลี่ยนแปลงมากมาย ทั้งด้านการใช้ชีวิต ด้านสุขภาพ และด้านสังคม ของตัวเราเอง บุคคลรอบข้าง เพื่อนร่วมชั้นเรียน เพื่อนรุ่นพี่ และแม้กระทั่งเพื่อนร่วมงาน ทำให้เรากลับมานึกย้อนว่าหัวใจเรามีคำตอบให้กับตนเองไว้อย่างไร

เราเกิดขึ้นมาในชีวิตหนึ่ง เราไม่อาจทราบได้ว่า ชีวิตหนึ่งนี้ของเรานั้น เราจะได้ใช้เวลากับชีวิตของตัวเองนั้นได้ในระยะเวลานานเท่าไร บางคนได้มีโอกาสเกิดมา แต่มีโอกาสดำรงชีวิตอันแสนสั้น ในทางกลับกัน บางคนได้มีโอกาสเกิดมา และได้มีโอกาสในการดำรงชีวิตอันแสนยาวนาน ไม่มีใครที่จะสามารถตอบได้ ว่าใครจะได้มีโอกาสได้ใช้ชีวิตบนโลกใบนี้ได้ยาวนานเท่าไร เพราะฉะนั้นเรื่องระยะเวลาของการมีชีวิตของแต่ละบุคคล เป็นสิ่งที่ทุกคนไม่สามารถที่จะกำหนดหรือคาดเดาไว้ได้ ว่าตัวเราเองนั้นจะมีอายุขัยของการได้ใช้ชีวิตบนโลกใบนี้ได้ยาวนานเท่าไร แต่เมื่อเรามีโอกาสได้เกิดขึ้นมา และมีโอกาสในการดำรงชีวิต สิ่งหนึ่งที่จะกำหนดให้เรารับรู้และเข้าใจตัวเราเองนั้น คือเป้าหมายของการมีชีวิต ในที่นี้จะหมายถึงเป้าหมายของชีวิตตัวเราเองในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง

เราได้มีโอกาสได้ดำเนินชีวิตมาถึงช่วงวัยของผู้ใหญ่ตอนกลาง ยอมรับว่าช่วงวัยนี้เป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงของชีวิตอีกขั้นหนึ่ง การมีชีวิตที่เพิ่มมากขึ้น การเป็นผู้ใหญ่ที่เพิ่มมากขึ้น บอกได้เลยว่าไม่ง่ายและก็ไม่ยากที่เราจะก้าวผ่านช่วงวัยนี้ไปได้โดยสมดุล และให้เป็นไปตามจุดหมายปลายทางที่เราได้กำหนด ซึ่งช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทำให้เราโตขึ้นทั้งด้านร่างกาย และด้านจิตใจ โดยการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้ ทำให้เราได้มีโอกาสในการค้นหาคำตอบภายในตัวเราเอง และได้มีโอกาสได้นึกย้อนวันวานในอดีต ถึงจุดหมายปลายทางที่เคยมุ่งหวังในช่วงวัยเด็กอย่างเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น แล้วภาพจำที่เคยนึกขึ้นได้นั้น คือ เด็กผู้หญิงคนหนึ่ง กำลังจะถึงทางแยกของชีวิต มีเส้นทางต่างๆ ให้เลือกเดินมากมาย แต่มีเส้นทางเส้นหนึ่งนั้น ที่เด็กคนนี้ได้เห็น คือ การเป็นพยาบาล ซึ่งเป็นภาพที่ผู้หญิงใส่หมวกสีขาว ใส่ชุดขาวในการทำงาน และมีเป้าหมายว่าจะทำงานในการเป็นหญิงชุดขาวนี้ในวัยผู้ใหญ่ ในความรู้สึกตอนนั้นรู้สึกว่าการทำงานภายใต้ชุดขาว ช่างดูมีเสน่ห์ น่าค้นหา มีคุณค่าต่อทุกคนที่ได้สัมผัส น่าจะเป็นอาชีพที่อยากจะฝากอนาคตของตัวเองไว้ในช่วงชีวิตของการทำงานในวัยผู้ใหญ่ ทำให้เราได้ตัดสินใจเลือกทางเดินเส้นนี้

จากวันที่ตัดสินใจเลือกเรียนพยาบาลจนถึงวันที่ได้เรียนจบ และย่างก้าวเข้าสู่ช่วงวัยการทำงานของการเป็นพยาบาลอย่างสมบูรณ์ จนมาถึงปัจจุบัน ได้มีการเปลี่ยนผ่านชีวิตของการทำงานของการเป็นพยาบาลมากมาย ทั้งรูปแบบของการทำงาน การมีเพื่อนร่วมงานที่ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนเข้ามาทำงานร่วมกัน และแม้กระทั่งการผลัดเปลี่ยนสถานที่การทำงาน การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทำให้ชีวิตของเราเกิดการปรับเปลี่ยนไปอย่างมาก ทั้งด้านรูปแบบงานที่ต้องมีการปรับเปลี่ยนไปในแนวทางขององค์กร ด้านการสร้างสัมพันธภาพของการทำงานร่วมกับผู้อื่น และด้านชีวิตของตนเองและครอบครัว ซึ่งทุกครั้งของการเปลี่ยนแปลง เราจะได้เรียนรู้และเกิดการปรับเปลี่ยนให้มีความสมดุลเกิดขึ้น ในบางครั้งอาจจะต้องใช้ภาระกำลังกาย ภาระกำลังใจ ในการนำพา

ตนเองไปอยู่ในจุดที่สมดุลได้อย่างเหมาะสม อาจมีความรู้สึกท้อ ความรู้สึกเหนื่อยล้าได้ในบางครั้ง แต่สุดท้ายเราเองก็นำพาร่างกายและจิตใจไปสู่จุดที่สมดุลของชีวิตได้ การได้พบประสบการณ์ใหม่ๆ ส่งผลให้เราได้ตกตะกอนความคิด ความรู้สึก และสัมผัสรับรู้อะไรบางอย่างในจิตใจของเรา ว่าภายในจิตใจและภายในร่างกายของเรานั้นมีพลังพิเศษบางอย่างที่แอบซ่อนอยู่ ซึ่งทำให้เราค้นพบว่า ตัวเราเองนั้นมีความสามารถที่จะทำอะไรหลายๆ อย่างได้ และสามารถทำได้อย่างสมดุล ตามความเหมาะสมของสถานการณ์นั้นๆ ทำให้เราเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และภาคภูมิใจในสิ่งที่ได้ทำ ซึ่งจากระยะเวลาของการทำงานเป็นพยาบาลมากกว่า 10 ปีนั้น เราได้ค้นพบเสน่ห์ของการเป็นพยาบาลของตนเอง ได้ค้นพบคุณค่าของอาชีพที่เราอยากสัมผัสเมื่อหลายปีก่อน และได้นำคุณค่าของอาชีพที่เราได้สัมผัสนั้นมาส่งต่อให้ทุกคนได้สัมผัสรับรู้ร่วมกัน ทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และเกิดกำลังใจในการที่จะค้นหาเสน่ห์ของการทำงานเป็นพยาบาลต่อไปในปัจจุบัน ในส่วนของอนาคตนั้นเราเองก็ไม่อาจทราบได้ว่า ตัวเราเองนั้นจะมีแนวทางของการดำเนินชีวิตไปในหนทางใด แต่มีสิ่งหนึ่งที่จะทำให้เราพึงระลึกไว้เสมอ นั่นคือ เป้าหมายของชีวิตในทุกช่วงขณะที่ชีวิตนี้ของเรานั้นได้ดำเนินไป ซึ่งเป้าหมายที่ได้กำหนดจะเป็นสิ่งที่จะช่วยนำทางให้เราดำเนินชีวิตต่อไปบนโลกใบนี้ ให้เกิดความสมดุลในทุกช่วงขณะชีวิตของเรา

การได้ค้นหาคำตอบของหัวใจในครั้งนี้ ทำให้เราได้ค้นพบว่า เราเกิดมาเพื่อดำเนินชีวิตบนโลกใบนี้ โดยมีเป้าหมายของแต่ละช่วงชีวิตเป็นจุดกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิตของเรา การที่เราเลือกมาเป็นพยาบาล เพราะอาชีพพยาบาลนั้น เป็นอาชีพที่มีเสน่ห์ น่าค้นหา และมีคุณค่าต่อทุกคนที่ได้สัมผัส การได้ทำงานพยาบาลในช่วงระยะเวลามากกว่า 10 ปีนั้น ทำให้เราได้เห็นการเปลี่ยนแปลงของชีวิตการทำงาน ของการเป็นพยาบาลที่หลากหลาย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่ได้เกิดขึ้นในแต่ละครั้งนั้น ส่งผลให้เกิดเป็นประสบการณ์ที่ล้ำค่าในชีวิตของเรา ทำให้เราได้ค้นพบพลังพิเศษบางอย่างในจิตใจ โดยพลังที่เกิดขึ้นนั้นได้นำพาให้เราได้ดำเนินชีวิตไปอย่างสมดุล ทำให้เราเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และเกิดพลังกำลังใจในการที่จะค้นหาเสน่ห์ของการทำงานเป็นพยาบาลต่อไป และท้ายที่สุดของการค้นหาคำตอบของหัวใจในครั้งนี้ ทำให้เราค้นพบว่า เรารู้สึกดีใจ และรู้สึกยินดีกับการเป็นพยาบาลในช่วงชีวิตนี้ของเรา

ลงชื่อ นางสาวรณัฐ จอมโคกสูง (เจ้าของผลงาน)

ลงชื่อ นางสาว ชวนชม อ่อนไทย หัวหน้าหอผู้ป่วยพิเศษ

สังกัดงานการพยาบาลผู้ป่วยใน ฝ่ายการศุูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตน์

วัน / เดือน / ปี