ถอดบทเรียน
“เคล็ดไม่ลับกับ การทำงานกับเครือข่ายอย่างไร ให้ถึงวัยเกษียณ”

.....

๗ เอะ!!! เรามาถึงจุดนี้ได้อย่างไร

ในการทำงานทุกคนก็มุ่งที่จะทำงานของตนเองให้ออกมาอย่างมีคุณภาพ ดีมากที่สุด เยี่ยมที่สุด และ เป็นที่ยอมรับและได้รับคำชื่นชมจากหัวหน้า เพื่อนร่วมงาน และภาคีเครือข่ายที่เราได้ทำงานด้วย วันนี้ทางศูนย์อนามัยที่ 6 ได้มีบุคคลที่สามารถเป็นแบบอย่าง เรื่องการประสบความสำเร็จในการทำงานกับภาคีเครือข่าย แต่สำหรับกลเม็ดเคล็ดไม่ลับ กับพฤตกรรมในการทำงาน ขอแบ่งเป็น ครองตน ครองคน ครองงาน ซึ่งครั้งนี้ได้รับเกียรติจาก นางสาวพัชรา ชุ่มชูจันทร์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

ประวัติพอสังเขปของพี่จิ๋ม (นางสาวพัชรา ชุ่มชูจันทร์)

นางสาวพัชรา ชุ่มชูจันทร์	ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
สถานที่ทำงานในปัจจุบัน	กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 6
วัน เดือน ปีเกิด	๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๐๒ (อายุ ๖๐ ปี)
ภูมิลำเนา	จ.ชลบุรี
พี่น้อง	เป็นลูกคนโต มีพี่น้องจำนวน ๕ คน
คู่สมรส	นายทฤนห์ บุญทับ
วุฒิการศึกษาสูงสุด	ปริญญาคหกรรมศาสตร์มหาบัณฑิต สาขามนุษยนิเวศศาสตร์ วิชาเอกการพัฒนาครอบครัวและสังคม จากสถาบันการศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
โทรศัพท์มือถือ	๐๘๖ - ๑๐๘๕๖๙๘ โทรศัพท์ที่ทำงาน ๐๓๘ - ๑๔๘๑๖๕-๘
E-mail :	Pathpc3@gmail.com
อุดมคติในการ	“งานได้ผล คนมีความสุข”

Naohaphothphum

ประวัติการรับราชการ

เริ่มรับราชการ เมื่อวันที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๑๔ ตำแหน่ง เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข สังกัด กรมอนามัย ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข ระดับ ชำนาญการพิเศษ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัย ที่ ๖ ชลบุรี รวมเวลาราชการตั้งแต่เริ่มรับราชการ ถึงวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑) เป็นเวลา ๓๘ ปี ๒ เดือน

ความภาคภูมิใจในชีวิตข้าราชการ

ชีวิตในการทำงาน ไม่เคยทำอย่างอื่น นอกจากการรับราชการ อยู่กระทรวงสาธารณสุข ๓๙ ปี มีความมุ่งมั่น ตั้งใจในการเป็นข้าราชการ รับใช้คุณแผ่นดิน จวบจนวันสุดท้ายของการเกษียณอายุราชการ

ในชีวิตการทำงาน จะพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน ทำงานทุกวันให้ดีที่สุด ทำเต็มศักยภาพอย่างไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก สำหรับในวันนี้มีความภาคภูมิใจของการเป็นข้าราชการที่มีเกียรติศักดิ์ตามคำสอนของสมเด็จย่า **“เกียรติยศ ชื่อเสียง ไม่ได้มาด้วยชาติกำเนิด แต่เกิดจากการกระทำ” (Not noble by birth, yet noble by deeds”**

คติประจำใจ “ความพยายามไม่เคยทำให้ใครพ่ายแพ้ ความท้อแท้ไม่เคยทำให้ใครชนะ”

คุณจริงใจ : การสร้างภาคีเครือข่ายที่ยั่งยืน พี่จิ๋มมีแนวคิดกับเรื่องนี้อย่างไรบ้างค่ะ???
พี่จิ๋ม : การสร้างภาคีเครือข่ายที่ยั่งยืน ที่ใช้เป็นประจำ มี 3 ข้อ ดังนี้
1. ทำให้เครือข่าย เข้าใจตรงกันกับเราว่า การทำงานทุกวันนี้เป็นเรื่องของประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุในชุมชน ทุกคนต่างมีบทบาทและหน้าที่ในการจัดการปัญหาสุขภาพในพื้นที่ของตนเอง ไม่ใช่เกิดจากการสั่งการ
2. ให้ความช่วยเหลือเครือข่าย เพราะบางครั้งเครือข่ายมีข้อจำกัด เราต้องช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษา ต้องทำอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เครือข่ายเดินได้ และเป็นเครือข่ายที่เหนียวแน่นกับเราต่อไป ในการช่วยเหลือเกื้อกูลลักษณะนี้ต้องไม่เอาข้อจำกัดของตัวเองมาเป็นตัวตั้ง ต้องมุ่งถึงความสำเร็จของงานในพื้นที่เป็นตัวตั้ง ซึ่งพี่จิ๋มทำมาโดยตลอดทำมาหลายปี
3. มีความจริงใจต่อกัน มีการพูดคุยกัน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ทำตลอดเวลา อาจจะทำในรูปแบบ ไลน์ส่วนตัว ไลน์กลุ่ม โทรศัพท์คุยกัน ปรึกษากัน แลกเปลี่ยนการดำเนินงานกันอย่างต่อเนื่อง เครือข่ายคิดเห็นอย่างไร เราคิดเห็นอย่างไร และหาทางออกร่วมกันในบางเรื่อง

คุณจริงใจ : สำหรับเรื่องการทำงาน พี่จิ๋มมีวิธีการทำงานอย่างไรบ้าง กว่าจะทำงานมาถึงวัยเกษียณ???
พี่จิ๋ม : สำหรับวิธีการทำงาน สิ่งสำคัญมี 6 ข้อ โดยแบ่งเป็นการจัดการงาน และการจัดการด้านการใช้ชีวิตประจำวันของจนเอง
การจัดการงาน : 1. มีความรับผิดชอบในหน้าที่
2. มีความรักในงานที่ทำ ทำให้เราคิดสร้างสรรค์ผลงานดีดีตลอดเวลา
3. มีความอดทน อดกลั้น และมีเมตตาต่อเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
การจัดการด้านการใช้ชีวิตประจำวันของตนเอง :
1. ให้เวลากับการจัดการเรื่องงาน เรื่องครอบครัว ให้สมดุลให้ได้
2. ทำสุขภาพให้แข็งแรง พบแพทย์เมื่อจำเป็น ออกกำลังกาย ทำงานบ้าน ทานอาหารที่มีประโยชน์ ผ่อนคลายความเครียด ทำอาหาร คิดงานออก ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข
3. เข้าสังคมพบปะเพื่อฝูง

การประชุมเชิงปฏิบัติการการพัฒนาศักยภาพ
และทักษะของผู้จัดการการดูแลผู้สูงอายุ (Care Manager)
ในการรองรับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวระดับพื้นที่
ระหว่างวันที่ ๒๙ เมษายน - ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๒

วันที่ 18-29 พฤษภาคม 2558

ศูนย์ส่งเสริมเภสัชกรรมปฐมภูมิ

ให้ข้อมูลโดยนางสาวพัชรา ชุ่มชูจันทร์
ถอดบทเรียนโดย คุณจริงใจ ไม่จิงโจ้