



กรมสุขภาพจิต

ปีที่ 20 ฉบับที่ 233 เดือนพฤษภาคม 2556 <http://www.dmh.go.th>

ครบรอบ 21 ปี

การสถาปนากรมสุขภาพจิต



สาระในเล่ม

- 2 ภาพบรรยากาศครบรอบ 21 ปี การสถาปนากรมสุขภาพจิต
- 4 บันทึกความทรงจำ การพัฒนาคุณภาพ HA ย้อนรอย HA จิตเวชสงขลาราชนครินทร์
- 8 บทความสุขภาพจิต “ความมั่นใจ...กุญแจสำคัญในการสัมภาษณ์งาน”
- 10 กิจกรรมงานสุขภาพจิต
- 11 รับบางวัลนักเวชศาสตร์ป้องกันดีเด่นระดับชาติ ประจำปี 2555
- 12 12 ปี รพ.จิตเวชสระแก้วราชนครินทร์ “ศูนย์กลางด้านสุขภาพจิตและจิตเวชภาคตะวันออก”
- 14 บทความสุขภาพจิต “ความรู้สึกบวก (Positive Feeling)”
- 15 ความสุข เล็ก...เล็ก
- 16 สถาบันราชานุกูล ได้รับการรับรองคุณภาพสถานพยาบาล/รพ.พระศรีมหาโพธิ์ เปิดบ้านแผนไทย

บรรยากาศงานครบรอบ 21 ปี การสถาปนากรมสุขภาพจิต

วันอังคารที่ 9 เมษายน 2556

ณ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข



พิธีไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ประจำปีกรมสุขภาพจิต



พิธีสงฆ์ สวดพระพุทธมนต์ ถวายเครื่องไทยธรรม พิธีสงฆ์หน้าพระพุทธรูป และผู้บริหารปลูกต้นไม้



พิธีมอบโล่ประกาศเกียรติคุณ พิธีมอบโล่ประกาศเกียรติคุณแก่ข้าราชการพลเรือนดีเด่น ประจำปี 2555 และมอบของที่ระลึกแก่ข้าราชการเลื่อนระดับชำนาญการพิเศษ เชี่ยวชาญ ประจำปี 2555



พิธีรดน้ำขอพรอดีตผู้บริหารกรมสุขภาพจิต ณ ห้องอาหาร VIP ชั้น 1

ข้าราชการพลเรือนดีเด่นของกรมสุขภาพจิต ประจำปี 2555 จำนวน 3 ราย คือ

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. นางสาว วังศ์สวัสดิ์ | นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ กลุ่มที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต |
| 2. นางอารี ชูศักดิ์ | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลยุวประสาทไวทโยปถัมภ์ |
| 3. นายสมเกียรติ ธาราเสพ | พนักงานช่วยเหลือคนไข้ ส 2 โรงพยาบาลศรีธัญญา |

คนดีที่เป็นแบบอย่างในวิชาชีพ ประจำปี 2556 จำนวน 12 ราย คือ

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1. นางภาณี ขวาลุฒิ | ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ โรงพยาบาลสวนปรุง |
| 2. นางสาวธีรรัตน์ แทนขำ | เภสัชกรชำนาญการพิเศษ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา |
| 3. นางละเอียด ปานนาค | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ โรงพยาบาลศรีธัญญา |
| 4. นางสาวเพ็ญพรรณ ชิตวร | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ |
| 5. นางสาวลักษณีย์ สุวรรณไมตรี | นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการพิเศษ สำนักพัฒนาสุขภาพจิต |
| 6. นางสาวสุรพันธ์ ปราบกริ | ผู้อำนวยการศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 |
| 7. นางสาววรรรัตน์ ว่องอภิวัฒน์กุล | นักสังคมสงเคราะห์เชี่ยวชาญ โรงพยาบาลสวนสราญรมย์ |
| 8. นางสาวณัชพร ศุภสมุทร์ | นักวิชาการศึกษาเชี่ยวชาญ สถาบันราชานุกูล |
| 9. นางเพียว บัวรุ่ง | นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการพิเศษ โรงพยาบาลศรีธัญญา |
| 10. นางสิริกุล โพธิมาศ | นักกายภาพบำบัดชำนาญการ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา |
| 11. นางสาวอินทิรา อะตะมะ | นักกิจกรรมบำบัดชำนาญการ สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ |
| 12. นางสง่า พิมพ์ตะ | นักเทคนิคการแพทย์ปฏิบัติการ โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ |



บันทึกความทรงจำ การพัฒนาคุณภาพ HA

ย้อนรอย HA จิตเวชสงขลาราชนครินทร์

ย้อนหลังไปประมาณ 10 ปี 2543 โรงพยาบาลประสาทสงขลา สังกัดกรมการแพทย์ ได้ส่งบุคลากรเข้าอบรมหลักสูตรประสานงานคุณภาพ (Facilitator) และมีการส่งบุคลากรเข้ารับการอบรมมาเป็นระยะอย่างต่อเนื่อง จนมีผู้ประสานงานคุณภาพมากพอ ที่จะขับเคลื่อนระบบคุณภาพในองค์กร มีการปรับทิศทางการพัฒนาคุณภาพ และคณะทำงานใหม่หลายคณะ เริ่มเรียนรู้การทำงานคุณภาพ โดยลองผิดลองถูกหลายครั้ง แต่ก็ได้รับกำลังใจและความช่วยเหลือจากทีมด้วยดีมาโดยตลอดโดยเฉพาะทีมจากโรงพยาบาลสวนปรุงและสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา ช่วงที่ทำ HA มีอุปสรรคมากเนื่องจาก HA เป็นเรื่องใหม่บุคลากรบางส่วนไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ศูนย์พัฒนาคุณภาพไม่มีบุคลากรทำงาน full time แต่ก็ไม่ใช่เหตุผลที่ทำให้ท้อ



คณะทำงานคุณภาพยังมีความมุ่งมั่นในการทำงาน แม้บ่อยครั้งต้องทำงานในช่วงเวลานอกราชการและกลับบ้านดึกเกือบทุกวัน มีการส่งคนเข้าอบรมตามที่สถาบันพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล (พรพ.) โดยเน้นอบรม Fa ประจำหน่วยงาน ร่วมกับการเชิญวิทยากรมาบรรยายให้ความรู้และไปศึกษาดูงานหลายแห่ง โดยเฉพาะที่เห็นผลชัดเจนคือการพาทีมสหวิชาชีพ ไปดูงานที่โรงพยาบาลราชภูริยินดี ซึ่งเป็นโรงพยาบาลในลำดับต้นๆ ของประเทศที่ผ่านการรับรองในเวลานั้น

ผลจากการปรับกลยุทธ์ส่งผลให้เกิดการวางระบบการทำงาน เช่น มีระเบียบปฏิบัติและวิธีปฏิบัติงานจำนวนมาก ซึ่งนับเป็นผลสำเร็จก้าวแรกและก้าวต่อไป แต่ก็ยังมีอุปสรรคเข้ามารุมเร้า จนทำให้ความร่วมมือลดน้อยลงเรื่อยๆ ในที่สุดการพัฒนาคุณภาพก็ได้หยุดชะงักไปช่วงเวลาหนึ่ง

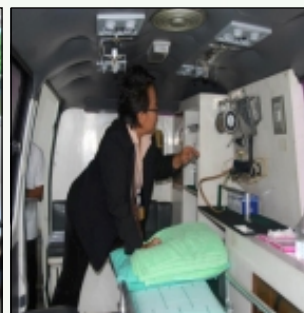
ต่อมา มีการปลุกกระแสการพัฒนาคุณภาพอีกครั้ง มีทีมใหม่ที่เป็น Full time เริ่มประสานงานต่อ โดยนำกิจกรรม หัวหน้าพาทำคุณภาพ 8 ครั้ง มาเป็นเครื่องมือในการดำเนินงาน และมอบหมายให้ทุกหน่วยงานวิเคราะห์ตนเองและระบบบริการที่เชื่อมโยงกับหน่วยงานอื่น ซึ่งเป็นพื้นฐานในการเขียน Service profile ในปัจจุบัน เป็นจุดเริ่มต้นในการประสานความเข้าใจกระบวนการหลักของหน่วยงาน ต่อมาเริ่มประสานแนวคิดเรื่องของกิจกรรม หัวหน้าพาทบทวนคุณภาพ 12 กิจกรรม มีการเรียนรู้แต่ละกิจกรรม และจุดประกายความคิดเชื่อมโยงกับระบบงานหลักในโรงพยาบาล แม้ในช่วงแรกมีการลองผิดลองถูกบ้าง ทั้งหมดเป็นการเรียนรู้ร่วมกัน เพราะไม่มีหนังสือเล่มใดที่จะอธิบายความเข้าใจ เรื่องการผลักดันหน่วยงานให้เป็นโรงพยาบาลคุณภาพ ได้ดีเท่ากับประสบการณ์ที่แต่ละคนได้ร่วมแรงร่วมใจ ฝ่าฟันอุปสรรคแบบเพื่อนช่วยเพื่อน พี่ช่วยน้อง สิ่งหนึ่งที่เป็นปัจจัยสำคัญที่ทุกคนรำลึกได้ คือ ความมุ่งมั่น

ของผู้นำองค์กร หมายถึงผู้อำนวยการคนใหม่ ซึ่งมารับตำแหน่งในเดือนตุลาคม 2550 พร้อมทั้งประกาศ เชื่อมโยงในการพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาลทันที และพร้อมเข้าสู่การขอรับการประเมินบันไดขั้นที่ 1 ในเดือนพฤศจิกายน 2550

ทุกคนยังจดจำบรรยากาศได้ว่าการประเมินครั้งนั้น มีการเตรียมความพร้อมทั้งเรื่องการเตรียมหน่วยงาน และการตอบคำถามผู้เยี่ยมชมสำรวจ ที่ทุกคนต่างช่วยกันตอบหรือเสนอข้อมูลทำให้โรงพยาบาลผ่านการประเมินในวันที่ 7 มกราคม 2551 การเรียนรู้ครั้งแรก ทำให้ได้บทเรียน การนำเสนอของแต่ละหน่วยงานจะเน้นในเรื่องการทบทวนกระบวนการหลักการค้นความเสี่ยง การหาโอกาสพัฒนา และการเรียนรู้จากการทบทวน 12 กิจกรรม ในหัวหน้าพาทบทวนคุณภาพ นำไปสู่การปรับระบบงานให้มีความปลอดภัย บรรลุเป้าหมายของหน่วยงาน/องค์กร นับว่าเป็นความโชคดีของโรงพยาบาลที่มีหน่วยงานพี่เลี้ยงคอยดูแลโรงพยาบาลจิตเวชน้องใหม่อย่างเรา เช่น โครงการอำรุงรักษาของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสงขลา ทีมงานจากสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา และข้อเสนอแนะของผู้มาเยี่ยมชมสำรวจทุกท่าน ทำให้เรามีทิศทางในการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณภาพอย่างต่อเนื่อง



จนถึงเดือนตุลาคมปี 2551 ทางโรงพยาบาลมีความพร้อมในระดับหนึ่ง จึงตัดสินใจขอประเมินบันไดขั้นที่ 2 ในครั้งนี้หน่วยงานสนับสนุน ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการรับการตรวจเยี่ยมร่วมกับหน่วยงานทางคลินิก ในช่วงดังกล่าวเริ่มมองเห็นพลังความสามารถและบทบาทของหน่วยงานสนับสนุนทุกท่าน ที่มีส่วนผลักดันในความสำเร็จของการประเมินบันไดขั้นที่ 2 เนื่องจากการวางระบบเตรียมความพร้อมของงานสนับสนุนจากวิทยากรที่เข้มแข็ง จนกระทั่งโรงพยาบาลสามารถผ่านการรับรองบันไดขั้นที่ 2 ในวันที่ 8 มกราคม 2552





เหลืออีกเพียงขั้นสุดท้ายในการนำพาโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราเข้าสู่การรับรองเป็นโรงพยาบาลคุณภาพทุกหน่วยงาน ทุกทีม วางแผนในการเตรียมความพร้อม ทั้งระบบเอกสารและระบบงาน ร่วมกันศึกษาแบบประเมินฉบับใหม่และการเขียน SPA มาเป็นแนวทางในการพัฒนาระบบคุณภาพของโรงพยาบาล ถ้ามองย้อนไปจะพบว่าแนวทางของ SPA ทำให้ทุกทีมทราบว่า จะต้องใช้บทบาทแต่ละทีมในการวางระบบร่วมกัน และเชื่อมโยงลงสู่ผู้ปฏิบัติทุกท่านได้อย่างไร แค่นั้นยังไม่พอ จะทำอย่างไรให้ผู้ปฏิบัติงานที่อยู่หน้างานสามารถบอกถึงการพัฒนาของตนเองได้ จากการวิเคราะห์ระบบงานของตนเองและเชื่อมโยงไปสู่ระบบที่ทีมนำเฉพาะด้านทุกทีมวางระบบให้กับทุกหน่วยงานซึ่งผลลัพธ์ที่มุ่งหวังในการก้าวสู่ระบบคุณภาพ คือ การได้ใจทุกคนในโรงพยาบาลให้มีความมุ่งมั่นในทิศทางเดียวกัน ที่สุดแล้วความรัก ความผูกพัน

และศักยภาพ ที่มีความหลากหลายของชาวจิตเวชสงขลารา เราพร้อมที่จะฮึดอีกครั้ง ดังคำกล่าวของผู้บริหาร ที่กล่าวว่า **“เราจะยอมเหนื่อยอีกครั้งเพราะ 2 ปี ที่ผ่านมาพิสูจน์ว่า เราก็ก้าวมาได้ปีละขั้น ปีนี้ เชื่อว่าทุกคนจะช่วยกันทำให้โรงพยาบาลไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ร่วมกัน”**

ผลการดำเนินงานที่ผ่านมาในทุกเวทีการประชุม ผู้อำนวยการและผู้นำทุกระดับ จะเห็นถึงความภาคภูมิใจที่โรงพยาบาลของเราผ่านความสำเร็จในการประเมินบันไดขั้นที่ 1-2 เป็นเพราะความมุ่งมั่นร่วมกันของสมาชิกชาวจิตเวชสงขลาราชนครินทร์ทุกท่าน ในที่สุดสิ่งที่ทุกคนพยายาม ก็บรรลุเป้าหมายโรงพยาบาลผ่านการรับรองเป็นโรงพยาบาลคุณภาพ ในวันที่ 20 ธันวาคม 2553 เป็นสิ่งที่พิสูจน์ความสามารถของพวกเราว่า ไม่มีสิ่งใดที่ทำได้ขอเพียงเราช่วยกันให้ความช่วยเหลือเอื้ออาทร ร่วมขจัดปัญหาค้นหาโอกาสพัฒนา ประสานไมตรี ด้วยวิถีเพื่อนช่วยเพื่อนร่วมขับเคลื่อนองค์กรสู่องค์กรเรียนรู้ และนี่เป็นบทเรียนสำคัญบทหนึ่งที่พิสูจน์ถึง การทำงานเป็นทีมที่เข้มแข็ง การร่วมแรงร่วมใจของเจ้าหน้าที่ทุกคน ความพร้อมของเจ้าหน้าที่ทั้งด้านความรู้ ความสามารถ พร้อมทั้งมีคณะผู้บริหาร คณะกรรมการทีมคร่อมสายงานทีมผู้ประสานงานคุณภาพ ให้การสนับสนุน ชักจูง กระตุ้น สื่อสาร และสร้างบรรยากาศคุณภาพทั่วทั้งองค์กร ให้มีความมุ่งมั่นอย่างจริงจัง ทำให้เราได้รับรองคุณภาพและบนเส้นทางของโรงพยาบาลคุณภาพนี้พวกเราทุกคนหวังที่จะพัฒนาระบบคุณภาพของเราต่อไป ให้ดีขึ้นกว่าปัจจุบัน **“ด้วยหัวใจของการพัฒนาคุณภาพ ที่อยู่ในคนทุกคน”** อย่างไม่มีที่สิ้นสุด



วิชาการ



โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการ "สื่อสารกับโลก เพื่อสร้างพลังแห่งใจใหม่" วันที่ 21 - 22 กันยายน 2553 ณ โรงแรม อิมพีเรียล ภูเก็ต

บริการ



หน่วยบริการสุขภาพจิตเคลื่อนที่



เยี่ยมยาที่ อ.คลองหอยโข่ง วันที่ 14 พ.ย. 53



เปิดศูนย์เยี่ยมยา จ.ยะลา

กิจกรรมพิเศษและสิ้นทนการ



กิจกรรมทำบุญตักบาตรเนื่องในวันสำคัญทางศาสนา



พิธีเปิดงานกีฬาภายในโรงพยาบาล



ทอดผ้าป่า รพ. 52



ความมั่นใจ...กุญแจสำคัญในการสัมภาษณ์งาน

น.พ.ธิดิพันธ์ ธานีรัตน์

รองผู้อำนวยการด้านเครือข่ายตติยภูมิและงานวิจัย

รพ.สวนสราญรมย์ กรมสุขภาพจิต

เมื่อสัปดาห์ที่ผ่านมา ผมได้รับโทรศัพท์จากเพื่อนสมัยมัธยมปลาย พุดคุยเพื่อขอความเห็น พร้อมแสดงความกังวลป็นหัวใจเรื่องการหางานใหม่ ที่เจ้าตัวมองว่า การสัมภาษณ์งานคือปัญหา ไม่ว่าจะส่งใบสมัครไปที่ไหนก็จะถูกเรียกตัวไปสัมภาษณ์ตลอด แต่ทำไมไม่เห็นจะได้งานใหม่สักที พอได้พุดคุยในรายละเอียด ผมก็ได้พบว่าทั้งคู่คุณสมบัติทางการศึกษาหรือประสบการณ์ทำงานเพื่อนผมมีพร้อม แต่คุณสมบัติอย่างหนึ่งที่สำคัญมากซึ่งเขาขาดไป นั่นก็คือ “ความมั่นใจ ในตัวเอง” ซึ่งผู้ว่าจ้างมักมองว่าเป็นคุณสมบัติพิเศษที่ทำให้สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะงานที่ต้องรับผิดชอบสูงภายใต้ความกดดัน

การสัมภาษณ์งานสร้างความกังวลและความเครียด โดยเฉพาะคนที่ร้างลาการสัมภาษณ์งานมานาน อาจเป็นเพราะทำงานที่เดิมมาตลอด อย่าปล่อยให้ความตื่นเต้น ประหม่า ทำให้คุณพลาดงานที่ต้องการไปนะครับ ฉบับนี้ผมขอเสนอแนะการแสดงออกถึงความมั่นใจในตัวเอง เพื่อให้ผู้สัมภาษณ์เห็นระหว่างการสัมภาษณ์ว่าคุณพร้อม และเป็นมืออาชีพในตำแหน่งที่คุณสมัครไว้ “ความมั่นใจ” เกิดจากความเชื่อมั่นในศักยภาพหรือความสามารถในตัวเองอย่างเหมาะสม ซึ่งแตกต่างจาก “ความมโสร” อันเป็นคุณสมบัติที่ผู้สัมภาษณ์ (ซึ่งอาจเป็นเจ้านายคุณในอนาคต) ไม่ต้องการอย่างแน่นอน

เตรียมตัวเองให้พร้อม

ก่อนวันสัมภาษณ์ให้เวลาตัวเอง ในการเสาะหาข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับบริษัทหรือองค์กรที่คุณสมัคร ทั้งจากเว็บไซต์ของบริษัทเอง ข่าวสารอัปเดตในช่วงที่ผ่านมา ปรัชญาในการทำงานของบริษัท และถ้ายังไม่สุดความสามารถควรหาข้อมูลของผู้ที่จะสัมภาษณ์คุณด้วยก็ดี (อาจสอบถามจากผู้ที่แจ้งให้คุณทราบเรื่องการสัมภาษณ์) ทั้งชื่อ นามสกุล ตำแหน่งงาน การสะกดชื่อ และออกเสียงเรียกชื่อให้ถูกต้องถือเป็นสิ่งจำเป็น การเตรียมพร้อมทั้งหมดนี้นอกจากจะสร้างความประทับใจให้กับผู้สัมภาษณ์แล้ว ยังเป็นการสร้างความมั่นใจให้กับตัวคุณเองด้วย

มาถึงก่อนเวลา

การไปสัมภาษณ์งานสายกว่าเวลานัด จะทำให้คุณเครียดและกังวลมากขึ้น ซึ่งส่งผลต่อความมั่นใจในการสัมภาษณ์ ควรไปถึงสถานที่นัดหมายก่อนเวลา เพื่อให้มีเวลาหาชิ้นหรือห้องที่คุณต้องเข้าไปสัมภาษณ์ไว้ก่อน การวิ่ง กระหืด กระหอบไปถึงแทบจะในนาทีสุดท้าย หรือสายไป 10-15 นาที ย่อมไม่ดีแน่ การอดหลับอดนอน ตาคล้า เป็นแพนด้าจากการดื่มหนักในคืนก่อนวันสัมภาษณ์ก็ไม่ดีเช่นเดียวกัน การที่เราให้ผู้สัมภาษณ์เห็นความสดชื่น ความพร้อมในตัวเราก็คือเป็น “ความประทับใจเริ่มต้น” ที่คุณไม่ควรพลาด

รู้ว่าจะตอบคำถามทั่ว ๆ ไปอย่างไร

ประวัติการศึกษา ประวัติส่วนตัว และครอบครัว ประวัติการทำงาน รวมไปถึงรู้จักบริษัทนี้ได้อย่างไร พอรู้ใหม่ว่า บริษัทเราทำธุรกิจครอบคลุมเกี่ยวกับอะไรบ้าง ใครคือคู่แข่งของบริษัทเราในสายตาคุณ เตรียมพร้อมข้อมูลดังกล่าวนี้ล่วงหน้า เพื่อที่คุณจะสามารถตอบคำถามได้อย่างฉะฉาน สั้นไหล อย่างกังวลที่จะถูกมองว่าคุณคิดเตรียมคำตอบไว้ก่อน เพราะการเตรียมตัววางแผน คือ คุณสมบัติเด่นนะครั้บ ไม่ใช่ข้อด้อย และหากคุณถูกยิงคำถามเกี่ยวกับคุณสมบัติส่วนตัว เช่น จุดเด่นในการทำงานของคุณ อย่าพูดเพียงเป็นสิ่งนามธรรม ให้ยกเหตุการณ์ที่ผ่านมาที่คุณใช้คุณสมบัตินั้นเป็นตัวอย่าง ให้ผู้สัมภาษณ์เห็นเป็นรูปธรรมที่ชัดเจนขึ้น

กล้าที่จะถาม

หลายคนตกม้าตายในข้อนี้ คาดไว้ 100 เปอร์เซ็นต์เลยครั้บว่า ผู้สัมภาษณ์จะต้องเปิดโอกาสให้คุณถามคำถามที่คุณอยากรู้ ไม่ว่าจะเกี่ยวกับบริษัทหรืองานที่คุณสมัคร ขอให้คุณเตรียมคำถามไว้สัก 2-3 ข้อ เพราะจะแสดงให้เห็นว่าคุณมีความมั่นใจและสนใจในบริษัทนี้มากพอ มีความคิดเห็นอย่างไรบ้าง และไม่กลัวที่จะถามคำถาม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการติดต่อสื่อสารทั้งภายในและระหว่างองค์กร ภายหลังจากที่คุณได้รับงานตำแหน่งนั้นๆ แล้ว

ไม่ละเลยสัญญาณทางกาย

ควรใช้มือประกอบการตอบคำถามอย่างเหมาะสม อย่างกลัวที่จะสบตาผู้สัมภาษณ์ แสดงให้เห็นว่าคุณให้ความสำคัญต่อคำถาม ตั้งใจฟังในสิ่งที่เขากำลังพูด หากผู้สัมภาษณ์งานมีหลายคน อย่าลืมหาโอกาสสบตาผู้สัมภาษณ์คนอื่นๆ ที่ไม่ได้เป็นผู้ถามคำถามที่คุณกำลังตอบอยู่ด้วย และไม่ใช่ว่าเรื่องผิด ที่คุณจะละการสบตา เพื่อมองสิ่งอื่นๆ รอบข้างบ้าง การนั่งตัวตรง ไม่ห่อไหล่ จะแสดงให้เห็นถึงความมั่นใจและตื่นตัวต่อโอกาสที่คุณจะได้เป็นส่วนหนึ่งของบริษัท

อีกเรื่องที่สำคัญไม่แพ้กันคือ เรื่องการแต่งกาย เมื่อคุณแต่งกายสุภาพ เหมาะสมกับงานที่คุณสมัคร ย่อมเสริมความมั่นใจในตัวเองระหว่างการสัมภาษณ์ และการที่คุณรู้สึกดีกับตัวคุณเองนั้น ผู้สัมภาษณ์ย่อมมองเห็น

มั่นใจแม้ในจุดอ่อนของตัวเอง

เตรียมคำตอบสำหรับจุดอ่อนของคุณให้ใกล้เคียงความจริง เมื่อถูกถามถึงจุดอ่อนในตัวเอง อย่าลืมนอกจากจุดอ่อนแล้ว คุณก็มีคุณสมบัติเด่น หรือจุดแข็ง (จำนวนมากกว่า) เช่นเดียวกัน ไม่มีใครสมบูรณ์แบบหรอกครั้บ จริงๆ แล้วผู้สัมภาษณ์ต้องการจะทราบเพียงว่าคุณมีจุดอ่อนอะไรบ้าง และตัวคุณได้ตระหนักถึงประเด็นนั้นเพียงใด เพื่อที่บริษัทจะได้หาทางช่วยเหลือคุณในทางอื่นๆ (กรณีที่คุณได้รับเลือกให้เข้าทำงาน) การยอมรับว่าตัวเองมีจุดอ่อน และกำลังพัฒนาตนเองเพื่อแก้ไขจุดอ่อนนั้นๆ หรือพยายามทำให้เป็นจุดแข็งขึ้นมา ย่อมเป็นคุณสมบัติที่ดีและสะท้อนความมั่นใจในตนเองให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

“ความมั่นใจ” เป็นบุคลิกที่สร้างความโดดเด่นและแตกต่างให้ผู้สัมภาษณ์เห็นว่าทำไมถึงควรเลือก “คุณ” เมื่อเปรียบเทียบกับผู้สมัครรายอื่นๆ จงมั่นใจที่จะแสดงความชัดเจนในตัวเอง ทั้งในเรื่องคุณสมบัติ การพูดจาที่ชัดเจน ด้วยเสียงที่ไม่ดังเกินไปหรือเบาจนไม่ได้ยิน และไม่กลัวที่จะขอฟังคำถามอีกครั้ง เมื่อได้ยินไม่ชัดเจน หวังว่าข้อแนะนำทั้งหมดนี้จะช่วยให้การสัมภาษณ์งาน ครั้งต่อไปของคุณราบรื่นขึ้น เปลี่ยนจากความวิตกกังวลเป็นความท้าทาย และลงเอยด้วยความสำเร็จนะครั้บ ลู๊ๆ ครั้บ 🙌

กิจกรรมงานสุขภาพจิต



ทำบุญครบรอบ 48 ปี

นายแพทย์วิฑูรย์ เพ็งจันทร์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต เป็นประธานในพิธีทำบุญครบรอบ 48 ปีรพ.จิตเวชนครราชสีมา ราชนครินทร์ และประธานในพิธีวางศิลาฤกษ์อาคารผู้ป่วยในชาย 5 ชั้น ของรพ. เมื่อวันที่ 15 มีนาคม 2556



จัดประชุมโครงการพัฒนาเครือข่ายนอกสังกัดกรมสุขภาพจิต

สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์ จัดประชุมโครงการพัฒนาเครือข่ายนอกสังกัดกรมสุขภาพจิต ให้มีการดำเนินการตามมาตรฐานระบบบริการความเป็นเลิศเฉพาะทางด้านนิติจิตเวช วัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาแนวทางการดูแลผู้ป่วยนิติจิตเวช สำหรับบุคลากรในเรือนจำและสาธารณสุข เพื่อให้บุคลากรในเรือนจำและสาธารณสุขในพื้นที่มีแนวทางดูแลผู้ป่วยนิติจิตเวช ให้ผู้ป่วยนิติจิตเวชได้รับการดูแลต่อเนื่องในเรือนจำและภายหลังพ้นโทษกลับสู่ชุมชน โดยมีแพทย์หญิงดวงตา ไกรภัสสรพงษ์ รองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์ เป็นประธานเปิดการประชุม เมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2556 ณ ชั้น 4 ตึกอำนวยการ



จัดโครงการประชุมปฏิบัติการอำเภอเข้มแข็งในการดำเนินงานสุขภาพจิต

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 ได้จัดโครงการประชุมปฏิบัติการอำเภอเข้มแข็งในการดำเนินงานสุขภาพจิตชุมชน เพื่อชี้แจงนโยบาย เพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาเครือข่ายในระดับอำเภอทั้งในและนอกระบบสาธารณสุขให้มีความเข้มแข็ง ในจังหวัดสตูล สงขลา พัทลุง และตรัง ในวันที่ 13, 14, 26 และ 27 ก.พ. 56 ตามลำดับ มีเครือข่ายกลุ่มเป้าหมาย เข้าร่วมโครงการรวม 246 คน



ครบรอบการก่อตั้งโรงพยาบาลสวนสราญรมย์

รพ.สวนสราญรมย์ ได้จัดงานครบรอบการก่อตั้งรพ. ซึ่งในปีครบรอบ 76 ปี โดยมีพิธีพราหมณ์ บวงสรวงรัชกาลที่ 6 ณ ลานพระบรมรูปรัชกาลที่ 6 และจัดพิธีสงฆ์ ณ บริเวณซุ้มพระพุทธรูปมีพระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์ จำนวน 9 รูป ในวันที่ 20 มีนาคม 2556 ณ รพ.สวนสราญรมย์



โครงการสัมมนาสื่อสารมวลชนสัมพันธ์

โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์ราชนครินทร์ โดยกลุ่มงานประชาสัมพันธ์ จัดโครงการสัมมนาสื่อสารมวลชนสัมพันธ์ร่วมสร้างสรรค์สุขภาพจิตคนไทย สำหรับสื่อมวลชนในจังหวัดนครสวรรค์ วันที่ 15 มีนาคม 2556 ณ โรงแรมเบเวอรี่ฮิลล์ปาร์ค



จัดทีมสุขภาพจิตเคลื่อนที่ร่วมออกหน่วยและจัดนิทรรศการในโครงการ “ผู้ว่าฯ พบปะประชาชน”

โรงพยาบาลสวนปรุง จัดทีมสุขภาพจิตเคลื่อนที่ร่วมออกหน่วยให้บริการประชาชน และ จัดนิทรรศการ “ปัญหาสุขภาพจิตจากสุราและความสุขสร้างได้” ในโครงการ “ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่ หัวหน้าส่วนราชการและผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พบปะประชาชน” จัดโดย จังหวัดเชียงใหม่ ในวันที่ 30 มีนาคม 2556 ณ โรงเรียนอมก๋อยวิทยาคม อ.อมก๋อย จ.เชียงใหม่ โดยมี นายธานีทร์ สุภาแสน ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่ เป็นประธานในการจัดงานและเข้าเยี่ยมชมบูชานิทรรศการโรงพยาบาลสวนปรุง

รับรางวัลนักเวชศาสตร์ป้องกันดีเด่นระดับชาติ ประจำปี 2555



นายแพทย์วิชระ เพ็งจันทร์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต

เข้ารับรางวัลนักเวชศาสตร์ป้องกันดีเด่นระดับชาติประจำปี 2555

จากศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์เกษม วัฒนชัย องคมนตรี

ในงานการประชุมสัมมนาวิชาการประจำปี 2556

เรื่อง “นักบริหารระบบบริการสุขภาพไทย : ความท้าทายในประชาคมอาเซียน”

ในวันพฤหัสบดีที่ 28 มีนาคม 2556 ณ สถาบันบำราศนราดูร

จังหวัดนนทบุรี

รับรางวัลส่วนราชการและนักทรัพยากรบุคคลดีเด่น



ด้วยมูลนิธิแพนเอก จินดา ณ สงขลา ได้จัดให้มีโครงการคัดเลือกส่วนราชการ จังหวัด และนักทรัพยากรบุคคลดีเด่น โดยสรรหาและคัดเลือกข้าราชการระดับหัวหน้าหน่วยงานที่รับผิดชอบงานการเจ้าหน้าที่ส่วนราชการระดับกรม และจังหวัด ที่มีผลงานด้านการบริหารทรัพยากรบุคคลดีเด่น เพื่อเผยแพร่ประกาศเกียรติคุณให้ปรากฏและยกย่องเป็นตัวอย่าง

สำหรับปี พ.ศ.2556 นี้ กรมสุขภาพจิต ได้รับรางวัลดังกล่าวจากมูลนิธิฯ ทั้ง 2 รางวัล ดังนี้

1. ส่วนราชการส่งเสริมการบริหารทรัพยากรบุคคลดีเด่น ได้แก่ กรมสุขภาพจิต
2. รางวัลนักทรัพยากรบุคคลดีเด่น ได้แก่ นายสรเสรีญ นามพรหม ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่ กรมสุขภาพจิต

ทั้งนี้ ได้มีพิธีมอบโล่เกียรติยศให้แก่หน่วยงาน และมอบเข็ม จณส.เกียรติยศ ให้แก่นักบริหารทรัพยากรบุคคลดีเด่น ประจำปี 2556 ในวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2556 ที่ผ่านมา

12 ปี โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชชนรินทร์ “ศูนย์กลางด้านสุขภาพจิตและจิตเวช ภาคตะวันออก”



จากการเปลี่ยนทางเศรษฐกิจ สังคม สภาพแวดล้อม
ที่ดำเนินไปอย่างรวดเร็วในยุคโลกาภิวัตน์ ทั่วทุกภูมิภาค
ของประเทศไทยล้วนได้รับผลกระทบก่อให้เกิดปัญหา
สุขภาพจิตและจิตเวช ในภูมิภาคตะวันออกของประเทศไทย
มีอัตราการฆ่าตัวตายมากที่สุดของประเทศ พบผู้ดื่มสุรา
ทุก 16 คนต่อหนึ่งพันประชากร มีบุคคลปัญญาอ่อน 2-3 คน
ต่อหนึ่งพันประชากร ในปี 2539 กรมสุขภาพจิต
กระทรวงสาธารณสุข จึงได้ดำเนินการก่อสร้าง
โรงพยาบาลจิตเวชเพิ่ม ณ จังหวัดสระแก้ว



ตั้งอยู่เลขที่ 176 หมู่ 3 ถนนวัฒนานคร-แฮออร์ ตำบลหนองน้ำใส
อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว โดยมีเนื้อที่ประมาณ 200 ไร่ โรงพยาบาล
จิตเวชสระแก้วราชชนรินทร์ เปิดให้บริการทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวชอย่าง
เป็นทางการในวันที่ 1 เมษายน 2545 และต่อมาเมื่อวันที่ 31 สิงหาคม 2546

สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา
กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ โปรดเกล้า
พระราชทานนามโรงพยาบาลใหม่ว่า
“โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชชนรินทร์”
เพื่อผู้ป่วยจิตเวชได้เข้าถึงบริการ อย่างมี
ศักดิ์ศรีและมีคุณภาพ



ในปัจจุบันมีการเปิดให้บริการผู้ป่วยนอก ผู้ป่วย
จิตเวชฉุกเฉิน คลินิกพิเศษจิตเวชเด็กและวัยรุ่น คลินิกสารเสพติด
และบริการผู้ป่วยใน สำหรับผู้ป่วยจิตเวชที่มีอาการรุนแรงและมี
ปัญหาซับซ้อน โดยให้บริการแบบ one stop service ประกอบด้วย
ด้วยหอผู้ป่วย 3 หอ จำนวน 120 เตียง อัตราการครองเตียง
ในปัจจุบัน ร้อยละ 120 ผู้ป่วยในพื้นที่จังหวัดสระแก้ว ปราจีนบุรี
และฉะเชิงเทรา เข้ารับบริการแบบผู้ป่วยในมากที่สุด ร้อยละ
79 รูปแบบการบำบัดรักษาผู้ป่วยใน ประกอบด้วย การรักษาด้วยยา
การบำบัดรักษาด้วยไฟฟ้าแบบไม่ดมยา และการรักษาจิต
สังคมบำบัด นอกจากนี้ยังมีบริการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วย เพื่อให้
ผู้ป่วยจิตเวชสามารถดำเนินชีวิตได้กับคนทั่วไปในสังคมอย่างยั่งยืน
สิ่งสำคัญอีกอย่างสำหรับการบริการของโรงพยาบาลจิตเวช
สระแก้วราชชนรินทร์ คือ บริการงานสุขภาพจิตและจิตเวชชุมชน
ร่วมกับเครือข่ายบริการสุขภาพทั้งในและนอกระบบสาธารณสุข
อย่างไร้รอยต่อ

โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชชนรินทร์ รับผิดชอบการดูแล
สุขภาพจิตของประชาชนในพื้นที่ 2 จังหวัด คือ จังหวัดสระแก้วและ
จังหวัดปราจีนบุรี ต่อมาได้เพิ่มจังหวัดฉะเชิงเทราตามภารกิจพวงบริการใหม่
รวมเป็น 3 จังหวัด มีผู้รับบริการแบบผู้ป่วยนอกเฉลี่ยวันละ 155 คน
ผู้ป่วยในเฉลี่ยปีละ 34,392 ราย ให้บริการผู้ป่วยมีความทันสมัยและมี
ประสิทธิภาพเป็นอย่างดี ซึ่งมีการให้บริการครอบคลุมครบวงจรทั้ง
บริการตรวจวินิจฉัย บำบัดรักษา ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยจิตเวชแบบ
ผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน โรค 5 อันดับที่มีผู้ป่วยเข้ารับบริการ ได้แก่ จิตเภท
ร้อยละ 59 ซึมเศร้า ร้อยละ 17 และเหล้า ร้อยละ 11 เป็นต้น



ความภาคภูมิใจ

เราได้รับรางวัลคุณภาพการให้บริการประชาชน และรางวัลมาตรฐาน ศูนย์บริการร่วม/เคาน์เตอร์บริการประชาชน โดยโรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชนครินทร์ส่งผลงานวิชาการเข้าร่วมประกวดในหัวข้อ “การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยในชุมชน” ได้รับรางวัลชมเชย ในต้นปีงบประมาณ 2553 โดยคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (กพร.)



ปี 2546 ประกาศความมุ่งมั่นในการพัฒนาคุณภาพ โดยได้นำมาตรฐานการดูแลผู้ป่วยจิตเวช ตามมาตรฐานคุณภาพของสถานบริการมาใช้ จนได้รับการรับรองคุณภาพ ในปี 2548 และต่ออายุการรับรองคุณภาพซ้ำ ครั้งแรกในปี 2552 และครั้งที่ 2 เมื่อเดือนตุลาคม 2555



ได้รับความร่วมมือจากเครือข่ายบริการสุขภาพจังหวัดสระแก้ว และได้รับรางวัลชนะเลิศการประกวดประเภทผลงาน CQI เรื่อง การดูแลผู้ป่วยจิตเวชในชุมชน โดยชุมชนนำร่อง ที่สถานีอนามัยคลองมะนาว ในการประชุมวิชาการ “มหกรรมพัฒนาคุณภาพบริการในโรงพยาบาลชุมชน” ประจำปี พ.ศ. 2553 ฯลฯ

โปรแกรมการดูแลผู้ป่วยจิตเวชต่อเนื่องร่วมกับเครือข่าย SINAP (Sakaeo Inter Network Access Program) ได้รับการขยายให้หน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิต นำไปเป็นรูปแบบการดูแลผู้ป่วยจิตเวช โดยผ่านการเห็นชอบจากคณะรัฐมนตรี เมื่อ 2554



ความรู้สึกบวก (Positive Feeling)

เมื่อเห็นหัวข้อบทความวันนี้ หลายท่านอาจคิดว่าผู้เขียนเขียนผิดหรือเปล่า เพราะคนส่วนใหญ่มักจะคุ้นกับคำว่า Positive Thinking หรือคิดบวก หรือมองโลกในแง่ดี แต่หากจะพูดว่ารู้สึกบวกหรือรู้สึกต่อโลกในแง่ดี มักจะไม่คุ้นหูคุ้นตา เพราะนักคิด นักเขียน หรือนักวิชาการส่วนมากหรือแทบทั้งหมดมักจะพูดแต่คิดบวก แต่วันนี้ผู้เขียนอยากจะบอกกับทุกท่านว่า ความคิดบวก นั้นหัวไหนและแปรปรวนได้ง่าย แต่ความรู้สึกบวกนั้น หยั่งรากฝังลึกที่ความรู้สึกเป็นเหตุแห่งการสร้างพลังใจ และทำความดี ได้อย่างแท้จริงและยั่งยืน

แน่นอนการคิดบวกเป็นสิ่งสำคัญและควรฝึกคิดให้สม่ำเสมอด้วย เพราะจะสัมพันธ์กับความรู้สึกบวก แต่ความรู้สึกบวก จะส่งผลต่อพฤติกรรมที่ติงามได้ยาวนานกว่าเสมอ ทั้งยังเป็นพลังผลักดันให้ชีวิตดำเนินต่อไปได้โดยไร้ข้อติดอย่างแท้จริง

แล้วอะไรบ้างล่ะ! คือความรู้สึกบวก ก็ความรัก ความเมตตา กรุณา ความยินดีปรีดา และการวางเฉยใจครับ เจกเช่น ความรู้สึกของแม่ที่รักลูกโดยไร้เงื่อนไข แม่ลูกจะทำผิดและติดคุกก็ยังไม่หวั่นใจ และ ไปเยี่ยมอยู่ดี หรือเช่นองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระอริยสงฆ์ทั้งหลายที่มีความเมตตา ปราบปรามให้ผู้อื่นเป็นสุข ความกรุณาปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ความยินดีปรีดาใน คุณงามความดีของทั้งตนเองและผู้อื่น ตลอดจนจนความอุเบกขา คือ การวางเฉยทางความรู้สึกในสิ่งที่มีเพียงยินดีต่อสรรพสิ่ง ทั้งโลกนั่นเอง

ความรู้สึกบวกทางโลก คือ ความรู้สึกภาคภูมิใจและชื่นชมยินดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ตลอดจนจนสรรพสิ่งทั้งโลก ซึ่งก็คือ รู้สึกต่อโลกด้านดีนั่นเอง การจะรู้สึกดีต่อตนเองและผู้อื่นนั้น ทำได้ด้วยการค้นหาคุณงามความดีของตนเองและผู้อื่น แล้ว ใคร่ครวญในคุณงามความดีนั้นๆ อย่างสม่ำเสมอ จะช่วยปรับความรู้สึกของตนเองให้ชื่นชมยินดียิ่งขึ้น ส่งผลให้ความคิด การพูด การกระทำแสดงออกมามีด้านดีต่อทั้งตนเองและสรรพสิ่งรอบตัว นอกจากนั้นเมื่อใคร่ครวญพบคุณงามความดีของผู้อื่นแล้ว ควรกล่าวยกย่องและชื่นชมยินดี ทั้งต่อหน้าและลับหลัง นอกจากจะช่วยให้เกิดความรู้สึกยินดีต่อกันแล้ว ในทางธรรมคือการแสดง กตเวทิตา คือ ยกย่องเชิดชูผู้อื่น ซึ่งเป็นคุณธรรมระดับสูงอีกด้วย

ความรู้สึกบวกทางธรรม คือ ความรู้สึกปิติยินดีเชิงลึกอันเกิดจากภาวะจิตใจสงบสุขเมื่อมีสติและสมาธิ ในทางพุทธศาสนา คือการเจริญกรรมฐานนั่นเอง กล่าวคือในภาวะที่คนเรามีจิตใจจดจ่ออยู่กับสิ่งใด สิ่งหนึ่งนานๆ จิตจะเริ่มสงบขึ้นเรื่อยๆ จนถึง ภาวะปิติอย่างยิ่งยวด ภาวะนี้สารเคมีแห่งความสงบสุขคือสารเอนโดรฟินจะหลั่งออกมาและเกิดความสงบสุขปิติยินดีอย่างลึกซึ้ง ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวจะเป็นของตรงกันข้ามกับความรู้สึกวิหิงสาทุกข์ ดังนั้นเมื่อเกิดความรู้สึกปิติ ความรู้สึกอาฆาตพยาบาทจึงลดลง

ความรู้สึกบวก มีคุณค่า มีพลังสร้างสรรค์ต่อทุกคนและทุกวงการ บุคคลที่มีความรู้สึกบวกต่อตนเองและสิ่งแวดล้อม จะมี ความภาคภูมิใจในตนเอง อิ่มเอิบเบิกบานจากภายใน ไร้ทุกข์ไร้กังวล เป็นมิตรกับผู้คนและสรรพสิ่งสรรพสัตว์ทั้งหลาย เป็นที่รัก และชื่นชมยินดีของทุกคน ส่งผลให้หน้าที่การงานรุ่งเรืองและร่ำรวย นั่นคือสถานที่ทำงานใด ๆ ที่บรรยากาศเต็มไปด้วยความรู้สึกบวก ที่มีต่อกัน จะสร้างสรรค์ทั้งผลงานและจิตใจ ทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพได้เป็นอย่างดี

หากมองในระดับสังคม จากคนหนึ่งสู่คนหนึ่งที่ร่วมกันค้นหาคุณงามความดีของกันและกัน จะเกิดความรู้สึกบวกหรือ ชื่นชมยินดีต่อกัน จากคนหนึ่งสู่คนหนึ่งขยายกว้างออกไปทั้งสังคม สังคมจะเป็นสังคมแห่งความชื่นชมยินดี ช่วยลดความอิจฉา ริษยาต่อกันโดยรวมได้ ยิ่งหากฝึกปฏิบัติเจริญสติและสมาธิ ยิ่งจะช่วยให้เกิดความรู้สึกสงบสุขและปิติยินดีในเชิงลึก เป็นเหตุแห่งการ ให้อภัยได้ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งช่วยสร้างพลังสุขภาพจิตได้เป็นอย่างดี

วุฒิพงศ์ ภาวะพิงค์
ที่ปรึกษาด้านวิชาการ ฝ่ายสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์
โรงพยาบาลสวนปรุง

ความสุข...เล็กๆ...เล็กๆ

บ้านเพื่อน โรงพยาบาลศรีธัญญา

จัดกิจกรรมพัฒนาทักษะการดำรงชีวิตและคุณภาพชีวิตแก่ผู้ป่วยจิตเวช เมื่อวันที่ 22 มีนาคม 2556 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประกอบด้วยผู้ป่วย โครงการจ้างงาน จำนวน 32 คน บุคลากรได้แก่ นักสังคมสงเคราะห์ โรงพยาบาลและผู้ช่วยเหลือคนไข้ จำนวน 16 คน เดินทางไปทัศนศึกษา สถานที่ท่องเที่ยวที่เขียวชอุ่มและอากาศดี จังหวัดชลบุรี

กิจกรรมนี้ นอกจากผู้ป่วยจะได้รับความสุข สนุกสนาน และอิ่มอร่อยกับอาหารทะเลนานาชาติแล้ว ยังเป็นการส่งเสริมการ

ตื่นตัวในตนเอง ตึกทักษะในการวางแผน และแก้ไขปัญหา สามารถปรับตัวเข้ากับสังคม และสิ่งแวดล้อมได้

คือขอขอบคุณมูลนิธิ โรงพยาบาลศรีธัญญา ที่ให้การสนับสนุนงบประมาณการจัดกิจกรรมครั้งนี้

ทำบุญ ง่าย..ง่าย...

กับ **"มูลนิธิ รพ.ศรีธัญญา"**

ท่านสามารถบริจาคเงิน ผ่านเคาน์เตอร์เซอร์วิส..ทั่วประเทศ

ตลอด 24 ชั่วโมง

เงินรายได้... สนับสนุนกิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพทางจิตเวช และช่วยเหลือผู้ป่วยที่ยากไร้

มูลนิธิโรงพยาบาลศรีธัญญา ☎ 02 968 9946

- เจ้าของที่ปรึกษา** : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
 นายแพทย์สุจิตร์ สุวรรณชัย ที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต
 นายแพทย์หม่อมหลวงสมชาย จักรพันธุ์ ที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต
 นายแพทย์วิวัฒน์ ยถาภูธานนท์ ที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต
 นายแพทย์วีระ เพ็งจันทร์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต
 นายแพทย์เกียรติภูมิ วงศ์รจิต รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต
 นายแพทย์อิทธิพล สูงแข็ง รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต
 แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต
- บรรณาธิการ** : นางนันทนา รัตนากร ผู้อำนวยการสำนักสุขภาพจิตสังคม
- บรรณาธิการร่วม** : โรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์
 โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชนครินทร์
- ผู้ช่วยบรรณาธิการ** : นางสาวปิยะดา ศรีโปฏก สำนักสุขภาพจิตสังคม
 นายอรณนพ ชาญด้วยกิจ สำนักสุขภาพจิตสังคม
 นางภารดี วงศ์สิงห์ สำนักสุขภาพจิตสังคม
 นายปิยะพงษ์ ก้อนสมบัติ สำนักสุขภาพจิตสังคม
- สามารถส่งข่าว บทความ และรายงานทุกความเคลื่อนไหวของงานสุขภาพจิตทั่วประเทศ ได้ที่**
- กองบรรณาธิการ** : เครือข่ายสื่อสุขภาพจิตศึกษาและประชาสัมพันธ์ หน่วยงานสังกัดกรมสุขภาพจิต
- สำนักงาน** : สำนักสุขภาพจิตสังคม กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
 ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000
 โทรศัพท์ 0 2590 8235, 0 2590 8170
 โทรสาร 0 2149 5528, 0 2149 5527
 หรือ e-mail : nantana_34@yahoo.com, piyada_tukta@hotmail.com
- พิมพ์ที่** : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก ในพระบรมราชูปถัมภ์

สถาบันราชานุกูล ได้รับการรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (Re-accreditation)



เมื่อวันอังคารที่ 12 มีนาคม 2556 ที่ผ่านมา พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ เสด็จเป็นองค์ประธานในพิธีเปิดการประชุมวิชาการประจำปี “HA NATIONAL FORUM” ครั้งที่ 14 ภายใต้แนวคิดหลัก “องค์กรที่น่าไว้วางใจ” (high reliability organization) ระหว่างวันที่ 12-15 มีนาคม 2556 ณ ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

ในโอกาสนี้ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ ทรงประทานประกาศนียบัตรรับรองกระบวนการพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาลแก่ผู้แทนโรงพยาบาลที่ผ่านกระบวนการคุณภาพ 200 แห่งจากทั่วประเทศ ในครั้งนี้ นางรัตนะวี เวชยม รองผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร สถาบันราชานุกูล ได้เข้ารับประทานประกาศนียบัตรจากพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ โดยมีบุคลากรของสถาบันราชานุกูลร่วมแสดงความยินดี ความสำเร็จในครั้งนี้ล้วนเกิดจากความร่วมมือร่วมใจของ “พวกเราชาวราชานุกูล” ดังวิสัยทัศน์ของสถาบันราชานุกูลที่ว่า “สถาบันราชานุกูลเป็นองค์กรที่เป็นเลิศทางวิชาการและบริการด้านพัฒนาการและสติปัญญาในระดับประเทศ ผู้รับบริการและบุคลากรมีความสุข”

สำหรับการประชุมวิชาการในครั้งนี้ มีผลงานการพัฒนาคุณภาพของสถาบันราชานุกูลได้รับการคัดเลือกเข้าร่วมจัดแสดงนิทรรศการ จำนวน 1 เรื่อง คือ เรื่อง ผลของโปรแกรมเตรียมความพร้อมทางการพูดที่มีต่อพัฒนาการด้านการใช้ภาษาของเด็กกลุ่มอาการดาวน์ ผลงานจากหออผู้ป่วยเด็ก 1 ...

ขพ.พระศรีสมมติโพธิ์ เปิดบ้านแพทย์ไทย



เมื่อวันที่ 21 มีนาคม 2556 โรงพยาบาลพระศรีสมมติโพธิ์จัดกิจกรรมเปิดบ้านแพทย์ไทย “เรือนโพธิ์ สบายะ” ณ กลุ่มงานแพทย์แผนไทยและจิตเวชทางเลือก ชั้น 2 ตึกสมเด็จพระมหาธีรวงศ์ โดยมีพิธีรดน้ำมนต์และเจิมสำนักงาน พร้อมทั้งพิธีสวดพราหมณ์และพิธีไหว้พระซิวโกมารภักจ์ บรมครูแห่งการแพทย์แผนไทย เพื่อเป็นสิริมงคลแก่หน่วยงานและบุคลากรรวมถึงผู้รับบริการ

กลุ่มงานแพทย์แผนไทยและจิตเวชทางเลือก ให้บริการบำบัดรักษาแก่ผู้รับบริการด้วยวิธีการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือกในผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่มีอาการเครียด วิดกกังวล นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ ภาวะซึมเศร้าที่อาการไม่รุนแรง รวมทั้งผู้ที่มีปัญหาสุขภาพทางกายที่มีอาการปวดอึดเสบของกล้ามเนื้อเส้นเอ็น ข้อต่อต่างๆ โดยการนวด กดจุด ประคบสมุนไพร หรือใช้น้ำมันนวดบริเวณที่มีอาการปวดและการรักษาด้วยการแพทย์ทางเลือก โดยเปิดบริการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 08.30 - 20.00 น. หยุดวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ 🙏