

แบบรายงานผลการฝึกอบรมฯ ในประเทศ หลักสูตรที่หน่วยงานภายนอกเป็นผู้จัด

ตามหนังสืออนุมัติที่ กท ๐๔๐๑/...๑๒๗...ลงวันที่...๒๕ มกราคม ๒๕๖๕.....
ซึ่งข้าพเจ้า ชื่อ นางสาวปวรมนต์.....นามสกุล.....ทัศนอนันชัย.....
ตำแหน่ง...พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ.....สังกัด / งาน / ฝ่าย / โรงเรียน.....การพยาบาล.....
กอง.....โรงพยาบาลกลาง.....สำนัก / สำนักงานเขต.....สำนักการแพทย์.....
ได้รับอนุมัติให้ไป (ฝึกอบรม / ประชุม / ดูงาน / ปฏิบัติการวิจัย) ในประเทศ
หลักสูตร...การประชุมวิชาการเชิงปฏิบัติการ Satir model ในการพัฒนาศักยภาพผู้ให้คำปรึกษา.....

ระหว่างวันที่.....๒๑-๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕.....จัดโดย...สมาคมแพทย์โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์แห่งประเทศไทย ร่วมกับ กลุ่มบางรักโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข และคณะ
แพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช.....
ณ...โรงแรม เอสดี อเวนิว กรุงเทพมหานคร.....เบิกค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น.....๗,๐๐๐.....บาท

ขณะนี้ได้เสร็จสิ้นการอบรมฯ แล้ว จึงขอรายงานผลการอบรมฯ ในหัวข้อต่อไปนี้

๑. เนื้อหา ความรู้ ทักษะ ที่ได้เรียนรู้จากการอบรมฯ
๒. การนำมาใช้ประโยชน์ในงานของหน่วยงาน / ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนา
๓. ความคิดเห็นต่อหลักสูตรการฝึกอบรม / ประชุม / ดูงาน / ปฏิบัติการวิจัย ดังกล่าว
เช่น เนื้อหา / ความคุ้มค่า / วิทยากร / การจัดทำหลักสูตร เป็นต้น
(กรุณาแนบเอกสารที่มีเนื้อหาครบถ้วนตามหัวข้อข้างต้น)

ลงชื่อ.....ผู้รายงาน
(นางสาวปวรมนต์ ทัศนอนันชัย.....)

รายงานการศึกษา ผีอกบวม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย ในประเทศ และต่างประเทศ
(ระยะสั้นไม่เกิน ๙๐ วัน และ ระยะยาวตั้งแต่ ๙๐ วันขึ้นไป)

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

- ๑.๑ ชื่อ - นามสกุล.....นางสาวปรภมณฑ์ ทศนอนันชัย.....
อายุ...๓๗...ปี การศึกษา.....ปริญญาโท.....
ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน.....
- ๑.๒ ตำแหน่ง.....พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ.....
หน้าที่ความรับผิดชอบ (โดยย่อ).....ให้การปรึกษาก่อนและหลังการตรวจเลือดเอชไอวี และ
ดูแลให้คำปรึกษาผู้ป่วยติดเชื้อเอชไอวีและเอดส์.....
- ๑.๓ ชื่อเรื่อง / หลักสูตร.....การประชุมวิชาการเชิงปฏิบัติการ Satir model ในการพัฒนาศักยภาพผู้ให้
คำปรึกษา.....
สาขา.....
เพื่อ ศึกษา ผีอกบวม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย
งบประมาณ เงินงบประมาณกรุงเทพมหานคร เงินบำรุงโรงพยาบาล
 ทุนส่วนตัว
จำนวนเงิน.....๗,๐๐๐.....บาท
ระหว่างวันที่ ๒๑-๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕.....สถานที่.....โรงแรม เอสดี อเวนิว กรุงเทพมหานคร
คุณวุฒิ / วุฒิบัตรที่ได้รับ.....

ส่วนที่ ๒ ข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษา ผีอกบวม ประชุม ดูงาน สัมมนา ปฏิบัติการวิจัย
(โปรดให้ข้อมูลในเชิงวิชาการ)

- ๒.๑ วัตถุประสงค์.....
๑. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ แนวคิด Satir's Model.....
๒. เพื่อเสริมสร้างทักษะในการนำปฏิบัติตามแนวคิด Satir's Model.....
๓. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีรู้จักตนเองมากขึ้น และสามารถนำไปปรับใช้ในการดูแลผู้ป่วย.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

๒.๒ เนื้อหา

Satir Model

การรักษาทางจิตใจโดยใช้ Satir Model นั้น ได้ถูกพัฒนาขึ้นโดย Virginia Satir ซึ่งเป็นชาวอเมริกัน และมีชีวิตอยู่ช่วย ค.ศ.๑๙๑๖ ถึง ค.ศ.๑๙๘๘ Virginia Satir เป็นคนฉลาดหลักแหลมอย่างมาก และมีพรสวรรค์มากในการรักษาผู้ป่วยให้หายหรือดีขึ้นอย่างรวดเร็ว เร็วกว่าวิธีเดิม ๆ มากมายแรก ๆ คนทั่วไปคิดว่าเป็นความสามารถเฉพาะตัวของ Virginia ต่อมาพบว่าสิ่งที่ Virginia ทำมีหลักเกณฑ์ที่ดีและสามารถถ่ายทอดให้คนเรียนรู้แล้วสามารถช่วยเหลือรักษาผู้อื่นได้เร็วและลึกซึ้ง และเข้ามาในประเทศไทย ราว ๆ พ.ศ. ๒๕๔๐ หรือก่อนหน้านั้น แต่ยังไม่เป็นที่รู้จักจะ พ.ศ. ๒๕๔๓ Dr. John Banmen มาสอนให้คนของกระทรวงสาธารณสุขโดย พญ.สมรภัท ชูวานิชวงศ์ เป็นผู้ติดต่อ และเนื่องจาก Satir Model ใช้ได้ผลดีมากจึงแพร่หลายในนักจิตบำบัดไทยอย่างค่อนข้างรวดเร็ว

Satir Model เป็นจิตบำบัดแนวคิดแนวหนึ่งที่เกิดขึ้นในระยะหลังในโลกตะวันตกที่ค่อนข้างมีประสิทธิภาพสูง โดยมีหลักการดังนี้

๑. ความเชื่อพื้นฐานของ Satir Model (Satir's Therapeutic Beliefs) เป็นความเชื่อเกี่ยวกับ คน การปรับตัว และการเปลี่ยนแปลงของคนในด้านต่างๆ ที่ช่วยให้เกิดความเข้าใจ เห็นใจ และเป็นแนวทางในการทำจิตบำบัดให้ผู้ป่วยได้อย่างดีเยี่ยม ความเชื่อเพื่อใช้ในการทำจิตบำบัด ดังนี้

๑.๑ ความเชื่อเกี่ยวกับคน

- คนแต่ละคนเป็นผลลัพธ์การแสดงออกที่พิเศษของ **พลังชีวิต** ที่เหมือนกัน ทุกคน และเราเชื่อมโยงกันโดยพลังชีวิตนี้
- ขบวนการของการเป็นมนุษย์นั้น **เป็นสากล** ดังนั้นจึง ใช้ได้กับสถานที่ วัฒนธรรม และสถานการณ์ต่างๆ กันไป
- ผู้คนเชื่อมโยงกันด้วย ความเหมือนกัน และพัฒนาไปตาม ความแตกต่างกัน
- พ่อ แม่ มัก ทำซ้ำ ตามแบบแผนเดิมของช่วงเวลาที่ท่านเติบโตมา แม้แบบแผนเดิมนั้นจะใช้ไม่ได้ผลดี
- คนส่วนใหญ่ ทำดีที่สุด เท่าที่จะทำได้ ณ เวลานั้น
- โดยพื้นฐานแล้ว ทุกคนเป็นคนดี เข้าต้องค้น ขุนทรัพย์ ของตนเองให้พบ เพื่อเชื่อมโยงและยืนยัน คุณค่าของตนเอง
- ความสัมพันธ์ที่ดีนั้น ตั้งอยู่บนพื้นฐานของคุณค่าที่เท่าเทียมกัน
- เราเป็นเจ้าของ อารมณ์/ความรู้สึก เรามีอารมณ์/ความรู้สึก ทุกคน เราสามารถรู้ถึงที่จะ เป็นนาย อารมณ์/ความรู้สึกของเรา

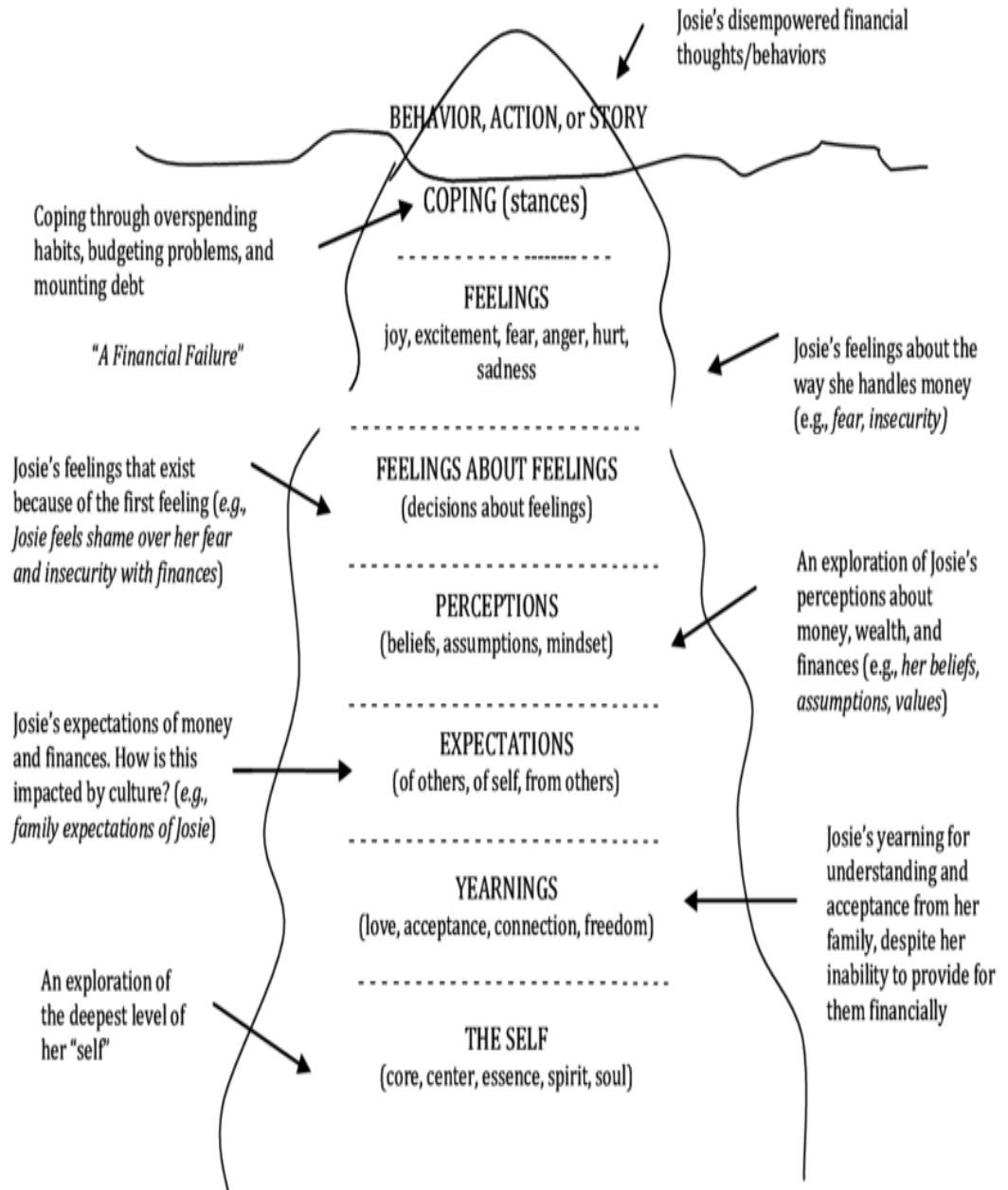
๑.๒ ความเชื่อเกี่ยวกับ การปรับตัว

- ทุกคนมีทรัพยากร อยู่ภายในเพื่อใช้ ปรับตัวให้สำเร็จและเพื่อ การเติบโตพัฒนา
- การปรับตัวของคน มักเป็นวิธีที่เข้าใช้รักษาตัวเองให้อยู่รอดได้จากประสบการณ์ที่เจ็บปวด จึงควรรับรู้ว่ามันเป็นอย่างนั้น
- ปัญหาไม่ใช่ปัญหา การปรับตัว เป็นปัญหา ถ้าให้ความสำคัญกับผลกระทบจากปัญหา ยิ่งมาก ปัญหาสำหรับคนนั้นจะยังเป็นปัญหาใหญ่
- การปรับตัว เป็นการแสดงถึงระดับความมีคุณค่าของตน คุณค่าของตนยิ่งสูง การปรับตัวยิ่งดี

๑.๓ ความเชื่อเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง

- การเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นไปได้เสมอ แม้การเปลี่ยนแปลงภายนอก จะจำกัด แต่การเปลี่ยนแปลงภายในเป็นไปได้
- เราเปลี่ยนแปลง เหตุการณ์ในอดีตไม่ได้ แต่เราเปลี่ยนแปลง ผลกระทบ จากเหตุการณ์ในอดีตได้
- ความหวัง เป็นส่วนสำคัญสำหรับการเปลี่ยนแปลง
- ขบวนการ เป็นหนทางสำหรับการเปลี่ยนแปลง เรื่องราวเป็นบริบทให้การเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น
- คนส่วนใหญ่เลือก ความเคยชิน มากกว่า การเปลี่ยนแปลงที่จะทำให้สบายขึ้น
- การชื่นชม และ การยอมรับ อดีตทำให้เพิ่มความสามารถในการจัดการกับอนาคต
- ให้ออมรับพ่อแม่ในฐานะ ความเป็นคน มากกว่า บทบาทที่เขาทำ
- การบำบัดควรเน้นที่ ส่วนดี (healthy) และความเป็นไปได้ แทนการเน้น ปัญหาหรือพยาธิสภาพ (pathology)
- การบำบัดจำเป็นต้องเป็น แนวบวก และมีจุดมุ่งหมาย
- อาการนั้น เป็นผลลัพธ์ของการแก้ปัญหาโดยจิตใต้สำนึก ให้ดูว่า อาการหลักนั้นเป็น ปัญหาสำหรับผู้มาปรึกษาอย่างไรให้สนใจปัญหาอย่างจริงจัง แต่ไม่จำเป็นต้องบำบัดที่ตัวปัญหาโดยตรง
- การใช้ตัวตน (Self) ของผู้รักษานั้นเป็นเครื่องมือสำคัญที่สุดที่ผู้รักษามีอยู่

๒. ภูเขาน้ำแข็งของคน (The Personal Iceberg Metaphor)



Satir จะอุปมาอุปไมยว่าประสบการณ์ของคนเราเปรียบเสมือนภูเขาน้ำแข็ง (Iceberg) ซึ่ง Iceberg นี้จะแบ่งเป็น ๗ ระดับคือ

๑. Behavior คือ การกระทำ หรือเรื่องราวของผู้รับการบำบัด เป็นสิ่งที่เขา แสดงออก ซึ่งเป็นส่วนที่โผล่พ้นน้ำ

๒. Feeling คือ อารมณ์ ความรู้สึกของเขาที่เกิดขึ้น เช่น สนุก เพลิดเพลิน มีความสุข ตื่นเต้น หลงใหล โกรธ เจ็บปวด กลัว เสียใจ เศร้า

๓. Feeling about feeling คือ ความรู้สึกของเขา ที่มีต่อความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เช่น รู้สึกอาย หรือรู้สึกผิดที่โกรธ

๔. Perception คือ สิ่งที่เขาเห็น คิดและเชื่อ รวมทั้งข้อสันนิษฐาน สิ่งที่เขารับรู้จะเป็นจริงสำหรับเขา ความคิด และค่านิยมของเขา

๕. Expectations คือ ความต้องการ (want) หรือความคาดหวังที่มีต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และความคาดหวังของผู้อื่นที่มีต่อตนเอง

๖. Yearning คือ สิ่งที่เขาปรารถนา ถวิลหา อันเป็นสากล (universal need) ซึ่งเป็นสิ่งที่ทุก ๆ คน ต้องการ เช่น ความรัก การยอมรับ ความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน (Sense of belonging) ความสร้างสรรค์ ความเชื่อมโยง (Connection) อิสรภาพ (freedom)

๗. Self คือ ตัวตนของเขา (I am) ซึ่งเป็นจิตวิญญาณ พลังชีวิต สาระ แก่น ความเป็นตัวเขา และสิ่งที่ตัวเขา “เป็น”

การใช้ภาพภูเขาน้ำแข็งนี้ทำให้มองเห็นและเข้าใจจิตใจคนได้ดีขึ้นมาก เพราะเป็นรูปธรรม ใช้เป็นเครื่องมือที่สำคัญในการทำจิตบำบัด

Satir Model ใช้ Iceberg เพื่อ

๑. ทำความเข้าใจ ว่าจิตใจผู้ป่วยในชั้นต่าง ๆ เป็นอย่างไร พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นผลจากสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ใต้อิฐที่ลึกลงไปอะไรบ้าง เพราะ แต่ละเหตุการณ์ก็ส่งผลกระทบต่อทุกระดับของ iceberg

๒. สร้างความเชื่อมโยง เมื่อผู้ป่วยมาพบกับผู้บำบัดนั้น จำเป็นต้องเกิดความเชื่อมโยงกัน ในทุกระดับของ iceberg จึงจะสามารถ “เข้าถึง” ผู้รับการบำบัดได้จริงๆ

๓. สสำรวจผลกระทบ เมื่อเหตุการณ์ ส่งผลกระทบต่อจิตใจทุกระดับก็สามารถสำรวจได้ว่าแต่ละระดับเกิดอะไรขึ้นบ้าง

๔. ตั้งเป้าหมายเฉพาะ ในการบำบัดต้องมีเป้าหมายว่าต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรในจิตใจ เขาต้องการให้ตัวเขาเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรบ้าง

๕. ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เมื่อรู้เป้าหมายการเปลี่ยนแปลงที่ระดับของ iceberg ที่ต้องการ ผู้บำบัดเลือกใช้เทคนิคต่างๆ ช่วยนำทางให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้น โดยสามารถเริ่มจากชั้นไหนของ iceberg ก่อนก็ได้แล้วแต่ความเหมาะสมสำหรับผู้รับการบำบัดนั้นๆ

๖. ตอกย้ำการเปลี่ยนแปลง ผู้บำบัดสามารถตอกย้ำการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นแล้วในทุกชั้นของ iceberg

Satir Model เป็นวิธีที่ใช้ในการทำจิตบำบัด เน้นการเปลี่ยนแปลงและการเติบโตภายในตัวตนของเราโดยอาศัยการมีประสบการณ์ในตนเองเปลี่ยนแปลงที่ผลกระทบต่อประสบการณ์ ภายใน และการจัดการ (coping) ของคนเรา ซึ่งผู้บำบัดมีความสำคัญต่อความสำเร็จในการบำบัดเป็นอย่างมาก

๒.๓ ประโยชน์ที่ได้รับ

๒.๓.๑ ต่อตนเอง.....สามารถนำความรู้ที่ได้มาปรับใช้ในการดูแลตนเอง และนำนวัตกรรมเองโดยใช้แนวคิด Satir's Model.....

๒.๓.๒ ต่อหน่วยงาน นำความรู้ที่ได้มาถ่ายทอดให้กับบุคลากรในหน่วยงานและ.....และนำมาปรับใช้ในการให้คำปรึกษาผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์.....

๒.๓.๓ อื่น ๆ ระบุ.....

ส่วนที่ ๓ ปัญหาและอุปสรรค

๓.๑ การปรับปรุง.....ระยะเวลาในการอบรมน้อยทำให้ไม่มีเวลาในการฝึกปฏิบัติ.....

๓.๒ การพัฒนา.....นำความรู้ที่ได้มาปรับใช้ในการทำงานเพื่อให้เกิดความชำนาญ.....

ส่วนที่ ๔ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ

.....ควรมีการฝึกอบรมอยู่เสมอเพื่อเพิ่มความรู้ความเข้าใจ และพัฒนาทักษะ ในการให้คำปรึกษา และ.....การนำนวัตกรรม.....

ลงชื่อ.....ผู้รายงาน
(.....)

ส่วนที่ ๕ ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา

การฝึกอบรมฯ เป็นการเสริมสร้างความรู้ให้กับบุคลากร เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเป็นหลักสูตรที่เหมาะสมในการพัฒนาศักยภาพของบุคลากร

ลงชื่อ.....หัวหน้าส่วนราชการ
(นางค์ชรินทร์ เจียมศรีพงษ์)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลกลาง