รายงานผลการเข้ารับการอบรมโครงการพัฒนาสมรรถนะผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม
(Our Skills Our Future : OSOF VI)
สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

ข้าพเจ้านางนิพล ชยุพงค์ กลุ่มงานพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุ ได้รับอนุมัติเข้ารับการฝึกอบรมหลักสูตรพัฒนาสมรรถนะผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม (OSOF VI) เรื่อง กิจกรรมการพัฒนาฐานคิด ระหว่างวันที่ ๓-๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ รวมระยะเวลา ๕ วัน ณ โรงแรมวังสวนสุนันทา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา อำเภอดุสิต จังหวัดกรุงเทพมหานคร

หน่วยงานผู้จัดฝึกอบรม / ประชุม / สัมมนา กองการเจ้าหน้าที่ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

งบประมาณที่ใช้จ่ายในการฝึกอบรม/ประชุม/สัมมนา จำนวนรวม ๒๒๔,๗๐๐ บาท

(สองแสนสองหมื่นสี่พันเจ็ดร้อยบาทถ้วน)

สรุปสาระสำคัญการฝึกอบรม / ประชุม / สัมมนา

๑ การมีสติ รู้เท่าทันความคิด ทำให้คิดเป็นระบบ การพัฒนาคนในเรื่องความคิดต้องเริ่มที่

• มุมมองต่อองค์กร • การเปลี่ยนกลุ่มของGEN ต่าง ๆ • Learning การเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง • ผู้นำ (Leader)

๒. ภาวะผู้นำใช่แค่เพียงเป็นผู้นำคนอื่น : ต้องมีสติ ใช้จินตภาพ คิดนอกกรอบ มีมุมมองใหม่

เรื่องที่ต้องพัฒนา ๔ อย่าง คือ ๑. Team Learning and Mental Modals ๒. Systems Thinking

๓. Ready to receive changes ๔. Create a network

๓. การอยู่รอดขององค์กร

• องค์กรต้องยืดหยุ่น(พร้อมปรับตัว) : Matrix structure ,Skill matrix ,Network และ Flexi -Time , Learning , Benefits

• การเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้

การขับเคลื่อนกรมอนามัยสู่ ๔.๐

K : Knowledge ..... สุตมยปัญญา E : Experience ..... จินตมยปัญญา

C : Creativit ..... ภาวนามยปัญญา D : Digital Technology.....เทคโนโลยี

๕. การคิดเชิงระบบ คือ การคิดแบบให้เห็นทั้งหมดและมีความเชื่อมโยงกัน

เชื่อมโยงความคิดด้วยการคิดเชิงระบบ (Systems Thinking)

• การคิดเชิงระบบเป็นการคิดในภาพรวมที่เป็นระบบ ซึ่งประกอบด้วยหลายๆองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ส่งผลกระทบซึ่งกันและกันทั้งเชิงบวกและเชิงลบ

• วิธีการคิดเชิงระบบต้องคิดเสมือนนักสืบไม่มีข้อสรุปไว้ก่อน ตั้งคำถามตลอดเวลา และสืบค้นหาความจริง

• วิธีการใช้การคิดเชิงระบบในการแก้ไขปัญหา ควรมีมุมมองในเหตุการณ์หนึ่งๆว่ามีสาเหตุหรือลักษณะเหตุการณ์ที่เป็นระบบและเชื่อมโยงกับระบบใดบ้าง และเลือกขอบเขตในการแก้ไข เนื่องจากในเหตุการณ์หนึ่งจะไม่สามารถแก้ไขได้ทั้งหมด

๖. ความสลับซับซ้อนของปัจจัยกำหนดสุขภาพ (Determinants of Health)

สุขภาพ คือ “สุขภาวะที่สมบูรณ์และมีความเป็นพลวัตทั้งทางกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ และไม่ใช่เพียงการปราศจากโรคหรือการเจ็บป่วยเท่านั้น” ในความหมายดังกล่าวจะเห็นได้ว่าเป็นการขยายมิติสุขภาพเป็น๔ มิติ และมุ่งเน้นถึงความเป็นพลวัตของสุขภาพ มีนัยว่าสุขภาพมีการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง และขึ้นกับเหตุปัจจัยอันสลับซับซ้อน ไม่ใช่เป็นภาวะที่คงตายตัวหรือขึ้นกับเหตุปัจจัยเพียงอันใดอันหนึ่งเท่านั้น จึงกล่าวได้ว่าสุขภาพของมนุษย์ล้วนมีปัจจัยต่างๆที่เป็นสิ่งกำหนดสุขภาพ และส่งผลให้เกิดสุขภาพอยู่ในภาวะต่างๆ คือ สุขภาพดี สุขภาพที่มีความเสี่ยง และสุขภาพเจ็บป่วย

๗. ค้นหาสาเหตุจากการประยุกต์หลักการทางระบาดวิทยา

ระบาดวิทยาเป็นการศึกษาการเกิดโรคในประชากรโดยศึกษาหาสาเหตุของการเกิดโรคเพื่อควบคุมหรือกำจัดไม่ให้เกิดการแพร่เชื้อ ซึ่งใช้หลักปัจจัยองค์ประกอบการเกิดโรคทางระบาดวิทยา คือ บุคคล (Host) สิ่งก่อโรค (Agent) และสิ่งแวดล้อม (Environment) และใช้หลักการการกระจายของโรค คือ บุคคล เวลา และสถานที่ จากหลักการดังกล่าวจะเห็นได้ว่ามีความสัมพันธ์และมีความเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน

๘. วิเคราะห์ปัญหา ค้นหาสาเหตุด้วย Cause of cause or Root cause

การวิเคราะห์ประเด็นปัญหาด้วยการค้นหาสาเหตุของสาเหตุของปัญหา โดยใช้วิธีการค้นหาแบบ Problem Tree หรือ Tree Diagram ซึ่งควรมาจากการทบทวนวรรณกรรม งานวิจัย และมาจากการ Discussion Debase และ Dialogue แต่ละสาเหตุอาจจะมีความเชื่อมโยงระหว่างเหตุแห่งสาเหตุ โดยต้องหาเหตุที่ชัดเจนและแก้ไขได้ เพื่อเป็นการหาสาเหตุที่สามารถจัดการกับปัจจัยกำหนดสุขภาพได้

๙. กฎบัตรออตตาวาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

กฎบัตรออตตาวาเป็นการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพโดยใช้กลยุทธ์และโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพที่ปรับให้มีความเหมาะสมกับความต้องการของพื้นที่และสามารถนำไปปรับใช้ได้ในนานาประเทศและทุกภูมิภาคทั่วโลกที่มีระบบทางสังคม วัฒนธรรมและเศรษฐกิจที่แตกต่างกัน

Area of action ในการดำเนินการของ Ottawa Charter มี ๖ ระดับ คือ

๑. Individual (ระดับบุคคล)
๒. Interpersonal (ระหว่างบุคคล)
๓. Community (ชุมชน)
๔. Organizational (หน่วยงาน องค์กร)
๕. Environment (สิ่งแวดล้อม)
๖. Macro Policy (สังคม เศรษฐกิจ นโยบาย)

โดยใช้กลยุทธ์หลัก ดังนี้

๑. Enable (ช่วยให้มีความสามารถ)
๒. Mediate (การไกล่เกลี่ยประสาน)
๓. Advocate (การเป็นปากเป็นเสียง)

ประโยชน์ที่ได้รับและนำมาประยุกต์ใช้ในหน่วยงาน คือ กระบวนการ AAIM โดยมี A ตัวแรก คือ Assessment

๑. เกิดการปรับกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ มองภาพรวมของหน่วยงาน/องค์กร ประยุกต์หลักการและความรู้ให้ใช้ได้กับความจริงในชีวิตการทำงาน และปรับให้เหมาะสมกับสถานการณ์
๒. นำกระบวนการในการศึกษาหาสาเหตุของปัญหาโดยมีข้อมูลเชิงประจักษ์มารองรับ รวมทั้งในทุก ๆสาเหตุจะมีปัจจัยต่าง ๆที่มีความเกี่ยวข้องและมีความเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน มาใช้กับเพื่อนร่วมงาน/หน่วยงาน ในการแก้ไขปัญหา
๓. พัฒนาทักษะการนำเสนอให้น่าสนใจและเหมาะสม
๔. เกิดมุมมองในการพัฒนาองค์กร

ลงชื่อ.....นิพล ชยุพงค์.....ผู้เข้ารับการฝึกอบรม/ศึกษาดูงาน
(นางนิพล ชยุพงค์)

ลงชื่อ.....รองผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง
(นายแพทย์ยงยุส หัถพรสวรรค์.)

หมายเหตุ กรุณาบันทึกตามแบบฟอร์มที่กำหนดให้ครบถ้วน และจัดส่งให้งานพัฒนาองค์กรและขับเคลื่อนกำลังคนหลังจากเข้าร่วมประชุม / อบรม / สัมมนา ภายใน ๗ วันทำการ เพื่อบันทึกในทะเบียนประวัติส่วนบุคคล

แบบฟอร์มรายงานผลการเข้ารับการฝึกอบรม / ประชุม / สัมมนา
สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

ข้าพเจ้า (~~นาย/นาง~~/นางสาว) .....ทิพย์วัลย์..... นามสกุล .....ปราบคะเซ็น.....
กลุ่มงาน .....อนามัยสิ่งแวดล้อม.....
ได้รับอนุมัติเข้ารับการฝึกอบรม/~~ประชุม/สัมมนา~~ เรื่อง หลักสูตรพัฒนาสมรรถนะผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม (OSOF VI) ในกิจกรรมการพัฒนาฐานคิด .....
ระหว่างวันที่ .....๓ - ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓..... รวมระยะเวลา.....๕..... วัน
ณ (ระบุสถานที่จัด) ..... โรงแรมวังสวนสุนันทา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.....
เขต .....ดุสิต..... จังหวัด .....กรุงเทพมหานคร.....
หน่วยงานผู้จัดฝึกอบรม ~~/ ประชุม / สัมมนา~~ .....กองการเจ้าหน้าที่ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.....
งบประมาณที่ใช้จ่ายในการฝึกอบรม/ประชุม/สัมมนา จำนวนรวม.....-.....บาท(.....-.....)

❖ **สรุปสาระสำคัญการฝึกอบรม ~~/ ประชุม / สัมมนา~~**

ผู้นำ (LEADER) คือ บุคคลที่สามารถชักจูง หรือชี้นำบุคคลอื่นให้ปฏิบัติงานสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

การบ่มเพาะภาวะผู้นำ

๑. ความรู้เนื้อรู้ตัว ต้องมีสติ
๒. ใช้จินตภาพ การจินตนาการด้วยสมองหรือความคิด
๓. มองให้ความหมายกรอบของเรื่องราวและคิดวางกรอบใหม่ ให้ความหมายใหม่กับเหตุการณ์
๔. ประสานมุมมองโลกทัศน์อื่น ๆ ในตน

LEARNING

"สิ่งที่ท้าทายที่สุดคือ เปลี่ยนความคิด การเรียนรู้ที่ลึกซึ้งจะนำพาให้เกิดความเปลี่ยนแปลงที่ลึกซึ่งจากภายใน คือ เปลี่ยนตนเอง เปลี่ยนความคิด โลกทัศน์ และท้ายที่สุดคือ เปลี่ยนการกระทำ"

๔ เรื่องที่ต้องพัฒนา

๑. ภาวะผู้นำ เรียนรู้รวมหมู่
๒. การคิดกระบวนระบบ (Systems Thinking)
๓. ผู้นำในยุคแห่งความพลิกผัน: เข้าใจโลก สร้างสัมพันธ์เชื่อมโยง การริเริ่มสร้างสรรค์ และนวัตกรรมที่นำความเปลี่ยนแปลง
๔. สรรสร้างเครือข่ายแห่งพลัง

การคิดเชิงระบบ

วิธีคิด คือ การพยายามใช้พลังทางสมองในการนำข้อมูล ความรู้ ประสบการณ์ที่มีอยู่มาจัดการอย่างเหมาะสม เพื่อให้ได้มาซึ่งผลลัพธ์

การคิด หมายถึง กระบวนการทำงานของสมองโดยใช้ประสบการณ์มาสัมผัสกับสิ่งเร้าและข้อมูลหรือสิ่งแวดล้อม เพื่อแก้ไขปัญหาและหาคำตอบตัดสินใจหรือสร้างสิ่งใหม่

ระบบ คือ ความสัมพันธ์ระหว่างส่วนต่าง ๆ ที่ส่งผลและมีต่อกันและกัน

การคิดเชิงระบบ คือ การคิดแบบให้เห็นทั้งหมด ที่มีองค์ประกอบ/ปัจจัยที่เกี่ยวข้องเชื่อมต่อกัน เป็นหนึ่งเดียว

การเลือกปัจจัยสำคัญ เพื่อนำสู่การกำหนด Intervention

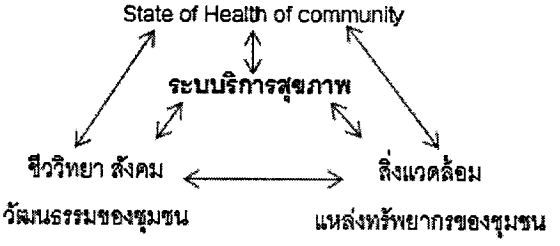
- สามารถแก้ไขพัฒนาได้
- มีผลกระทบสูง
- มีองค์ความรู้พอ
- ตรงตามนโยบาย
- มีความเร่งด่วน

ทฤษฎีระบาดวิทยา

Black box model ๕ ปัจจัย ได้แก่

- ด้านสังคมศาสตร์
- แม่ (maternal factor)
- การปนเปื้อนในสิ่งแวดล้อม
- ความขาดแคลนสารอาหาร (Nutrient deficiency)
- การบาดเจ็บ

KARK' S MODEL



ปัจจัยกำหนดสุขภาพ (DETERMINANTS OF HEALTH)

แต่ละประเทศมีการกำหนดปัจจัยสุขภาพที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ Blum ได้กำหนดสุขภาวะทางสุขภาพ (Well - being Paradigms of Health) ดังนี้

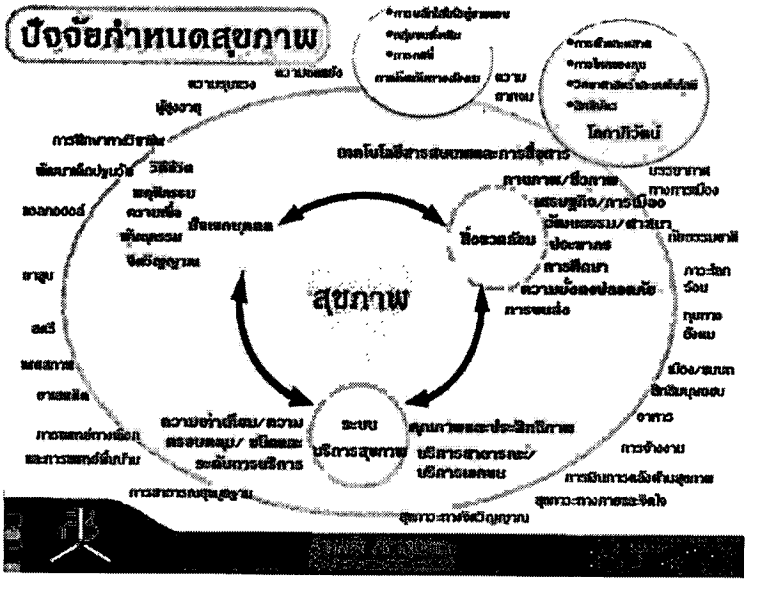
๑. ลักษณะของประชากร

๒. สิ่งแวดล้อม

๓. การดำเนินชีวิต

๔. บริการทางการแพทย์

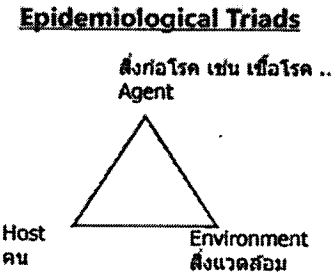
สำหรับประเทศไทย ตาม พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ ได้กำหนดปัจจัยกำหนดสุขภาพให้ครอบคลุมทุกมิติ ดังนี้



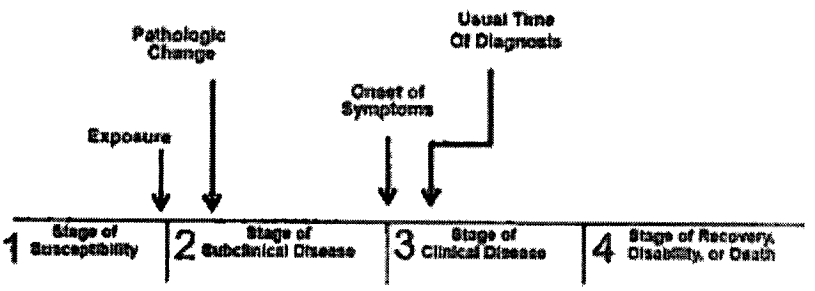
ระบาดวิทยา

เป็นการศึกษาการเกิดโรคในประชากร โดยการหาสาเหตุ ปัจจัยเสี่ยง เพื่อควบคุมโรค ประกอบกับพิจารณาการกระจายของโรคตามหลักเวลา บุคคล และสถานที่

ระบาดวิทยา มีประโยชน์ในการบอกธรรมชาติของโรค วิเคราะห์สาเหตุ วัดสถานะสุขภาพและการเปลี่ยนแปลง และประเมินมาตรการ ปัจจัยหลักที่มีอิทธิพลกับการเกิดโรคและการกระจายของโรคในชุมชน ประกอบด้วย คน (Host) สิ่งก่อโรค (Agent) และสิ่งแวดล้อม (Environment) ซึ่งมีความสัมพันธ์กันดังภาพ



ธรรมชาติของการเกิดโรค (NATURAL HISTORY OF DISEASE TIMELINE)
มี ๔ ระยะ ดังนี้



รูปแบบการศึกษาทางระบาดวิทยา

จำแนกเป็น เชิงพรรณนา และเชิงวิเคราะห์(Case-control study Cohort study experimental study)

๑. ระบาดวิทยาเชิงพรรณนา

เป็นการศึกษา "ขนาด" และ"การกระจาย" ของปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัยในประชากรที่สนใจ โดยอธิบายการกระจายของปัญหาในลักษณะของบุคคลสถานที่และเวลา

- การรายงานกรณีผู้ป่วย
- การวิเคราะห์และสรุปการเฝ้าระวัง
- การวิเคราะห์ข้อมูลผู้ป่วยในโรงพยาบาล
- การศึกษาเชิงสำรวจ

๒. ระบาดวิทยาเชิงวิเคราะห์

- การศึกษาแบบ case-control
- การศึกษาแบบ cohort
- การศึกษาเชิงทดลอง (บางตาราแยกเป็นอีกกลุ่ม)

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

๑. ต้องขออนุมัติโครงร่างการวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรม (Ethical Committee - EC or Institution Review Board-IRB)

๒. กระบวนการให้ข้อมูลขอความยินดียินยอมและสมัครใจ (Informed Consent Process) เป็นสิ่งสำคัญมาก

๓. เน้นเรื่องความปลอดภัย ความเป็นอยู่ที่ดี (well - being) ของอาสาสมัคร

๔. มีมาตรฐานการวิจัยที่ดี มีระบบรายงานความปลอดภัยที่ดี และแจ้งความคืบหน้าการทำวิจัยเป็นรายปี

❖ **ประโยชน์ที่ได้รับและนำมาประยุกต์ใช้ในหน่วยงาน คือ**

ด้านความคิด:

คิดแบบรอบด้านมากขึ้นและลึกซึ้งขึ้น โดยพิจารณาสิ่งที่มีความเชื่อมโยงกับการมีสุขภาวะที่ดีอย่างเป็นระบบ เริ่มมีการวิเคราะห์สาเหตุ ปัจจัย และผลกระทบที่เกิดขึ้นจากสาเหตุหนึ่ง ๆ ได้

ความรู้สึก:

ความรู้สึกภูมิใจที่ได้รับโอกาสฝึกทักษะ ความรู้ และเพิ่มพูนประสบการณ์ โดยเฉพาะงานด้าน health promotion ของกรมอนามัยที่มีความรู้เชิงลึกเพิ่มมากขึ้น

การแสดงออก:

มีความมั่นใจในการคิด การนำเสนอความคิดเห็นในทีม และการทำงานเป็นทีมมากขึ้น

ลงชื่อ.....ผู้เข้ารับการฝึกอบรม/ศึกษาดูงาน
(นางสาวทิพย์วัลย์ ปราบคะเซ็น)

ลงชื่อ.....รองผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง
(**นายยงยส หัตถพรสวรรค์**)
นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรม)
รองผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

หมายเหตุ กรุณาบันทึกตามแบบฟอร์มที่กำหนดให้ครบถ้วน และจัดส่งให้งานพัฒนาองค์กรและขับเคลื่อนกำลังคน หลังจากเข้าร่วมประชุม / อบรม / สัมมนา ภายใน ๗ วันทำการ เพื่อบันทึกในทะเบียนประวัติส่วนบุคคล