

# Executive talk

สศ. ดร. นพ.เชิดศักดิ์ โสมณิรัตน์

ผู้อำนวยการศูนย์ความเป็นเลิศด้านการศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพ  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

การจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนวิทยาศาสตร์สุขภาพ เป็นบริบทการเรียนรู้และการทำงานที่หนัก การบริหารจัดการหลักสูตร จะสนใจเฉพาะการนำเสนอเนื้อหาวิชาการอย่างเดียวไม่ได้ ผู้อ่านทุกท่าน คงได้มีประสบการณ์พบเห็นผู้เรียนที่มีปัญหาในการเรียนหรือการทำงาน จนเรียนไม่จบ ซึ่งไม่ได้มีต้นเหตุมาจากความบกพร่องในด้านวิชาการ แต่เป็นเพราะปัญหาทางจิตใจ ความเครียด เป็นโรคทางจิตเวช หรือหมดไฟ ดังนั้นในโรงเรียนวิทยาศาสตร์สุขภาพ ผู้สอนพึงใส่ใจในเรื่องความอยู่ดีมีสุขของผู้เรียนและบุคลากรทุกระดับ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจด้วย ในวารสารฉบับนี้ทางทีมงานจึงได้รวบรวมประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความอยู่ดีมีสุขในโรงเรียนแพทย์มาจัดเป็น theme “Well-being in medical schools” โดยหวังว่าจะช่วยให้แนวทางในการพัฒนาระบบการดูแลกายใจ และสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ในโรงเรียนแพทย์ ที่จะช่วยให้ผู้เกี่ยวข้องทุกคนมีความสุขในการเรียนและการทำงานในโรงเรียนแพทย์

ทางทีมงานได้พยายามรวบรวมบทความจากผู้เชี่ยวชาญหลายท่าน จากหลายสถาบันการศึกษา ที่นำเสนอประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับการดูแลความอยู่ดีมีสุขในโรงเรียนวิทยาศาสตร์สุขภาพ มีการให้แนวคิดและหลักการพื้นฐานในการดูแลสุขภาพ ตั้งแต่การทำความเข้าใจความหมายของ ความอยู่ดีมีสุข (Well-being), การวางระบบช่วยส่งเสริมการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์เข้าสู่บทบาทของแพทย์, การสร้าง resilience (ความสามารถในการปรับตัวตอบสนองต่อความเครียด), มุมมองในเรื่องความอยู่ดีมีสุขของผู้เรียนในยุค Gen Z, การปฏิบัติต่อนักศึกษาอย่างไม่เหมาะสม (student mistreatment), ภาวะหมดไฟ (Burnout), ชั่วโมงการทำงาน (duty hour) กับความอยู่ดีมีสุขของผู้รับบริการฝึกอบรม, ไปจนถึงหลักการดูแลสุขภาพของผู้เรียนที่มีความหลากหลายทางเพศ

ในวารสารฉบับนี้ได้มีการนำเสนอแนวทางการสร้างเสริมสุขภาพให้แก่นักศึกษาหลายอย่าง อาทิ การใช้หลัก positive psychology ในการสอน, การสร้างความเมตตา กรุณาต่อตนเอง (self-compassion,) การพัฒนาความ มุมนานะ (grit) ในตัวผู้เรียน, การสร้าง growth mindset, การสร้างการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในหลักสูตร (student engagement), การสร้างระบบอาจารย์ที่ปรึกษา (mentoring system), และการใช้ AI มาช่วยดูแลสุขภาพผ่าน mobile application

นอกจากเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพะอันคับคั่ง ข้างต้นแล้ว วารสาร SHEE journal ในฉบับนี้ยังคงนำเสนอ column ประจำต่างๆ เช่นเคย ได้แก่ Education movement มีการเสนอแนวทางการปรับเปลี่ยนในโรงเรียนวิทยาศาสตร์สุขภาพที่จะช่วยส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของครูและนักเรียน เกิดความรู้ในการทำวิจัยทางการศึกษานำเสนอประเด็นเกี่ยวกับมาตรวัดที่ใช้ในการเก็บข้อมูล เนื้อหาทางเทคโนโลยีการศึกษา (Click & Go with technology) ฉบับนี้แนะนำเสนอ Application Daylio Journal ซึ่งสามารถใช้ติดตามอารมณ์ของผู้ใช้งาน

วารสารฉบับนี้ทางทีมงานนำเสนอบทความวิชาการพิเศษสองเรื่อง ที่น่าจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อครูในยุคปัจจุบัน คือเรื่อง ห้องเรียนกลับทาง (flipped classroom) โดยอาจารย์ พรพรรณ และ การเตรียม Slide สำหรับการนำเสนอทาง วิชาการโดยอาจารย์ตรีภพ

ทางทีมงานหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเนื้อหาที่นำเสนอ นี้ จะช่วยสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลความอยู่ดีมีสุข (well-being) ในโรงเรียนแพทย์ให้แก่ผู้อ่านทุกท่าน ทำให้อาจารย์รู้จักเครื่องมือ หรือวิธีการต่างๆ ที่จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมในการเรียนและการทำงานที่น่าอภิรมย์ และทำให้ทุกคนอยากมาเรียนและมาทำงานดูแลผู้ป่วยกันโดยไม่ถูกกดดันมากเกินไป หากท่านใดที่ได้ลองนำวิธีการที่มีการนำเสนอในวารสารไปใช้แล้วประสบปัญหา ไม่รู้จะทำอย่างไรดี มีข้อสงสัยประการใด ก็สามารถติดต่อสอบถามกลับมาได้ที่ ศูนย์ SHEE นะครับ ทางทีมงานของเรายินดีช่วยเหลือทุกท่านเสมอครับ