



กรมสุขภาพจิต
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 อุบลราชธานี

ปีงบประมาณ
2567

การดำเนินงาน พัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือ นักศึกษาในมหาวิทยาลัย

เขตสุขภาพที่ 10

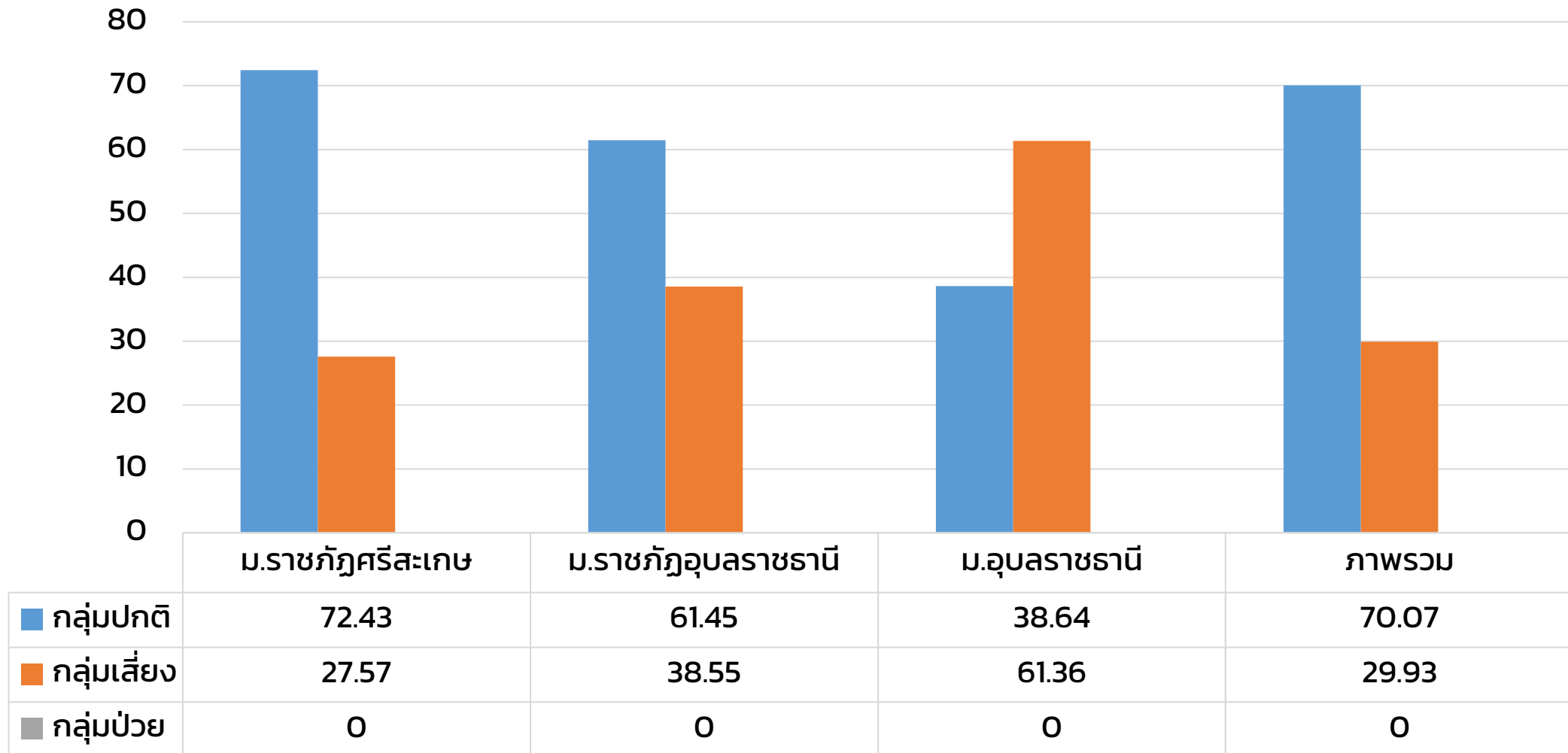


ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10

สายด่วนสุขภาพจิต 1323

ผลการดูแลช่วยเหลือทางด้านสุขภาพจิตนักศึกษา เขตสุขภาพที่ 10

ปีงบประมาณ 2567 ข้อมูลระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2566 – 5 มิถุนายน 2567 จากโปรแกรมประเมินสุขภาพจิตออนไลน์ Mental Health Check In



จำแนกรายละเอียด ผลการดูแลช่วยเหลือทางด้านสุขภาพจิตนักศึกษาารายมหาวิทยาลัย เขตสุขภาพที่ 10

จำนวนนักศึกษาทั้งหมด จำนวนนักศึกษากลุ่มเสี่ยง จำนวนนักศึกษากลุ่มป่วย จำนวนนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการดูแลช่วยเหลือจนดีขึ้น และจำนวนนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการส่งต่อ

ลำดับ	มหาวิทยาลัย	จำนวน นักศึกษา ประเมิน สุขภาพจิต (ราย)	กลุ่มปกติ (ราย)	ร้อยละ	กลุ่มเสี่ยง (ราย)	ร้อยละ	กลุ่ม ป่วย (ราย)	ร้อยละ	ส่งต่อ ภายใน (ราย)	ส่งต่อ ภายนอก (ราย)	ดูแล จนดีขึ้น (ราย)	ติดตาม ต่อเนื่อง (ราย)	หมายเหตุ
1	ม.ราชภัฏศรีสะเกษ	1,476	1,069	72.43	407	27.57	0	0	407	0	407	0	เปิด การศึกษา
2	ม.ราชภัฏอุบลราชธานี	83	51	61.45	32	38.55	0	0	32	0	32	0	เปิด การศึกษา 25 มิ.ย. 2567
3	ม.อุบลราชธานี	88	34	38.64	54	61.36	0	0	54	0	54	0	เปิด การศึกษา 5 มิ.ย. 2567
	ภาพรวม	1,647	1,154	70.07	493	29.93	0	0	493	0	493	0	

หมายเหตุ กลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ผลการประเมินเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า (9Q) ≥7 คะแนน เสี่ยงฆ่าตัวตาย (8Q) ≥1 คะแนน ภาวะเหนื่อยล้าหมดไฟ (Burn out) ≥3 คะแนน เครียดในระดับมากถึงมากที่สุด
 กลุ่มป่วย ได้แก่ นักศึกษาที่ได้รับการวินิจฉัยโรค ส่งต่อเข้าสู่ระบบบริการสุขภาพจิตในโรงพยาบาล

ที่มา จากโปรแกรมประเมินสุขภาพจิตออนไลน์ Mental Health Check In ข้อมูลระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2566 – 5 มิถุนายน 2567

ประเด็นปัญหาสุขภาพจิตสำคัญที่พบของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

เขตสุขภาพที่ 10

จำแนกรายมหาวิทยาลัย ปีงบประมาณ 2567 ข้อมูลระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2566 – 5 มิถุนายน 2567 จากโปรแกรมMental Health Check In

ลำดับ	มหาวิทยาลัย	จำนวน นักศึกษา ประเมิน สุขภาพจิต (ราย)	พลังใจ น้อย (ราย)	ร้อยละ	หมดไฟ (ราย)	ร้อยละ	เครียด มากถึง ที่สุด (ราย)	ร้อยละ	เสี่ยง ซึมเศร้า (ราย)	ร้อยละ	เสี่ยง ฆ่าตัว ตาย (ราย)	ร้อยละ	ปัญหา สุขภาพจิต ส่วนใหญ่
1	ม.ราชภัฏศรีสะเกษ	1,476	67	4.54	317	21.48	217	14.70	366	24.80	140	9.49	เสี่ยงซึมเศร้า
2	ม.ราชภัฏอุบลราชธานี	83	7	8.43	29	34.94	14	16.87	23	27.71	9	10.84	เสี่ยงหมดไฟ
3	ม.อุบลราชธานี	88	4	4.55	39	44.32	36	40.91	42	47.73	12	13.64	เสี่ยงซึมเศร้า
	ภาพรวม	1,647	78	4.74	385	23.38	267	16.21	431	26.17	161	9.78	เสี่ยงซึมเศร้า

ปีงบประมาณ 2567 ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 ร่วมกับเครือข่ายการดำเนินงานสุขภาพจิตในมหาวิทยาลัย
ขับเคลื่อนการดำเนินงานระบบดูแลนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง ประสานความร่วมมือและแลกเปลี่ยนการดำเนินงาน ซึ่ง
มหาวิทยาลัยของรัฐ สังกัดกระทรวงการอุดมศึกษาฯ ในเขตสุขภาพที่ 10 และลงนามความร่วมมือ (MOU)
ระบบดูแลช่วยเหลือนักศึกษา จำนวน 3 แห่ง ได้แก่



มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี



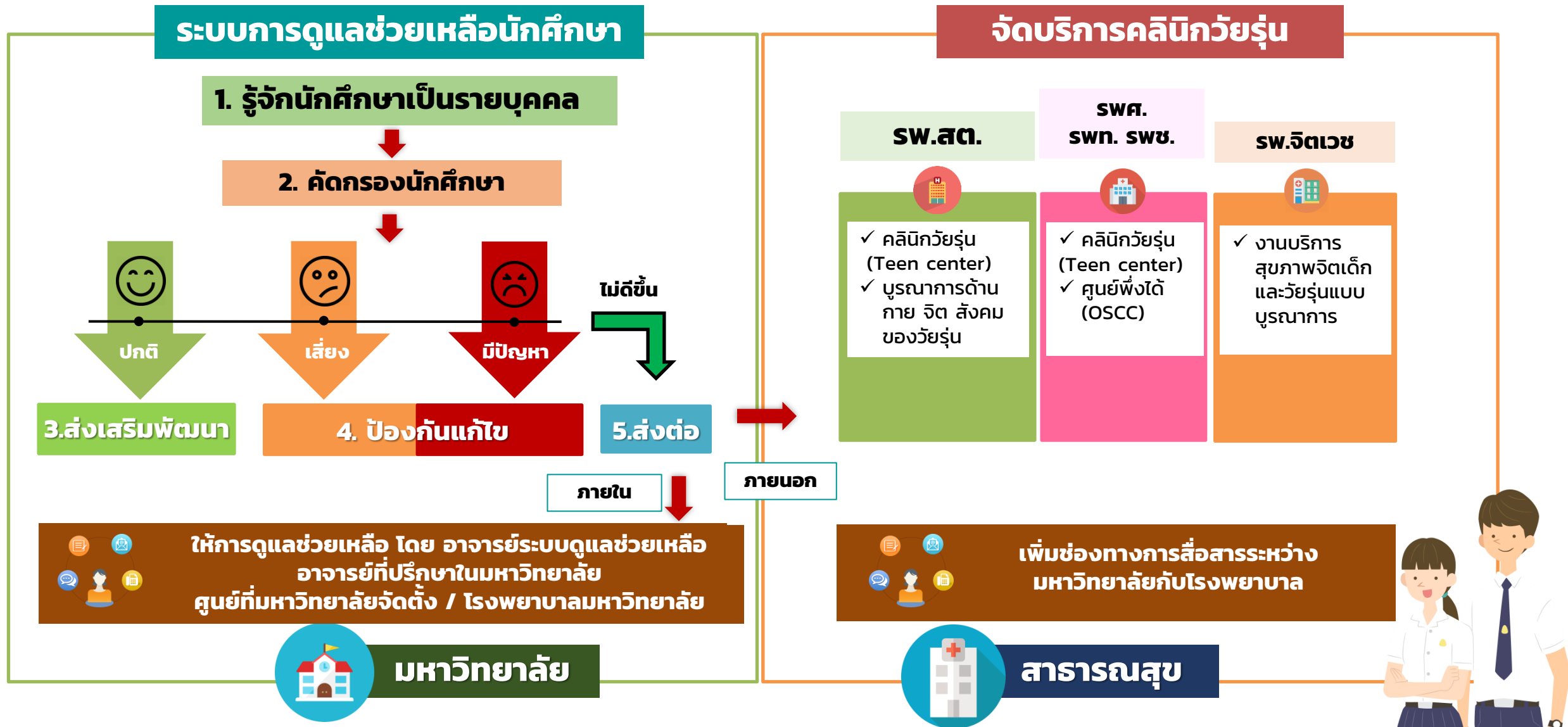
มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ



มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

ประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้น รูปแบบออนไลน์ โปรแกรม **Mental Health Check In** โดยเฉพาะมหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ
มีนักศึกษาเข้าทำแบบประเมินสูงกว่า 1,477 ราย เนื่องจากใช้เวทีการปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ชั้นปีที่ 1 และการประชุมนักศึกษา
ชั้นปีต่าง ๆ ในวันเปิดเทอมภาคการศึกษาที่ 1 เมื่อปลายเดือนพฤษภาคม 2567 ในขณะที่มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี
และมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี อยู่ระหว่างเตรียมเปิดภาคการศึกษาและมีแผนการสื่อสารและส่งเสริมให้นักศึกษาเข้าถึงการ
ประเมินในเวทีการปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่และการเปิดภาคการศึกษาใหม่ของนักศึกษาทุกชั้นปี จำนวนนักศึกษาที่ทำแบบ
ประเมินจึงอยู่ระหว่างการดำเนินการ ประเมินช่วงเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2567 เป็นต้นไป

ระบบดูแลช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตนักศึกษาและการบริการ





การดูแลช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

ปีงบประมาณ 2567 ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2566 – 5 มิถุนายน 2567

**“เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตนักศึกษา ด้วยมิตรช่วยกัน
สัมพันธ์น้องพี่ มีเครือข่ายคู่ใจ”**



ภายใต้ยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและเผยแพร่รูปแบบการช่วยเหลือและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตให้กับนักศึกษา สื่อสารและประชาสัมพันธ์ให้นักศึกษาทุกชั้นปี โดยเฉพาะนักศึกษาที่มีความเสี่ยงสุขภาพจิต เข้าระบบประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้น รูปแบบออนไลน์ โปรแกรม **Mental Health Check In** นักศึกษากลุ่มเสี่ยงทุกรายได้รับการดูแลด้านสังคม จิตใจ ติดตามต่อเนื่อง จากอาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ ส่งต่อข้อมูลอาจารย์ที่ปรึกษาและงานพัฒนานักศึกษาของมหาวิทยาลัย โดยส่วนใหญ่ศึกษามีภาวะสุขภาพจิตปกติ ร้อยละ **72.43** พบกลุ่มเสี่ยงสุขภาพจิตที่ต้องดูแลช่วยเหลือให้คำปรึกษา ประเมินจนอาการและความเสี่ยงลดลง ร้อยละ **27.57** ซึ่งนักศึกษาทุกรายที่พบความเสี่ยงต้องได้รับการติดตามดูแลตามข้อกำหนดของมหาวิทยาลัย ดูแลช่วยเหลือและส่งต่อภายในมหาวิทยาลัย ตลอดการดำเนินงานที่ผ่านมายังไม่พบนักศึกษาที่มีความเสี่ยงรุนแรงถึงขั้นลงมือกระทำความรุนแรงต่อตนเองและฆ่าตัวตายสำเร็จ ไม่พบป่วยทางจิตถึงขั้นส่งต่อโรงพยาบาล

โครงการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตด้วยมิตร ช่วยกันสัมพันธ์น้องพี่ มีเครือข่ายคู่ใจ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ



วัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มทักษะการให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิตของอาจารย์ที่ปรึกษา และพัฒนาสมรรถนะแกนนำเพื่อให้เกิดระบบเพื่อนช่วยเพื่อน พี่ช่วยน้อง ภายใต้ความร่วมมือโครงการ **“คู่เครือข่ายดูแลจิตใจ ก้าวสู่คนไทยคุณภาพ”**

ระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏในสังกัดกระทรวงการอุดมศึกษา กับ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และสอดคล้องกับนโยบายรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ สถานศึกษาในสังกัด ร่วมกับศูนย์สุขภาพจิต และหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ อันจะนำไปสู่การขับเคลื่อนการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือทางด้านสุขภาพจิตนักศึกษา ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป



MENTAL HEALTH
CHECK-IN



ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10

ขอเชิญคณาจารย์และนักศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ



สแกนใจ



สุขภาพจิตออนไลน์



MENTAL HEALTH CHECK IN

เป็นเครื่องมือประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้นและคัดกรองความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิต

ขั้นตอนการแบบประเมิน

1. เลือกจังหวัด " ศรีสะเกษ "
2. เลือกอำเภอ " เมืองศรีสะเกษ "
3. เลือกตำบล " โพธิ์ "
4. เลือกหน่วยงาน " มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ "



- ทราบผลทันที
- มีคำแนะนำในการปฏิบัติตัว
- มีช่องทางขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญออนไลน์
- สำหรับท่านที่มีความเสี่ยงจะมีเจ้าหน้าที่ติดต่อกลับ เพื่อดูแลช่วยเหลือต่อไป



MENTAL HEALTH CHECK-IN

หน้าหลัก | เกี่ยวกับ MHC-I | ติดต่อเรา | DASHBOARD | ความรู้

ตรวจสอบสุขภาพจิตสำหรับองค์กรภาครัฐ/เอกชน/สถาบันอุดมศึกษา(นักศึกษา/เจ้าหน้าที่)

กรุณากรอกข้อมูลเบื้องต้น

1. ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ นามสกุล

เพศ อายุ (ปี)

เลือกจังหวัด เลือกอำเภอ เริ่ม

2. ท่านเคยอยู่ในกลุ่มนี้หรือไม่?

☐ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านเคยอยู่ในกลุ่มเหล่านี้หรือไม่? (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 1. ทำงาน/ถูกเลิกจ้าง/ตกงาน

☐ 2. ผู้ประสบปัญหาทางสภาพจิตใจ/ซึมเศร้า

☐ 3. รายได้ลดลง/มีหนี้สิน

☐ 4. ผู้ป่วยหรือเคยพบอาการทางจิต

☐ 5. ไม่อยู่ในกลุ่มที่ระบุข้างต้น

ใช้มือถือสแกนได้เลย



การดูแลช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

ปีงบประมาณ 2567 ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2566 – 5 มิถุนายน 2567



“มหาวิทยาลัยแห่งความสุข”



งานบริการและสร้างเสริมสุขภาพ กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี รับผิดชอบงานสุขภาวะกาย จิตใจ ซึ่งมีบุคลากรนักศึกษามหาวิทยาลัย จำนวน 2 คน ได้รับการพัฒนาศักยภาพในการให้คำปรึกษาและดูแลช่วยเหลือด้านจิตใจนักศึกษาในมหาวิทยาลัย จากกรมสุขภาพจิต ขับเคลื่อนการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง

รู้จักนักศึกษาเป็นรายบุคคล & เพจออนไลน์ **Facebook งานบริการและสร้างเสริมสุขภาพ**

สื่อสารและประชาสัมพันธ์ โปรแกรม **Mental Health Check In**

นักศึกษากลุ่มเสี่ยงทุกรายได้รับการดูแลด้านสังคม จิตใจ ติดตาม จากอาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์คณะสาธารณสุขศาสตร์ โดยส่วนใหญ่ นักศึกษามีภาวะสุขภาพจิตปกติ ร้อยละ **61.36** พบกลุ่มเสี่ยงสุขภาพจิตที่ต้องดูแลช่วยเหลือ ประเมินจนอาการและความเสี่ยงลดลง ร้อยละ **38.64** ซึ่งนักศึกษาทุกรายที่พบความเสี่ยงต้องได้รับการติดตามดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือของมหาวิทยาลัย ดูแลช่วยเหลือและส่งต่อภายในคลินิกของมหาวิทยาลัย ยังไม่พบนักศึกษาที่มีความเสี่ยงทางจิตรุนแรงถึงขั้นลงมือกระทำความรุนแรงต่อตนเองและฆ่าตัวตายสำเร็จ



MENTAL HEALTH CHECK-IN



ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10

ขอเชิญคณาจารย์และนักศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี



สแกนใจ

สุขภาพจิตออนไลน์



MENTAL HEALTH CHECK IN

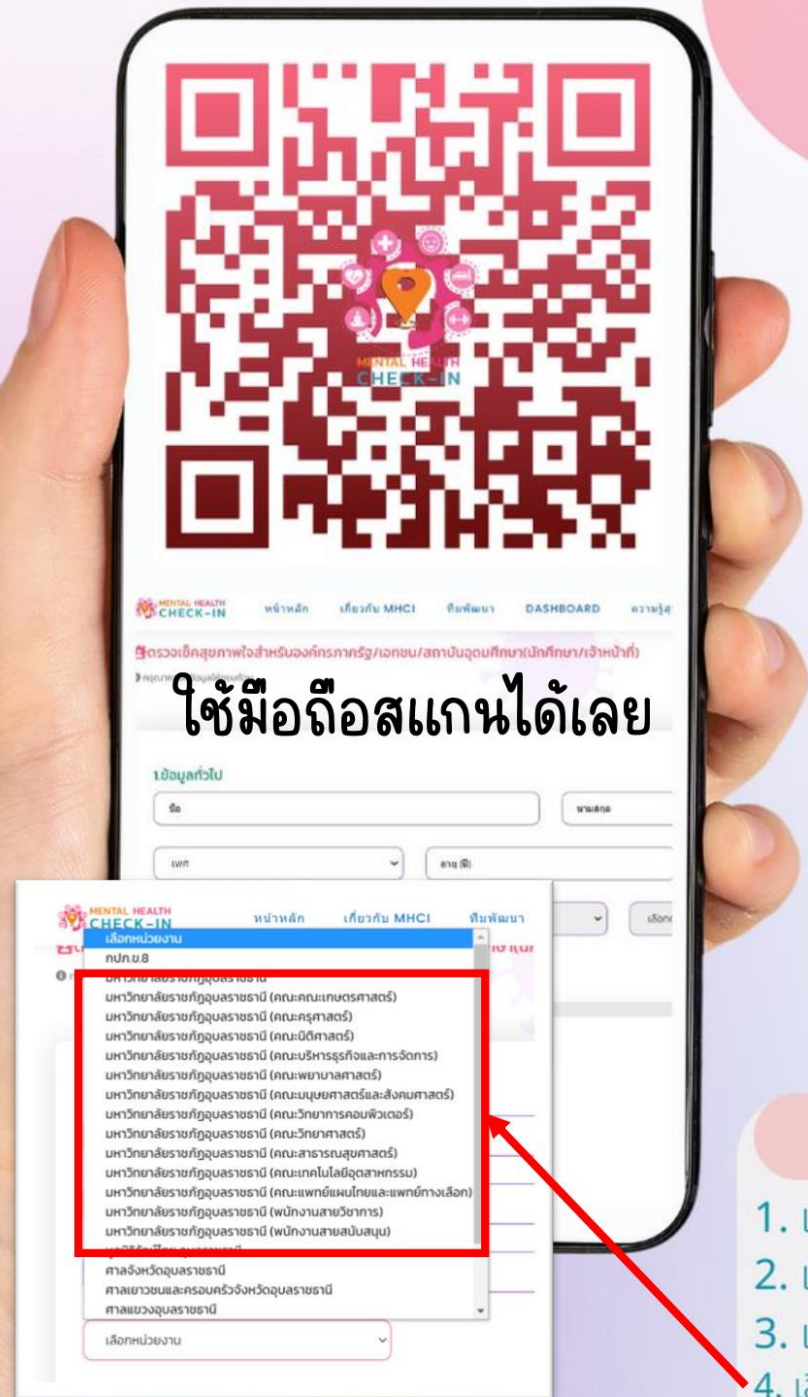
เป็นเครื่องมือประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้นและคัดกรองความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิต

ขั้นตอนการทำแบบประเมิน

1. เลือกจังหวัด " อุบลราชธานี "
2. เลือกอำเภอ " เมืองอุบลราชธานี "
3. เลือกตำบล " ในเมือง "
4. เลือกหน่วยงาน " เลือก "มหาวิทยาลัย/คณะ" ของนักศึกษา "



- ทราบผลทันที
- มีคำแนะนำในการปฏิบัติตัว
- มีช่องทางขอคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญออนไลน์
- สำหรับท่านที่มีความเสี่ยงจะมีเจ้าหน้าที่ติดต่อกลับเพื่อดูแลช่วยเหลือต่อไป





การดูแลช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

ปีงบประมาณ 2567 ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2566 – 5 มิถุนายน 2567

“มหาวิทยาลัยแห่งการสร้างสติและปัญญาแก่สังคม”



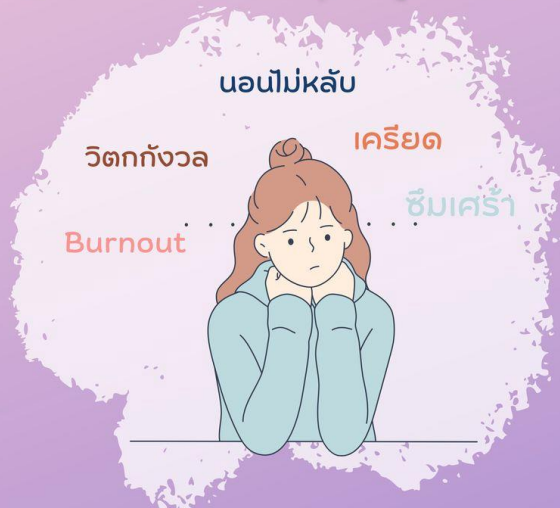
รับผิดชอบงานสุขภาวะทางด้านจิตใจ โดย งานพัฒนานักศึกษา มี **“ศูนย์สุขภาวะจิต UBU wellness mind”** กลยุทธ์เด่นคือ สร้างทีมนำ แคนนำนักศึกษาในการดูแลช่วยเหลือเพื่อนนักศึกษาด้วยกัน และ ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 อุบลราชธานี ได้เป็นวิทยากรอบรมพัฒนานักศึกษา ภายใต้ **“โครงการ UBU BUDDY เครือข่ายเพื่อนช่วยเพื่อน”** เพื่อพัฒนาแกนนำนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ทุกคณะ ให้มีความรอบรู้ด้านสุขภาพจิต มีพลังใจ (RQ) สามารถการจัดการอารมณ์ ความเครียด ความไม่สบายใจตนเองได้ และมีทักษะการให้คำปรึกษา ให้คำแนะนำเบื้องต้นในการดูแลจิตใจเพื่อนนักศึกษา การอบรมสร้างทีมนำ ให้ความรู้ในเรื่องปัญหาสุขภาพจิตและพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญในวัยรุ่น ทักษะการรับรู้ จัดการอารมณ์ ความเครียด เป็นต้น

มีการการประเมินสุขภาพจิต **Mental Health Check In** การเฝ้าระวังและป้องกันปัญหาสุขภาพจิต ในส่วนอาจารย์ที่ปรึกษา มหาวิทยาลัยได้มีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการเครือข่ายอาจารย์ที่ปรึกษา ด้านสุขภาวะและให้คำปรึกษานักศึกษา เพื่อการดูแลช่วยเหลือนักศึกษาด้านจิตใจ ผลจากการประเมินสุขภาพจิต นักศึกษามีภาวะเสี่ยงสุขภาพจิตที่ต้องดูแลฯ ประเมินจนอาการและความเสี่ยงลดลง ร้อยละ **61.31** ซึ่งนักศึกษาทุกรายที่พบความเสี่ยงต้องได้รับการติดตามดูแลตามระบบของมหาวิทยาลัย ดูแลช่วยเหลือและส่งต่อภายในโรงพยาบาลของมหาวิทยาลัย

UBU Wellness Mind

ศูนย์บริการให้การปรึกษานักศึกษา มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

ปัญหาเหล่านี้ รบกวนคุณอยู่หรือป่าว ?



ให้เราช่วยดูแลใจคุณ เข้ามาพูดคุยกับเราได้นะ

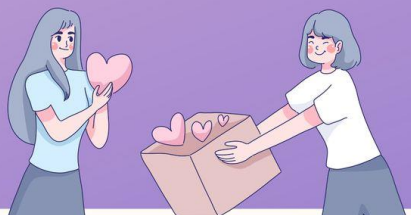


ที่ตั้ง งานสวัสดิการนักศึกษา
สำนักงานพัฒนานักศึกษา
สำนักงานอธิการบดี 1 ชั้น 2



สามารถติดตามและ
จองคิว นัดวัน-เวลา
เพื่อรับการปรึกษา
ได้ที่ QR Code นี้

Ins. 045-353033



UBU Buddy

FEATURE HIGHLIGHTS

- ปัญหาสุขภาพจิตที่สำคัญในวัยรุ่น
- ทักษะการจัดการอารมณ์ และทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้น
- ทักษะการปฐมพยาบาลทางใจ
- ทักษะการสังเกต เพื่อระวังและป้องกันปัญหาทางสุขภาพจิต
- ทักษะการพูด การให้กำลังใจ และการรับฟังอย่างตั้งใจ

รุ่นที่ 1 วันเสาร์ที่ 17 กุมภาพันธ์ 2567 จำนวน 75 คน

รุ่นที่ 2 วันอาทิตย์ที่ 18 กุมภาพันธ์ 2567 จำนวน 75 คน

เวลา 08.30 น. - 16.30 น.

ณ ห้องประชุมศรีเมืองใหม่ ชั้น 3 สำนักงานอธิการบดี 2 มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

1 หน่วยกิจกรรมด้าน **คุณลักษณะ** + 1 หน่วยจิตอาสา

พร้อมได้รับใบประกาศนียบัตรออนไลน์หลังเข้าร่วมอบรม

SCAN ME

สำนักงานพัฒนาการศึกษา 045-353033



ภูมิคุ้มใจ Online LIVE

f ผ่าน Facebook Live : UBU Wellness Mind เวลา 17.00 - 19.00 น.

MARCH

ตารางประจำเดือน

อาทิตย์	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	เสาร์
					1	2
3	4	5	6 "สร้างคุณค่า ภายในและ Self-esteem"	7	8 "เตรียมใจ ก่อนเริ่ม"	9
10	11 "สร้างพลังใจ อีก 50 ปี"	12	13 "ใจเรารู้ เราพบได้"	14	15 "ใจบอก ตนเอง รัก Self-love"	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Art Therapy

ศิลปะสร้างสุข

ระหว่างวันที่ 18 - 22 มีนาคม 2567
เวลา 16.30 - 19.30 น.

ณ ห้อง UBU Wellness Mind สำนักงานอธิการบดี 1 ชั้น 2

ชมกับ กิจกรรม

- ระบายสีลูกโป่ง
- ระบายภาพ ระบายสี
- Minders

รับจำนวนจำกัด **ครั้งละ 25 ท่าน**

ลงทะเบียนเข้าร่วมล่วงหน้า



"ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 ร่วมแลกเปลี่ยนการดำเนินงานพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ"

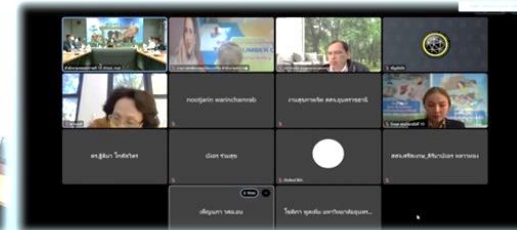


ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 ร่วมแลกเปลี่ยนการดำเนินงานพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

"ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 ร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนแนวทางในการพัฒนาระบบการช่วยเหลือและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ"



"ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 ประชุมคณะกรรมการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักศึกษา เขตสุขภาพที่ 10"



จุดแข็ง

การดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักศึกษา เขตสุขภาพที่ 10

- **มีการลงนามความร่วมมือ เชิงนโยบาย (MOU Policy)** ระบบดูแลช่วยเหลือ นักศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม และดำเนินการต่อเนื่อง ระหว่างกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และ กระทรวงการอุดมศึกษา **ผู้บริหารให้ความสำคัญ** มีการกำกับ ติดตาม นิเทศงาน ทั้งในระดับ ส่วนกลางกรมสุขภาพจิต และ ระดับพื้นที่เขตสุขภาพที่ 10
- **มีการบูรณาการทำงานขับเคลื่อนร่วมกัน** ระหว่างศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 และสถาบัน การอุดมศึกษาในพื้นที่ อย่างต่อเนื่อง ร่วมกิจกรรมตามแผนงานของมหาวิทยาลัย (ขับเคลื่อนเป็นแผนงาน โครงการการดูแลนักศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม) เช่น โครงการให้ความรู้นักศึกษาด้านการดูแลจิตใจในการ ปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ การให้ความรู้ในการจัดกิจกรรมของคณะ ตลอดจนมีการอบรมพัฒนาอาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษาในการดูแลช่วยเหลือนักศึกษา เป็นต้น
- **เรื่องสุขภาพจิต นักศึกษาให้ความสำคัญ Hot issue** โดยเฉพาะนักศึกษาใหม่ ให้ความสนใจ เช่น การเตรียมความพร้อม ปรับตัว การคลายเครียด การจัดการปัญหาความสัมพันธ์ เป็นต้น

จุดอ่อน



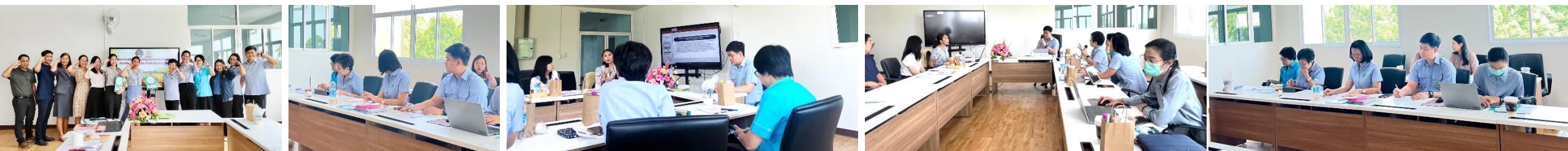
การดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักศึกษา เขตสุขภาพที่ 10

- **การประเมินสุขภาพจิตนักศึกษา โปรแกรม Mental Health Check In ยังไม่ครอบคลุม** เข้าถึงนักศึกษาทุกราย ทำให้ในรายที่มีความเสี่ยงปัญหาสุขภาพจิตที่ไม่ได้รับการประเมินปัญหา อาจไม่ได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างทันท่วงที
- **การดูแลด้านจิตใจนักศึกษาเชิงรุก เป็นเรื่องใหม่สำหรับมหาวิทยาลัย** ต้องอาศัยระยะเวลา การพัฒนาศักยภาพผู้รับผิดชอบงาน อาจารย์ การวางระบบ การสร้างความเข้าใจและความร่วมมือผู้ที่เกี่ยวข้อง ในการขับเคลื่อนการดำเนินงาน
- **นักศึกษาเสี่ยงสุขภาพจิตส่วนหนึ่งไม่เข้าถึงระบบบริการด้านสุขภาพจิต** ทั้งภายในมหาวิทยาลัย และภายนอกมหาวิทยาลัย เร่งสร้างความเข้าใจและนำเข้าสู่ระบบการดูแลฯ

ปิด Gap เตรียมความพร้อมเปิดภาคการศึกษา & Next Step

การขับเคลื่อนระบบดูแลช่วยเหลือนักศึกษา ปีงบประมาณ 2567 ขึ้นตอนต่อจากนี้ (Next Step) มหาวิทยาลัยดำเนินการ

- 1.) **สร้างความร่วมมือ** เช่น ผู้บริหาร คณะ สโมสร งานพัฒนานักศึกษา เป็นต้น ในการขับเคลื่อนระบบดูแลช่วยเหลือนักศึกษาต่อเนื่อง
- 2.) **ประชาสัมพันธ์การเข้าถึงช่องทาง โปรแกรม Mental Health Check In** และ ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 ร่วมปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่
- 3.) การเผยแพร่ให้นักศึกษาทราบถึงช่องทางการประเมินตามจุดและสถานที่ต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย รวมถึง **เผยแพร่ในสื่อออนไลน์ Social Network Platform ต่าง ๆ** เป็นต้น
- 4.) **การสร้างการมีส่วนร่วม** ผู้ปกครอง ครอบครัว ชุมชน มหาวิทยาลัย หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการดูแลช่วยเหลือนักศึกษาทางสังคม จิตใจ
- 5.) **การเชื่อมโยง ประสานส่งต่อข้อมูล เข้าสู่ระบบบริการสุขภาพจิต คลินิกจิตเวช โรงพยาบาลคู่เครือข่าย**
- 6.) **กำหนด วางแผน ประเมินสุขภาพจิต Mental Health Check In นักศึกษาใหม่ และนักศึกษาทุกราย** และนำผลการประเมินนำเสนอต่อผู้บริหาร เพื่อนำไปสู่ข้อเสนอเชิงนโยบายต่อไป และกำหนดบทบาท ความรับผิดชอบของผู้ที่เกี่ยวข้อง ขับเคลื่อนต่อเนื่องในภาคการศึกษาใหม่ (มิถุนายน – กรกฎาคม 2567)
- 7.) มหาวิทยาลัยพัฒนาศักยภาพอาจารย์ อาจารย์ที่ปรึกษา แคนนำนักศึกษา บุคลากรสนับสนุน เรื่อง การให้คำปรึกษาและการดูแลช่วยเหลือด้านสังคม จิตใจนักศึกษา วิทยากร โดย อาจารย์สุขภาพจิตของมหาวิทยาลัย พยาบาลจิตเวชใน รพ.คู่เครือข่าย และศูนย์สุขภาพจิตที่ 10
- 8.) ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 และ เครือข่ายมหาวิทยาลัย **จัดเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ระบบดูแลช่วยเหลือ** ปลายปีงบประมาณ (สิงหาคม 2567)



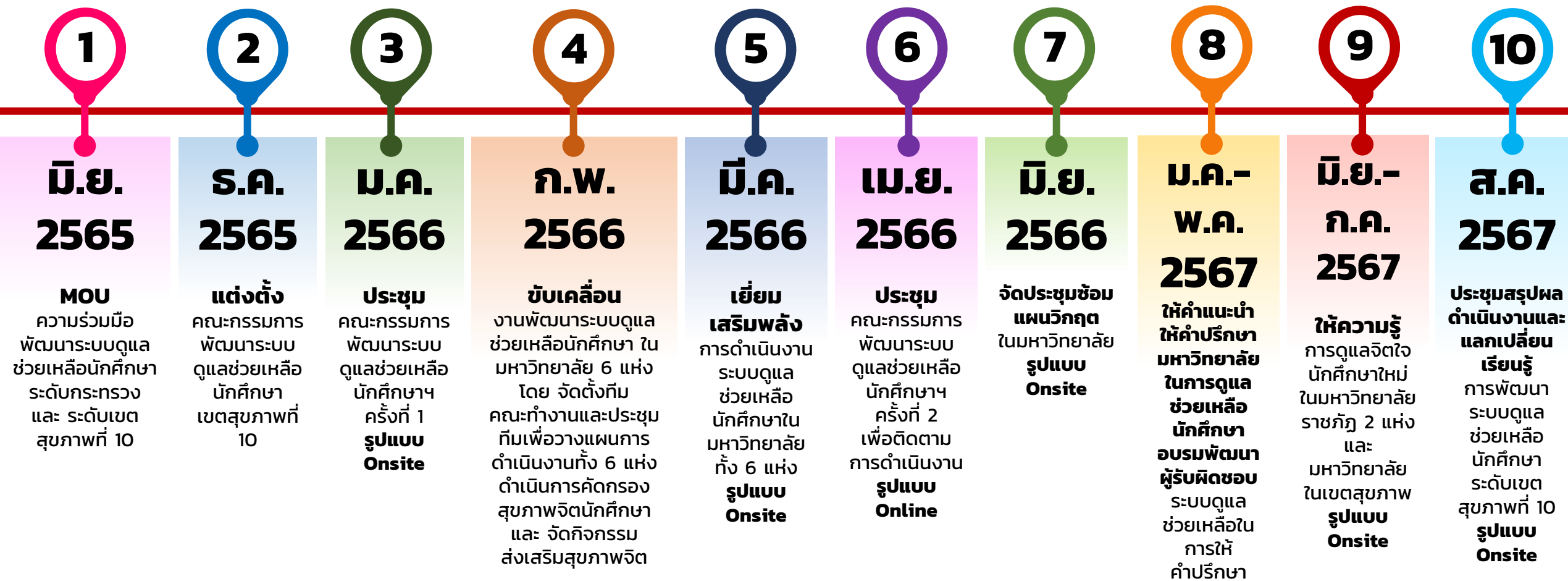
ปัญหา อุปสรรค

- ❑ **การจัดซ่อมแผนเผชิญวิกฤตในมหาวิทยาลัย ยังไม่นำไปสู่การเกิดระบบที่ครอบคลุม ชัดเจน** ในทุกมหาวิทยาลัย ทั้งรัฐและเอกชน
- ❑ **การพัฒนาศักยภาพอาจารย์ให้คำปรึกษายังไม่ครอบคลุม** ด้วยปัจจัยต่าง ๆ ภาระงาน รวมถึงงบประมาณ

ข้อเสนอแนะ

- ❑ **จัดให้มีการซ่อมแผนเผชิญวิกฤตในมหาวิทยาลัย** ทั้งโดยส่วนกลาง (ความร่วมมือ กรมสุขภาพจิต และ อว.) และจัดสรรงบประมาณแต่ละเขตสุขภาพ เพื่อให้เกิดระบบที่ครอบคลุมในทุกมหาวิทยาลัย
- ❑ **อบรมพัฒนาศักยภาพอาจารย์ผู้ให้คำปรึกษาให้ครอบคลุมมากขึ้น** เพื่อเตรียมพร้อมรับปัญหาและให้การดูแลช่วยเหลือ

Timeline การขับเคลื่อนการพัฒนาาระบบดูแลช่วยเหลือ นักศึกษา เขตสุขภาพที่ 10 ปีงบประมาณ 2565 - 2567





กรมสุขภาพจิต

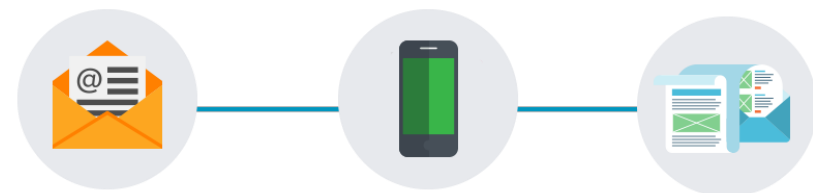
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 อุบลราชธานี



ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10 อุบลราชธานี

ที่ตั้ง

อาคารสำนักงานตั้งอยู่ภายใน รพ.พระศรีมหาโพธิ์
เลขที่ 212 ถ.แจ้งสนิท ต.ในเมือง อ.เมือง
จ.อุบลราชธานี 34000



ติดต่อ

หมายเลขโทรศัพท์ 045352500 ต่อ 61594

Email dmh.mhc10@gmail.com

Website www.mhc10.go.th



ประเมินสุขภาพจิตออนไลน์

MENTAL HEALTH CHECK-IN



สายด่วนสุขภาพจิต

โทร. 1323

โทรฟรี 24 ชั่วโมง

	โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์	0817258886 (บริการให้คำปรึกษา ตลอด 24 ชั่วโมง)
	ศูนย์สุขภาพจิตที่ 10	0816609624 (บริการให้คำปรึกษา ในวันและเวลาราชการ)

