



โครงการการดูแลสุขภาพใจในวัยรุ่น

เลขที่สัญญา : 19/2568

หัวหน้าโครงการ : ผศ.ดร.กฤษณีย์ บังคะตานรา

หน่วยงาน : สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ

ความเป็นมาของโครงการ

องค์การแรงงานระหว่างประเทศ (ILO) เล็งเห็นความสำคัญของเยาวชน เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญต่อการประกอบอาชีพในอนาคต ประชากรวัยทำงานส่วนใหญ่ถูกกำหนดโดยการเปลี่ยนจากโรงเรียนไปทำงาน ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันมานานแล้วว่าความล้มเหลวในการหางานที่ดีหลังจากออกจากโรงเรียน นั้น มีแนวโน้มที่จะส่งผลกระทบต่อรูปร่างและรายได้ตลอดชีวิต การนำนโยบายและแผนงานที่มีประสิทธิภาพมาปรับใช้เพื่อส่งเสริมเยาวชนจึงมีความสำคัญ การเข้าถึงงานที่เหมาะสมในตลาดแรงงาน วัยเรียนจึงเป็นช่วงเวลาที่สำคัญของชีวิตที่หญิงสาวและชายหนุ่มที่ต้องทำการตัดสินใจที่สำคัญในการจะวางรากฐานสำหรับอาชีพและครอบครัวตลอดชีวิต ที่ผ่านมากกระทรวงสาธารณสุขได้มีการพัฒนาและปรับใช้มาตรฐานบริการสุขภาพที่เป็นมิตรสำหรับวัยรุ่นและเยาวชน (Youth Friendly Health Services: YFHS) โดยเป็นหนึ่งในมาตรการเพื่อสร้างหลักประกันคุณภาพของการดำเนินงาน YFHS เพื่อตอบสนองความต้องการด้านสุขภาพของเยาวชน จากรายงานจากกรมสุขภาพจิต จากการประเมินสุขภาพจิตเด็ก และวัยรุ่นไทย ที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี พบว่ามีความเครียดสูงถึงร้อยละ 28 มีความเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า ร้อยละ 32 เสี่ยงฆ่าตัวตายร้อยละ 22 เด็กอายุ 10-19 ปี กว่า 1 ใน 7 คนทั่วโลก มีอาการป่วยทางจิตที่ได้รับวินิจฉัยจากแพทย์ และมีวัยรุ่นเกือบ 46,000 คนเสียชีวิตจากการฆ่าตัวตาย ตัวเลขหรือสถิติเหล่านี้ มีแนวโน้มว่าจะสูงขึ้นทุกปี การสร้างความตระหนักและการส่งเสริมให้วัยรุ่นมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพใจของตนเองมากขึ้น จึงเป็นสิ่งสำคัญเพื่อให้วัยรุ่นรู้จักอารมณ์ของตนเอง และสามารถจัดการกับสภาวะทางใจได้อย่างถูกต้อง ดังนั้น โครงการบริการวิชาการแก่สังคมนี้จึงมีจุดประสงค์เพื่อให้ส่งเสริมสุขภาพใจของวัยรุ่น ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสภาวะใจ และการจัดการดูแลปรับปรุงและส่งเสริมสุขภาพใจของตนเองได้ เพื่อให้เป็นเยาวชนที่มีสุขภาพใจที่ดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1.เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพใจ
- 2.เพื่อให้มีแนวทางในการดูแลสุขภาพใจของตนเองเมื่อเกิดภาวะวิตกกังวล

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนวัยรุ่น อายุ 14 ปีขึ้นไป จำนวน 40 คน

วิธีการดำเนินงานของโครงการ

จัดฝึกอบรมจำนวน 1 วัน

ผลการดำเนินงาน

1. ความพึงพอใจต่อการบริการวิชาการแก่สังคมของมหาวิทยาลัยคิดเป็นร้อยละ 88.2
2. ผู้เข้ารับการฝึกอบรมนำความรู้ไปใช้ประโยชน์คิดเป็นร้อยละ 90.4

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพใจ
2. ผู้เข้าร่วมโครงการมีแนวทางในการดูแลสุขภาพจิตของตนเองเมื่อเกิดภาวะวิตกกังวล

ภาพกิจกรรมการดำเนินงานโครงการ

