

สรุปผลการจัดโครงการการจัดการความรู้ ปีการศึกษา 2562
เมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2563 ณ ห้องประชุมคณะนิติศาสตร์

ผู้เข้าร่วม ได้แก่ คณบดี รองคณบดี คณาจารย์ และบุคลากรสายสนับสนุน

หัวข้อการจัดอบรม

- 1.ด้านการผลิตบัณฑิต” การดูแลนักศึกษาและการสังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า”
- 2.ด้านการวิจัย และการบริการวิชาการ “การวิจัยและบริการวิชาการที่ตอบสนองต่อความต้องการของชุมชน”

รูปแบบ

เชิญผู้มีความรู้และประสบการณ์จากคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์และสวัสดิการสังคม มาแลกเปลี่ยนในหัวข้อดังกล่าว ได้แก่ อาจารย์ ดร.นุชนาฏ ยูอันเงาะ รองคณบดี และอาจารย์ ดร.กฤตวรรณ สาหร่าย อาจารย์ประจำ สรุปจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้ง 2 หัวข้อ ได้ดังนี้

ด้านการผลิตบัณฑิต “การดูแลนักศึกษาและการสังเกตพฤติกรรมเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า”

โรคซึมเศร้า ไม่ใช่โรคความอ่อนแอแต่เป็นความผิดปกติทางอารมณ์และสมองบางส่วน การที่จะเกิดภาวะซึมเศร้าต้องดูพื้นฐานครอบครัว ความทรงจำอาจเกิดจากอารมณ์ การใช้สมองกระบวนการคิดของเด็กซึ่งควรปลูกฝังตั้งแต่เด็ก ช่วงที่จะเป็นคือ อายุ 18-25 ปี ผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะเป็นสูงกว่าผู้ชาย แต่ผู้ชายจะทำได้สำเร็จมากกว่าผู้หญิง เกิดจากการมีอารมณ์ผิดปกติ การปรับสมดุลของสมอง หรือการใช้สารเสพติดจะมีผลต่อภาวะการทำงานของสมองด้วย

สาเหตุ

- 1.สารเคมีในสมอง ทำให้เกิดความเครียด ภาวะการนอนหลับ คนในครอบครัวเคยเป็น (กรรมพันธุ์)
- 2.อยู่ในสภาวะแวดล้อมที่มีความเครียด
- 3.ลักษณะนิสัย อาจจะมีมั่นใจในตนเองสูงรับฟังคนอื่นไม่ได้ อาจจะมีมองเชิงลบ
- 4.การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน จะมีผลต่อภาวะซึมเศร้าถ้าหลายๆ ภาวะอยู่ด้วยกันอาจจะเกิดความเสียหายได้

- 5.การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้ยาเสพติด

อาการ เบื่อ ไม่สนใจไม่ยอมทำอะไร

เศร้า ท้อแท้ ไม่สบายใจ

เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป

นอนหลับยาก หรือหลับมากเกินไป

ทำอะไรช้าลง อ่อนเพลียไม่มีแรง

ไม่มีสมาธิ รู้สึกว่าตัวเองไร้ค่า อยากทำร้ายตัวเอง

การเตรียมความพร้อมในการดูแลนักศึกษาแรกเข้า ด้านอารมณ์ การให้ความไว้วางใจเพื่อให้เกิดการวางใจ โดยการเอาใจใส่เขาก่อน กรณีมีเด็กมาปรึกษาปัญหา เราควรจะทำอย่างไรหรือให้คำแนะนำอย่างไร คำตอบคือ Deep Listening เข้าไปอยู่ในใจของเขาฟังอย่างตั้งใจและเข้าใจ ถ้าฟังแล้วมีความเสี่ยงเราต้องคุยและถามถึงพ่อแม่ พยายามให้ไปพบแพทย์ หรือจะอาจจะสังเกตพฤติกรรมจากดวงตาก็ได้ โดยใช้ทักษะการฟังหรือตั้งคำถามบ้าง และสรุปผล

ด้านการวิจัย และการบริการวิชาการ “การวิจัยและบริการวิชาการที่ตอบสนองต่อความต้องการของชุมชน”

วิทยากรยกตัวอย่างว่าได้จัดทำโครงการเรียนรู้ร่วมกับแบบสหวิชาชีพ (IPE) โดยร่วมกันหลายคณะ แบ่งหน้าที่ตามวิชาชีพของตนเอง มีการลงพื้นที่ ใน 3 ตำบลใกล้เคียงกับมหาวิทยาลัย โดยมีกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ จะมีปัญหาด้านความสามารถในชีวิตประจำวัน กิจกรรมการดูแลผู้ป่วยในชุมชนตามหลักเวชศาสตร์การดูแลคนวัยทำงาน วัยเด็ก เยาวชนวัยรุ่น และเรื่องโภชนาการ ซึ่งเป็นการให้ความรู้เบื้องต้นและบริการวิชาการพร้อมเรื่องอื่น ๆ เป็นต้น สามารถนำข้อมูลจากแหล่งชุมชนที่ร่วมทำกิจกรรมในพื้นที่เป็นข้อมูลการจัดทำวิจัยเพื่อให้ตอบสนองต่อความต้องการของชุมชนได้
