



แนวปฏิบัติการคัดกรองและส่งต่อ นักศึกษาพยาบาลที่มีปัญหาทางด้าน สุขภาพจิต



ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์
คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์
มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

ประจำปีงบประมาณ 2569



คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์
มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์
มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

วิกฤตสุขภาพจิต:

จากบริบทโลกสู่ความท้าทายในวิชาชีพพยาบาล

 13%

ประชากรโลก
มีความผิดปกติทางจิต

วัยรุ่นและวัยหนุ่มสาว

ได้รับผลกระทบสูงที่สุด

WHO, 2022



วิกฤตนักศึกษาพยาบาล



ภาคทฤษฎี

หลักสูตรเข้มข้น ความกดดันด้านการเรียน



ภาคปฏิบัติทางคลินิก (ความรับผิดชอบต่อชีวิตผู้ป่วยจริง)

ความเสี่ยงสูงกว่า สาขาอื่น ต้องเผชิญความเครียดสองทาง



Insight:

ความเครียดมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับ
ภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ



สถิติผู้รับบริการห้องให้คำปรึกษาทางใจ



สถิติผู้เข้ารับบริการห้องให้คำปรึกษาทางใจ ปีงบประมาณ 2567
(รวม 86 ราย: รายใหม่ 52, รายเดิม 34)



86
ราย



รายใหม่ **52** ราย



รายเดิม **34** ราย

จำแนกตามชั้นปี



Clinical Shock:
สะท้อนความเครียดสูงสุด
จากการเริ่มฝึกปฏิบัติ
ทางคลินิกบนหอผู้ป่วยจริง



Insight:

ความเครียดมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญ



ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาล



1. ปัจจัยด้านการเรียน

- การทำรายงาน
- การสอบ
- ความกดดันในการรักษา
ระดับเกรดเฉลี่ย

(จิราภรณ์ สรรพวีรวงศ์ และคณะ, 2560)



2. ปัจจัยด้านการฝึกปฏิบัติงาน บนหอผู้ป่วย

- ความกลัวความผิดพลาด
- การปรับตัวเข้ากับทีมสหวิชาชีพ
- การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

(ศรียรรณ ทองศรี และคณะ, 2556)



3. ปัจจัยด้านลักษณะส่วนบุคคล และการใช้ชีวิต

- ทักษะการจัดการเวลา
- ภาวะทางการเงิน
- สัมพันธภาพกับเพื่อน
- สัมพันธภาพกับอาจารย์ผู้สอน
- สัมพันธภาพกับครอบครัว

(รัศมีสุนันท์ จันทรภักดี และคณะ, 2564)



4. ปัจจัยด้านร่างกายและจิตใจ

- การพักผ่อนไม่เพียงพอ
- รูปแบบการเผชิญปัญหา
(Coping)

(วิสุทธิ์ โนจิตต์ และคณะ, 2562)

ความเครียด ของนักศึกษาพยาบาล

Stress among Nursing Students



ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัย



ยุทธศาสตร์ที่ 1 มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

พัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นการดูแลสุขภาพคนเมือง



กลยุทธ์ 1.1.1

การบริหารจัดการหลักสูตรที่มีประสิทธิภาพ



กลยุทธ์ 1.2.1 - บัณฑิตดีวิถีเมือง

พัฒนาศักยภาพนักศึกษาให้มีทักษะในการดำรงชีวิต มีจิตสาธารณะ และสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ



เป้าหมายโครงการ KM

สอดคล้องแผนพัฒนามหาวิทยาลัย 5 ปี (2566-2570) โดยพัฒนาระบบป้องกันและดูแลนักศึกษาพยาบาลให้มีความพร้อมในการออกไปรับใช้สังคมเมืองอย่างเข้มแข็ง



แผนผังก้างปลา วิเคราะห์ปัจจัยในการพัฒนาแนวปฏิบัติ (4M1E)



ยึดหลักจริยธรรมวิชาชีพ
และการรักษาความลับของผู้รับบริการ

วัตถุประสงค์

1

เพื่อกำหนดแนวปฏิบัติในการคัดกรองและส่งต่อนักศึกษาพยาบาลที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวชอย่างเป็นระบบและเป็นแนวปฏิบัติระดับคณะฯ



2

เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิตและจิตเวชที่เข้าสู่ระบบการดูแลช่วยเหลือ มีสุขภาวะทางจิตคงที่



วัตถุประสงค์รอง

01

เพื่อให้อาจารย์ในคณะฯ มีทักษะความรู้ในการให้การปรึกษา
นักศึกษาที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวช

02

เพื่อส่งต่อนักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิต ในระดับวิกฤต
ให้เข้าสู่กระบวนการรักษาภายใน 1 ชั่วโมง และในระดับปานกลาง
ให้เข้าสู่กระบวนการรักษาภายใน 4 ชั่วโมง

03

เพื่อลด/ป้องกันปัญหา/ลดความรุนแรงที่อาจเกิดขึ้น
จากนักศึกษามีภาวะวิกฤตฉุกเฉินทางด้านจิตเวช

วงจรการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (PDCA: 2567-2569)



ปี 2567 (PDCA - จุดเริ่มต้น)

-  **Plan:** วางแผนสร้างระบบมาตรฐาน อาศัยประสบการณ์บุคคล (Reactive)
-  **Do:** ลงมือร่างแนวปฏิบัติและ Flowchart การคัดกรองเบื้องต้น
-  **Check:** ทบทวนร่างแนวปฏิบัติ ตรวจสอบความเหมาะสมของ Flowchart
-  **Action:** ปรับปรุงก่อนนำไปใช้ เตรียมความพร้อมสำหรับการทดลองจริง



ปี 2568 (PDCA - ทดลองและปรับปรุง)

-  **Plan:** วางแผนทดลองใช้ กำหนดกลุ่มเป้าหมายและวิธีการ
-  **Do:** ทดลองใช้ระบบกับนักศึกษาจริง
-  **Check:** ประเมินผลพบว่าความพึงพอใจสูงมากและไม่มีเหตุรุนแรง, ตรวจสอบความสอดคล้องกับระเบียบฯ
-  **Action:** ปรับแก้ Flowchart ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น



ปี 2569 (PDCA - ยกระดับเชิงรุก)

-  **Plan:** วางแผนพัฒนาระบบดิจิทัลเพื่อการคัดกรองเชิงรุก
-  **Do:** พัฒนา App/Google Form สำหรับการคัดกรอง
-  **Check:** ติดตามและประเมินผลประสิทธิภาพของระบบดิจิทัล
-  **Action:** จัดทำคู่มือมาตรฐานให้เป็นหนึ่งเดียวทั้งคณะฯ และดำเนินการต่อเนื่อง

ตัวชี้วัดความสำเร็จ (Ultimate KPIs)



ด้านนโยบาย (Policy)

1 แนวปฏิบัติ

แนวปฏิบัติได้รับการอนุมัติเป็นมาตรฐานหลัก
ของคณะฯ อย่างเป็นทางการภายใน 5 ปี



ด้านกระบวนการ (Process)

90%

อาจารย์ส่งต่อนักศึกษาได้ทันท่วงทีตาม SLA
(Urgent 1 ชม. / Non-urgent 4 ชม.)



ด้านคุณภาพ (Quality)

>90%

ความพึงพอใจของนักศึกษาที่เข้า
รับบริการอยู่ในระดับดีมากขึ้นไป



ด้านผลลัพธ์ (Impact)

100% Safety

ไม่มีการฆ่าตัวตายสำเร็จ (0 Cases)
เกิดผลลัพธ์เชิงบวกต่อชีวิตนักศึกษา

การบริหารความเสี่ยงระดับสูง (Risk Management)



เป้าหมาย

ลดผลกระทบจากความเสี่ยงระดับสูง ด้วยแนวทางป้องกันที่ชัดเจน
และการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ

แผนปฏิบัติการและกรอบเวลา (ต.ค. 2568 - ก.ย. 2569)



แผนยกระดับการดูแลเชิงรุกตามกรอบ 4M1E (Roadmap ปีงบประมาณ 2569)

5 ด้านที่วางแผนยังไม่สำเร็จเต็มรูปแบบ ต้องพัฒนาต่อไป



1. Man (บุคลากร)

- จัดอบรมทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้นอย่างเข้มข้น
- พัฒนาศักยภาพอาจารย์และฝ่ายกิจการนักศึกษา

เป้าหมาย: บุคลากรมีความพร้อมและมั่นใจในการดูแลเบื้องต้น



2. Machine (เครื่องมือและเทคโนโลยี)

- พัฒนาระบบประเมินตนเองผ่าน Application LINE / Google Form
- ใช้เทคโนโลยีช่วยในการเข้าถึงและติดตาม

เป้าหมาย: ใช้งานง่าย นำเชื่อถือและเข้าถึงได้รวดเร็ว



3. Material (ทรัพยากรและข้อมูล)

- พัฒนาฐานข้อมูลสุขภาพจิตนักศึกษาเพื่อการวิเคราะห์
- จัดทำชุดข้อมูลและคู่มือสำหรับผู้ให้คำปรึกษา

เป้าหมาย: มีข้อมูลสนับสนุนการตัดสินใจที่แม่นยำและทันเวลา



4. Method (กระบวนการและวิธีปฏิบัติ)

- จัดทำคู่มือการคัดกรองและส่งต่อบัณฑิต
- สร้างแนวปฏิบัติทางการ (Official Standard) เดียวกัน

เป้าหมาย: มีมาตรฐานการดำเนินงานที่ชัดเจนและเป็นระบบ



5. Environment (สภาพแวดล้อมและวัฒนธรรม)

- สร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและเป็นมิตร
- ส่งเสริมวัฒนธรรมองค์กรที่สนับสนุนการดูแลใจ
- กำหนดนโยบายและแนวปฏิบัติที่ชัดเจน

เป้าหมาย: เกิดบรรยากาศที่เอื้อต่อการดูแลสุขภาพจิตอย่างยั่งยืน



การพัฒนายังไม่สมบูรณ์ ต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย

อาจารย์ | ฝ่ายกิจการนักศึกษา | ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต | เทคโนโลยีสารสนเทศ | นักศึกษา



ผลลัพธ์เชิงประจักษ์ (Empirical Impact)

ปี 2568 - ไตรมาส 2/2569



0 เคส

ความปลอดภัยสูงสุด

ไม่พบเหตุการณ์พยายามฆ่าตัวตาย
(No successful suicides)
ในกลุ่มนักศึกษาที่อยู่ภายใต้ระบบการดูแล



USSU

ไม่พบเหตุการณ์พยายาม
ฆ่าตัวตาย



99.25%

ความพึงพอใจระดับดีมาก

นักศึกษารู้สึกปลอดภัย ได้รับการรักษา
ความลับ ห่วงเป็นสัดส่วน และได้รับ
การรับฟังอย่างไม่ตัดสิน



USSU

ความพึงพอใจของนักศึกษา
อยู่ในระดับดีมาก



ลดลง 57.7%

ประสิทธิภาพการดูแลต่อเนื่อง

ผู้รับบริการรายใหม่ลดลง (จาก 52 เหลือ 22 คน)
แต่ การติดตามและรายเดิมเพิ่มสูงขึ้น
(ดูแลต่อเนื่องรวม 299 ครั้ง)
สะท้อนการเข้าถึงที่รวดเร็วตั้งแต่ระยะเริ่มต้น



USSU

ผู้รับบริการรายใหม่ลดลง
และการดูแลต่อเนื่องเพิ่มขึ้น



1 แนวปฏิบัติ

มาตรฐานการดูแลอย่างยั่งยืน

มีแนวปฏิบัติการคัดกรองและส่งต่อ
นักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิต
ที่เป็นมาตรฐานหลักของคณะฯ
อย่างเป็นทางการภายใน 5 ปี



USSU

มีแนวปฏิบัติที่เป็นมาตรฐาน
ของคณะฯ อย่างเป็นทางการ



ระบบการดูแลที่มีประสิทธิภาพ

สร้างความปลอดภัย มั่นใจ และต่อเนื่อง

เหนือสิ่งอื่นใด... เสียงจากใจผู้รับบริการ คือสิ่งที่ มีค่าที่สุด

เพราะการพยาบาลจิตเวช... ความเข้าใจคือหัวใจของการดูแล



สิ่งที่ท่านประทับใจจากการรับบริการ ณ ห้องให้คำปรึกษาทางใจ



ให้คำปรึกษาดี ทำให้ความกังวลลดลง



ทุกอย่างเป็นความลับ



ได้ระบายสิ่งที่ไม่สามารถพูดออกไปได้



อาจารย์ให้คำปรึกษาดี สบายใจขึ้นเยอะ



พี่ๆ ดูแลให้ความเป็นส่วนตัวกับนักศึกษาเป็นอย่างมาก
ทำให้มีความสบายใจและลดความกังวลได้มาก
บุคลากรทุกท่านให้การบริการที่ดี หน้าที่เยี่ยมเยียน
มีคำพูดที่สุภาพ



อาจารย์เป็นกันเอง รับฟังทุกปัญหา
ไม่รู้สีกดดันเวลาคุย



ได้รับการใส่ใจในการให้คำปรึกษา พูดเพราะ
ไม่ตัดสินนักศึกษา ให้คำแนะนำและรับฟังดีมาก



ประทับใจคำแนะนำ
และการรับฟังอย่างตั้งใจ



พี่ๆ เติบโตรับฟังปัญหาของเรา
และช่วยหาทางออกให้



ได้รับคำแนะนำและความช่วยเหลือ
ในการแก้ปัญหา มีการแนะนำการคาดการณ์
สิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และช่วยวางแผน
แก้ไขปัญหาล่วงหน้า มีการติดตามการรักษา
และคอยย้ำเตือนเมื่อแพทย์นัดเสมอ



บริการเร็ว เข้าใจทุกเหตุผลในการเลื่อนนัด
บุคลากรพูดจาสุภาพ

ห้องให้คำปรึกษาทางใจ

พื้นที่ปลอดภัย ที่พร้อมรับฟัง เข้าใจ และอยู่เคียงข้างคุณเสมอ

“ขอบคุณทุกความไว้วางใจ
ที่ทำให้เราได้ดูแลหัวใจของคุณ”



ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน



อยากให้พี่ๆ ทำงานต่อ



ช่วงเวลาการพูดคุย



อยากให้ได้พูดคุยกับคุณหมอได้นานขึ้น



ทำให้เรียนจบพยาบาลค่ะ



ดีแล้วค่ะ คงสิ่งที่เป็นอยู่แบบนี้ไปเรื่อยๆ นะคะ



การติดต่อที่ดีขึ้น



แบบเดิมก็ดี ถ้าสามารถพัฒนาไปได้มากกว่านี้ ก็สุดยอดมาก



หนูคิดว่าดีแล้วค่ะ



ทุกเสียงสะท้อน คือพลังที่ทำให้ห้องให้คำปรึกษาทางใจ
เป็นพื้นที่ปลอดภัยของทุกหัวใจ...เสมอ



ปลอดภัย



เข้าใจ



เป็นความลับ



อยู่เคียงข้าง



The background features a soft, pastel sky with light blue and white clouds. A bright sun with rays is visible in the upper right corner. The text is centered and written in a friendly, handwritten style.

Care with heart 



Empower for the future 



KFN CARE MODEL

แนวทางการดูแลนักศึกษาพยาบาลที่มีปัญหาสุขภาพจิตและจิตเวชอย่างเป็นระบบ

COMING
SOON

เริ่มพัฒนาในปี
2570

กระบวนการดูแลหลัก (CORE PROCESS)



Check

- คัดกรองและเฝ้าระวัง
- ค้นหานักศึกษาจากกลุ่มเสี่ยง
- Self Screening
- Google Form
- อาจารย์/เพื่อน/ที่ปรึกษาแจ้งได้



Assess

- ประเมินความรุนแรง
 - Mild
 - Moderate
 - Severe
 - Suicide Risk
- วางแผนการดูแล



Refer

- ส่งต่อถูกคน
- ส่งต่อถูกเวลา
- Urgent ≤ 1 ชั่วโมง
- Non-Urgent ≤ 4 ชั่วโมง
- เชื่อมโยงบริการรักษา



Empower

- ติดตามต่อเนื่อง
- เสริมพลัง
- Psychoeducation
- Self-care
- Follow up
- KFN CARE Room

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น



เข้าถึงบริการ
รวดเร็วขึ้น



ลดความเสี่ยง
และความรุนแรง



ไม่มี
Suicide Completion



คุณภาพชีวิตดีขึ้น



เกิดระบบมาตรฐาน
KFN CARE Model
ที่ยั่งยืน

ระบบสนับสนุน (SUPPORTING SYSTEM)

1

Data Management



- Google Form
- Dashboard
- Case Registry
- Risk Monitoring
- รายงานผลอัตโนมัติ

เก็บข้อมูลเป็นระบบ
วิเคราะห์แนวโน้ม
และติดตามผลได้ต่อเนื่อง

2

Collaboration



- อาจารย์ที่ปรึกษา
- อาจารย์ผู้สอน
- ภาควิชา / คณะ
- งานพัฒนานักศึกษา
- โรงพยาบาล
- จิตแพทย์ / นักจิตวิทยา
- ผู้ปกครอง
(ตามความเหมาะสม)

บูรณาการการดูแล
ร่วมกันทุกภาคส่วน

3

Digital Platform



- QR Code
- Google Form
- Online Referral
- Dashboard
- Follow-up

ลดขั้นตอน เพิ่มความเร็ว
และตรวจสอบย้อนหลังได้

4

Knowledge Management



- KM
- PDCA
- Lesson Learned
- Annual Review
- Guideline Update

พัฒนาระบบอย่างต่อเนื่อง
จากข้อมูลจริง

5

Sustainability



- SOP มาตรฐาน
- คู่มือการดำเนินงาน
- Flowchart
- แบบฟอร์มมาตรฐาน
- Dashboard
- Training
- ถ่ายทอดสู่ผู้รับผิดชอบ
รุ่นต่อไป

ระบบสามารถดำเนินงานต่อไป
แม้เปลี่ยนผู้รับผิดชอบ



KFN CARE ROOM

พื้นที่ปลอดภัย อบอุ่น เป็นความลับ



Safe Space



ให้คำปรึกษา



Case Conference



Follow up



Empower



Data Center

พร้อมให้การดูแล ให้คำปรึกษา และสนับสนุนนักศึกษา
อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน



คัดกรองเร็ว



ประเมินแม่นยำ



ส่งต่อกันท่วงที



ติดตามต่อเนื่อง



เชื่อมโยงทุกภาคส่วน



ใช้ข้อมูลขับเคลื่อน



พัฒนาระบบอย่างต่อเนื่อง



เพื่อการดูแลที่ยั่งยืน