



รายงานผลการดำเนินโครงการศูนย์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัย  
ราชภัฏนครราชสีมา

ภายใต้แผนงานยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565

ดร.ฐิติกาญจน์ บุญรักษา อินทาปัจ  
ผู้รับผิดชอบโครงการ  
ศูนย์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา  
เดือนสิงหาคม พ.ศ.2565



## คำนำ

โครงการศูนย์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาจัดทำขึ้นเพื่อ

1) พัฒนาชุดความรู้ดิจิทัลการดูแลด้านจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

2) พัฒนาระบบฐานข้อมูลสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

3) ให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษา และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

4) ให้บริการดูแลช่วยเหลือด้านจิตใจ และเป็นเครือข่ายในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

โดยดำเนินโครงการอย่างเป็นระบบ มีการพัฒนาและเผยแพร่ชุดความรู้ดิจิทัลและระบบทำแบบประเมินสุขภาพจิตแก่บุคลากรและนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ผ่านทางหน้าเว็บไซต์มหาวิทยาลัยและเว็บไซต์ของศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยา รวมทั้งประชาสัมพันธ์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและระบบประเมินสุขภาพจิตไปยังทุกคณะและหน่วยงานในมหาวิทยาลัย ส่งผลให้มีจำนวนผู้มารับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและร่วมตอบแบบประเมินสุขภาพจิตในระบบเป็นจำนวนมาก

ขอขอบคุณสำนักคอมพิวเตอร์ กองบริหารงานบุคคล มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ที่ให้ความร่วมมือในการประชาสัมพันธ์ดังกล่าว ทำให้การดำเนินโครงการบรรลุตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายครบถ้วนทุกประการ ส่งผลให้เกิดระบบรายงานข้อมูลด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรและนักศึกษาและบุคลากรที่เข้ารับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาบรรลุตามเป้าหมาย

ฐิติกาญจน์ บุญรักษา อินทาทอง

( ดร.ฐิติกาญจน์ บุญรักษา อินทาทอง )

เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2565

## สารบัญ

	หน้า
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	
1.1 หลักการและเหตุผล	5
1.2 วัตถุประสงค์	7
1.3 ตัวชี้วัดเชิงปริมาณ/เชิงคุณภาพ	7
1.4 กลุ่มเป้าหมายที่ได้รับประโยชน์	8
1.5 พื้นที่ดำเนินการ	8
<b>บทที่ 2 รายละเอียดการดำเนินงาน</b>	
2.1 กิจกรรมที่ดำเนินการ	9
2.2 ผลผลิตจากการดำเนินโครงการ	10
2.3 ผลลัพธ์จากการดำเนินโครงการ	11
2.4 ผลลัพธ์ตามตัวชี้วัดรอบการทำงาน TOR	11
2.5 หน่วยงาน/เครือข่ายที่ร่วมดำเนินโครงการ	11
2.6 จำนวนองค์ความรู้/ชุดความรู้ที่นำไปใช้ในการพัฒนาท้องถิ่น	11
2.7 จำนวนรายวิชาที่มีการบูรณาการพันธกิจสัมพันธ์เพื่อพัฒนาท้องถิ่น	12
<b>บทที่ 3 สรุปผลการดำเนินงาน</b>	
3.1 สรุปผลการดำเนินงาน	13
3.2 องค์ความรู้ นวัตกรรมที่เกิดจากการดำเนินโครงการ	14
3.3 ปัญหาอุปสรรค	14
3.4 ข้อเสนอแนะ	15
<b>ภาคผนวก</b>	
ก. ภาพกิจกรรม	16

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ชื่อโครงการ

ศูนย์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

### 1.2 งบประมาณ

80,000 บาท

### 1.3 หน่วยงานที่รับผิดชอบ คณะครุศาสตร์

ผู้รับผิดชอบ ดร.ฐิติกาญจน์ บุญรักษา อินทาบัจ

เบอร์โทรศัพท์ 080-8191-848

อีเมล thitikan.b2@gmail.com

### 1.4 โปรดระบุความเชื่อมโยงกับแผนในระดับต่างๆ

1.4.1 ยุทธศาสตร์ใหม่มหาวิทยาลัยราชภัฏเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นตามพระราชบัญญัติ 20 ปี (พ.ศ. 2560-2579)

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การพัฒนาท้องถิ่น

1.4.2 เป้าหมายการดำเนินงานโครงการร่วมกัน 9 ด้าน

9. โครงการบริบทตามยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

1.4.3 โครงการบริบทตามยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา (พ.ศ. 2562-2565)

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาระบบบริหารจัดการให้มีสมรรถนะสูง มีธรรมาภิบาล และมีความเป็นสากล

1.4.4 ยุทธศาสตร์ชาติ

ยุทธศาสตร์ที่ 3 ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน

1.4.5 แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ

การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดี

1.4.6 แผนปฏิรูปประเทศ

ด้านสาธารณสุข

1.4.7 กรอบแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 13

12.กำลังคนสมรรถนะสูง มุ่งเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ตอบโจทย์การพัฒนาแห่งอนาคต

## 1.5 หลักการและเหตุผล (ปัญหา/ความต้องการของพื้นที่)

จากสถานการณ์การระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (COVID-19) ที่เริ่มต้นขึ้นในประเทศไทย ตั้งแต่ พ.ศ.2563 และขยายวงกว้างรุนแรงเพิ่มขึ้นด้วยยอดผู้ติดเชื้อจำนวนมาก เป็นเหตุให้จำเป็นต้องมีมาตรการประกาศล็อกดาวน์และจำกัดเวลาการออกนอกเคหะสถานทั่วทั้งประเทศเป็นระยะ ๆ ซึ่งสถานศึกษาทุกแห่งก็มีมาตรการและการเฝ้าระวังการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ด้วยเช่นกัน กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (อว.) ได้ประกาศแนวทางและหลักเกณฑ์การปิดสถานที่ทำการของสถาบันอุดมศึกษา โดยให้สถาบันอุดมศึกษาทุกแห่งเริ่มดำเนินการปิดสถานที่ทำการ ให้บุคลากรทำงานจากที่บ้าน (work from home) และให้คณาจารย์จัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์ทุกกรณี ซึ่งยังคงปฏิบัติอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน ด้วยการจัดการเรียนการสอนปฏิบัติงานที่บ้านของบุคลากร การจัดการเรียนการสอนออนไลน์ของคณาจารย์ และการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาแล้วเป็นประสบการณ์การทำงานรูปแบบใหม่ที่ทุกคนต้องปรับตัวให้ได้ต่อการเปลี่ยนแปลงที่จำเป็นกันอย่างรวดเร็ว แม้ว่าจะไม่คุ้นเคยและสร้างความกดดันก็ตาม สะท้อนจากการประเมินติดตามสถานการณ์ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา

ในประเด็นของการเรียนออนไลน์ของนักเรียนนักศึกษาที่ถูกบีบบังคับให้เปลี่ยนแปลงเข้าสู่ระบบการศึกษาทางไกล โดยกระทรวงศึกษาธิการมีการประเมินแบบเร่งด่วนทุกภูมิภาคพื้นที่ต่าง ๆ ของประเทศพบว่านักเรียน ครู และผู้ปกครอง ที่ได้รับผลกระทบจากการจัดการเรียนการสอนในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 เมื่อเปรียบเทียบกับการเรียนการสอนในช่วงปกติ ประสิทธิภาพที่เกิดจากการเรียนการสอนในช่วงนี้มีค่าเฉลี่ยลดลงเป็นส่วนใหญ่ ทั้งในด้านความรู้และพฤติกรรมกรเรียน ด้านสุขภาวะทางร่างกาย สุขภาวะทางจิตใจ และทักษะทางสังคม ด้วยสถานที่เรียนออนไลน์ยังมีสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวย มีปัญหาด้านสัญญาณอินเทอร์เน็ตเป็นข้อจำกัดงานที่ได้รับมอบหมายมีเยอะขึ้น มีสิ่งรบกวนสมาธิในการเรียน แรงจูงใจในการเรียนลดลง ไม่มีเพื่อนคอยช่วยเหลือและถึงแม้ว่าสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 จะทำให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองมากขึ้น แต่ความเข้าใจในเนื้อหาที่เรียน ความเอาใจใส่ ความรับผิดชอบต่อการเรียน รวมถึงความสุขในการเรียนและการทำงานร่วมกับผู้อื่นนั้นลดลงอย่างเห็นได้ชัด และส่งผลให้เกิดความเครียดตามมา (มติชนออนไลน์, 2564) เป็นไปในทิศทางเดียวกับผลการวิจัยหลายงานที่ ศึกษาเกี่ยวกับความเครียดที่เกิดจากการเรียนออนไลน์ของนักเรียน นักศึกษา ต่างสะท้อนผลของความเครียดที่เกิดจากการเรียนออนไลน์ทั้งสิ้น เช่น ผลการวิจัยของศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ได้สำรวจข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมและผลกระทบจากการเรียนออนไลน์ ที่ระบุว่านักเรียน นักศึกษามีพฤติกรรมเนือยนิ่ง เครียดและวิตกกังวล (กรุงเทพธุรกิจ, 2564)

ด้านการปฏิบัติงานจากที่บ้าน (work from home) ของบุคลากร และการสอนออนไลน์ของคณาจารย์ แม้ว่าในช่วงแรกนั้นเป็นสิ่งที่ค่อนข้างแปลกสำหรับสังคมไทยและมองว่าสบายหากได้ทำงานที่บ้าน แต่ในความเป็นจริงแล้วเมื่อเวลาผ่านไปสัปดาห์การทำงานที่บ้านนั้นทำให้เกิดความเครียดมากกว่าที่ทำงาน จากผลวิจัยจากบริษัท

ด้านสุขภาพจากสหรัฐอเมริกา ชี้ว่าบุคลากรมีความเครียดสูงขึ้นเมื่อต้องทำงานที่บ้าน ซึ่งผลสำรวจส่วนใหญ่ยังพบอีกว่าทุกคนมีความเครียดมากขึ้นเมื่อเทียบกับทำงานที่สถานที่ทำงาน สาเหตุหลักคือความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานหายไป เพราะโดยปกติแล้วบ้านมักจะเป็นสถานที่สำหรับพักผ่อนเหนื่อยกลับมาจากการทำงาน เป็นสถานที่ผ่อนคลายและสบายใจของบุคคล เมื่อบ้านต้องกลายมาเป็นสถานที่ทำงานด้วยทำให้เกิดความรู้สึกว่าไม่สามารถแบ่งแยกเวลางานกับเวลาส่วนตัวได้อีกต่อไป จึงรู้สึกเหมือนต้องทำงานอยู่ตลอดเวลา อีกทั้งไม่ได้พบปะเพื่อนร่วมงาน การติดต่อสื่อสารเรื่องงานที่ยากลำบาก ไม่เป็นเวลา มีขั้นตอนการทำงานที่เพิ่มมากขึ้นกว่าเดิม หรือการสอนออนไลน์ที่ต้องเรียนรู้การใช้โปรแกรมต่าง ๆ ค่าใช้จ่ายเพิ่มมากขึ้นในการใช้งานและเพิ่มสัญญาณอินเทอร์เน็ต และการจัดการห้องเรียนที่ขาดการปฏิสัมพันธ์ ต่างล้วนเป็นปัจจัยที่มาของความเครียดสะสมในบุคลากรและคณาจารย์ได้ทั้งสิ้น ด้วยความเครียดที่เกิดขึ้นคุกคามจิตใจของคนทำงาน บุคคลจะพยายามรับมือ ซึ่งต้องใช้พลังงานในการจัดการกับความเครียดอย่างมากจนรู้สึกเหนื่อย มีโอกาสเกิดเป็นภาวะหมดไปในการทำงาน (burnout) ขึ้น และภาวะเครียดหรือความเครียดนั้น ก็สามารถกระตุ้นให้เกิดอาการซึมเศร้าได้ในที่สุด (มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2564)

จากการรายงานของโรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมา เมื่อวันที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ.2564 ถึงสถิติของผู้ป่วยสุขภาพจิตจากผลกระทบของโควิด-19 ที่จังหวัดนครราชสีมา มีผู้ป่วยที่มีความเครียด ภาวะซึมเศร้า และเสี่ยงต่อการทำร้ายตนเองเพิ่มสูงจากปีที่ผ่านมา กลายเป็นจังหวัดที่มีภาวะซึมเศร้า เครียดสูง เป็นอันดับ 1 ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ด้วยเหตุนี้ความเครียด ภาวะซึมเศร้าที่เกิดขึ้นทั้งในนักศึกษา บุคลากรและคณาจารย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาที่สืบเนื่องจากการระบาดของไวรัสโควิด-19 จึงเป็นสิ่งที่ไม่ควรมองข้ามแม้แต่น้อย และควรตระหนักให้มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ก็เป็นสถาบันการศึกษาที่มีการปิดพื้นที่มหาวิทยาลัย บุคลากรส่วนใหญ่ทำงานจากที่บ้าน และมีการจัดการเรียนการสอนทางออนไลน์เช่นกัน ด้วยการเริ่มต้นสำรวจและประเมินถึงสภาวะความเครียด ความกังวลและความซึมเศร้าจากการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ของนักศึกษา และการปฏิบัติงานที่บ้านของบุคลากรทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุนทั่วทั้งมหาวิทยาลัย เพื่อประเมินสภาวะที่แท้จริงที่เกิดขึ้น อันเป็นข้อมูลที่จำเป็นต่อการวางแผนการเฝ้าระวังและทำการช่วยเหลือโดยตรงจากมหาวิทยาลัย ทั้งนี้ด้วยมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาได้มีการจัดศูนย์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา (NRRU Counseling Center) หรือ “คนข้างใจ By-the-Heart People” อันเป็นศูนย์บริการเชิงรุก เพื่อบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาและมีการประสานความร่วมมือจากหน่วยงานที่ดูแลด้านสุขภาพจิตในจังหวัดนครราชสีมาแล้วนั้น การดำเนินการต่อยอดเพื่อการสำรวจและประเมินความเครียด ความกังวลและซึมเศร้าของนักศึกษาและบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา แล้วนำผลการสำรวจและประเมินที่ได้สร้างระบบฐานข้อมูลเพื่อใช้เป็นข้อมูลขนาดใหญ่ แล้วสร้างเป็นชุดความรู้ดิจิทัลสำหรับการดูแลจิตใจ ทั้งการจัดการกับความเครียด ความกังวลและซึมเศร้า สำหรับการดูแลและเก็บข้อมูลประเมินทางจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากร เพื่อเป็นประโยชน์โดยตรง

ต่อการให้ข้อมูลในการดูแลตนเองเบื้องต้นและจำเป็นต่อการทำความเข้าใจสถานะทางใจตนเองเสริมสร้างการปรับตัวและส่งเสริมสุขภาพทางจิตได้

ดังนั้นประเด็นเรื่องการปรับตัวทางจิตวิทยาและการส่งเสริมสุขภาพเชิงจิตวิทยาในกลุ่มนักศึกษาและบุคลากร จึงเป็นกุญแจสำคัญในการเตรียมความพร้อมในสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน โครงการนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนานวัตกรรมด้านการดูแลคุณภาพชีวิตทางด้านจิตวิทยาของมนุษย์เพื่อตระหนักถึงสภาวะทางจิตใจของตนเอง สามารถรับรู้ถึงระดับความเครียดและความเสี่ยงในการเกิดเป็นโรคซึมเศร้าของตนเอง สามารถปรับตัวได้ดีและมีแนวทางในการดูแลสุขภาพทางจิต รู้สึกมีความสุข รู้สึกว่าตนมีคุณค่า และมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป ด้วยการสามารถเข้าถึงวิธีการดูแลตนเองและการส่งเสริมสุขภาพ เสริมสร้างการปรับตัวและส่งเสริมสุขภาพทางจิตได้ นอกจากนี้แล้วจะมีเทคโนโลยีการจับเก็บข้อมูลผ่านระบบ เพื่อที่ทางมหาวิทยาลัยสามารถมองเห็นรายละเอียดของข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากร เพื่อก่อให้เกิดเป็นข้อมูลปริมาณมาก (Big Data) ซึ่งสามารถนำไปวิเคราะห์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีกลุ่มเป้าหมายสำคัญคือ นักศึกษาและบุคลากรของมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

## 1.6 วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1) เพื่อพัฒนาชุดความรู้ดิจิทัลการดูแลด้านจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
- 2) เพื่อพัฒนาระบบฐานข้อมูลสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
- 3) เพื่อให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษา และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
- 4) เพื่อให้บริการดูแลช่วยเหลือด้านจิตใจ และเป็นเครือข่ายในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

## 1.7 เป้าหมายของตัวชี้วัดความสำเร็จ

### เชิงปริมาณ ( ให้ระบุเป็นข้อๆ)

- 1) จำนวนนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาที่เข้าร่วมโครงการฯ ไม่น้อยกว่า 1,000 คน
- 2) ชุดความรู้ดิจิทัลการดูแลด้านจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 1 ชุดความรู้
- 3) ระบบฐานข้อมูลสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 1 ระบบ

### เชิงคุณภาพ ( ให้ระบุเป็นข้อๆ)

- 1) ระดับความพึงพอใจของรับบริการมากกว่าร้อยละ 80

## 1.8 กลุ่มเป้าหมายที่ได้รับประโยชน์

- 1) กลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
- 2) กลุ่มบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

## 1.9 พื้นที่ดำเนินการ (ระบุโดยละเอียดว่าอำเภอไหน ตำบลไหน หมู่บ้านไหนบ้าง)

ศูนย์การศึกษาเชิงจิตวิทยา อาคาร 38 ชั้น 5 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา อำเภอเมือง  
จังหวัดนครราชสีมา



## บทที่ 2

### รายละเอียดการดำเนินงาน

#### 2.1 กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมภายใต้โครงการการมีทั้งสิ้น 3 กิจกรรม รายละเอียด ดังนี้

(ระบุขั้นตอน/กระบวนการว่าแต่ละขั้นตอนทำอะไรบ้าง)

#### กิจกรรมที่ 1 การสร้างชุดความรู้ดิจิทัลสำหรับการดูแลด้านจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ขั้นตอนที่ 1 ออกแบบเนื้อหาสำหรับการดูแลด้านจิตวิทยา

ขั้นตอนที่ 2 ออกแบบรูปแบบและจำนวนการทำชุดความรู้ดิจิทัลให้เหมาะสมกับเนื้อหา

ขั้นตอนที่ 3 จัดทำชุดความรู้ดิจิทัล จำนวน 6 ตอน

ขั้นตอนที่ 4 ตรวจสอบความถูกต้อง

ขั้นตอนที่ 5 แก้ไขตามข้อเสนอแนะ

ขั้นตอนที่ 6 ตรวจสอบชุดความรู้ดิจิทัลที่สมบูรณ์

ขั้นตอนที่ 7 เผยแพร่ชุดความรู้ดิจิทัลที่สมบูรณ์

#### กิจกรรมที่ 2 การพัฒนาระบบฐานข้อมูลสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ขั้นตอนที่ 1 ประชุมร่วมกับผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพจิต เพื่อคัดเลือกแบบประเมินที่นำมาใช้

ขั้นตอนที่ 2 จัดทำแบบประเมินสุขภาพจิต โดยแบ่งเป็นแบบประเมินสำหรับนักศึกษา และแบบประเมินสำหรับบุคลากร พร้อมทั้งการแปลผล

ขั้นตอนที่ 3 ศึกษาพระราชบัญญัติข้อมูลส่วนบุคคลเพื่อประกอบการจัดทำระบบแบบประเมิน

ขั้นตอนที่ 4 ออกแบบ flow chart สำหรับการทำให้ระบบแบบประเมิน

ขั้นตอนที่ 5 จัดทำระบบแบบประเมิน

ขั้นตอนที่ 6 ตรวจสอบความถูกต้อง

ขั้นตอนที่ 7 แก้ไขตามข้อเสนอแนะ

ขั้นตอนที่ 8 ตรวจสอบระบบแบบประเมินที่มีความสมบูรณ์

ขั้นตอนที่ 9 ประชาสัมพันธ์เผยแพร่ระบบแบบประเมินสุขภาวะใจแก่บุคลากรและนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

### กิจกรรมที่ 3 การบริการด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ขั้นตอนที่ 1 ประชาสัมพันธ์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั่วทั้งมหาวิทยาลัยอีกครั้ง ด้วยการแจกโบรชัวร์และประชาสัมพันธ์ผ่านเว็บไซต์และเพจมหาวิทยาลัย

ขั้นตอนที่ 2 บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

## 2.2 ผลผลิตจากการดำเนินโครงการ (Output)

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ผลการดำเนินงาน
จำนวนนักศึกษาและบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการฯ	>1,000 คน	ข้อมูล ณ วันที่ 20 สิงหาคม 2565 นักศึกษา 369 คน บุคลากร 43
ชุดความรู้ดิจิทัลการดูแลด้านจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากร	1 ชุดความรู้	1 ชุดความรู้ แบ่งเป็น 6 ตอน
ระบบรายงานข้อมูลด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากร	<ul style="list-style-type: none"><li>1 ระบบ</li><li>ระดับความพึงพอใจของผู้ใช้งานมากกว่าร้อยละ 80</li></ul>	จำนวน 1 ระบบ ระดับความพึงพอใจ ร้อยละ 100
จำนวนนักศึกษาและบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการฯ สามารถนำความรู้และทักษะที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการดูแลตนเองได้	>50%	>50%

## 2.3 ผลลัพธ์จากการดำเนินโครงการ (Outcome)

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ผลการดำเนินงาน
จำนวนนักศึกษาและบุคลากรผู้รับบริการจากศูนย์การศึกษาเชิงจิตวิทยา	มากกว่า 50 คน	84 คน
จำนวนนักศึกษาและบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการฯ	มากกว่า 1,000 คน	ข้อมูล ณ วันที่ 20 สิงหาคม 2565 นักศึกษา 369 คน บุคลากร 43
แนวทางปฏิบัติเรื่องการดูแลสุขภาพจิต	อย่างน้อย 1 แนวทางปฏิบัติ	1 แนวทางปฏิบัติ

## 2.4 ผลลัพธ์ตามตัวชี้วัดกรอบการดำเนินงาน TOR

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ผลการดำเนินงาน
58888888888888846-	-	-
-	-	-

## 2.5 หน่วยงาน/เครือข่ายที่ร่วมดำเนินโครงการ (ระบุรายชื่อหน่วยงาน)

สำนักคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

กองบริหารงานบุคคล มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

## 2.6 จำนวนองค์ความรู้/ ชุดความรู้ที่นำไปใช้ในการพัฒนาท้องถิ่น (ระบุว่าเรื่องอะไรบ้าง)

1. ชุดความรู้ดิจิทัลเรื่อง “การดูแลตนเอง (Self-care) ในมิติต่าง ๆ”
2. แนวปฏิบัติของแต่ละคณา/หน่วยงาน ในการดูแลจิตใจแก่นักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

## 2.7 จำนวนรายวิชาที่มีการบูรณาการพันธกิจสัมพันธ์เพื่อพัฒนาท้องถิ่น (ระบุว่าได้มีการบูรณาการกับการเรียน การสอนที่รายวิชา)

บูรณาการกับ 1 รายวิชา คือ สุขภาวะจิตในโรงเรียน

## บทที่ 3

### สรุปผลการดำเนินงาน

#### 3.1 สรุปผล

##### เชิงปริมาณ (ให้ระบุเป็นข้อๆ)

- 1) จำนวนนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมาที่เข้าร่วมโครงการฯ ด้วยการร่วมตอบแบบประเมินสุขภาวะใจในระบบ ข้อมูล ณ วันที่ 20 สิงหาคม 2565 นักศึกษา 369 คน บุคลากร 43 คน รวม 413 คน
  - 2) ชุดความรู้ดิจิทัลการดูแลด้านจิตวิทยาของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 1 ชุดความรู้ แบ่งคลิปแอนิเมชันเรื่อง “การดูแลตนเอง (Self-care) แบ่งเป็น 6 ตอน
  - 3) ระบบฐานข้อมูลสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 1 ระบบ คือ <http://nrruapp.nrru.ac.th/mentalhealth/loginMentalHealth.php#>

##### เชิงคุณภาพ (ให้ระบุเป็นข้อๆ)

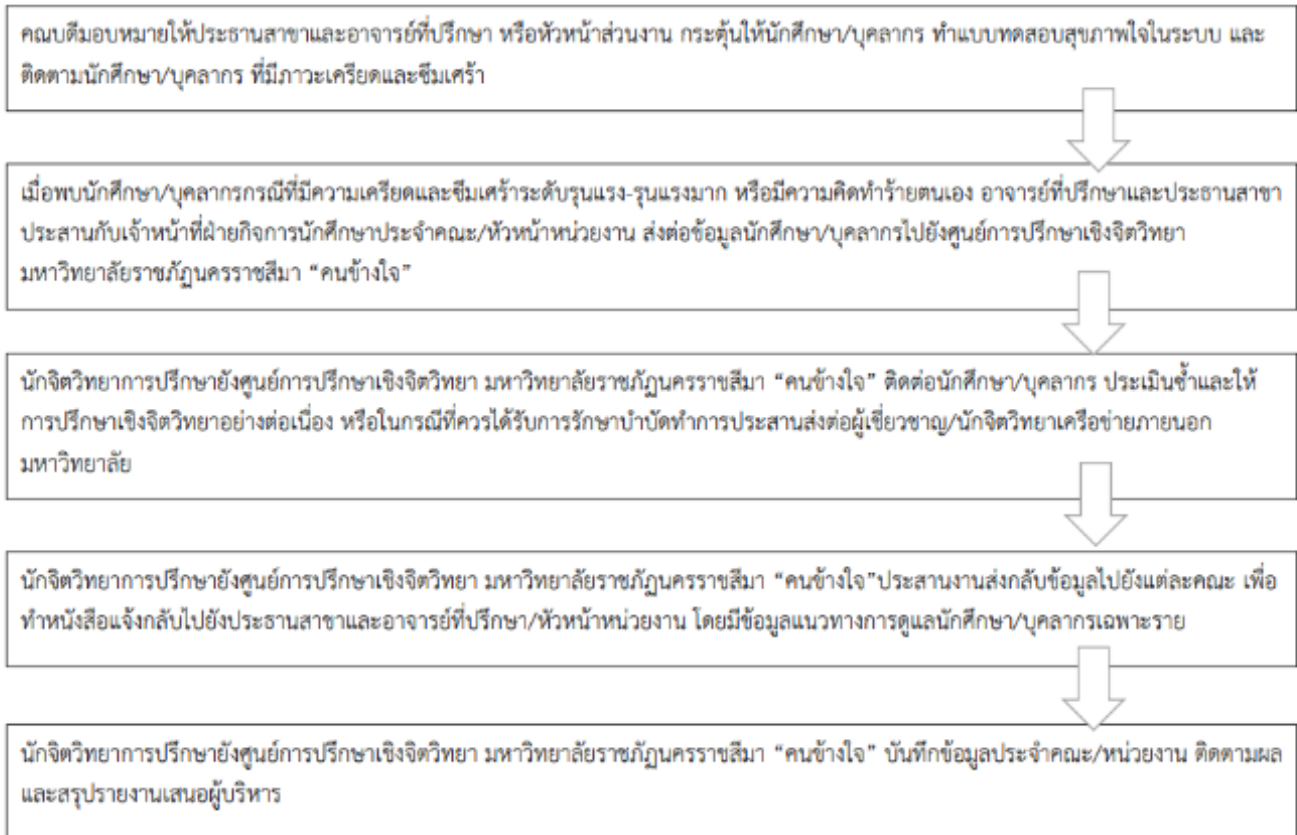
- 1) ระดับความพึงพอใจของรับบริการอยู่ในระดับพึงพอใจ 5 คะแนน ร้อยละ 100

##### สรุปในภาพรวมของการดำเนินโครงการ (ผลลัพธ์จากการดำเนินโครงการ)

จากการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2565 ถึง 31 สิงหาคม 2565 ตามกำหนดการของโครงการ ซึ่งรายงานข้อมูล ณ วันที่ 20 สิงหาคม 2565 มีจำนวนนักศึกษาและบุคลากรที่เข้ามาใช้บริการจากศูนย์การปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 84 คน ซึ่งมากกว่าค่าเป้าหมายจำนวน 34 คน

จำนวนนักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ที่เข้าร่วมการตอบแบบประเมินสุขภาวะใจ ประกอบด้วย 1.แบบประเมินความเหนื่อยล้าจากการทำงาน 2. แบบประเมินการเผชิญความเครียด 3. แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ 4. แบบประเมินคามเครียด 5. แบบประเมินความซึมเศร้า และ 6. แบบประเมินภาวะการฆ่าตัวตาย รวมทั้งสิ้น 413 คน (นักศึกษา 369 คน บุคลากร 43 คน)

### แนวปฏิบัติของแต่ละคณะ/หน่วยงาน



แนวทางปฏิบัติเรื่องการดูแลสุขภาพจิตแก่นักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ซึ่งเป็นแนวทางแก่คณะและหน่วยงาน จำนวน 1 แนวทาง ดังนี้

### 3.2 องค์ความรู้ นวัตกรรมที่เกิดจากการดำเนินโครงการ

1. ชุดความรู้ดิจิทัลเรื่อง "การดูแลตนเอง (Self-care) ในมิติต่าง ๆ"
2. ระบบแบบประเมินสุขภาพใจ ออนไลน์แก่นักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

### 3.3 ปัญหาอุปสรรค

1. จำนวนนักจิตวิทยาการปรึกษาฯ ที่ให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีจำนวน 1 คน ซึ่งไม่เพียงพอกับความต้องการของนักศึกษาและบุคลากรที่รับบริการ

2.ระบบแบบประเมินสุขภาพใจ เมื่อนำไปใช้จริงในช่วงแรกพบปัญหาของการ log in เนื่องจากเป็นบัญชีเดียวกับระบบ MIS NRRU ซึ่งบางคนไม่สามารถ log in ได้ ต้องติดต่อกับระบบ MIS NRRU

3.สืบเนื่องกับอุปสรรคข้อที่ 2 ไม่สามารถให้นักศึกษาแรกเข้าทได้โดยพร้อมกันในวันปฐมนิเทศรวมของมหาวิทยาลัย เนื่องจากนักศึกษาแรกเข้าปีการศึกษา 2565 ยังไม่ได้รับรหัสนักศึกษาจึงไม่สามารถเข้าสู่ระบบได้

4.ระบบแบบประเมินสุขภาพใจ มีการปรับปรุงหลายครั้ง จึงส่งผลให้นำระบบแบบประเมินสุขภาพใจไปใช้ได้ช้ากว่ากำหนด (ประมาณกลางเดือนสิงหาคม พ.ศ.2565) จึงทำให้มีผู้ตอบแบบประเมินในขณะนี้จำนวนไม่เกินไปตามค่าเป้าหมาย

### 3.4 ข้อเสนอแนะ

1. จัดสรรเวลาให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในช่วงพักกลางวันและวันเสาร์อาทิตย์

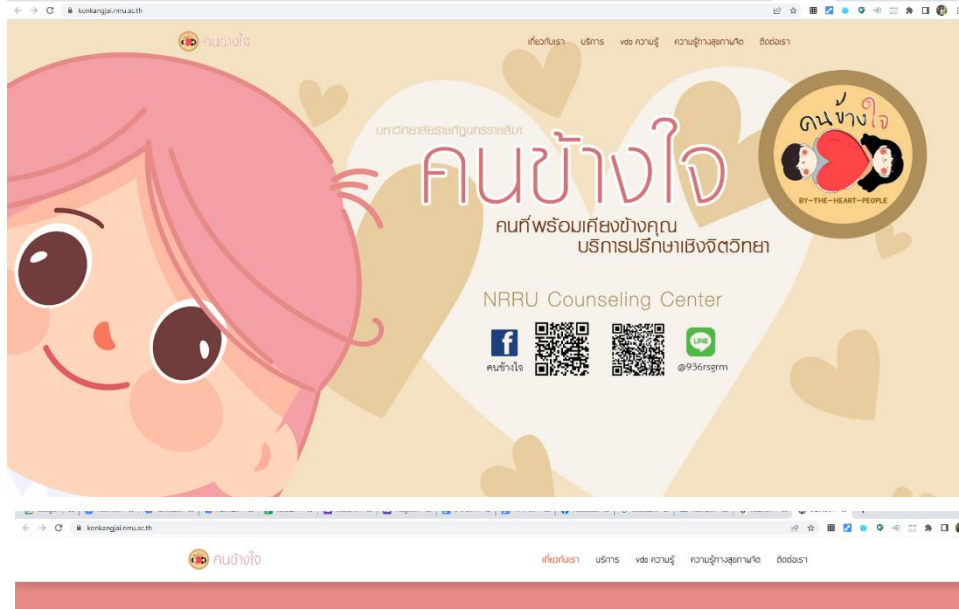
2.เพิ่มจำนวนนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีให้เพียงพอกับความต้องการของนักศึกษาและบุคลากรที่รับบริการระบบแบบประเมินสุขภาพใจ เมื่อนำไปใช้จริงในช่วงแรกพบปัญหาของการ log in เนื่องจากเป็นบัญชีเดียวกับระบบ MIS NRRU ซึ่งบางคนไม่สามารถ log in ได้ ต้องติดต่อกับระบบ MIS NRRU

3. กำหนดระยะเวลาในการพัฒนาระบบอย่างชัดเจน เพื่อให้ทันต่อการนำระบบไปใช้

4. เพิ่มระยะเวลาในการทำแบบประเมินสุขภาพใจอย่างต่อเนื่อง และเพิ่มการประชาสัมพันธ์ระบบดังกล่าว

# ภาคผนวก

## ภาพกิจกรรม



- "คนข้างใจ" คือใคร**  
ศูนย์บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling) สำหรับนักศึกษาและบุคลากร ในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา โดยไม่คิดค่าบริการ
- ทำอะไรได้บ้าง**  
ทุกปัญหาเรื่องชีวิต ก็มาปรึกษา การงาน ครอบครัวยุวกา ความรัก ความสัมพันธ์ อื่นๆ
- แล้วนักจิตวิทยาจะช่วยเหลืออย่างไร**  
เราใช้ใจช่วยเหลือนักศึกษา แบ่งปันปัญหา ปรึกษาให้กำลังใจอยู่ตลอดเวลา

### บริการเรา

- ให้คำปรึกษา**  
ไม่ว่าจะทุกข์ เศร้า หรือไม่สบายใจ ปรึกษาเราสิคะ นักจิตวิทยา
- VDO ความรู้**  
การดูแลตัวเองด้วย Self Care สำหรับนักศึกษาและบุคลากร
- แบบทดสอบทางจิตวิทยา**  
แบบทดสอบเชิงนิทาน นำประเด็นความเครียดและปัญหาชีวิตมาทดสอบและพูดคุย



ภาพ เว็บไซต์ คนข้างใจ



ความรู้สึกภาพจิตจากกรมสุขภาพจิต และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง



กรมสุขภาพจิต



กรมสุขภาพจิต



สุขภาพจิตและวัยรุ่น



กรมสุขภาพจิต

ติดต่อเรา

"คนข้างใจ" BY-THE-HEART-PEOPLE

บริการปรึกษาฟรี 7 วันต่อวัน สำหรับนักเรียนและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์นครราชสีมา

ติดต่อเรา

"คนข้างใจ" BY-THE-HEART-PEOPLE

บริการปรึกษาฟรี 7 วันต่อวัน สำหรับนักเรียนและบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์นครราชสีมา



เพจ คนข้างใจ

ค้นหาชื่อเพจที่หน้า Facebook Page คนข้างใจ BY-THE-HEART-PEOPLE



ไลน์ @936rsgrm

พูดคุยแบบตัวต่อตัวได้ทุกวัน ปรึกษาเรียน ทำแบบประเมินสุขภาพจิต ฟรี



อาคาร 31 ชั้น 1

ห้องปฏิบัติการจิตวิทยา สาขาวิชาพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์นครราชสีมา

ภาพ 1 เว็บไซต์ คนข้างใจ

**คนทีพร้อมเคียงข้างคุณ**  
บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

วัตถุประสงค์ของการดำเนินงานของมหาวิทยาลัยฯ และเพื่อปรับปรุงคุณภาพของการให้บริการของมหาวิทยาลัยด้วยวิธีการทางอิเล็กทรอนิกส์แก่ท่านให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. หากภายหลังมีการเปลี่ยนแปลงวัตถุประสงค์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลส่วนบุคคล มหาวิทยาลัยฯ จะแจ้งให้ท่านทราบและขอความยินยอม และจัดให้มีขึ้นเพื่อการแก้ไขเพิ่มเติมไว้เป็นหลักฐาน

3. ในกรณีที่มีมหาวิทยาลัยฯมีการเก็บรวบรวม จัดเก็บ ใช้และเปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคล เพื่อดำเนินการอื่นนอกเหนือจากวัตถุประสงค์ตามที่ระบุไว้ท่านมีสิทธิที่จะเป็นห่วงกังวลของข้อมูลส่วนบุคคลของท่านในการเปิดเผยว่า จะให้มหาวิทยาลัยฯกับรวบรวม จัดเก็บ ใช้ เปิดเผยหรือไม่ให้แก่รวบรวม จัดเก็บ ใช้ เปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลดังกล่าว

4. เพื่อวัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์และติดตามการให้บริการทางเว็บไซต์ และวัตถุประสงค์ในการตรวจสอบย้อนหลังในกรณีที่เกิดข้อผิดพลาดการใช้งานมหาวิทยาลัยฯจึงจัดเก็บบันทึกข้อมูลการเข้าออกเว็บไซต์ (Log Files) ของท่านโดยระบบอัตโนมัติ โดยจัดเก็บข้อมูลต่อไปนี้เป็นอย่างน้อย

- (1) หมายเลขไอพี (IP Address)
- (2) ประเภทของโปรแกรมเบราว์เซอร์ (Browser)

นอกจากนี้ มหาวิทยาลัยฯยังได้ใช้บริการของหน่วยงานภายนอกที่มีการจัดเก็บบันทึกการเข้าออกระบบให้บริการทางเว็บไซต์ตามที่กฎหมายกำหนดด้วย สำหรับกรณีที่มีมหาวิทยาลัยฯใช้บริการหน่วยงานภายนอกในการให้บริการเว็บไซต์

5. มหาวิทยาลัยฯจะไม่กระทำการใด ๆ แยกต่างหากที่ระบุในวัตถุประสงค์ของการเก็บรวบรวมข้อมูล เว้นแต่


- (1) ได้แจ้งวัตถุประสงค์ใหม่ให้ผู้ใช้บริการทราบ และได้ขอความยินยอมจากผู้ใช้บริการ
- (2) เป็นกรณีที่กฎหมายกำหนด

การนำข้อมูลส่วนบุคคลไปใช้อย่างจำกัด

1. มหาวิทยาลัยฯจะไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลของท่านใด ต่อเมื่อได้รับความยินยอมจากท่านและจะดำเนินการใช้ตามวัตถุประสงค์ของมหาวิทยาลัยฯเท่านั้น
2. มหาวิทยาลัยฯจะดูแลให้ผู้ใช้บริการของมหาวิทยาลัยฯมีใจเปิดเผย แสดง หรือทำใจปรากฏในลักษณะอื่นใดซึ่งมีข้อมูลส่วนบุคคลของท่านแลกเพื่อไปจากวัตถุประสงค์หรือต่อบุคคลภายนอก เว้นแต่

- (1) เป็นกรณีที่ถูกกฎหมายกำหนด
- (2) ได้รับความยินยอมจากท่าน
- (3) เป็นไปเพื่อประโยชน์เกี่ยวกับชีวิต สุขภาพ หรือความปลอดภัยของท่านและผู้ใช้บริการอื่น
- (4) เพื่อประโยชน์แก่การสอบสวนของพนักงานสอบสวน หรือการพิจารณาพิพากษาคดีของศาล
- (5) เพื่อประโยชน์ในการศึกษา วิจัย หรือการวิจัยทางสถิติ

ปฏิเสธ

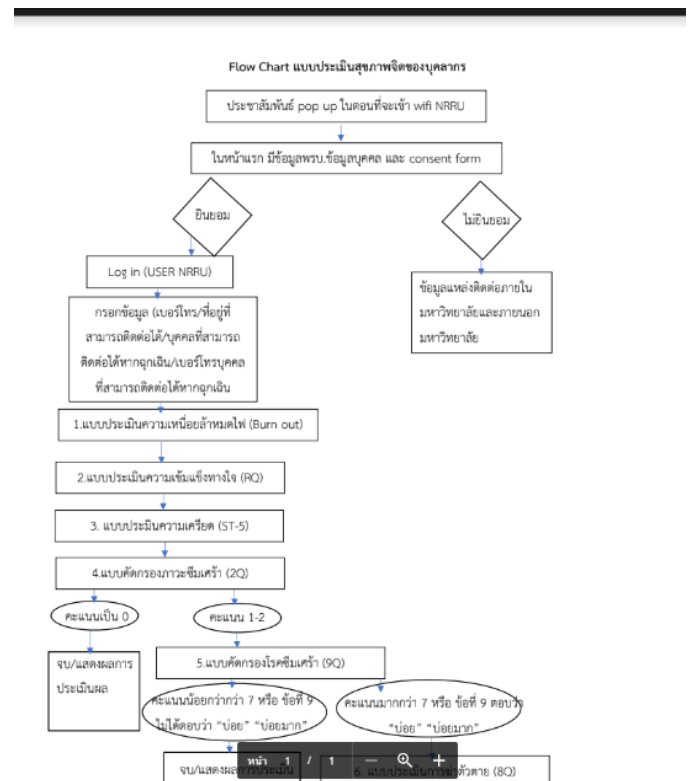
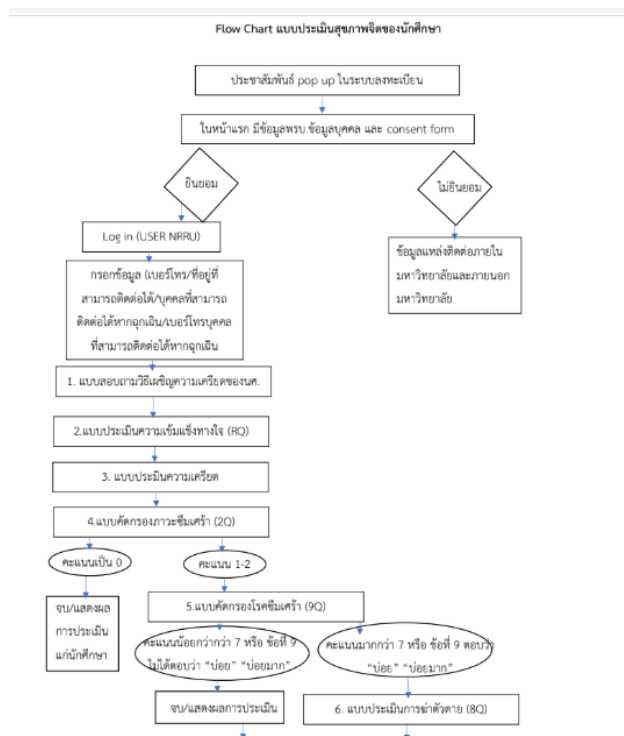


## Mental Health Login

นักศึกษาใช้รหัสผ่านของระบบบริการการศึกษา  
บุคลากรใช้รหัสผ่านของระบบ NRRU MIS  
โดยไม่ต้องมี @nrru.oc.th

แบบประเมินภาวะเหนื่อยล้า หมดไฟ (Burnout)	
1	ฉันรู้สึกเหนื่อยใจกับงานที่ทํายู่
	<input type="radio"/> ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนี้เลย <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้เพียง 2-3 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้เดือนละ 1 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้เดือนละ 2-3 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้ในทุก ๆ วัน
2	ฉันจะรู้สึกหมดหวังเมื่อถึงเวลาเลิกงาน
	<input type="radio"/> ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนี้เลย <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้เพียง 2-3 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้เดือนละ 1 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้เดือนละ 2-3 ครั้ง <input type="radio"/> มีความรู้สึกเช่นนี้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

ภาพ 2 แบบประเมินสุขภาพใจ



ภาพ 3 flow chart การทำระบบ

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
Timestamp	สถานะ	วันที่เข้ารับบริการ	ระยะเวลาในการบริการ (นาที)	ประเภทการติดต่อขอความช่วยเหลือ	ประเภทการรับบริการ	ประเภทการให้บริการ	คะแนน	จำนวนครั้งรับบริการ	History Background	Appearance	Psychological Counsel
5/7/2022 6:55:02		5/6/2022	69	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
5/20/2022 13:26:28		5/19/2022	60	Walk in	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏ						
6/13/2022 17:28:45		6/13/2022	60	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
6/20/2022 15:38:09		6/19/2022	60	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
6/29/2022 15:39:20		6/19/2022	60	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
6/29/2022 15:40:10		6/19/2022	60	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
6/29/2022 15:41:02		6/19/2022	60	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
6/29/2022 20:45:47		6/22/2022	60	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/6/2022 6:12:10		7/5/2022	30	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/6/2022 6:14:09		6/13/2022	40	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ บุคลากรนอก						
7/6/2022 6:15:00		6/17/2022	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ บุคลากรนอก							
7/6/2022 6:15:56		6/24/2022	40	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ บุคลากรนอก						
7/6/2022 6:16:37		7/4/2022	case ARISE	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ บุคลากรนอก						
7/6/2022 16:02:47		7/6/2022	80	Page FB ระหว่างใจ	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/19/2022 11:56:34		7/14/2022	30	Page FB ระหว่างใจ	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/20/2022 19:55:56		7/20/2022	40	Page FB ระหว่างใจ	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/21/2022 17:53:27		7/21/2022	50 นาที	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/23/2022 20:14:63		7/23/2022	60 นาที	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/25/2022 6:05:39		7/24/2022	40 นาที	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
7/25/2022 20:44:30		7/25/2022	60 นาที	Page FB ระหว่างใจ	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
8/11/2022 21:05:16		8/11/2022	120 นาที	Walk in	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
8/11/2022 21:08:42		8/11/2022	48 นาที	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
8/15/2022 17:36:02		8/15/2022	60 นาที	Page FB ระหว่างใจ	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
8/16/2022 20:40:36		8/16/2022	90 นาที	Page FB ระหว่างใจ	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
8/19/2022 12:08:05		8/19/2022	60 นาที	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						
8/19/2022 14:56:12		8/19/2022	60 นาที	Line Counseling NRRU	การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ						

ภาพ 4 รายละเอียดผู้มารับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
Timestamp	สถานะ	ผลที่พึงพอใจ	ข้อดี	รายละเอียดจากบทสนทนา	ส่งอย่างไร	แล้ว	หาเป็นอย่างไรบ้าง				
3/17/2021 15:44:18	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	รู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการ และใส่ใจนักศึกษา การที่ทราบผลตามสิ่งที่ได้ขอรับบริการแล้วจึงรีบมาขอรับบริการทันทีทำให้ทราบผลตามสิ่งที่ได้ขอรับบริการ							
3/17/2021 15:50:29	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	2	พอใจ	สะดวกที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
3/17/2021 15:54:22	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สะดวกที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
7/23/2021 16:43:39	บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สะดวกที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
3/17/2021 16:51:36	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สะดวกที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
3/17/2021 17:56:17	บุคลากรนอก	1	พอใจ	ให้บริการที่รวดเร็วและใส่ใจ							
3/18/2021 12:30:29	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	2	พอใจ	บริการที่รวดเร็วและใส่ใจ							
3/20/2021 21:47:28	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	3	พอใจ	หลังจากที่ปรึกษาได้คุยกับพี่คนเดิมแล้วรู้สึกดีขึ้น ช่วงเวลาการปรึกษาสั้นและจบลงอย่างรวดเร็วและไม่ค่อยเครียด							
3/22/2021 19:09:23	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	ขอบคุณที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
5/15/2021 17:08:10	บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	ได้บริการที่รวดเร็วและใส่ใจ							
6/21/2021 12:02:38	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สบายใจมากขึ้น ได้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ และได้รับความช่วยเหลือจากพี่คนเดิม							
7/13/2021 18:39:35	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สบายใจมากขึ้นและปรึกษาพี่คนเดิม							
7/20/2021 11:25:31	บุคลากรนอก	1	พอใจ	รู้สึกดีที่ได้ปรึกษาและปรึกษาพี่คนเดิม							
8/1/2021 10:43:01	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	4	พอใจ	สบายใจมากขึ้น จากคำแนะนำที่พี่คนเดิมให้มา							
9/25/2021 11:19:44	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	3	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น ได้คำแนะนำที่รวดเร็วและใส่ใจ							
9/25/2021 18:03:09	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	2	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น ได้คำแนะนำที่รวดเร็วและใส่ใจ							
9/25/2021 23:04:07	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	4	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น ได้คำแนะนำที่รวดเร็วและใส่ใจ							
10/19/2021 10:03:52	บุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สบายใจมากขึ้น							
10/19/2021 19:05:07	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	เหมือนเดิมและสบายใจมากขึ้น							
11/20/2021 11:49:02	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	3	พอใจ	เข้าใจมากขึ้น สบายใจและปรึกษาพี่คนเดิม							
12/3/2021 14:04:42	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	2	พอใจ	เข้าใจมากขึ้น สบายใจและปรึกษาพี่คนเดิม							
2/1/2022 9:21:27	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	4	พอใจ	จากความรู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
4/30/2022 16:06:20	บุคลากรนอก	1	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น							
5/9/2022 22:52:14	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	4	พอใจ	รู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
6/13/2022 21:47:42	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	4	พอใจ	รู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
7/6/2022 15:09:43	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	3	พอใจ	รู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
7/20/2022 20:00:37	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สบายใจมากขึ้น							
7/20/2022 20:23:26	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	สบายใจมากขึ้น							
7/23/2022 13:13:33	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	2	พอใจ	ได้คำแนะนำที่รวดเร็วและใส่ใจ							
7/23/2022 22:59:24	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	1	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น							
7/25/2022 16:17:25	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	2	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น							
8/11/2022 17:50:47	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	4	พอใจ	รู้สึกสบายใจมากขึ้น							
8/15/2022 17:16:58	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	3	พอใจ	รู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							
8/16/2022 20:41:42	นักศึกษาหาวิทยาลัยราชภัฏ จุฬาลงกรณ์	3	พอใจ	รู้สึกดีที่มหาวิทยาลัยราชภัฏมีบริการที่รวดเร็ว							

ภาพ 5 ผลประเมินความพึงพอใจจากการรับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา