

## แบบฟอร์มแนวปฏิบัติที่ดี (Good Practice)

แนวปฏิบัติที่ดี เรื่อง โครงการ Mind Check by ศูนย์รัก(ษ์)ใจ

ชื่อผู้ส่งผลงาน / รายชื่อคณะทำงาน

- 1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นภาพรณัฏ์ จันทร์สี
- 2) นางสาวศศิรัศม์ เสือเมือง
- 3) นางสาวสุภกร ทวกอ่อน

สังกัด / หน่วยงาน ศูนย์รัก(ษ์)ใจ กองพัฒนานักศึกษา

ประเภทการจัดการความรู้

- 1) ด้านงานวิจัยสถาบัน / งานสร้างสรรค์
- เน้นการใช้ข้อมูลวิจัยเพื่อปรับปรุงองค์กร หรือการสร้างสรรคนวัตกรรมใหม่ในหน่วยงาน
- 2) ด้านการพัฒนากระบวนการทำงาน / การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ
- เน้นการลดขั้นตอน , การเพิ่มประสิทธิภาพด้วยระบบ Digital หรือ เครื่องมือที่ช่วยในการปฏิบัติงาน

### 1.บทสรุปโครงการ

ศูนย์รัก(ษ์)ใจ กองพัฒนานักศึกษา ได้ดำเนินการพัฒนาการบริการให้คำปรึกษา และบริการตรวจประเมินความสมดุลกาย-ใจด้วยเครื่อง Biofeedback ซึ่งเป็นบริการที่ให้บริการนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้การบริการให้คำปรึกษาและดูแลสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากรดูแลผู้ที่มีความเสี่ยง หรือผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตภายในมหาวิทยาลัย และเป็นไปตามพระราชบัญญัติสุขภาพจิต พ.ศ. 2551

การบริการดังกล่าวสามารถอำนวยความสะดวกแก่ผู้รับบริการได้อย่างทั่วถึง และทันที ซึ่งจากผลการพัฒนาแนวทางการให้บริการ และจากผลการประเมินความพึงพอใจหลังรับบริการในปีการศึกษา 2568 พบว่าอยู่ในระดับดีมาก ประเด็นที่ได้รับข้อเสนอแนะจากผู้รับบริการ คือ ให้พัฒนาระบบการแสดงวันที่มีคิวว่างสำหรับเลือกวันเข้ารับบริการให้คำปรึกษา และการมีแอปพลิเคชันอื่นนอกจากไลน์ เพื่อความเป็นส่วนตัวของผู้เข้ารับบริการ

ดังนั้นจากโครงการ Mind Check by ศูนย์รัก(ษ์)ใจ จึงได้มีการวางแผนในการพัฒนาระบบการให้บริการต่อไป เพื่อตอบสนองความต้องการ และทำให้การเข้าถึงบริการของศูนย์รัก(ษ์)ใจ สามารถเข้าถึงได้ง่าย และสะดวกต่อการใช้งานของผู้เข้ารับบริการและผู้ให้บริการมากขึ้นต่อไป

## 2. ที่มาและความสำคัญของโครงการ

สุขภาพจิตเป็นสภาวะทางจิตใจของบุคคล ซึ่งโดยธรรมชาติภาวะทางจิตใจมีการปรับเปลี่ยนแปลงตามสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวของผู้นั้น ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ซึ่งมีการพัฒนาการไปอย่างไม่หยุดยั้ง สุขภาพจิตของคนเราจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนแปลงตามนับเป็นความยากลำบากพอควรของมนุษย์ที่จะต้องปรับตัวปรับใจไปกับการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

ประเทศไทยกำลังเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพจิต เนื่องจากปัญหาทางด้านเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้เป็นผลกระทบมาจากเศรษฐกิจโลก ซึ่งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นปัจจัยที่กระทบต่อคนไทยจำนวนมากที่ต้องเผชิญกับความเครียด ความวิตกกังวล นอกจากนี้ ความกดดันจากโลกดิจิทัล เช่น การติดสื่อออนไลน์ และการกลัวพลาดตกกระแส ได้สร้างผลกระทบเชิงลบต่อสุขภาพจิตในทุกช่วงอายุ ซึ่งภาพรวมสถานการณ์สุขภาพจิตในประเทศไทย มีจำนวนอัตราที่ประสบปัญหาสุขภาพจิต และมีอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จเพิ่มขึ้นในช่วง 10 ปี ที่ผ่านมา ซึ่งปัญหาสุขภาพจิตส่งผลกระทบต่อสภาวะประชากร โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนอายุ 15 – 29 ปี ที่ได้รับผลกระทบมากที่สุด (Thaihelth2025,12)

จากสถานการณ์สุขภาพจิตปัจจุบัน ทางกองพัฒนานักศึกษาจึงเห็นความสำคัญและเรื่องเร่งด่วนที่จะต้องมีความหนทางในการรับมือ เพื่อป้องกันและเฝ้าระวัง ตลอดจนการดูแลให้นักศึกษาและบุคลากรของมหาวิทยาลัยได้ตระหนักและมีความเข้าใจต่อสภาวะที่เกิดขึ้น จึงได้มีการจัดบริการตรวจประเมินสุขภาพจิตทุกปีการศึกษา

การประเมินสุขภาพจิตสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การประเมินจากการทำแบบทดสอบสุขภาพจิต การพูดคุยกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต และในปัจจุบันมีเทคโนโลยีที่เข้ามาใช้ในการประเมินสุขภาพจิต คือ เครื่อง Biofeedback เครื่องมือทางการแพทย์และสุขภาพที่ทำหน้าที่ตรวจจับสัญญาณสรีรวิทยาของร่างกายที่เกิดขึ้นจากความเครียดหรืออารมณ์ แล้วสะท้อนกลับมาเป็นข้อมูลแบบเรียลไทม์ (Real-time Feedback) เพื่อให้ผู้ใช้งานมองเห็นการตอบสนองของร่างกายตนเอง และเรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมหรือควบคุมระบบประสาทเพื่อลดความเครียดได้อย่างแม่นยำ

จากข้อมูลในการตรวจประเมินความสมดุลกาย-ใจด้วยเครื่อง Biofeedback พบว่าภาวะเครียดของนักศึกษาและบุคลากรอยู่ในระดับสูง ศูนย์รัก(ษ์)ใจกองพัฒนานักศึกษา จึงมีความตระหนักในการพัฒนาระบบให้ผู้เข้ารับบริการสามารถเข้ารับบริการได้อย่างสะดวกสบาย เพื่อให้มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์เป็นสถาบันการศึกษาที่ตระหนักรู้ด้านสุขภาพจิต ส่งผลกระทบเชิงบวกอย่างมหาศาลต่อนักศึกษา บุคลากร และภาพรวมของสถาบันการศึกษา

## 3. วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 3.1 เพื่อคัดกรองสุขภาพจิตในนักศึกษา และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์
- 3.2 เพื่อระบุความเสี่ยงหรืออาการเบื้องต้นด้านสุขภาพจิตเพื่อวางแผนการดูแล

## 4. เป้าหมายของโครงการ

### 4.1 กลุ่มเป้าหมาย

4.1.1 นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

4.1.2 นักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

4.1.3 บุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

### 4.2 ตัวชี้วัด

4.2.1 นักศึกษาได้รับการตรวจประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 ของจำนวนนักศึกษา

4.2.2 ศูนย์รัก(ษ์)ใจ มีฐานข้อมูลการตรวจประเมินสุขภาพจิต เพื่อใช้ในการดูแลช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต เช่น การนัดหมายเข้ารับคำปรึกษา การตรวจประเมินสุขภาพจิตด้วยแบบประเมินอื่น การส่งต่อเพื่อเข้ารับการรักษา

4.2.3 ศูนย์สุขภาพจิตเขต 2 มีข้อมูลการประเมินสุขภาพจิต เพื่อใช้ในการวางแผนการดูแลต่อไป

## 5. การดำเนินการโครงการตามหลัก PDCA

### 5.1 ขั้นวางแผน (P)

ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ได้ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพจิตในมหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์ เพื่อวางแผนดำเนินการแก้ไข และส่งเสริมสุขภาพจิตนักศึกษาและบุคลากร ให้มีบริการที่ดียิ่งขึ้น

จากการศึกษาพบว่า การให้บริการให้คำปรึกษาที่ผ่านมา เป็นการบริการให้คำปรึกษาเฉพาะที่กองพัฒนานักศึกษา และยังมีเวลาที่จำกัด เนื่องจากต้องเข้ารับบริการในวันและเวลาราชการเท่านั้น สำหรับการบริการตรวจสุขภาพจิตด้วยเครื่อง Biofeedback เป็นการบริการตรวจให้เฉพาะผู้เข้ารับบริการที่มาเข้ารับการศึกษาที่กองพัฒนานักศึกษาเท่านั้น นักศึกษาและบุคลากรจึงไม่ได้รับการบริการอย่างทั่วถึง และไม่ได้เป็นการบริการเชิงรุก

จากการปฏิบัติงานข้างต้น ทำให้ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ได้วางแผนการดำเนินการที่ทำให้ผู้เข้ารับบริการอย่างทั่วถึง และสามารถติดต่อเข้ารับบริการได้อย่างสะดวก ผ่านทางการนัดหมายเข้ารับบริการผ่านแอปพลิเคชัน และการวางแผนให้บริการตรวจสุขภาพจิตด้วยเครื่อง Biofeedback เชิงรุก ที่เจ้าหน้าที่เข้าไปให้บริการถึงสถานที่ตั้งของแต่ละคณะและหน่วยงาน

### 5.2 ขั้นดำเนินการ (D)

ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ดำเนินการให้บริการนักศึกษาและบุคลากรในการตรวจประเมินสุขภาพจิตด้วยเครื่อง Biofeedback โดยเจ้าหน้าที่กองพัฒนานักศึกษาเข้าให้บริการที่คณะ ในรูปแบบเชิงรุก โดยมีการกำหนดวัน และเวลาในการให้บริการของแต่ละคณะ โดยครบถ้วนทุกคณะ รวมถึงมหาวิทยาลัยราชภัฏวิทยาเขตน่านและบุคลากรทุกวิทยาเขต โดยเจ้าหน้าที่กองพัฒนานักศึกษาได้ให้บริการตรวจประเมินให้แก่นักศึกษา

ในปีการศึกษา 2568 ระหว่างเดือนเดือนกรกฎาคม 2568 – เดือนสิงหาคม 2568 และบริการตรวจประเมิน  
สุขภาพจิตสำหรับบุคลากร ระหว่างเดือนมกราคม – เดือนมีนาคม 2569

บริการให้คำปรึกษาใน 2 รูปแบบ คือ รูปแบบออนไลน์ (การบริการ ณ ศูนย์รัก(ษ์)ใจ) ที่อาคาร  
กองพัฒนานักศึกษา โดยมีผู้เข้ารับบริการทั้งหมด 24 ครั้ง และรูปแบบออนไลน์ คือ บริการให้คำปรึกษา  
ในแอปพลิเคชันไลน์ โดยมีผู้เข้ารับบริการทั้งหมด 22 ครั้ง

ผลของการให้บริการ

- บริการตรวจประเมินสุขภาพจิตด้วยเครื่อง Biofeedback พบผู้มีความเสี่ยงสูง  
และได้รับการเข้ารับบริการให้คำปรึกษาแล้วทั้งหมด

- บริการให้คำปรึกษา พบว่ามีนักศึกษาและบุคลากรที่มีความเสี่ยงสูง ได้รับการส่งต่อไป  
ยังสถานพยาบาลใกล้บ้านทุกคน และสามารถกลับมาเรียน/ทำงานได้ปกติทุกคน

### 5.3 ขั้นตอนติดตามประเมินผล(C)

จากการเปิดบริการให้คำปรึกษา และบริการตรวจประเมินสุขภาพด้วยเครื่อง Biofeedback  
ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ได้ดำเนินการติดตามผลหลังได้รับการปรึกษาเป็นระยะเวลา 1 เดือน และติดตามนักศึกษา/บุคลากร  
ที่ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ได้มีการส่งต่อเพื่อรักษาในสถานพยาบาล จากโรงพยาบาลในคู่มือช่วย ได้แก่ โรงพยาบาล  
อุตรดิตถ์ โรงพยาบาลตรอน โรงพยาบาลลับแล

การให้ผู้เข้ารับบริการประเมินผลการบริการให้คำปรึกษา และบริการตรวจประเมินสุขภาพ  
ด้วยเครื่อง Biofeedback ผ่าน Google Form พบว่าการประเมินหลังได้รับการอยู่ที่ 4.8 หมายถึง ระดับดีมาก  
และได้รับข้อเสนอแนะในการแสดงวันที่มีคิวว่างสำหรับเลือกวันเข้ารับบริการให้คำปรึกษา และการมีแอปพลิเคชัน  
อื่นนอกจากไลน์ เพื่อความเป็นส่วนตัวของผู้เข้ารับบริการ

### 5.4 ขั้นปรับปรุง (A)

จากผลการประเมินการให้บริการตรวจประเมินสุขภาพด้วยเครื่อง Biofeedback และการบริการ  
ให้คำปรึกษา ที่มีผู้เข้ารับบริการให้ข้อเสนอแนะในการใช้บริการผ่านช่องทางออนไลน์ให้มีหลากหลายช่องทาง  
ศูนย์รัก(ษ์)ใจ จึงได้มีการวางแผนในการให้บริการให้คำปรึกษาในรูปแบบออนไลน์ โดยผ่านแอปพลิเคชันที่สามารถ  
เลือกใช้ได้ 3 ช่องทาง

1. Line Application
2. Zoom meeting
3. Google Meet

สำหรับการแสดงคิวว่างในการให้ผู้เข้ารับบริการเห็น ได้มีการวางแผนในการใช้ Google  
Calendar ตั้งค่าให้บุคคลอื่นเห็นคิวในการเข้ารับบริการ และสามารถเข้าจองคิวการให้บริการได้ โดยจะนำภาพ  
QR Code แสดงบน โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ของการให้บริการให้คำปรึกษา และการบริการตรวจประเมิน  
สุขภาพด้วยเครื่อง Biofeedback และการบริการ

## 6. ผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

จากผลการดำเนินงานของศูนย์รัก(ษ์)ใจ ในการบริการให้การตรวจประเมินสุขภาพจิต ด้วยเครื่อง Biofeedback ประจำปีการศึกษา 2568 ในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และนักศึกษาชั้นปีที่ 2 – 4 ตามความสมัครใจ และบุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์ พบว่า ผู้เข้ารับบริการตรวจประเมินได้รับการบริการที่สะดวก และรวดเร็ว เนื่องด้วยมีการจัดการแผนการดำเนินงาน และมีเครื่องตรวจประเมินสุขภาพจิตที่สามารถทำงานได้อย่างรวดเร็ว อีกทั้งการบริการให้คำปรึกษา สามารถเป็นไปได้อย่างรวดเร็ว และเพียงพอต่อความต้องการของนักศึกษา เนื่องจากใช้แอปพลิเคชันไลน์ และสามารถโทรศัพท์เพื่อขอจองการรับบริการตลอดจนมีการบริการนอกเวลาราชการ ทำให้นักศึกษาได้รับการคำปรึกษาได้ทันที โดยสรุปผลการให้บริการได้ดังตาราง ต่อไปนี้

หน่วยงาน	จำนวนผู้ที่ได้รับการประเมินด้วยเครื่อง Biofeedback	การรับบริการให้คำปรึกษาแบบออนไลน์
นักศึกษา คณะเกษตรศาสตร์	20 คน	-
นักศึกษา คณะครุศาสตร์	462 คน	4 ครั้ง
นักศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	141 คน	3 ครั้ง
นักศึกษา คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม	135 คน	-
นักศึกษา คณะวิทยาการจัดการ	197 คน	2 ครั้ง
นักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	191 คน	5 ครั้ง
นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์	96 คน	-
บุคลากร	426 คน	2 ครั้ง
นักศึกษา วิทยาลัยน่าน	50 คน	6 ครั้ง
บุคลากร วิทยาลัยน่าน	30 คน	-
<b>รวม</b>	<b>1,748 คน</b>	<b>22 ครั้ง</b>

## 7. ข้อปัจจัยเกื้อหนุนให้เกิดความสำเร็จ

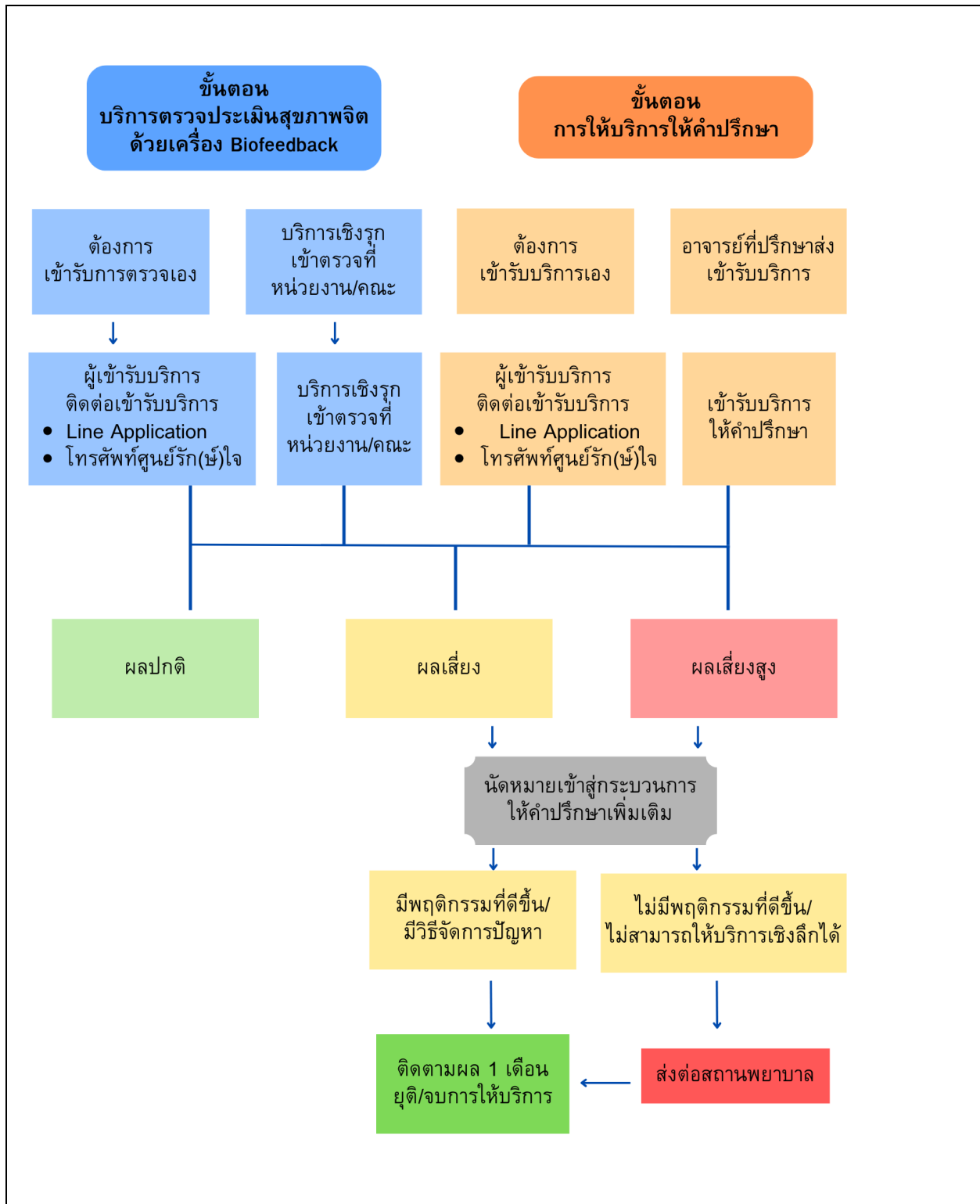
- 7.1 ผู้บริหารมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์ ซึ่งให้การสนับสนุนและให้ข้อเสนอแนะในการทำงาน
- 7.2 สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งดำเนินการพัฒนาระบบประเมินภาวะซึมเศร้า โดยได้ปรับปรุงพัฒนาให้สอดคล้องกับการประเมินภาวะซึมเศร้าและภาวะเครียด เพื่อสามารถนำผลการประเมินมาใช้ในการติดตามนักศึกษาที่มีภาวะเสี่ยง ตลอดจนได้รับการดูแลช่วยเหลือ
- 7.3 บุคลากรกองพัฒนานักศึกษา ซึ่งให้ความร่วมมือในการปฏิบัติงาน รวมถึงการได้รับข้อเสนอแนะในการบริการตรวจประเมินสุขภาพจิต
- 7.4 โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ซึ่งให้ความช่วยเหลือและการแนะนำการดูแลนักศึกษาและบุคลากรที่มีความเสี่ยงปานกลาง ตลอดจนมีการติดตามผลการรักษาเบื้องต้น ของผู้เข้ารับบริการที่ทางศูนย์รัก(ษ์)ใจ ได้มีการส่งตัวไปยังโรงพยาบาลอุดรดิตถ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการได้รับสื่อข้อมูลสารสนเทศเพื่อใช้ให้ข้อมูลด้านสุขภาพจิตแก่นักศึกษา และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์ได้อย่างดีมาโดยตลอด

## 8. แนวทางที่พัฒนาในอนาคต

- 8.1 พัฒนาระบบการจองคิวรูปแบบออนไลน์เข้ารับบริการให้คำปรึกษาจากศูนย์รัก(ษ์)ใจ
- 8.2 พัฒนาระบบติดตามผลหลังการรับบริการรับคำปรึกษา
- 8.3 พัฒนาเว็บไซต์สำหรับให้บริการรองรับ ได้แก่ ระบบจองคิว การประเมินตนเอง การนัดหมายเข้ารับบริการ สื่อสารสนเทศด้านสุขภาพจิต

## 9. มาตรฐานระบบงานที่เป็นแนวปฏิบัติที่ดี

จากการดำเนินงานกระบวนการพัฒนาการให้บริการให้คำปรึกษา และบริการตรวจสุขภาพจิตด้วยเครื่อง Biofeedback แสดงตามผังแนวทางการปฏิบัติได้ดังนี้



10. ภาคผนวก



มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์



ศูนย์รัก(ษ์)ใจ

ภาพที่ 1

บริการให้การตรวจประเมินสุขภาพจิต  
ด้วยเครื่อง Biofeedback  
ประจำปีการศึกษา 2568 ในนักศึกษา  
ชั้นปีที่ 1 และนักศึกษาชั้นปีที่ 2 - 4

**บริการสุขภาพจิต**

**เชิงรุก**

- 1** นักศึกษาชั้นปีที่ 1 **ทุกคน** ได้รับการประเมินความสมดุลกาย-ใจ ด้วยเครื่อง biofeedback โดยลงพื้นที่ทุกคณะ
- 2** ให้นักศึกษา**ทุกคน**ทำ Mental Health Check in (8Q-9Q) ภาคเรียนละ 1 ครั้ง
- 3** ให้บริการประเมินความสมดุลกาย-ใจด้วยเครื่อง biofeedback แก่บุคลากร






กองพัฒนานักศึกษา



ศูนย์รัก(ษ์)ใจ

ภาพที่ 2

โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์บริการให้  
คำปรึกษา โดยผู้เข้ารับบริการสามารถ  
ติดต่อได้ 3 ช่องทาง ได้แก่

**บริการให้คำปรึกษาสำหรับนักศึกษาและบุคลากร**

- เรื่องเรียน เรื่องรักหรือความสัมพันธ์
- ความเครียด ความเศร้า ความกังวล
- ความรู้สึกที่เผชิญอยู่

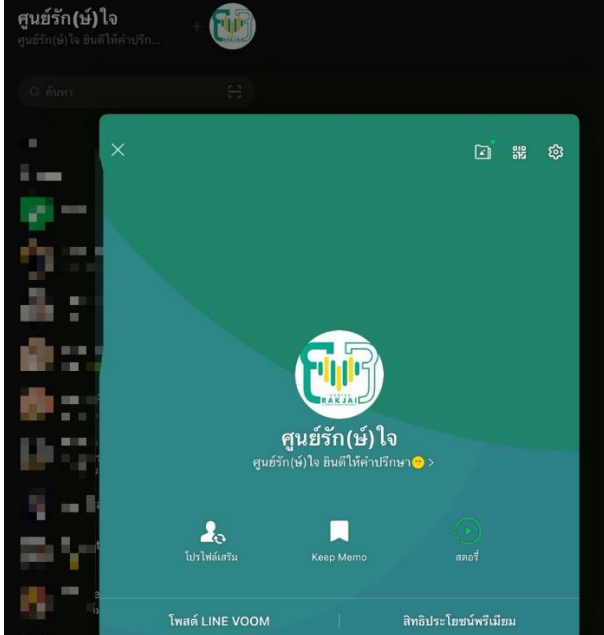
**พร้อมให้คำปรึกษาโดยนักจิตวิทยา**

กองพัฒนานักศึกษา อาคาร 12 ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ชั้น 2

นัดหมายเข้ารับบริการได้ที่  
089 960 6664  
หรือ Line QR CODE



1. กองพัฒนานักศึกษา ศูนย์รัก(ษ์)ใจ
2. เบอร์โทรศัพท์ศูนย์รัก(ษ์)ใจ
3. ติดต่อผ่านแอปพลิเคชัน ไลน์



ภาพที่ 3

แอปพลิเคชัน ไลน์ ศูนย์รัก(ษ์)ใจ ให้บริการโดย  
นักจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์

แบบสรุปผลการประเมินด้วยเครื่อง BioFeedback ประจำปีงบประมาณ 2569

บุคลากร มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

ที่	หน่วยงาน	จำนวนผู้รับการตรวจ		ระดับความเครียด								สภาวะหลอดเลือด (TYPE)					
				ทางกาย (คน)				ทางจิตใจ (คน)				1	2	3	4	5	6-7
		เต็ม	จริง	แม่	ไม่ตี	ปกติ	ดี	แย่	ไม่ตี	ปกติ	ดี	ตีมาก	ดี	ระวัง	เตือน	ไม่ดี	แย่
1.	คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	98	67	8	21	24	14	4	12	27	24	6	25	17	14	2	3
2.	คณะครุศาสตร์	81	20	5	3	5	7	-	3	8	9	1	9	4	4	-	2
3.	คณะครุศาสตร์ ราชวิทยาลัย	110	97	25	17	38	17	10	13	48	26	11	25	23	23	6	9
4.	คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	98	36	8	8	24	6	6	11	15	14	12	12	15	7	-	-
5.	คณะวิทยาการจัดการ	66	35	9	3	6	8	3	7	7	9	1	9	12	8	4	2
6.	คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม	68	24	5	3	10	6	2	7	12	3	6	11	3	3	1	-
7.	คณะเกษตรศาสตร์	50	20	5	4	5	6	-	8	9	3	3	3	6	5	2	1
8.	คณะพยาบาลศาสตร์	30		เนื่องจากการตรวจออกไปเนื่องจากมีการปฏิบัติงานที่ประจำอยู่ด้วย													
9.	วิทยาลัยน่าน	30	22	4	9	7	2	3	7	8	4	4	5	7	5	-	1
10.	กองกลาง	105	11	3	1	5	2	1	-	4	6	5	3	2	1	-	-
11.	กองนโยบายและแผน	18	7	1	2	4	-	-	1	3	3	1	2	3	1	-	-
12.	กองบริหารการศึกษ	38	19	5	3	6	5	1	6	6	6	1	7	6	2	1	2

ภาพที่ 4  
ตัวอย่างข้อมูลผลการให้บริการตรวจประเมินสุขภาพจิตด้วยเครื่อง Biofeedback

ที่	หน่วยงาน	จำนวนผู้รับการตรวจ		ระดับความเครียด								สภาวะหลอดเลือด (TYPE)					
				ทางกาย (คน)				ทางจิตใจ (คน)				1	2	3	4	5	6-7
		เต็ม	จริง	แม่	ไม่ตี	ปกติ	ดี	แย่	ไม่ตี	ปกติ	ดี	ตีมาก	ดี	ระวัง	เตือน	ไม่ดี	แย่
13.	กองบริหารงานบุคคล	13	11	2	2	6	1	-	1	3	7	2	3	5	-	1	-
14.	กองพัฒนาศึกษา	22	15	-	1	9	5	1	2	6	6	4	6	2	3	-	-
15.	สำนักนวัตกรรมการศึกษาและนวัตกรรมสมัย	8	8	3	-	3	2	1	3	1	3	-	4	1	2	1	-
16.	สำนักงานตรวจสอบภายใน	4	4	1	-	1	2	-	-	-	4	-	3	1	-	-	-
17.	ศูนย์ส่งเสริมบัณฑิตและการเรียนรู้ตลอดชีวิต	6	1	1	-	-	-	-	-	-	1	1	-	-	-	-	-
18.	สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ	25	14	4	2	7	1	-	1	8	5	-	9	4	-	-	1
19.	ศูนย์วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	8	8	-	-	6	2	-	1	6	1	1	4	2	1	-	-
20.	อุทยานวิทยาศาสตร์ภาคเหนือ	5	5	-	1	4	1	-	-	4	1	1	3	1	-	-	-
	<b>รวม</b>	<b>884</b>	<b>426</b>	<b>90</b>	<b>80</b>	<b>171</b>	<b>87</b>	<b>32</b>	<b>84</b>	<b>175</b>	<b>136</b>	<b>60</b>	<b>144</b>	<b>115</b>	<b>79</b>	<b>18</b>	<b>21</b>

ที่มา : ผลการประเมินความเครียดด้วย Biofeedback ณ วันที่ 7 มกราคม - 18 มีนาคม 2569

บันทึกการให้บริการให้คำปรึกษา

ว/ศ/ป	ชื่อผู้รับบริการ	คณะ	สาขา	เรื่อง	ผล	หมายเหตุ	รูปแบบ
14 ก.ค. 68				ความสัมพันธ์กับเพื่อน	รอดิตตาม	อยู่ในกลุ่มพฤติกรรมและอารมณ์	On site
14 ก.ค. 68				การสื่อสาร และวางแผนด้านการเงิน	ติดตามเสร็จสิ้น		On site
18 ก.ค. 68				การบิน (ส่งคุยเพิ่ม-ลงกับ DDC)	ติดตามเสร็จสิ้น		On site
23 ก.ค. 68				ความสัมพันธ์กับแผนการคุมกำเนิด	ติดตามเสร็จสิ้น		On site
25 ก.ค. 68				ความสัมพันธ์กับเพื่อน	รอดิตตาม	อยู่ในกลุ่มพฤติกรรมและอารมณ์	On site
28 ส.ค. 68				การเขียน	บ.ศ.ลงบ.คิด สถาบัน		On site
ก.ย. 68				ความสัมพันธ์กับแฟน	รอดิตตาม	ไปแลกเปลี่ยน สบพ.	On site
18 ก.ย. 68				ความสัมพันธ์กับเพื่อน	รอดิตตาม		On site
19 ก.ย. 68				ความเครียด วิตกกังวล มีประวัติการฆ่าตัวตาย	- ส่งต่อ ว.สูงเม่น - บ.ศ.ลาออก		On site
ก.ย. 68				ช่างรับวิทยุสมัครเล่น	รอดิตตาม	มาพร้อม อ.ที่ปรึกษา	On site

ภาพที่ 5  
หลักฐานบันทึกการเข้ารับบริการให้คำปรึกษา