

แบบเสนอโครงการ (Project Proposal Template)

ประจำปีงบประมาณ 2567

1) หน่วยงาน สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์

2) เป้าหมายผลสัมฤทธิ์เชิงยุทธศาสตร์

- สังคมสุขภาพ ความสามารถสากล สังคมเข้มแข็ง แหล่งพัฒนาความรู้

3) ความเชื่อมโยง/ตอบสนองยุทธศาสตร์มวล. 2565-2569 และประกันคุณภาพการศึกษา (QA)

❖ ยุทธศาสตร์ที่ เป้าประสงค์

❖ ตัวบ่งชี้ประกันคุณภาพการศึกษา

4) ประเด็นมุ่งเน้นของโครงการ

เพิ่มจุดแข็ง/ลดจุดอ่อนผลการดำเนินงานประกันคุณภาพการศึกษา

พัฒนาคุณภาพบัณฑิต พัฒนาความสามารถสากล

5) ประเภทโครงการ/กิจกรรม

บริการวิชาการแก่สังคม กิจกรรมวิชาการ/เสริมหลักสูตร

กิจกรรมกีฬาหรือส่งเสริมสุขภาพ กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์หรือรักษาสีงแวดล้อม

กิจกรรมเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม กิจกรรมส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรม

ประเด็น	รายละเอียด
1. ชื่องาน/โครงการ	พัฒนาศักยภาพแกนนำอาจารย์และนักศึกษา เพื่อการดูแลใจตนเองและแบ่งปันสู่คนรอบข้าง (Helper และ Junior helper)
2. ผู้รับผิดชอบ	<p>ผู้รับผิดชอบโครงการ</p> <p>1. ผศ.นาบีลา ลีกิจโกศล</p> <p>1. รศ.ดร.สายฝน เอกวารงกูร</p> <p>ผู้ดำเนินโครงการร่วม</p> <p>1. คณะทำงานคลินิกเพื่อใจ (Smile Clinic) ได้แก่</p> <p>1.1 ผศ.ดร. สุจิรา วิชัยดิษฐ</p> <p>1.2 ผศ.ดร.ศรีสุดา วนาลีสิน</p> <p>1.3 ผศ.ดร.แสงเทียน เจียรวัฒนากุล</p> <p>1.4 ผศ.อุษา น่วมเพชร</p> <p>1.5 อ.ดร.ชัดเจน จันทรพัฒน์</p> <p>1.6 อ.ดร.นพรัตน์ ไชยขำนิ</p> <p>1.7 อ.ศรินทรา ด้วงใส</p> <p>1.8 อ.อินทอร ก้านกิ่ง</p> <p>2. Smile & Smart Center มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์</p>
3. ความสำคัญ วัตถุประสงค์ และ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	<p>ความสำคัญ</p> <p>ปัญหาทางด้านจิตเวชและสุขภาพจิตเป็นประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพการเรียนรู้ การปรับตัว และการดำเนินชีวิตของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา จากรายงาน</p>

ประเด็น	รายละเอียด
	<p>ขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization [WHO], 2022) พบว่าอัตราความเครียด วิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในกลุ่มนักศึกษามีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น รวมถึงในนักศึกษาไทยพบว่า มีภาวะเครียดและซึมเศร้าสูงถึงร้อยละ 30 และในจำนวนนี้ร้อยละ 4 เคยมีความคิดฆ่าตัวตาย (กรมสุขภาพจิต, 2565) ซึ่งอาจเป็นอุปสรรคสำคัญต่อความสำเร็จทางการศึกษาและคุณภาพชีวิตโดยรวม สถานการณ์ดังกล่าวยังส่งผลกระทบต่อในระดับบุคคล ครอบครัว สังคม และการพัฒนาประเทศ โดยไม่สามารถประเมินค่าความสูญเสียได้ (American College Health Association [ACHA], 2021)</p> <p>ปัจจุบันแนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตในมหาวิทยาลัยยังต้องการการพัฒนาอย่างเป็นระบบและยั่งยืน การสร้างเครือข่ายการช่วยเหลือภายในมหาวิทยาลัยจึงเป็นกลยุทธ์ที่มีประสิทธิภาพในการสนับสนุนสุขภาพจิตของนักศึกษาและบุคลากร การพัฒนา แก่นนำอาจารย์และนักศึกษา ให้สามารถดูแลสุขภาพจิตของตนเองและให้การช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม จะช่วยลดปัญหาทางสุขภาพจิตที่อาจส่งผลต่อการเรียนและการใช้ชีวิตของนักศึกษา (Gómez-Garzón et al., 2023)</p> <p>โครงการ "พัฒนาศักยภาพแก่นนำอาจารย์และนักศึกษาเพื่อการดูแลใจตนเอง และแบ่งปันสู่คนรอบข้าง (Helper และ Junior Helper)" จึงมีเป้าหมายในการเสริมสร้างทักษะให้แก่นำนักศึกษาและอาจารย์สามารถดูแลตนเอง พร้อมทั้งเป็นผู้ให้การสนับสนุนแก่ผู้อื่น โดยเริ่มดำเนินการในสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ และขยายผลไปยังสำนักวิชาอื่น ๆ ภายในมหาวิทยาลัย เพื่อให้เกิดระบบช่วยเหลือซึ่งกันและกันที่เข้มแข็ง</p> <p>โครงการยังเน้นการพัฒนาทักษะการโค้ช (Coaching) สำหรับอาจารย์และบุคลากร เพื่อให้สามารถให้คำปรึกษาและสนับสนุนนักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนพัฒนาทักษะด้านการสื่อสาร การบริหารจัดการตนเอง และการทำงานร่วมกับผู้อื่น (Chan et al., 2020) ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างสังคมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อสุขภาพจิต และสร้างเครือข่ายการสนับสนุนที่ยั่งยืนภายในมหาวิทยาลัยและสังคมโดยรวม (Lomas et al., 2019)</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักศึกษาพยาบาล นักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ มหาวิทยาลัยอื่นๆ ที่สนใจ นักเรียนในโรงเรียนเกิดสมรรถนะด้านการดูแลใจตนเอง และสามารถแบ่งปันสู่คนรอบข้าง 2. เพื่อพัฒนานักศึกษาพยาบาลให้เป็นเยาวชนนักกิจกรรม (Youth Activist) ที่มีสมรรถนะด้านการดูแลใจตนเองและเกิดสมรรถนะการเป็นกระบวนกร (Junior Master Trainer) ขยายผลสู่กลุ่มเพื่อนในสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ เพื่อนในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ นักเรียนในโรงเรียน เด็กและเยาวชนในชุมชน 3. เกิดเครือข่ายการดูแลใจในลักษณะเพื่อนอาทรเพื่อนทั้งภายในสำนักวิชา มหาวิทยาลัย และโรงเรียน

ประเด็น	รายละเอียด
	<p>4. เพื่อพัฒนาอาจารย์ บุคลากร ในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ และคณะครูในโรงเรียนให้เกิดสมรรถนะด้านการโค้ช (Coaching)</p> <p>5. เกิดพื้นที่และกิจกรรมการดูแลใจในสถาบันการศึกษาและสังคม</p> <p>ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. นักศึกษาพยาบาล นักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ และนักเรียนในโรงเรียนมีทักษะด้านการดูแลใจตนเอง และสามารถแบ่งปันสู่คนรอบข้างได้ 2. สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ และโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาานครศรีธรรมราช เขต 4 มีเยาวชนนักกิจกรรม (Youth Activist) ที่มีสมรรถนะด้านการดูแลใจตนเองและเกิดสมรรถนะการเป็นกระบวนกร (Junior Master Trainer) 3. อาจารย์ บุคลากร ในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ และคณะครูในโรงเรียนให้เกิดสมรรถนะด้านการโค้ช (Coaching) เพื่อให้เกิดการดำเนินงานต่อเนื่อง 4. เกิดเครือข่ายและพื้นที่การดูแลใจในสถาบันการศึกษาและสังคมโดยการดำเนินงานต่อเนื่องและยั่งยืน
4. ผลผลิตและตัวชี้วัดความสำเร็จ	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ใช้บริการได้รับประโยชน์ เกิดการเปลี่ยนแปลง และมีความพึงพอใจด้านการดูแลใจของตนเองและบุคคลรอบข้าง ในระดับ 4 คะแนนขึ้นไป (คะแนนเต็ม 5 คะแนน) 2. ผู้เข้าร่วมโครงการอื่น ๆ ได้รับประโยชน์ เกิดการเปลี่ยนแปลง และมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมในระดับ 4 คะแนนขึ้นไป (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)
5. ความเสี่ยงของโครงการ	ทรัพยากรและงบประมาณที่มีความจำกัด อาจไม่เพียงพอต่อการสนับสนุนตามความต้องการช่วยเหลือของผู้ใช้บริการกลุ่มเป้าหมายในระยะยาว
6. กิจกรรมและช่วงเวลาดำเนินการ สถานที่จัดกิจกรรม	<p>ระยะเวลา ระหว่างวันที่ 1 มีนาคม 2568 และขยายผลต่อเนื่องในพื้นที่ตลอดปีงบประมาณ 2568</p> <p>กิจกรรมบูรณาการในการเรียนการสอน การวิจัย การบริการวิชาการ และการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม ประกอบด้วย 5 ส่วน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. พัฒนาแกนนำเยาวชนนักกิจกรรม (Youth Activist) เพื่อนำมาเพื่อนด้านการดูแลใจในนักศึกษาพยาบาล สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ 2. พัฒนาเยาวชนนักกิจกรรมให้มีสมรรถนะด้านการเป็นวิทยากรกระบวนกร (Junior Master Trainer) ขยายผลสู่เพื่อน พี่ น้อง ในสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ และเพื่อนต่างสำนักวิชาร่วมกับ Smile & Smart Center รวมทั้งขยายผลสู่เครือข่ายองค์กรพัฒนาเด็กและเยาวชนในเขตพื้นที่ภาคใต้ 3. พัฒนานักศึกษาแกนนำจากทุกสำนักวิชาในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ให้เกิดทักษะการดูแลใจและเกิดสมรรถนะด้านการเป็นวิทยากรกระบวนกร (Junior Master Trainer) ร่วมกับนักศึกษาพยาบาล ขยายผลลงสู่ นักเรียนในโรงเรียน 4. พัฒนาอาจารย์ บุคลากร ในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ และคณะครูในโรงเรียนให้เกิดสมรรถนะด้านการโค้ช (Coaching) เพื่อให้เกิดการดำเนินงานต่อเนื่อง

ประเด็น	รายละเอียด
	5. ประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านสื่อทุกรูปแบบและจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อขยายผลการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง
7. งบประมาณ แหล่งงบประมาณ รายการค่าใช้จ่าย	<p>ส่วนที่ 1 งบประมาณจำนวน 5,000 บาท จากกองทุนพัฒนางานสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ ส่วนงานคลินิกเพื่อใจ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 40 คน x 30 บาท 1,200 บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการดำเนินกิจกรรม 3,800 บาท - กระดาษฟลิปชาร์ต - อุปกรณ์เครื่องเขียน - สี <p style="text-align: right;">รวมทั้งสิ้น 5,000 บาท</p> <p>หมายเหตุ ขออภัยเสียทุกรายการ</p>
8. การบูรณาการ/ความเชื่อมโยงกับโครงการอื่นๆ	<p><input type="checkbox"/> ไม่มีการบูรณาการ</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> บูรณาการกับการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> - รายวิชา NUR63-343 ปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต ภาคการศึกษาที่ 1/2567 <p><input checked="" type="checkbox"/> บูรณาการกับกิจกรรมนักศึกษา (ระบุ)</p> <ul style="list-style-type: none"> -โครงการพัฒนาระบบดูแลและเสริมสร้างศักยภาพนักศึกษาสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ (Smile & Smart Clinic) -กิจกรรมของระบบดูแลและเสริมสร้างศักยภาพนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ให้เก่ง ดี มีความสุข (Smile & Smart Center) <p><input checked="" type="checkbox"/> บูรณาการกับงานบริการวิชาการ (ระบุ)</p> <ul style="list-style-type: none"> - คลินิกเพื่อใจ การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต ในการดูแลใจ ให้คำปรึกษาด้านจิตเวชและสุขภาพจิต <p><input type="checkbox"/> บูรณาการกับงานวิจัย</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> อื่นๆ (ระบุ) Faculty Practice ของคณาจารย์สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต</p>

ลงชื่อ..... นาปีลา

(ผศ. นาปีลา ลีกิจโกศล)

ผู้เสนอโครงการ

ความเห็นของผู้บังคับบัญชา

.....
.....

ลงชื่อ..... อสิณี สุวีระกุล

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรเพ็ญ สุขะวัลลิ)

คณบดีสำนักวิชาพยาบาลศาสตร์