

## วิธีดำเนินการประชุม

การบรรยาย อภิปราย ฝึกปฏิบัติ

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้เข้าร่วมประชุมได้รับความรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น  
การประเมินปัญหา ผลกระทบต่าง ๆ แนวทางการดูแลและการส่งต่อ  
เพื่อให้ได้รับการดูแลที่เหมาะสม

## ผู้เข้าร่วมประชุม

บุคลากรในทีมสุขภาพ ครู / อาจารย์ บุคลากรที่เกี่ยวข้อง  
ทั้งภาครัฐและเอกชน และประชาชนที่สนใจ จำนวน 40 คน

## การสมัครเข้าร่วมประชุม

- เปิดรับสมัครตั้งแต่วันที่ 1 ถึงวันที่ 21 เมษายน 2568
- ลงทะเบียนออนไลน์และส่งหลักฐานการโอนเงินได้ที่  
<https://www.ramacnec.com/>
- ชำระค่าลงทะเบียน พร้อมแนบหลักฐานการโอนเงิน  
ภายในวันที่ 21 เมษายน 2568



QR Code ลงทะเบียนออนไลน์

## ค่าลงทะเบียนและการชำระเงิน

สมัครโดยการโอนเงินค่าลงทะเบียน

จำนวน 6,500 บาท (หกพันห้าร้อยบาทถ้วน )

เข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขารามาธิบดี

ชื่อบัญชี ศูนย์การศึกษาต่อเนื่องทางการพยาบาลรามาศิปดี (1)

เลขที่บัญชี 026-461652-0

**\*\* ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนค่าลงทะเบียนไม่ว่ากรณีใด \*\***

## หน่วยคะแนนการศึกษาต่อเนื่อง

อยู่ระหว่างการพิจารณาดำเนินการ

จากสภาการพยาบาล

## ผู้รับผิดชอบโครงการ

งานบริการวิชาการและศูนย์การศึกษาต่อเนื่องทางการพยาบาลรามาศิปดี

ร่วมกับ สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

โรงเรียนพยาบาลรามาศิปดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาศิปดี มหาวิทยาลัยมหิดล

## ติดต่อขอรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

งานบริการวิชาการและศูนย์การศึกษาต่อเนื่องทางการพยาบาลรามาศิปดี

โรงเรียนพยาบาลรามาศิปดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาศิปดี มหาวิทยาลัยมหิดล

โทร. 0-2201-1608, 0-2201-1512 โทรสาร 0-2201-2011

ท่านสามารถเข้าไปดูรายละเอียดเพิ่มเติมและ Download เอกสารได้ที่

<https://www.ramacnec.com/>



@RamaCNEC



ramaccne@mahidol.ac.th



บริการวิชาการ โรงเรียนพยาบาลรามาศิปดี



มหาวิทยาลัยมหิดล  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาศิปดี



โรงเรียนพยาบาลรามาศิปดี  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาศิปดี มหาวิทยาลัยมหิดล

โรงเรียนพยาบาลรามาศิปดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาศิปดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

การประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่อง

การดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้น

ในวัยรุ่น:

Mental Health First Aids  
in Adolescents



วันที่ 28 เมษายน – 2 พฤษภาคม 2568

ณ โรงเรียนพยาบาลรามาศิปดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาศิปดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

## หลักการและเหตุผล

ปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่นเป็นหนึ่งในประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต การเรียนรู้ และความสัมพันธ์ในสังคมของวัยรุ่น โดยข้อมูลจากองค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ระบุว่าสุขภาพจิตในวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาวของประชากรอย่างชัดเจน วัยรุ่นมักเผชิญกับความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า จากปัจจัยต่าง ๆ เช่น ความกดดันจากการเรียน การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ และความสัมพันธ์ในครอบครัวหรือเพื่อน ในประเทศไทยผลสำรวจจากกรมสุขภาพจิต แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นจำนวนมากยังขาดความรู้และการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพจิตอย่างเหมาะสม และที่สำคัญอย่างยิ่ง ครู ผู้ปกครอง และผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับวัยรุ่น ยังขาดทักษะ ในการให้ความช่วยเหลือเบื้องต้นเมื่อพบว่าวัยรุ่นมีปัญหาสุขภาพจิต ส่งผลให้การจัดการ ปัญหาในช่วงแรกเกิดความล่าช้าและมีโอกาสนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิตที่รุนแรง

การดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้นในวัยรุ่น (Mental Health First Aids in Adolescents) เป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลทั่วไปสามารถระบุสัญญาณและอาการเริ่มต้นของปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น พร้อมทั้งให้การช่วยเหลือเบื้องต้นก่อนที่บุคคลนั้นจะได้รับการดูแลจากผู้เชี่ยวชาญ มุ่งเน้นการให้ความรู้ ทักษะ และความตระหนักรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลสุขภาพจิตสำหรับวัยรุ่นแก่ครู ผู้ปกครอง และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้สามารถรับมือ และช่วยเหลือวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสมและทันเวลา

สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลสุขภาพจิตเบื้องต้นในวัยรุ่น การส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีในวัยรุ่น และสนับสนุนให้ชุมชนสามารถมีส่วนร่วมในการลดผลกระทบต่อสุขภาพจิตในสังคม จึงได้จัดทำโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องการดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้นในวัยรุ่น: Mental Health First Aids in Adolescents สำหรับบุคลากรในทีมสุขภาพ ครู / อาจารย์ บุคลากรที่เกี่ยวข้อง และประชาชนที่สนใจ อันจะส่งผลให้การดูแลปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

## วัตถุประสงค์

หลังการอบรม ผู้เข้าร่วมมีความสามารถดังนี้

1. อธิบายความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตที่พบบ่อยในวัยรุ่นได้
2. ประเมินและระบุสัญญาณเตือนของปัญหาสุขภาพจิตที่พบบ่อยในวัยรุ่นได้
3. ให้การดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้นในวัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพจิตได้อย่างเหมาะสม
4. สื่อสารและส่งต่อวัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพจิตไปยังหน่วยงานที่เหมาะสมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## กำหนดการ

### วันจันทร์ที่ 28 เมษายน 2568

เวลา 08.30-08.45 น. ลงทะเบียน

08.45-09.00 น. พิธีเปิดการประชุม

โดย รศ.ดร.พูลสุข เจนพานิชย์ วิสุทธิพันธ์

ผู้อำนวยการโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี

กล่าวรายงาน โดย รศ.ดร.พัชรินทร์ นินทจันทร์

หัวหน้าสาขาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

09.00-11.00 น. การบรรยายเรื่อง ปัญหาสุขภาพจิตที่พบบ่อยในวัยรุ่น

โดย รศ. นพ.ศิริโชค หงษ์สงวนศรี

รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

11.00-12.00 น. การบรรยายเรื่อง การประเมินและแนวทางการดูแลภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล และฆ่าตัวตายในวัยรุ่น

โดย ผศ. ดร.โสภิต แสงอ่อน

พักกลางวัน

12.00-13.00 น. การบรรยายเรื่อง การประเมินและแนวทางการดูแลภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล และฆ่าตัวตายในวัยรุ่น (ต่อ)

13.00-14.00 น. Workshop เรื่อง การประเมินและแนวทางการดูแลภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล และฆ่าตัวตายในวัยรุ่น

โดย ผศ.ดร.โสภิต แสงอ่อน

อาจารย์ นงนุช วิศิษฎ์ธรรมศรี

ผศ. อ.ยุพารัตน์ รัชดาชาน

### วันอังคารที่ 29 เมษายน 2568

เวลา 09.00-12.00 น. การบรรยายเรื่อง ปัญหาพฤติกรรมรุนแรงในวัยรุ่นและกฎหมายที่เกี่ยวข้อง

โดย นพ. ดร.มขสุา ทองปาน

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

12.00-13.00 น. พักกลางวัน

13.00-14.30 น. การอภิปราย เรื่อง แนวทางการประเมินวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

โดย ผศ. ดร.ทัศนาว ทวีคุณ

ผศ. อ.มะลิวรรณ วงษ์จันทร์

รศ. ดร.พัชรินทร์ นินทจันทร์

14.30-14.45 น. พัก 15 นาที

14.45-16.15 น. การอภิปราย เรื่อง แนวทางการดูแลวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

โดย ผศ. ดร.ทัศนาว ทวีคุณ

ผศ. อ.มะลิวรรณ วงษ์จันทร์

รศ. ดร.พัชรินทร์ นินทจันทร์

### วันพุธที่ 30 เมษายน 2568

เวลา 08.30-10.00 น. แนวทางการประเมินวัยรุ่นสมาธิสั้นและมีความบกพร่องทางการเรียน

โดย อาจารย์ ดร. นันทิยา เอกอัครมกิจ

10.00-10.15 น. พัก 15 นาที

10.15-12.00 น. การบรรยายเรื่อง แนวทางการดูแลวัยรุ่นสมาธิสั้นและมีความบกพร่องทางการเรียน

โดย อาจารย์ ดร.นาถดา ตะวันกาญจนโชติ

12.00-13.00 น. พักกลางวัน

13.00-14.30 น. Workshop เรื่อง การดูแลวัยรุ่นสมาธิสั้นและมีความบกพร่องทางการเรียน

โดย น.ส.เพียงใจ พวงทอง นักพัฒนาการเด็ก

น.ส.ยุมณีย์ ยี่ติง นักกิจกรรมบำบัด

น.ส.ปาริฉัตร นวมนาม นักสังคมสงเคราะห์

น.ส.ปาริชาติ ขำสำราญ นักจิตวิทยาคลินิก

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

14.30-14.45 น. พัก 15 นาที

14.45-16.00 น. Workshop เรื่อง การดูแลวัยรุ่นสมาธิสั้นและมีความบกพร่องทางการเรียน (ต่อ)

### วันพฤหัสบดีที่ 1 พฤษภาคม 2568

เวลา 08.30-10.00 น. การบรรยายเรื่อง การให้คำปรึกษาเบื้องต้นในวัยรุ่น (Basic counselling for adolescents)

โดย ผศ. ดร.มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์

พัก 15 นาที

10.00-10.15 น. การบรรยายเรื่อง การให้คำปรึกษาเบื้องต้นในวัยรุ่น (Basic counselling for adolescents)

โดย ผศ. ดร.วิไล นาปา

10.15-12.00 น. พักกลางวัน

12.00-13.00 น. Workshop เรื่อง การให้คำปรึกษาเบื้องต้นในวัยรุ่น (Basic counselling for adolescents)

โดย ผศ. ดร.มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์

ผศ. ดร.วิไล นาปา

ผศ. นฤมล สมรรถเสวี

อาจารย์ ดร.นันทิยา เอกอัครมกิจ

อาจารย์ พรศิริ พงษ์ชาติ

### วันศุกร์ที่ 2 พฤษภาคม 2568

เวลา 08.30-10.30 น. การอภิปราย และ Workshop เรื่อง การจัดการความเครียด (Stress management)

โดย อาจารย์ นงนุช วิศิษฎ์ธรรมศรี

ผศ. นฤมล สมรรถเสวี

ผศ. อ.ยุพารัตน์ รัชดาชาน

10.30-10.45 น. พัก 15 นาที

10.45-12.00 น. การอภิปราย เรื่อง การป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

แนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตและระบบส่งต่อสำหรับวัยรุ่น

โดย ผศ. ดร.วิไล นาปา

อาจารย์ ดร. ศิริพร ณ นคร

อาจารย์ ดร. สุชานาดา อินวรรณา

12.00-13.00 น. พักกลางวัน

13.00-14.30 น. การบรรยายเรื่อง แนวทางการสื่อสารกับผู้ป่วยครอบครัว

โดย ผศ. จุฑาทิพย์ กิ่งแก้ว

14.30-16.00 น. สรุปและประเมินผลโครงการ

16.00 น. ปิดการประชุม