

แผนพัฒนารายบุคคลเพื่อเพิ่มความเชี่ยวชาญการปฏิบัติการพยาบาลของอาจารย์พยาบาล (Faculty Practice)

ปีการศึกษา 2565 (ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2565 – 30 กันยายน 2566)

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

ชื่อ- สกุล นางสาวพิมพ์รัตน์ โทกุล **ความเชี่ยวชาญ** การดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

หน่วยให้บริการ วิทยาลัยนาฏศิลป์ จังหวัดจันทบุรี

ความเป็นมา

ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่พบเพิ่มมากขึ้น (Joseph, 2011) เนื่องจากในช่วงวัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่สำคัญ มีการเปลี่ยนแปลงทางพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย ด้านความคิด และด้านสังคมและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เริ่มแสวงหาความเป็นตัวของตัวเอง การปรับตัวต่อปัจจัยต่างๆ เป็นสิ่งสำคัญที่วัยรุ่นจะพัฒนาเป็นผู้ใหญ่ ส่งผลให้เกิดความเครียด และหากมีการจัดการหรือการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมหรือไม่สามารถจัดการปัญหาได้ จนนำไปสู่การเกิดภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย (Stuart, 2009) ส่งผลกระทบทั้งตนเอง ครอบครัว และสังคม

จากสถานการณ์ปัญหาซึมเศร้าในวัยรุ่นและนักศึกษาวิทยาลัยนาฏศิลป์ จันทบุรี พบว่ายังมีปัจจัยนำ ปัจจัยกระตุ้น และแหล่งทรัพยากรในการเผชิญปัญหาของบุคคล ซึ่งล้วนมีบทบาทสำคัญต่อการป้องกัน การดูแล และการส่งเสริมสุขภาพจิตที่เหมาะสม อันจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี ได้ร่วมมือกับงานส่งเสริมสุขภาพจิต โรงพยาบาลเมือง จังหวัดจันทบุรี และฝ่ายกิจการนักศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลป์ จันทบุรี ในการดำเนินการด้านสุขภาพจิตอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่การประสานงาน ศึกษาปัญหาและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย การสำรวจและคัดกรองภาวะสุขภาพจิต การวิเคราะห์ปัญหา ไปจนถึงการประชุมวางแผนร่วมกันระหว่างทีมวิชาการและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดแนวทางการดำเนินงานที่เหมาะสม นอกจากนี้ ยังได้จัดให้มีการบริการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนและนักศึกษาอย่างต่อเนื่องทุกวันจันทร์ผ่านระบบนัดหมายออนไลน์ รวมทั้งการจัดโครงการส่งเสริมพลังสุขภาพจิตวัยรุ่น GEN Z และการอบรมเชิงปฏิบัติการด้านการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นแก่ครูและผู้ปกครอง ซึ่งมีส่วนสำคัญในการสร้างความรู้ความเข้าใจ และทักษะการดูแลสุขภาพจิตในเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

เป้าหมาย เพิ่มพูนสมรรถนะ/ความเชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

วัตถุประสงค์ (เน้นการดูแลผู้ป่วย และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นวิทยาลัยนาฏศิลป์ จังหวัดจันทบุรี
2. เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น จังหวัดจันทบุรี

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ และความเชี่ยวชาญของตนเอง)

1. ป้องกันภาวะซึมเศร้าและฆ่าตัวตายในวัยรุ่น
2. ส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น จังหวัดจันทบุรี

การให้บริการ ตามความเชี่ยวชาญ วันที่/ เวลา	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล
การพยาบาลป้องกันภาวะ ซึมเศร้าในเด็กและวัยรุ่น ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2565 – 30 กันยายน 2566	1. เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น วิทยาลัยนาฏศิลป์ จังหวัดจันทบุรี 2. เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิต เด็กและวัยรุ่น จังหวัดจันทบุรี	1.ประสานงานกับงานส่งเสริมสุขภาพจิตโรงพยาบาลเมือง จังหวัดจันทบุรี และฝ่ายกิจการ นักศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลป์ จันทบุรี เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการเรื่องการดูแล สุขภาพจิตนักเรียนและนักศึกษา 2.สำรวจและคัดกรองภาวะสุขภาพจิตนักเรียนและนักศึกษา 3.นำผลการคัดกรองมาวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิต 4.ประชุมทีมอาจารย์ของวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี เพื่อวางแผนการดูแล สุขภาพจิตนักเรียนและนักศึกษา 5.ประชุมร่วมกับงานส่งเสริมสุขภาพจิตโรงพยาบาลเมือง จังหวัดจันทบุรี และฝ่ายกิจการ นักศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลป์เพื่อวางแผนร่วมกัน 6.จัดบริการให้คำปรึกษานักเรียนและนักศึกษาทุกวันจันทร์ โดยการนัดหมายล่วงหน้าผ่าน Google form 7.จัดโครงการส่งเสริมพลังสุขภาพจิตวัยรุ่น GEN Z 8.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นให้กับครู 9.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นให้กับผู้ปกครองที่สนใจ

การทำแบบบันทึก ผลการทำ Faculty Practice รายบุคคล (Individual Development Plan) ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

1. ชื่อ พิมพ์รัตน์ โทกุล ความเชี่ยวชาญ การดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

หน่วยให้บริการ วิทยาลัยนาฏศิลป์ จังหวัดจันทบุรี

2. เป้าหมาย (เน้นการเพิ่มพูนสมรรถนะของอาจารย์) เพิ่มพูนสมรรถนะ/ความเชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

3. เวลาการนำความเชี่ยวชาญไปให้บริการ วันที่ 1 ตุลาคม 2565 – 30 กันยายน 2566

การให้บริการตามความเชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care)	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
<p>1.บริการให้คำปรึกษา วันจันทร์ เวลา 8.00-16.00 น. และวันพุธ เวลา 13.00-16.00 น. เริ่ม วันพุธที่ 8 ธันวาคม 2565 เป็นต้นไป</p> <p>2.อบรมเชิงปฏิบัติการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ให้กับครู ช่วงปลายเดือนเมษายน 2566 สำหรับอบรมครูภาควิชาทั่วไป จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง สำหรับอบรมครูภาคุดริยางค์ จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง</p>	<p>1.เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นวิทยาลัยนาฏศิลป์ จังหวัดจันทบุรี</p> <p>2.เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น จังหวัดจันทบุรี</p>	<p>1.ประสานงานกับงานส่งเสริมสุขภาพจิตโรงพยาบาลเมืองจันทบุรี และฝ่ายกิจการนักศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลป์ จันทบุรี เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการเรื่องการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนและนักศึกษา</p> <p>2.สำรวจและคัดกรองภาวะสุขภาพจิตนักเรียนและนักศึกษา</p> <p>3.นำผลการคัดกรองมาวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิต</p> <p>4.ประชุมทีมอาจารย์ของวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี เพื่อวางแผนการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนและนักศึกษา</p> <p>5.ประชุมร่วมกับงานส่งเสริมสุขภาพจิตโรงพยาบาลเมืองจันทบุรี และฝ่ายกิจการนักศึกษา วิทยาลัยนาฏศิลป์ เพื่อวางแผนร่วมกัน</p> <p>6.จัดบริการให้คำปรึกษานักเรียนและนักศึกษาทุกวันจันทร์ โดยการนัดหมายล่วงหน้าผ่าน Google form</p> <p>7.จัดโครงการส่งเสริมพลังสุขภาพจิตวัยรุ่น GEN Z</p>	<p>นักเรียนมัธยมได้รับการดูแลทั้งหมด 35 ราย มีการคัดกรองช่วงชั้นม.1-3 พบนักเรียนที่มีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ชั้น ม.1 จำนวน 15 ราย จาก 35 ราย ชั้นม.2 จำนวน 10 รายจาก 25 ราย และ ชั้นม.3 จำนวน 20 ราย จาก 38 ราย โดยมีนักเรียนแจ้งความประสงค์ขอเข้ารับการรักษา คำปรึกษาที่คลินิกให้คำปรึกษา เปิดบริการในวันจันทร์ และพุธ จำนวน 35 ราย หลังได้รับ คำปรึกษาคะแนนความเครียดของนักเรียนลดลง นักเรียนได้รับการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตทุกชั้นปี และได้มี</p>

<p>การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....</p>	<p>วัตถุประสงค์</p>	<p>การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care)</p>	<p>ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)</p>
<p>สำหรับอบรมครูภาคนาฏศิลป์ จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง 3.อบรมเชิงปฏิบัติการดูแล สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ให้กับ ผู้ปกครองที่สนใจ ช่วงต้นเดือนพฤษภาคม 2566 สำหรับ ม.1 และ ปวช.1 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง สำหรับ ม.2-3 และ ปวช.2-3 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง 4.กิจกรรมให้ความรู้และทักษะใน การเผชิญปัญหา การจัดการ ความเครียด และกิจกรรมเพิ่ม พลังเข้มแข็งทางจิตใจ ช่วงต้นเดือนกรกฎาคม 2566 สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง</p>		<p>8.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ให้กับครู 9.จัดอบรมเชิงปฏิบัติการการดูแลสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ให้กับผู้ปกครองที่สนใจ</p>	<p>การอบรมครูที่ปรึกษา และ ผู้ปกครอง เพื่อให้การดูแลวัยรุ่น ครอบคลุมทุกมิติ</p>

การให้บริการตามความ เชี่ยวชาญ วันที่.....เวลา.....	วัตถุประสงค์	การปฏิบัติการพยาบาล (Direct Care)	ผลจากการให้บริการ (ประโยชน์ที่เกิดกับผู้รับบริการ)
<p>สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง</p> <p>สำหรับชั้นปวช.1 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง</p> <p>สำหรับชั้นปวช.2 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง</p> <p>สำหรับชั้นปวช.3 จำนวน 1 ครั้ง ระยะเวลา 7 ชั่วโมง</p>			

สรุปสิ่งที่ได้รับจากการให้บริการพยาบาลตามความเชี่ยวชาญและแนวทางการพัฒนา

1. นักเรียนมัธยมได้รับการเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ
2. ครูที่ปรึกษาและผู้ปกครองได้รับการอบรมความรู้ เพื่อให้มีทักษะในการดูแลด้านจิตใจในวัยรุ่น

การนำไปใช้ประโยชน์

ด้านการจัดการเรียนการสอน (นำความรู้ที่ได้ไปจัดการเรียนการสอนหัวข้อไหน ให้ระบุในแผนการสอน)

นำมาปรับใช้ในการเรียนการสอนวิชาสุขภาพจิตและจิตเวช การพยาบาลจิตเวชเด็กและวัยรุ่น

ด้านการบริการวิชาการ

จัดบริการวิชาการเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจให้ช่วงวัยต่างๆ

ด้านการวิจัย/ ตำรา/ บทความวิชาการ

การเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตในวัยรุ่น

ลงชื่อ

(นางสาวพิมพ์รัตน์ โทกุล)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพ/ อาจารย์/ ผู้ช่วยศาสตราจารย์

ลงชื่อ

(นางอรัญญา บุญธรรม)

ตำแหน่ง หัวหน้าสาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต

หมายเหตุ รายงานการนำไปใช้ประโยชน์จากผลการปฏิบัติ Faculty Practice ให้ระบุว่าใครเข้าร่วมบ้าง เช่น หัวหน้าหอผู้ป่วย หัวหน้ารพสต. พยาบาลวิชาชีพ เป็นต้น