ประกาศมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
เรื่อง เชิญชวนนักศึกษาเข้าร่วมเช็คสุขภาพใจและประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้น

ตามที่มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ร่วมกับ โรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้มีนโยบายร่วมกันในการดูแลช่วยเหลือด้านสุขภาพใจและสุขภาพจิตให้กับนักศึกษา เพื่อให้มหาวิทยาลัยและโรงพยาบาล สามารถนำข้อมูลไปประเมิน คัดกรอง ดูแลช่วยเหลือเบื้องต้น และสร้างระบบการส่งต่อโรงพยาบาลที่มีประสิทธิภาพในอนาคตต่อไป นั้น โดยสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-19) รวมทั้งปัญหาของสังคมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพใจและสุขภาพจิตของนักศึกษาเพิ่มมากขึ้น

ในการนี้ เพื่อให้การช่วยเหลือและดูแลนักศึกษาให้มีสุขภาพใจและสุขภาพจิตที่ดีมีความสุข **มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ จึงเชิญชวนนักศึกษาทุกคน ทุกชั้นปี ทุกคณะวิทยาลัย ได้เข้าร่วมเช็คสุขภาพใจและประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้น ได้ที่ลิงค์** https://checkin.dmh.go.th/organization/register.php **โดยผ่านโปรแกรม** MENTAL HEALTH CHECK IN **ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป** ทั้งนี้ ข้อมูลที่ได้รับจากนักศึกษาจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่เปิดเผย และไม่มีผลใดๆทั้งสิ้นต่อนักศึกษา

จึงประกาศมาให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุรศักดิ์ นุ่มมีศรี)
รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏชียงใหม่

กองพัฒนานักศึกษา
มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

MENTAL HEALTH CHECK-IN

เชิญชวนนักศึกษาทุกชั้นปี ทุกคณะ วิทยาลัย ตอบแบบเช็คสุขภาพใจ
ประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้น MENTAL HEALTH CHECK IN
เพื่อเช็คสุขภาพใจว่าความเครียดอยู่ในระดับใด
และความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิตจากสถานการณ์โควิด -19
ตั้งแต่บัดนี้ ถึง 30 พฤศจิกายน 2564 ผ่าน QR CORD ด้านล่างนี้

ตรวจเช็คสุขภาพใจ
Mental Health Check In

แนวทางที่นักศึกษา
ต้องปฏิบัติที่สำคัญ

กรอก ข้อมูลทั่วไป ดังนี้

1. ชื่อ-สกุล ที่ถูกต้อง

2. จังหวัด เชียงใหม่ เท่านั้น

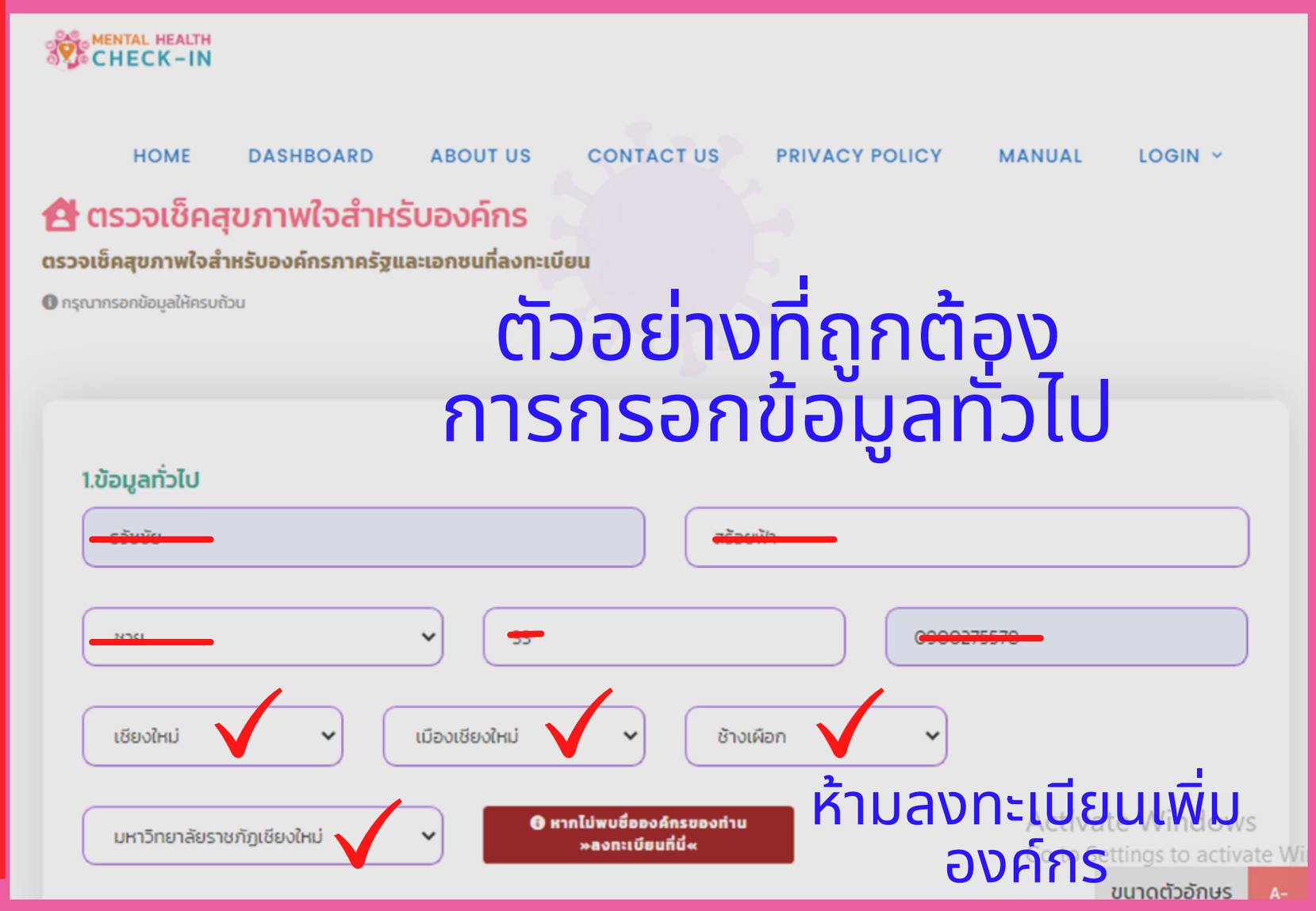
3. อำเภอ เมืองเชียงใหม่ เท่านั้น

4. ตำบล ช้างเผือก เท่านั้น

5. หน่วยงาน

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

เท่านั้น
6. ห้ามลงทะเบียนเพิ่มองค์กรเอง



ตัวอย่างที่ถูกต้อง
การกรอกข้อมูลทั่วไป

ห้ามลงทะเบียนเพิ่ม
องค์กร

***นักศึกษา ที่ตอบแบบสอบถาม จะได้รับหน่วยกิจกรรม 0.5 หน่วย**
โดยข้อมูลจะถูกเก็บเป็นความลับไม่มีผลใดๆทั้งสิ้นต่อนักศึกษา

กองพัฒนานักศึกษา งานพัฒนานักศึกษาและศิษย์เก่าสัมพันธ์ โทร 053-885443

สรุปผลการวิเคราะห์แบบประเมิน
การประเมินสุขภาพจิตตนเอง ด้วยโปรแกรม MENTAL HEALTH CHECK IN

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การประเมินสุขภาพใจด้วยโปรแกรม MENTAL HEALTH CHECK IN เป็นเครื่องมือประเมินสุขภาพจิตเบื้องต้น และคัดกรองความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิตจากสถานการณ์ COVID-19 มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้นักศึกษาประเมินสุขภาพจิตตนเองและเข้าถึงบริการได้อย่างรวดเร็ว การประเมินครั้งนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 1,503 คน โดยมีรายละเอียดและผลสรุปในแต่ละประเด็นคำถามต่างกันซึ่งได้สรุปผล การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติออกเป็น 5 ส่วน ประกอบไปด้วย ข้อมูลทั่วไป ,ภาวะเหนื่อยล้าหมดไฟ ,ความเครียด ,ภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

1. ข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมโครงการ

1.1 เพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	327	21.76
หญิง	1,176	78.24
รวม	**1,503**	**100.00**

ตารางที่ 1 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน (แยกตามเพศ)

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมินร้อยละ 78.24 เป็นเพศหญิง และร้อยละ 21.7**6 เป็น**เพศชาย

1.2 คณะ

คณะ	จำนวน	ร้อยละ
คณะครุศาสตร์	690	45.91
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	388	25.82
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	182	12.11
คณะวิทยาการจัดการ	191	12.70
คณะเทคโนโลยีการเกษตร	12	0.80
วิทยาลัยนานาชาติ	27	1.80
วิทยาลัยแม่ฮ่องสอน	13	0.86
รวม	**1,503**	**100.00**

ตารางที่ 2 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน (แยกคณะ)

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมิน ร้อยละ 45.91 เป็นนักศึกษาคณะครุศาสตร์, ร้อยละ 25.82 เป็นนักศึกษาคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, ร้อยละ 12.70 คณะวิทยาการจัดการ, ร้อยละ 12.11เป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, ร้อยละ 1.80 เป็นนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ , ร้อยละ 0.86 เป็นนักศึกษาวิทยาลัยแม่ฮ่องสอน และร้อยละ 0.80 เป็นนักศึกษาคณะเทคโนโลยีการเกษตร

1.3 จำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอายุ

ช่วงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 20 ปี	1210	80.51
21-25 ปี	256	17.03
26-30 ปี	26	1.73
31-35 ปี	9	0.60
36-40 ปี	0	0.00
มากกว่า 40 ปี	2	0.13
ผลรวม	**1503**	**100.00**

ตารางที่ 3 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมิน (แยกตามอายุ)

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมิน ร้อยละ 80.51 นักศึกษามีช่วงอายุต่ำกว่า 20 ปี, ร้อยละ 17.03 มีช่วงอายุ 21-25 ปี, ร้อยละ 1.73 มีช่วงอายุ 26-35, ร้อยละ 0.60 มีช่วงอายุ 31-35 ปี และร้อยละ 0.13 มีช่วงอายุมากกว่า 40 ปี

ส่วนที่ 2 การประเมินตนเองของนักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ

2.1 ภาวะหมดไฟ

ระดับภาวะหมดไฟ	จำนวน	ร้อยละ
มากที่สุด	137	9.12
มาก	337	22.42
ปานกลาง	832	55.36
น้อย	197	13.10
ผลรวม	**1503**	**100.00**

ตารางที่ 4 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมินมีภาวะหมดไฟ

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมินร้อยละ 55.36 มีระดับภาวะหมดไฟปานกลาง, ร้อยละ 22.42 มีระดับภาวะหมดไฟมาก,ร้อยละ 13.10 มีระดับภาวะหมดไฟน้อย และร้อยละ 9.12 มีภาวะหมดไฟมากที่สุด

2.2 ภาวะเครียด

ระดับภาวะเครียด	จำนวน	ร้อยละ
มากที่สุด	177	11.78
มาก	176	11.71
ปานกลาง	505	33.60
น้อย	645	42.91
ผลรวม	**1503**	**100.00**

ตารางที่ 5 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมินมีภาวะเครียด

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมินร้อยละ 42.91 มีภาวะเครียดน้อย, ร้อยละ 33.60 มีภาวะเครียดปานกลาง, ร้อยละ 11.78 มีภาวะเครียดมากที่สุด และร้อยละ 11.71 มีภาวะหมดไฟมาก

2.3 ภาวะเสี่ยงซึมเศร้า

ระดับภาวะเสี่ยงซึมเศร้า	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	1046	69.59
เล็กน้อย	332	22.10
ปานกลาง	103	6.85
รุนแรง	22	1.46
ผลรวม	1503	100.00

ตารางที่ 6 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมินมีภาวะเสี่ยงซึมเศร้า

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมินร้อยละ 69.59 ไม่มีภาวะเสี่ยงซึมเศร้า, ร้อยละ 22.10 มีภาวะเสี่ยงซึมเศร้าเล็กน้อย, ร้อยละ 6.85 มีภาวะเสี่ยงซึมเศร้าปานกลาง และร้อยละ 1.46 มีภาวะเสี่ยงซึมเศร้ารุนแรง

ตารางที่ 2.4 ภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตาย

ระดับภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตาย	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	1331	88.55
เล็กน้อย	121	8.05
ปานกลาง	33	2.20
รุนแรง	18	1.20
ผลรวม	**1503**	**100.00**

ตารางที่ 7 ตารางจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบประเมินมีภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตาย

ผลการวิเคราะห์ : จำนวนผู้ตอบแบบประเมินร้อยละ 88.55 ไม่มีภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตาย,ร้อยละ 8.05 มีภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตายเล็กน้อย, ร้อยละ 2.20 มีภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตายปานกลาง และร้อยละ 1.20 มีภาวะเสี่ยงฆ่าตัวตายรุนแรง