

SE2024099

สร้างความสุขด้วยการดูแลใจโรงเรียนวัดโรงเหล็ก ตำบลบพิตา จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผู้ช่วยศาสตราจารย์.กำไล สมรักษ์

ลักษมล ลักษณวิมล

นาปีลา ลีกิจโกศล

ผู้ที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิตส่งผลให้สภาวะจิตใจเกิดความวิตกกังวล ทำให้วิถีชีวิตเปลี่ยนไป ส่งผลให้เกิดความรุนแรง ยาเสพติด และอาชญากรรม โดยเริ่มจากระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษา ที่เสี่ยงและมีปัญหาสุขภาพจิต โดยเฉพาะผู้ปกครองของนักเรียนที่มีความเสี่ยงสุขภาพจิต โครงการนี้จึงมุ่งเน้นการจัดการปัญหาทางด้านสุขภาพจิตมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อกระบวนการพัฒนาศักยภาพด้านการเรียนรู้การปรับตัว และการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพของนักเรียน จัดการพฤติกรรมเสี่ยงด้านต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคสำคัญของการศึกษา และความปลอดภัยในชีวิต ที่มีโอกาสเกิดขึ้นในช่วงวัยของการเรียนรู้ทั้งในระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา และระดับอุดมศึกษา อาจส่งผลกระทบในลักษณะของความรุนแรงและต่อเนื่องทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว สังคม และการพัฒนาประเทศชาติ โดยไม่สามารถประเมินค่าความสูญเสียได้

กลุ่มเป้าหมายของกิจกรรมนี้คือ ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน สอดคล้องกับส่งเสริมกิจกรรมสร้างความสุขด้วยการดูแลใจให้นักเรียนในโรงเรียน เกี่ยวกับการรักและเข้าใจตนเอง สร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต การสังเกตตัวเองและรับมือกับความไม่สุขสบายใจ รวมไปถึงสร้างความสุขให้กับตัวเองพร้อมแบ่งปันสู่คนรอบข้าง กลุ่มเป้าหมายของกิจกรรมนี้ คือนักเรียนในโรงเรียน อีกทั้งมีการติดตามประเมินผลโครงการโดยคณะทำงานและภาคีร่วมสนับสนุนจากหลายหน่วยงาน เช่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล องค์การบริหารส่วนตำบล มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ เป็นต้น

กระบวนการดูแลใจเพื่อสร้างความสุขในชีวิตของนักเรียนเป็นกลยุทธ์สำคัญที่ยืนยันว่าสามารถตอบสนองต่อคุณภาพการบำบัดดูแล ช่วยเหลือ และฟื้นฟูผู้เผชิญปัญหาทางจิตเวชและสุขภาพจิตได้อย่างแท้จริง ช่วยให้ประชาชนผู้มีสุขภาพจิตเกิดกระบวนการพัฒนาเชิงบวก มีความรับผิดชอบ ต่อตนเอง คนอื่น และสิ่งแวดล้อม สร้างคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเอง โรงเรียนวัดโรงเหล็กได้ร่วมวางแผนการดำเนินงานในครั้งนี้ โดยมีการจัดตั้งกลไกขับเคลื่อนงานสู่เป้าหมาย แต่งตั้งคณะทำงานแบ่งบทบาทหน้าที่คัดกรองภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนในช่วงสัปดาห์ที่ 1-2 ของเปิดเทอม และหลังจัดกิจกรรมโครงการ กลุ่มเป้าหมายของกิจกรรมนี้ คือ คณะกรรมการดำเนินงานและภาคีเครือข่าย เช่น รพ.สต. นักเรียนในโรงเรียน มีการกำหนดทิศทางและพัฒนาศักยภาพ โดยผู้บริหารและคณะทำงาน พร้อมทั้งร่วมกำหนดและประกาศนโยบายการดำเนินงานสร้างความสุขด้วยการดูแลใจ

ผลลัพธ์โครงการพบว่า นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงและมีความพึงพอใจด้านการดูแลใจของตนเองและบุคคลรอบข้าง ในระดับ 4 คะแนนขึ้นไป (คะแนนเต็ม 5 คะแนน) คณะทำงานมีความสามารถในการบริหารจัดการโครงการสร้างความสุขด้วยการดูแลใจ 16 คน ผู้บริหาร คณะครูและนักเรียนมีสมรรถนะด้านการดูแลใจตนเองสามารถแบ่งปันสู่คนรอบข้างได้ ร้อยละ 90 ผู้บริหาร คณะครูและนักเรียนมีทักษะในการสังเกตตัวเองและสามารถรับมือกับความไม่สุขสบายใจเบื้องต้นได้ร้อยละ 85 นักเรียนสร้างความสุขในการเรียนได้ด้วยตนเองผ่านกระบวนการดูแลใจตนเองและเพื่อนให้เกิดแรงบันดาลใจและมีเป้าหมายในชีวิต ร้อยละ 86 กลุ่มเป้าหมายมีการเปลี่ยนแปลงของภาวะสุขภาพจิตไปในทางที่ดีขึ้น อย่างน้อยร้อยละ 80 สอดคล้องกับตามเป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืน ที่ 3 สร้างหลักประกันการมีสุขภาพที่ดี และส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีสำหรับทุกคนในทุกช่วงวัย (Ensure good health, and promote well-being for everyone at every age.) ร่วมกับการสร้างความเข้มแข็งของกลไกความร่วมมือของภาคีเครือข่ายสนับสนุนตามเป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืน ที่ 17: ความร่วมมือเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน (Partnerships to achieve the Goal) เสริมความเข้มแข็งให้แก่กลไกการดำเนินงานและฟื้นฟูสภาพหุ้นส่วนความร่วมมือระดับโลกสำหรับการพัฒนาที่ยั่งยืน (Strengthen the means of implementation and revitalize the Global Partnership for Sustainable Development)