

## รายงานผลการสำรวจสุขภาวะจิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

ภาคการศึกษาที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2565

(ระหว่างวันที่ 18 มีนาคม – 1 เมษายน 2566)

### รายละเอียดการประเมิน

#### หลักการและเหตุผล

ตามแผนยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี พ.ศ. 2563-2567 ยุทธศาสตร์ที่ 1 โครงการลำดับที่ 11.2 พัฒนาระบบกลไกอาจารย์ที่ปรึกษาทางวิชาการและการใช้ชีวิต และโครงการลำดับ 11.5 โครงการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพ ส่งเสริมสุขภาพทางกาย ส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจ และประกอบกับสำนักงานพัฒนานักศึกษา มีพันธกิจสำคัญด้านการส่งเสริมพัฒนาสุขภาพของนักศึกษา ให้นักศึกษามีความพร้อมในการศึกษาและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข ปลอดภัย มีสุขภาวะที่ดี จึงได้มีการแต่งตั้งคณะกรรมการดูแลและพัฒนาสุขภาพนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานีขึ้น เพื่อทำหน้าที่วางแผนส่งเสริมป้องกัน สุขภาพจิตนักศึกษา ให้มีสุขภาวะที่ดี พร้อมในการศึกษาเล่าเรียน ใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุขและเต็มศักยภาพ จัดกิจกรรมเพื่อเพิ่มศักยภาพนักศึกษา ทักษะที่จำเป็น เพื่อให้นักศึกษามีต้นทุนในการจัดการกับปัญหาหรือรับมือกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในชีวิตได้ วางระบบการดูแลและแก้ไขปัญหา เช่น บริการให้คำปรึกษา การส่งต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จัดอบรมอาจารย์และบุคลากร ให้มีทักษะที่จำเป็นในการดูแลและพัฒนาสุขภาพจิตนักศึกษา

ด้วยเหตุนี้ คณะกรรมการดูแลและพัฒนาสุขภาพนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี จึงได้วางแนวทางในการดำเนินงานด้านการดูแลและพัฒนาสุขภาพนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี โดยกำหนดให้มีการจัดทำโครงการสำรวจสุขภาวะจิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เป็นประจำทุกปี เพื่อสำรวจและคัดกรองนักศึกษาให้ทราบถึงว่านักศึกษา ซึ่งเป็นบุคคลที่เราจะต้องดูแลมีสุขภาพจิตตั้งต้นเป็นอย่างไร เพื่อที่ได้จัดกิจกรรมให้สอดคล้องและเพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการดูแลช่วยเหลือนักศึกษา (กลุ่มเสี่ยง) ป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ไม่คาดฝันขึ้น เพราะนักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิตถ้าไม่ได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเหมาะสมจะทำให้คุณภาพชีวิตของนักศึกษาแย่งลง รบกวนการดำเนินชีวิตประจำวัน ส่งผลกระทบต่อการศึกษาทำให้ต้องขาดหรือหยุดพักการเรียน เกิดปัญหาการใช้สารเสพติด การตั้งครมไม่พึงประสงค์ และการฆ่าตัวตาย

ดังนั้น สำนักงานพัฒนานักศึกษา จึงมีความประสงค์จัดทำโครงการสำรวจสุขภาวะจิตนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ประจำปีการศึกษา 2565 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจสุขภาวะจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี และเพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนจัดกิจกรรมให้สอดคล้องและวางแผนดูแลช่วยเหลือนักศึกษาด้านสุขภาพจิตต่อไป

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
2. เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนจัดกิจกรรมให้สอดคล้องและวางแผนดูแลช่วยเหลือนักศึกษา  
ด้านสุขภาพจิตต่อไป

กลุ่มเป้าหมาย นักศึกษาระดับปริญญาตรี

ผู้รับผิดชอบหลัก นางสาวโชติกา พูลเพิ่ม

ระยะเวลาดำเนินการ 18 มีนาคม 2566 – 1 เมษายน 2566

### เครื่องมือที่ใช้ในการจัดเก็บข้อมูล

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) และแบบประเมิน  
การฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) แบบทดสอบตาม Link : <http://202.28.50.66/~uwellness/homepage/>

กำหนดช่วงคะแนนการแบ่งกลุ่มย่อย ดังนี้

**กลุ่มสีเขียว** หมายถึง ไม่มีอาการของภาวะซึมเศร้าถึงระดับเล็กน้อย

คือ คะแนน 9Q มีค่า 1-6 คะแนน

**กลุ่มสีเหลือง** หมายถึง นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง

คือ คะแนน 9Q มีค่า 7-18 และ 8Q มีค่า 1-8

**กลุ่มสีแดง** หมายถึง นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง

คือ คะแนน 9Q มีค่า 7-18 คะแนน และคะแนน 8Q มีค่า 9-52 คะแนน  
หรือคะแนน 9Q มีค่า 19-27 คะแนน และคะแนน 8Q มีค่า 1-8 คะแนน หรือคะแนน 9Q มีค่า 19-27 คะแนน  
และคะแนน 8Q มีค่า 9-52 คะแนน

### การวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผล

ใช้วิธีการวิเคราะห์ โดยนำเสนอเป็นตารางแสดงความถี่และร้อยละ โดยใช้โปรแกรม IBM SPSS  
Statistics 25 เพื่อหาค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

## ผลการสำรวจสภาวะจิตนักศึกษา

ผู้ตอบแบบสำรวจ จำนวนทั้งสิ้น 98 คน

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบสำรวจ จำนวน 98 คน จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะเกษตรศาสตร์	7	7.1
คณะเกษตรศาสตร์	2	2.0
คณะนิติศาสตร์	8	8.2
คณะบริหารศาสตร์	5	5.1
คณะพยาบาลศาสตร์	4	4.1
คณะรัฐศาสตร์	10	10.2
คณะวิทยาศาสตร์	12	12.2
คณะวิศวกรรมศาสตร์	12	12.2
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	8	8.2
คณะศิลปศาสตร์	25	25.5
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	5	5.1
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 1 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบสำรวจ จำนวน 98 คน ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 25.5 รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 12.2 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษาคณะเกษตรศาสตร์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบสำรวจ จำนวน 98 คน จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	32	32.7
ชั้นปีที่ 2	31	31.6
ชั้นปีที่ 3	24	24.5
ชั้นปีที่ 4	9	9.2
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	2	2.0
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 2 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบสำรวจ จำนวน 98 คน ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 32.7 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 31.6 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 24.5 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 9.2 และเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 ตามลำดับ

**ตารางที่ 3** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะเกษตรศาสตร์	7	7.1
คณะเภสัชศาสตร์	2	2.0
คณะนิติศาสตร์	8	8.2
คณะบริหารศาสตร์	5	5.1
คณะพยาบาลศาสตร์	4	4.1
คณะรัฐศาสตร์	10	10.2
คณะวิทยาศาสตร์	12	12.2
คณะวิศวกรรมศาสตร์	12	12.2
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	8	8.2
คณะศิลปศาสตร์	25	25.5
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	5	5.1
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 3 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 25.5 รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 12.2 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 ตามลำดับ

**ตารางที่ 4** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	32	32.7
ชั้นปีที่ 2	31	31.6
ชั้นปีที่ 3	24	24.5
ชั้นปีที่ 4	9	9.2
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	2	2.0
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 4 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 32.7 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 31.6 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 24.5 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 9.2 และเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2.0 ตามลำดับ

ตารางที่ 5 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) จำแนกตามระดับความรุนแรง

ระดับความรุนแรง	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ท่านมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้า (9Q)	32	32.7
ท่านไม่มีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า	66	67.3
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 5 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) ส่วนมากมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้า (9Q) จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 67.3 และไม่มีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 32.7

ตารางที่ 5.1 แสดงระดับความรุนแรงของนักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) จำแนกตามคณะและชั้นปี

คณะ	จำนวน(คน)	ระดับความรุนแรง (คน)	
		ท่านมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้า (9Q)	ท่านไม่มีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า
<b>คณะ</b>			
คณะเกษตรศาสตร์	7	3	4
คณะเภสัชศาสตร์	2	2	0
คณะนิติศาสตร์	8	6	2
คณะบริหารศาสตร์	5	4	1
คณะพยาบาลศาสตร์	4	3	1
คณะรัฐศาสตร์	10	9	1
คณะวิทยาศาสตร์	12	7	5
คณะวิศวกรรมศาสตร์	12	8	4
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	8	5	3
คณะศิลปศาสตร์	25	15	10
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	5	4	1
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>66</b>	<b>32</b>
<b>ชั้นปี</b>			
ชั้นปีที่ 1	32	22	10
ชั้นปีที่ 2	31	19	12
ชั้นปีที่ 3	24	17	7

คณะ	จำนวน(คน)	ระดับความรุนแรง (คน)	
		ท่านมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้า (9Q)	ท่านไม่มีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า
ชั้นปีที่ 4	9	7	2
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	2	1	1
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>66</b>	<b>32</b>

จากตารางที่ 5.1 ระดับความรุนแรงของนักศึกษาที่ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) จำแนกตามคณะและชั้นปี พบว่า นักศึกษาที่มีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้า (9Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 25 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และคณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 12 คน และน้อยที่สุดเป็นนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 2 คน และส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 32 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 31 คน และน้อยที่สุดเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป จำนวน 2 คน

**ตารางที่ 6** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะเกษตรศาสตร์	3	4.8
คณะเภสัชศาสตร์	2	3.2
คณะนิติศาสตร์	6	9.7
คณะบริหารศาสตร์	3	4.8
คณะพยาบาลศาสตร์	3	4.8
คณะรัฐศาสตร์	9	14.5
คณะวิทยาศาสตร์	7	11.3
คณะวิศวกรรมศาสตร์	8	12.9
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	5	8.1
คณะศิลปศาสตร์	13	21.0
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	3	4.8
<b>รวม</b>	<b>62</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 6 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 21.0 รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะรัฐศาสตร์ จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 14.5 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 3.2 ตามลำดับ

ตารางที่ 7 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	20	32.3
ชั้นปีที่ 2	19	30.6
ชั้นปีที่ 3	16	25.8
ชั้นปีที่ 4	7	11.3
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	0	0
<b>รวม</b>	<b>62</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 7 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 32.3 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 30.6 นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 25.8 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 11.3 ตามลำดับ

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) จำแนกตามระดับความรุนแรง

ระดับความรุนแรง	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ท่านมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q)	36	58.1
ท่านมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้ามากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้ทำแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q) และแนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต	1	1.6
ท่านไม่มีอารมณ์ซึมเศร้า	25	40.3
<b>รวม</b>	<b>62</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 8 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) ส่วนมากมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q) จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 58.1 รองลงมาไม่มีอารมณ์ซึมเศร้า จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 40.3 และมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้ามากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้ทำแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q) และแนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 1.6 ตามลำดับ

ตารางที่ 8.1 แสดงระดับความรุนแรงของนักศึกษาแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) จำแนกตามระดับความรุนแรง

คณะ	จำนวน(คน)	ระดับความรุนแรง (คน)		
		ท่านมีแนวโน้ม อารมณ์ซึมเศร้า แนะนำให้ทำแบบ ประเมินความ เสี่ยงในการทำ ร้ายตนเอง (8Q)	ท่านมีแนวโน้ม อารมณ์ซึมเศร้า มากกว่าเกณฑ์ ปกติ แนะนำให้ ทำแบบประเมิน ความเสี่ยงในการ ทำร้ายตนเอง (8Q) และแนะนำ ให้พบผู้เชี่ยวชาญ ด้านสุขภาพจิต	ท่านไม่มีอารมณ์ ซึมเศร้า
คณะ				
คณะเกษตรศาสตร์	3	1	0	2
คณะเภสัชศาสตร์	2	1	0	1
คณะนิติศาสตร์	6	4	1	1
คณะบริหารศาสตร์	3	1	0	2
คณะพยาบาลศาสตร์	3	1	0	2
คณะรัฐศาสตร์	9	4	0	5
คณะวิทยาศาสตร์	7	4	0	3
คณะวิศวกรรมศาสตร์	8	6	0	2
คณะศิลปประยุกต์และ สถาปัตยกรรมศาสตร์	5	4	0	1
คณะศิลปศาสตร์	13	8	0	5
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการ สาธารณสุข	3	2	0	1
<b>รวม</b>	<b>62</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>25</b>
<b>ชั้นปี</b>				
ชั้นปีที่ 1	20	14	0	6
ชั้นปีที่ 2	19	10	0	9
ชั้นปีที่ 3	16	9	1	6
ชั้นปีที่ 4	7	3	0	4
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	0	0	0	0
<b>รวม</b>	<b>62</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>25</b>



จากตารางที่ 8.1 ระดับความรุนแรงของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) จำแนกตามคณะและชั้นปี พบว่า นักศึกษาที่มีแนวโน้มอารมณ์แนะนำให้ทำแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 8 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 6 คน และน้อยที่สุดเป็นนักศึกษาคณะเกษตรศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะบริหารศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 1 คน ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 14 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 10 คน และน้อยที่สุดเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 3 คน และมีแนวโน้มอารมณ์ซึมเศร้ามากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้ทำแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q) และแนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต เป็นนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ จำนวน 1 คน และเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3

**ตารางที่ 9** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะเกษตรศาสตร์	1	2.8
คณะเภสัชศาสตร์	1	2.8
คณะนิติศาสตร์	4	11.1
คณะบริหารศาสตร์	1	2.8
คณะพยาบาลศาสตร์	1	2.8
คณะรัฐศาสตร์	4	11.1
คณะวิทยาศาสตร์	4	11.1
คณะวิศวกรรมศาสตร์	6	16.7
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	4	11.1
คณะศิลปศาสตร์	8	22.2
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	2	5.6
<b>รวม</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 9 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 22.2 รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 16.7 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษาคณะเกษตรศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะบริหารศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 2.8 ตามลำดับ

**ตารางที่ 10** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง (8Q) จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	14	38.9
ชั้นปีที่ 2	9	25.0
ชั้นปีที่ 3	10	27.8
ชั้นปีที่ 4	3	8.3
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	0	0
<b>รวม</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 10 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 38.9 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 27.8 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 ตามลำดับ

**ตารางที่ 11** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) จำแนกตามระดับความรุนแรง

ระดับความรุนแรง	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ท่านมีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบัน	20	55.6
ท่านมีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบันมากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตโดยด่วน	8	22.2
ท่านไม่มีแนวโน้มในการทำร้ายตนเองในปัจจุบัน	8	22.2
<b>รวม</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 11 พบว่า นักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) ส่วนมากมีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบัน จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 55.6 รองลงมามีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบันมากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตโดยด่วน จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 22.2 และไม่มีแนวโน้มในการทำร้ายตนเองในปัจจุบัน จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 22.2 ตามลำดับ

ตารางที่ 11.1 แสดงระดับความรุนแรงของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) จำแนกตามคณะและชั้นปี

คณะ	จำนวน(คน)	ระดับความรุนแรง (คน)		
		ท่านมีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบัน	ท่านมีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบันมากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตโดยด่วน	ท่านไม่มีแนวโน้มในการทำร้ายตนเองในปัจจุบัน
<b>คณะ</b>				
คณะเกษตรศาสตร์	1	0	1	0
คณะเภสัชศาสตร์	1	1	0	0
คณะนิติศาสตร์	4	2	2	0
คณะบริหารศาสตร์	1	1	0	0
คณะพยาบาลศาสตร์	1	1	0	0
คณะรัฐศาสตร์	4	3	1	0
คณะวิทยาศาสตร์	4	2	0	2
คณะวิศวกรรมศาสตร์	6	2	2	2
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	4	1	1	2
คณะศิลปศาสตร์	8	6	1	1
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	2	1	0	1
<b>รวม</b>	<b>36</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>ชั้นปี</b>				
ชั้นปีที่ 1	14	9	4	1
ชั้นปีที่ 2	9	9	0	0
ชั้นปีที่ 3	10	5	2	3
ชั้นปีที่ 4	3	1	1	1
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	0	0	0	0
<b>รวม</b>	<b>36</b>	<b>24</b>	<b>7</b>	<b>5</b>

จากตารางที่ 11.1 ระดับความรุนแรงของนักศึกษาที่ตอบแบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q) จำแนกตามคณะและชั้นปี พบว่า นักศึกษาที่มีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบัน ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 6 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะรัฐศาสตร์ จำนวน 3 คน และน้อย

ที่สุดเป็นนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ คณะบริหารศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะศิลปะประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์ และวิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข จำนวน 1 คน ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 จำนวน 9 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 5 คน และน้อยที่สุดเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 1 คน และมีแนวโน้มที่จะทำร้ายตนเองในปัจจุบันมากกว่าเกณฑ์ปกติ แนะนำให้พบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตโดยด่วน ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะนิติศาสตร์และคณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 2 คน และส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 4 คน รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 2 คน และน้อยที่สุดเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 1 คน

**ตารางที่ 12** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย (กลุ่มสีเขียว) จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะเกษตรศาสตร์	6	10.0
คณะเภสัชศาสตร์	1	1.7
คณะนิติศาสตร์	3	5.0
คณะบริหารศาสตร์	4	6.7
คณะพยาบาลศาสตร์	3	5.0
คณะรัฐศาสตร์	6	10.0
คณะวิทยาศาสตร์	8	13.3
คณะวิศวกรรมศาสตร์	6	10.0
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	3	5.0
คณะศิลปศาสตร์	17	28.3
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	3	5.0
<b>รวม</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 12 พบว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย (กลุ่มสีเขียว) ส่วนมากเป็นนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์ จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 รองลงมาเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 1.7 ตามลำดับ

**ตารางที่ 13** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย (กลุ่มสีเขียว) จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	17	28.3
ชั้นปีที่ 2	21	35.0
ชั้นปีที่ 3	14	23.3
ชั้นปีที่ 4	6	10.0
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	2	3.3
<b>รวม</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 13 พบว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย (กลุ่มสีเขียว) ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 35.0 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 28.3 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 23.3 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 10.0 และเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 3.3 ตามลำดับ

**ตารางที่ 14** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง (กลุ่มสีเหลือง) จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะนิติศาสตร์	2	11.8
คณะพยาบาลศาสตร์	1	5.9
คณะรัฐศาสตร์	2	11.8
คณะวิทยาศาสตร์	2	11.8
คณะวิศวกรรมศาสตร์	2	11.8
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	3	17.6
คณะศิลปศาสตร์	3	17.6
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	2	11.8
<b>รวม</b>	<b>17</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 14 พบว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง (กลุ่มสีเหลือง) ส่วนมากเป็นนักศึกษา คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์ และคณะศิลปศาสตร์จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 17.6 รองลงมา เป็นนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ คณะรัฐศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ และวิทยาลัย แพทยศาสตร์และการสาธารณสุข จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 11.8 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษาคณะ พยาบาลศาสตร์ จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9 ตามลำดับ

**ตารางที่ 15** แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง (กลุ่มสีเหลือง) จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	6	35.3
ชั้นปีที่ 2	5	29.4
ชั้นปีที่ 3	5	29.4
ชั้นปีที่ 4	1	5.9
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	0	0
<b>รวม</b>	<b>17</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 15 พบว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง (กลุ่มสีเหลือง) ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปี ที่ 1 จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 35.3 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 จำนวน 5 คน คิดเป็น ร้อยละ 29.4 และเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 5.9 ตามลำดับ

ตารางที่ 16 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง (กลุ่มสีแดง) จำแนกตามคณะ

คณะ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
คณะเกษตรศาสตร์	1	4.8
คณะเภสัชศาสตร์	1	4.8
คณะนิติศาสตร์	3	14.3
คณะบริหารศาสตร์	1	4.8
คณะรัฐศาสตร์	2	9.5
คณะวิทยาศาสตร์	2	9.5
คณะวิศวกรรมศาสตร์	4	19.0
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	2	9.5
คณะศิลปศาสตร์	5	23.8
<b>รวม</b>	<b>21</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 16 พบว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง (กลุ่มสีแดง) ส่วนมากเป็นนักศึกษา คณะศิลปศาสตร์ จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 23.8 รองลงมาเป็นนักศึกษา คณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 19.0 และลำดับสุดท้ายเป็นนักศึกษา เกษตรศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ และคณะบริหารศาสตร์ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 ตามลำดับ

ตารางที่ 17 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง (กลุ่มสีแดง) จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ชั้นปีที่ 1	9	42.9
ชั้นปีที่ 2	5	23.8
ชั้นปีที่ 3	5	23.8
ชั้นปีที่ 4	2	9.5
ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป	0	0
<b>รวม</b>	<b>21</b>	<b>100</b>

จากตารางที่ 17 พบว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง (กลุ่มสีแดง) ส่วนมากเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 42.9 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 23.8 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 9.5 ตามลำดับ

ตารางที่ 18 แสดงจำนวนและร้อยละของนักศึกษาที่ตอบแบบสำรวจ 2Q 9Q และ 8Q และจำนวนของนักศึกษาแบ่งตามระดับช่วงคะแนน (กลุ่มสีเขียว,กลุ่มสีเหลือง และกลุ่มสีแดง)

คณะ	จำนวนทั้งหมด (คน)	จำนวน (คน) 2Q	จำนวน (คน) 9Q	จำนวน (คน) 8Q	กลุ่มสีเขียว (คน)	ร้อยละ (%)	กลุ่มสีเหลือง (คน)	ร้อยละ (%)	กลุ่มสีแดง (คน)	ร้อยละ (%)
คณะเกษตรศาสตร์	7	7	3	1	6	85.71	-	0	1	14.29
คณะเกษตรศาสตร์	2	2	2	1	1	50.00	-	0	1	50.00
คณะนิติศาสตร์	8	8	6	4	3	37.50	2	25.00	3	37.50
คณะบริหารศาสตร์	5	5	3	1	4	80.00	-	0	1	20.00
คณะพยาบาลศาสตร์	4	4	3	1	3	75.00	1	25.00	-	0
คณะรัฐศาสตร์	10	10	9	4	6	60.00	2	20.00	2	20.00
คณะวิทยาศาสตร์	12	12	7	4	8	66.66	2	16.67	2	16.67
คณะวิศวกรรมศาสตร์	12	12	8	6	6	50.00	2	16.67	4	33.33
คณะศิลปประยุกต์และสถาปัตยกรรมศาสตร์	8	8	5	6	3	37.50	3	37.50	2	25.00
คณะศิลปศาสตร์	25	25	13	8	17	68.00	3	12.00	5	20.00
วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข	5	5	3	2	3	60.00	2	40.00	-	0
<b>รวม</b>	<b>98</b>	<b>98</b>	<b>62</b>	<b>36</b>	<b>60</b>	<b>61.22</b>	<b>17</b>	<b>17.35</b>	<b>21</b>	<b>21.43</b>

### สรุปผลการสำรวจ

โครงการสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ประจำปีการศึกษา 2565 มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี และเพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนจัดกิจกรรมให้สอดคล้องและวางแผนดูแลช่วยเหลือนักศึกษาด้านสุขภาพจิตต่อไป เครื่องมือสำรวจในครั้งนี้เป็นแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) แบบประเมินความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง 8 คำถาม (8Q)

### ปัญหาอุปสรรค

นักศึกษาไม่ค่อยให้ความร่วมมือในการตอบแบบสำรวจ

### ข้อเสนอแนะแนวทางการดำเนินงาน

- **นักศึกษากลุ่มสีเขียว** ไม่มีอาการของภาวะซึมเศร้าถึงระดับเล็กน้อย มหาวิทยาลัยสามารถจัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพ ทักษะชีวิต Soft Skill การให้สุขภาพจิตศึกษาเกี่ยวกับการแก้ปัญหา การเสริมสร้างพลังสุขภาพจิต ความเข้มแข็งในการมองโลก ความฉลาดทางอารมณ์ และสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล เป็นต้น และลดปัจจัยเสี่ยง ได้แก่ การให้ความรู้เกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า การฝึกทักษะการจัดการกับความเครียด (Social Support)

- นักศึกษากลุ่มสีเหลือง มีภาวะซึมเศร้าในปานกลาง มหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องวิธีการป้องกัน วิธีการจัดการและการรับมือในการเผชิญปัญหา หรือกิจกรรมที่เสริมสร้างการตระรู้ในตนเอง (Self-awareness) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) (Prevention)

- นักศึกษากลุ่มสีแดง มีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรงและมีแนวโน้มความเสี่ยงในการทำร้ายตนเอง ควรพบผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต (นักจิตวิทยาคลินิกหรือจิตแพทย์) เพื่อรับการปรึกษาเป็นการเฉพาะ (Healing)