

# บทที่ 1

## เหตุการณ์วิกฤติและการช่วยเหลือ ด้านจิตสังคม



# บทที่ 1



เหตุการณ์วิกฤติและ  
การช่วยเหลือด้านจิตสังคม



# บทที่ 1

แผ่นดินไหวเย่า6.3 เชียงรายเสียหายหนักถนนพัง-ตึกร้าว

## เหตุการณ์วิกฤติและ การช่วยเหลือด้านจิตสังคม



# บทที่ 1

แผ่นดินไหวเขย่า 6.3 เชียงราย เสียหายหนัก ถนนพัง-ตึกร้าว

## เหตุการณ์วิฤติและ การช่วยเหลือด้านจิตสังคม



# บทที่ 1

แผ่นดินไหวเขย่า 6.3 เชียงรายเสียหายหนักถนนพัง-ตึกร้าว

## เหตุการณ์วิกฤติและ การช่วยเหลือด้านจิตสังคม



# บทที่ 1

สลด! ไฟไหม้หอพักนักเรียนตาย 17

เหตุการณ์วิกฤติและ  
การช่วยเหลือด้านจิตสังคม



สลด! ไฟไหม้หอพักนักเรียนหญิงโรงเรียนพิทักษ์เกียรติวิทยา อ.เวียงป่าเป้า จ.เชียงราย คลอดเด็กเสียชีวิต 17 ราย/  
23 พ.ค. 2559

# บทที่ 1

โจรใต้ก่อวินาศกรรมป่วนชายแดนใต้เป็นวงกว้าง  
เผาโซว์รุ่มรถยนต์ ระเบิดปั้ม มีทั้งเจ็บและตาย

เหตุการณ์วิกฤติและ  
การช่วยเหลือด้านจิตสังคม



<http://www.manager.co.th/South/ViewNews.aspx?NewsID=9590000109822> 2 พฤศจิกายน 2559 23:59 น. (แก้ไขล่าสุด 3 พฤศจิกายน 2559 09:12 น.)

## เด็กหญิงวัย 12 ปี เผชิญชีวิตหนีตายไฟไหม้หอพักตลอด 17 สพ

ค.ญ.ขวัญจิรา อนันทเพชร อายุ 12 ปี หนึ่งในเด็กผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์เพลิงไหม้ในครั้งนี้เล่าว่า ช่วงดึกประมาณ 22.30 น. ได้ออกมาเข้าห้องน้ำกับเพื่อนชื่อ ค.ญ.สุชาดา กองอาสา อายุ 11 ปี และได้กลิ่นควันไหม้มาจากบริเวณชั้น 1 ของหอพัก จากนั้นจึงได้แจ้งให้กับครูพี่เลี้ยงรายหนึ่ง เมื่อทราบจึงได้ทำการตะโกนและวิ่งไปยังบริเวณที่มีนักเรียนทั้ง 38 คน นอนหลับอยู่ โดยส่วนใหญ่นอนหลับสนิท ได้ยินเสียงเตือนบ้าง ไม่ได้ยินบ้าง แต่มีบางส่วนที่บอกว่า โทษเรื่องไฟไหม้ กระทบอีกไม่ถึง 5 นาที พบว่ากลุ่มควันได้โชนขึ้นมายังชั้น 2 ครูพี่เลี้ยงเมื่อเห็นว่า บริเวณชั้น 1 ถูกเพลิงไหม้จนพังเสียหาย และไฟกำลังลุกลามขึ้นมายังชั้น 2 จึงได้นำเศษผ้าปูที่นอนนำมามัดติดกับขอบหน้าต่าง และให้เด็กส่วนใหญ่ โยนตัวลงมาเพื่อหนีเอาชีวิตรอด

“ตอนนั้นหนูกับเพื่อนอีก 13 คน ได้วิ่งหนีเข้ามาอยู่บริเวณห้องด้านขวาสุด ติดกับถนนสาธารณะแล้วใช้เชือกไต่ลงบันได ซึ่งเป็นเชือกสำหรับใช้ในวิชาเนตรนารี มัดติดกับขอบหน้าต่างจากนั้นค่อยๆ โยนตัวลงมา และมีบางคนที่ได้เชือกไม่เป็น ทำให้เกิดบาดเจ็บบริเวณมือ และบางส่วนได้ผลัดตกลงมาบาดเจ็บ อีกทั้งช่วงเวลานั้น ตื่นเต้นและกลัวจนไม่รู้ว่าใครเป็นใคร ทำได้แค่เพียงหนีเอาตัวรอดจากหอพักให้ได้มากที่สุด” ค.ญ.ขวัญจิรา เล่าถึงนาทีชีวิต

<http://www.komchadluek.net/news/detail/228170>



# วัตถุประสงค์

- ทราบถึงเหตุการณ์วิกฤติรูปแบบต่าง ๆ และผลกระทบที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์วิกฤติ
- รู้จักการช่วยเหลือด้านจิตสังคมและเป้าหมาย
- เกิดแนวคิบบทบาทของเจ้าหน้าที่และอาสาสมัครด้านการช่วยเหลือด้านจิตสังคม

# เกริ่นก่อน.....สนทนา

- เกริ่นนำ

- เริ่มต้น เกริ่น มองภาพ กว้างและครบ
- ฟัง ตั้งใจ แนะด้วยใจให้ถูกจุด
- จบ ปิดให้สวย ใช้ชุดจิตสังคมช่วย แล้ว หยุด
- หากไม่ไหว ใจมันซำ นำส่งต่อ

# เกริ่นก่อน.....บรรยาย

- ระดับความเครียด

- ความเครียดในชีวิตประจำวัน (*daily stress*)
- ความกังวล (*anxiety*)
- หหมดไฟ > ภาวะซึมเศร้า (*Burnout > depression*)
- โรคเครียดหลังเหตุการณ์สะเทือนใจ (*Post Traumatic Stress Disorder*, *PTSD*) เมื่อเหตุการณ์ร้ายยังคงติดตราตรึง โรคเครียดจากเหตุการณ์ร้ายแรง

- **SABPOT: แซบโปต**

## แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง

ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด โปรดขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องแสดงระดับอาการที่เกิดขึ้น กับตัวท่านตามความเป็นจริงมากที่สุด

อาการ พฤติกรรมหรือความรู้สึก	ไม่เคยเลย (0)	เป็นครั้งคราว (1)	เป็นบ่อยๆ (2)	เป็นประจำ(3)
1. นอนไม่หลับเพราะคิดมากหรือกังวลใจ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. รู้สึกหงุดหงิดรำคาญใจ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. ทำอะไรไม่ได้เลยเพราะประสาทตึงเครียด	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. มีความวุ่นวายใจ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. ไม่อยากพบปะผู้คน	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. ปวดหัวข้างเดียวหรือปวดบริเวณขมับทั้งสองข้าง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. รู้สึกหมดหวังในชีวิต	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. รู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. กระวนกระวายอยู่ตลอดเวลา	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. รู้สึกตนเองไม่มีสมาธิ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. รู้สึกเพลียจนไม่มีแรงจะทำอะไร	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. รู้สึกเหนื่อยหน่ายไม่อยากทำอะไร	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. มีอาการหัวใจเต้นแรง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. เสียงสั่น ปากสั่น หรือมือสั่นเวลาไม่พอใจ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำสิ่งต่างๆ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. ปวดหรือเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย หลังหรือไหล่	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. ตื่นเต้นง่ายกับเหตุการณ์ที่ไม่คุ้นเคย	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. มึนงงหรือเวียนศีรษะ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. ความสุขทางเพศลดลง	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

# แบบประเมินโรคซึมเศร้า กรมสุขภาพจิต

## แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q)

คำถาม	มี	ไม่มี
1. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่		
2. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ท่านรู้สึก เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่		

### การแปลผล

- ถ้าคำตอบ **ไม่มี** ทั้ง 2 คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้า
- ถ้าคำตอบ **มี** ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใดๆ ในคำถามที่ 1 และ 2 ) หมายถึง “เป็นผู้มีความเสี่ยง” หรือ “มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า” ให้ประเมินต่อด้วยแบบประเมิน โรคซึมเศร้า 9Q

# แบบประเมินโรคซึมเศร้า กรมสุขภาพจิต

แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q ของกรมสุขภาพจิต

ข้อ	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมารวมทั้งวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้ บ่อยแค่ไหน	ไม่มี เลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย >7 วัน	เป็น ทุกวัน	รวมคะแนน
1	เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร	0	1	2	3	
2	ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้	0	1	2	3	
3	หลับยาก หรือหลับๆตื่นๆ หรือหลับมากเกินไป	0	1	2	3	
4	เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง	0	1	2	3	
5	เบื่ออาหาร หรือกินมากเกินไป	0	1	2	3	
6	รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตนเองล้มเหลวหรือทำให้ตนเองหรือครอบครัวผิดหวัง	0	1	2	3	
7	สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไรเช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ	0	1	2	3	
8	พูดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลง จนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่าย ไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น	0	1	2	3	
9	คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี	0	1	2	3	

# แบบประเมินโรคซึมเศร้า กรมสุขภาพจิต

แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q ของกรมสุขภาพจิต

ข้อ	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมารวมทั้งวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้ บ่อยแค่ไหน	ไม่มีเลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย >7 วัน	เป็นทุกวัน	รวมคะแนน
1	เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร	0	1	2	3	
2	ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้	0	1	2	3	
3	หลับยาก หรือหลับๆตื่นๆ หรือหลับมากเกินไป	0	1	2	3	
4	เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง	0	1	2	3	
5	เบื่ออาหาร หรือกินมากเกินไป	0	1	2	3	
6	รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตนเองล้มเหลวหรือทำให้ตนเองหรือครอบครัวผิดหวัง	0	1	2	3	
7	สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไรเช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ	0	1	2	3	
8	พูดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลง จนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่าย ไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น	0	1	2	3	
9	คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี	0	1	2	3	

การแปลผล

ระดับคะแนน	การแปลผล	การดูแลเบื้องต้น
คะแนนน้อยกว่า 7 คะแนน	ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้า	ป้องกันอาการซึมเศร้า
คะแนน 7 - 12 คะแนน	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับน้อย	จัดการอารมณ์เบื้องต้น หรือพบจิตแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ
คะแนน 13 - 18 คะแนน	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง	พบจิตแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ
คะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 19 คะแนน	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับรุนแรง	พบจิตแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ

คะแนน 9Q  $\geq$  7 ให้ประเมินแนวโน้มการฆ่าตัวตาย ด้วย 8Q

# แบบประเมินโรคซึมเศร้า กรมสุขภาพจิต

## แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q)

ลำดับ คำถาม	ระยะเวลา	คำถาม	ไม่มี	มี
1.		คิดอยากตาย หรือ คิดว่าตายไปจะดีกว่า	0	1
2.		อยากทำร้ายตัวเอง หรือ ทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	0	2
3.	ช่วง ที่ผ่านมา ใน ช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา	คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	0	6
		(ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ) .... ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้	ได้ 0	ไม่ได้ 8
4.		มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย	0	8
5.		ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเองหรือเตรียมการจะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริง ๆ	0	9
6.		ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บแต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต	0	4
7.		ได้พยายามฆ่าตัวตายโดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะทำให้ตาย	0	10
8.	ตลอดชีวิต ที่ผ่านมา	ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	0	4
คะแนนรวมทั้งหมด				

คะแนนรวม	การแปลผล
0	ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน
1-8	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับน้อย
9-16	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับปานกลาง
≥ 17	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับรุนแรง

ถ้าคะแนน 8Q ≥ 17 ส่งต่อโรงพยาบาลมีจิตแพทย์ด่วน



## การช่วยเหลือจากผู้ใกล้ชิด : 3L (LOOK, LISTEN, LINK )

### LOOK : มองหา มองเห็น

1. สำรวจค้นหาคนที่ต้องการความช่วยเหลือเร่งด่วน เช่น แสดงอาการเศร้าโศกเสียใจรุนแรง กินไม่ได้ นอนไม่หลับ
2. สำรวจกลุ่มเสี่ยง เช่น กลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ ผู้พิการ ผู้เจ็บป่วยเรื้อรัง ที่แสดงอารมณ์ความรู้สึกสูญเสีย

### LISTEN : รับฟัง

มีสติรับฟังอย่างตั้งใจ ใช้ภาษากาย เช่น สบตา จับมือ โอบกอด เพื่อช่วยให้ผู้สูญเสียบอกเล่าอารมณ์ความรู้สึก คลายความทุกข์ในใจและจัดการอารมณ์ให้สงบ

### LINK : ช่วยเหลือ/ส่งต่อ

1. ให้การช่วยเหลือตามความจำเป็นพื้นฐาน
2. ในกรณีที่ช่วยเหลือเบื้องต้นแล้วไม่ดีขึ้น เช่น ควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ได้ โศกเศร้ารุนแรง มีความคิดฆ่าตัวตาย ให้ส่งต่อตามความเหมาะสม

3. การช่วยเหลือควรพยายามติดต่อเชื่อมโยงกับครอบครัวหรือชุมชน

ถึงแม้การสูญเสียพระองค์ท่านเป็นความเศร้าโศกอันใหญ่หลวงของมหาชน แต่ก็ยังเป็นโอกาสในการสร้างความเป็นหนึ่งอันเดียวกัน ที่ได้แสดงความรู้สึกร่วมกัน และสืบทอดปณิธานของพระองค์ท่าน เพื่อให้สังคมไทยได้ก้าวต่อไป

ขอบคุณข้อมูลและภาพจาก [กรมสุขภาพจิต](#)

# เหตุการณ์วิกฤติคืออะไร

เหตุการณ์วิกฤติ คือ เหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นนอกเหนือจาก  
ประสบการณ์ประจำวันตามปกติและส่งผลกระทบต่อร่างกายและ  
จิตใจ

เช่น การเสียชีวิต, อุบัติเหตุ, ภัยพิบัติ, ความเจ็บป่วยด้วยโรค  
รุนแรง (เช่น HIV), การข่มขืน, การฆ่าตัวตาย

# เหตุการณ์วิกฤติคืออะไร

- <https://www.youtube.com/watch?v=5dsI-22j7Z4>
- [https://www.youtube.com/watch?v=Ym6\\_qdIlPNg](https://www.youtube.com/watch?v=Ym6_qdIlPNg)
- <https://www.youtube.com/watch?v=PMUKTIvat0Y>
- <https://www.youtube.com/watch?v=vie6qNlFkJw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=6PYYesNbJ3A>
- <https://www.youtube.com/watch?v=j0YOXVIPUu4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=f9UaemMtCzE>

## กิจกรรมกลุ่ม

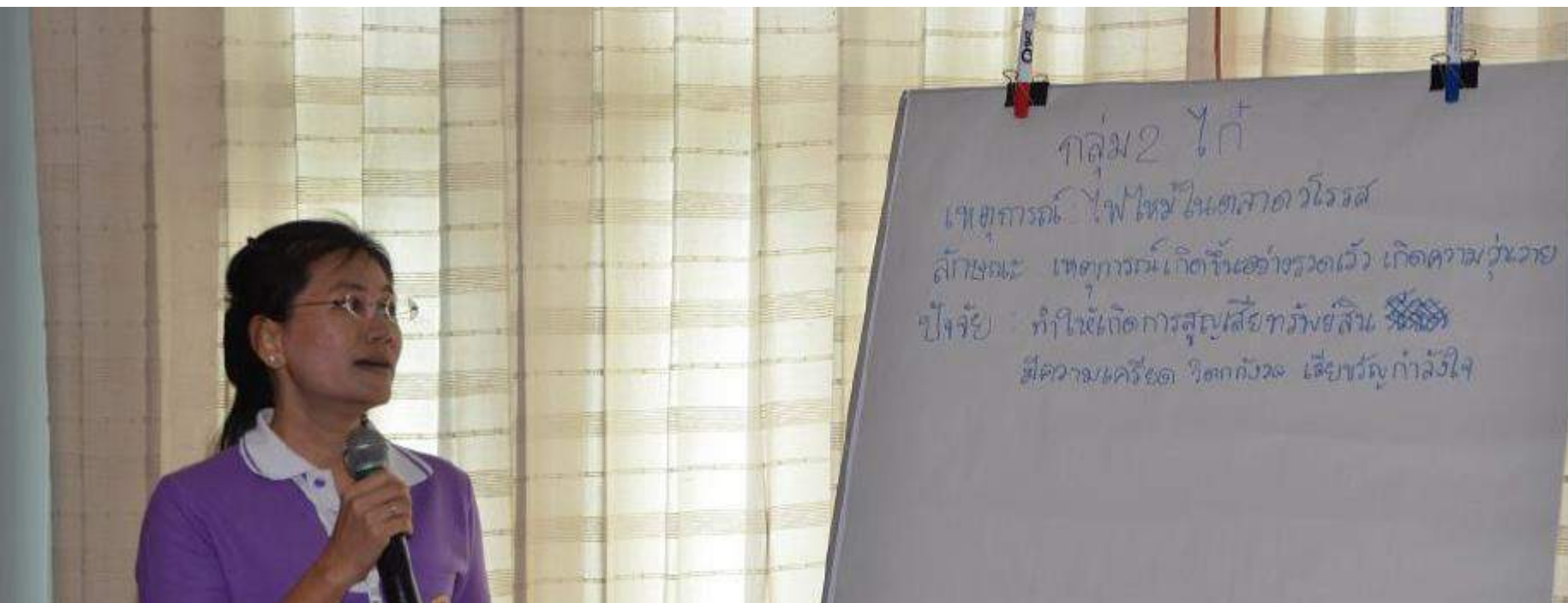
ยกตัวอย่างภาวะวิกฤติ **3** เหตุการณ์ ที่เคยพบ

เขียนในฟลิปชาร์ต จากประสบการณ์ส่วนบุคคล / การการ  
ปฏิบัติงาน ผู้ประสบเหตุการณ์วิกฤติมีลักษณะ อาการอย่างไร

เช่น ลูกสาวของเพื่อนร่วมงานหายสาบสูญ ไม่ทราบข่าว เพื่อน  
ร่วมงานไม่พูดกับใคร ไม่มีสมาธิ ทำงาน ร้องไห้ตลอดเวลา

ใช้เวลา **5** นาที

# กิจกรรมกลุ่ม



ผู้ประสบเหตุการณ์วิกฤติ ในคนปกติจะฟื้นคืนกลับสู่สภาพปกติ โดย  
ปัจจัยที่สำคัญได้แก่

- ด้านร่างกาย เป็นผู้ที่สุขภาพกายสมบูรณ์
- ด้านจิตใจ ไม่เป็นผู้ป่วยทางจิต หรือมีภาวะผิดปกติด้านสุขภาพจิต  
มีกระบวนการคิดและพัฒนาทางอารมณ์ตามสภาพความเป็นจริง
- ด้านสังคม ชุมชนมีระบบการบริการขั้นพื้นฐานที่จำเป็นแก่  
ประชาชน สังคมมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

# จิตสังคม



## จิตสังคม

หมายถึง ความสัมพันธ์ที่เป็นพลวัต  
กันในมิติของจิตใจและสังคม



# การช่วยเหลือด้านจิตสังคมคืออะไร ?

การช่วยเหลือด้านจิตสังคม หมายถึง การกระทำต่าง ๆ เพื่อรับมือกับความต้องการด้านสังคมและจิตใจของบุคคล, ครอบครัวและชุมชน



vdo

# เพราะเหตุใดจึงต้องให้ความช่วยเหลือด้านจิตสังคม?

- การช่วยเหลือด้านจิตสังคมอย่างรวดเร็วและเพียงพอ จะสามารถป้องกันภาวะป่วยทางจิตและความทุกข์ ที่พัฒนามากขึ้นไปจนส่งผลกระทบต่อผู้ประสบเหตุการณ์วิกฤติ
- การช่วยเหลือด้านจิตสังคมช่วยในการฟื้นตัวของผู้ประสบภัย

**ตัวอย่าง การช่วยเหลือด้านจิตสังคม**





# ปิรามิดการช่วยเหลือด้านจิตสังคม

การบริการเฉพาะทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวช โดยแพทย์และผู้  
ชำนาญเฉพาะทาง เช่น จิตแพทย์ นักจิตวิทยา

Specialized  
services

การช่วยเหลือทั่วไป มุ่งเน้นประเด็นด้าน  
สุขภาพจิต เช่น การรักษาโรค

Focused  
non-specialized  
supports

ทางกายที่ประเมินภาวะสุขภาพจิต หรือ

Community  
and family supports

นักสังคมสงเคราะห์ที่ให้ความ  
การช่วยเหลือครอบครัวและชุมชน โดยเครือข่ายทางสังคม  
เช่น เพื่อนบ้าน ใกล้เคียง ชุมชน โดยเครือข่ายทางสังคม  
นักเรียนที่มีปัญหา ครอบครัวเด็ก  
ญาติ การสนับสนุนกลุ่มอาชีพแม่บ้าน

Basic services  
and security

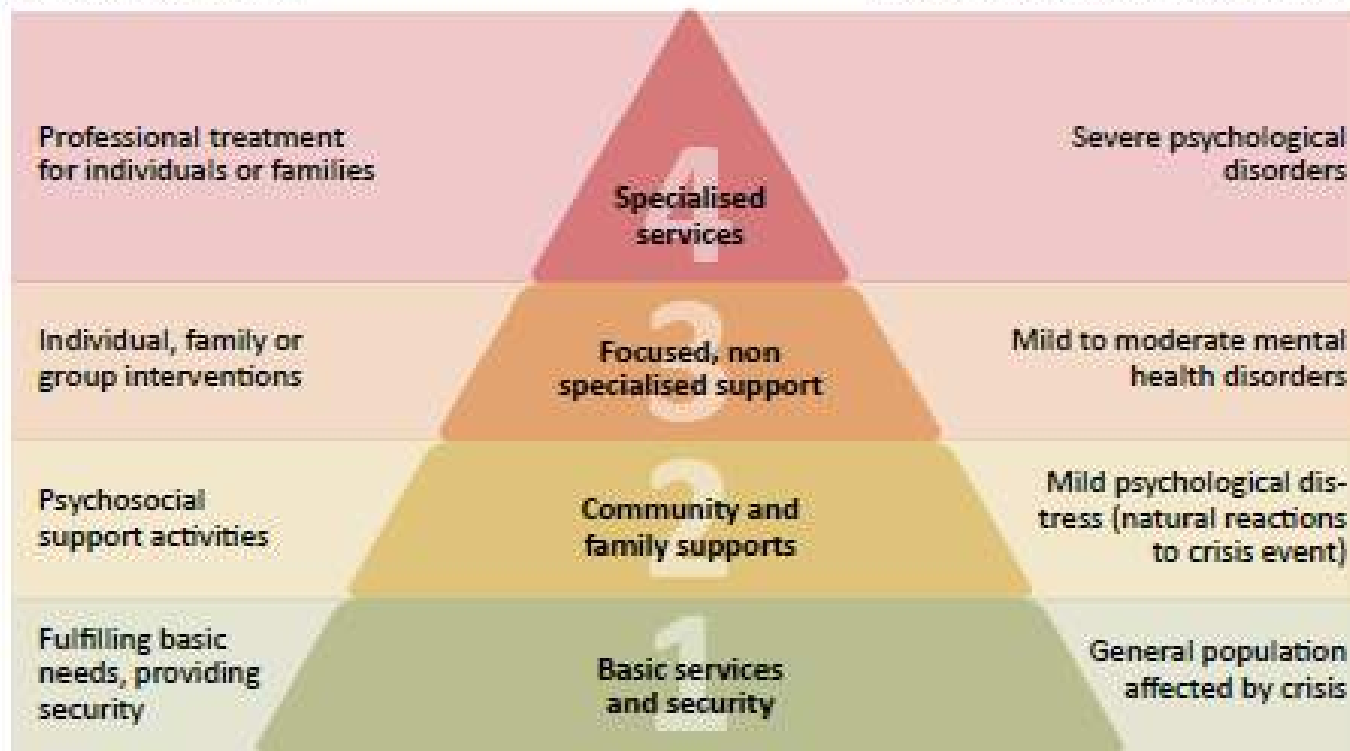
การบริการพื้นฐานและความปลอดภัย เช่น การจัดตั้ง  
ศูนย์พักพิง การรักษาความมั่นคงปลอดภัยในประเทศ

# ปิรามิดการช่วยเหลือด้านจิตสังคม

## Mental health and psychosocial support services

Responses suggested

Impacts on population due to crises



Source: This illustration is based on the intervention pyramid for mental health and psychosocial support in emergencies in the IAISC Guidelines (2007).

## กิจกรรมกลุ่ม

จากตัวอย่างภาวะวิกฤติ **3** เหตุการณ์ในฟลิปชาร์ต

ให้ท่านให้ความเห็นว่า สามารถให้ความช่วยเหลือด้านจิตสังคม

ได้ในระดับใดบ้าง อย่างไร โดยใคร

ใช้เวลา **10** นาที

นำเสนอกลุ่มละ **5** นาที



# การช่วยเหลือด้านจิตสังคม

- การช่วยเหลือด้านจิตสังคมสามารถเป็น โครงการเฉพาะหรือบูรณาการร่วมกับกิจกรรมอื่น ๆ ได้
- สหพันธ์สภากาชาดฯ ดำเนินการช่วยเหลือด้านจิตสังคม โดย
  - ใช้ชุมชนเป็นฐานเพื่อสนับสนุนการฟื้นตัวของผู้ประสบภัย
  - ขับเคลื่อนพลังมนุษยธรรม
  - รักษาสุขภาพและสุขภาวะของเจ้าหน้าที่และอาสาสมัคร

# ผลกระทบด้านจิตสังคมของเหตุวิกฤติเพิ่มขึ้นเนื่องจาก?

## กิจกรรมกลุ่ม

จากเหตุการณ์วิกฤติที่ได้นำเสนอ

ปัจจัยอะไรที่ทำให้ผลกระทบด้านจิตสังคม

เพิ่มมากขึ้นจากเหตุการณ์วิกฤติในชุมชน

# ทบทวน

- เหตุการณ์วิกฤติคืออะไร?

คือ เหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นนอกเหนือจาก  
ชีวิตประจำวัน และส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ

## ทบทวน

- การช่วยเหลือด้านจิตสังคมคืออะไร?

*การกระทำต่าง ๆ เพื่อรับมือกับความต้องการด้าน  
จิตใจ และสังคม*

# ทบทวน

- การช่วยเหลือด้านจิตสังคม จะช่วยท่าน ช่วยคนไข้  
อย่างไร?
  - เริ่มต้น เกริ่น มองภาพ กว้างและครบ
  - ฟัง ตั้งใจ เน้นด้วยใจให้ถูกจุด
  - จบ ปิดให้สวย ใช้ชุดจิตสังคมช่วย แล้ว หยุด
  - หากไม่ไหว ใจมันซ้ำ นำส่งต่อ

