



### แบบเสนอกิจกรรมนอกหลักสูตร

ชื่อกิจกรรม/โครงการ สร้างเสริมสุขภาพจิต

ประเภทกิจกรรม  กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ  กิจกรรมทักษะชีวิต  กิจกรรมศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น  
 กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี  กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม

ลักษณะกิจกรรม/โครงการ  ต่อเนื่อง  ใหม่

**๑. วัตถุประสงค์**

เพื่อสร้างเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

**๒. กลุ่มเป้าหมาย**

เด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชายบ้านอุเบกขา

๓. ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์ รวม ๑๐ ชั่วโมง

เริ่มวันที่.....เดือน พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๖๖ สิ้นสุดวันที่ ๓๐ เดือน กันยายน พ.ศ.๒๕๖๗

**๔. วิธีดำเนินการ/ลักษณะของกิจกรรม (โดยสังเขป)**

- เด็กและเยาวชนทำแบบประเมินความเครียด
- จัดกิจกรรมรณรงค์และให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิต/ กิจกรรมสื่อสารเชิงบวกปฏิสัมพันธ์ที่ปราศจาก

ความรุนแรง

- จัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพจิต กิจกรรมจัดการความคิด อารมณ์ ด้วยเครื่องมือดูแลใจ
- จัดกิจกรรม up status ความรู้สึก

**๕. การวัดและประเมินผล/เกณฑ์การประเมิน**

ที่	ตัวบ่งชี้ความสำเร็จ	วิธีการวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้	เกณฑ์ในการประเมิน
๑.	เด็กและเยาวชนมีความรู้ความเข้าใจในวิธีดูแลสุขภาพจิต	- แบบประเมินความเครียด	ใบงาน	ผลการประเมินจากแบบประเมินความเครียด

๖. งบประมาณที่ใช้  ไม่ใช้งบประมาณ  ใช้งบประมาณ จำนวน .....บาท

**๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

เด็กและเยาวชนมีทักษะและแนวทางในการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

ผู้รับผิดชอบกิจกรรม

ผู้เสนอกิจกรรม

ผู้เห็นชอบกิจกรรม

ลงชื่อ.....

(นางสาวธิดารัตน์ อรัญโสทร)  
นักจิตวิทยาชำนาญการ  
ส่วนงานแก้ไขบำบัดฟื้นฟู

ลงชื่อ.....

(นายมงคลชัย รัตนจารุเรือง)  
นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการ รักษาการแทน  
(ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์ฝึกฯ บ้านอุเบกขา)

ลงชื่อ.....

(นางลักขณเลิศ นันทิพานิชย์)  
(ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกฯ บ้านอุเบกขา)