



เด็กและวัยรุ่นเลี้ยงไม่ยาก หากเข้าใจ :
พื้นที่เดียวในประเทศไทย!

หลักสูตรวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาเด็ก วัยรุ่น และครอบครัว

ในปัจจุบันเด็กไทยอยู่ในโลกแห่งโซเชียลเน็ตเวิร์คและนวัตกรรมล้ำยุคที่เกิดขึ้นใหม่ทุกวัน ทำให้เด็กเหล่านี้จะมีความสามารถรอบด้านไปหมด ทั้งทางด้านไหวพริบและสติปัญญา แต่ก็มีเด็กอีกจำนวนหนึ่งที่ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดี เมื่อพบกับปัญหาอาจไม่สามารถหาทางออกได้ **คอลัมน์ Education Talk ฉบับนี้** ขอแนะนำหลักสูตรระดับปริญญาโทซึ่งนับได้ว่าเป็นสาขาใหม่ที่เพิ่งจัดตั้งขึ้นเมื่อไม่นาน โดยคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล มีความมุ่งมั่นในการเป็นประทีปส่องทางและให้ความรู้แก่ประชาชน จึงจัดตั้งหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาเด็ก วัยรุ่นและครอบครัว ขึ้นเพื่อผลิตบุคลากรที่จะมาช่วยแก้ปัญหาด้านสุขภาพจิตและให้คำแนะนำแก่เด็ก วัยรุ่นและครอบครัว โดยเราได้รับเกียรติจาก **รศ.นพ.ศิริชัย หงษ์สงวนศรี รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษาและประธานหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาเด็ก วัยรุ่นและครอบครัว** มาร่วมพูดคุยกับเราค่ะ



ที่มาของหลักสูตร

หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาเด็ก วัยรุ่นและครอบครัว จัดตั้งขึ้นเพราะเล็งเห็นว่า ปัญหาสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่นและครอบครัวในประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เช่น ปัญหาเรื่องพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ ปัญหาโรคซึมเศร้าหรือวิตกกังวล ซึ่งเกิดจากหลายปัจจัยทั้งการเลี้ยงดูจากครอบครัว สิ่งแวดล้อมที่เด็กสมัยนี้เติบโตแตกต่างจากสมัยก่อน ครอบครัวใหญ่เปลี่ยนไปเป็นครอบครัวเล็ก พ่อแม่ทำงานกลับบ้านดึกไม่ค่อยมีเวลาดูแลลูก เวลาที่จะอยู่กับลูกก็น้อยลง ตอนนี้เราก็มีเทคโนโลยีโซเชียลเน็ตเวิร์คเข้ามาในชีวิต บางคนก็ให้ลูกเล่นมือถือเพื่อไม่ให้มารบกวนเวลาทำงาน ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวห่างเหินกัน ปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวก็น้อยลง โดยภาพรวมแล้วสิ่งแวดล้อมไม่ได้เอื้อต่อพัฒนาการด้านสุขภาพจิตที่ดีต่อเด็ก ดังนั้น คนที่จะช่วยแก้ไขและดูแลสุขภาพจิตของเด็กมีจำนวนน้อยมาก

ปัจจุบันเรามีจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นทั่วประเทศประมาณ 200 คน จำนวนเกินครึ่งอยู่ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่ต่างจังหวัดก็จะปฏิบัติงานอยู่ตามจังหวัดต่าง ๆ เช่น เชียงใหม่ นครราชสีมา ส่วนจังหวัดอื่น ๆ ก็ยังไม่มีเจ้าหน้าที่ดูแลเพียงพอ เพราะฉะนั้นเราต้องการคนที่มีความรู้ทางด้านจิตวิทยาเด็ก วัยรุ่นและครอบครัว เพื่อมาช่วยให้คำแนะนำและให้คำปรึกษาเด็กที่มีปัญหาเหล่านี้ซึ่งเขาอาจจะไม่จำเป็นให้การรักษาทางยาแต่เป็นการรักษาทางใจ

หลักสูตรนี้เป็นความร่วมมือระหว่าง 3 สถาบัน คือ **ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล, ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล และสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว** ได้ช่วยกันพัฒนาหลักสูตรนี้ ปัจจุบันเปิดเป็นรุ่นที่ 4 (เปิดรับสมัครตั้งแต่ปี 2556) โดยบัณฑิตรุ่นที่ 1 ที่จบการศึกษาในปีนี้มีจำนวน 7 คน เราต้องการบัณฑิตที่มีคุณภาพที่ดี จึงไม่ต้องการเพิ่มจำนวนนักศึกษามากและอาจารย์ผู้สอนมีจำนวนจำกัด

คุณสมบัติของผู้สนใจเข้าศึกษา

สำหรับผู้สนใจที่จบการศึกษาในสาขาจิตวิทยาเด็ก สาขาจิตวิทยาทั่วไป สาขาพยาบาล สาขาศึกษาศาสตร์หรือผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพจิตของเด็กก็สามารถสมัครเข้าศึกษาเพิ่มความรู้ได้ เช่น นักจิตวิทยาหรือครูที่ปฏิบัติงานเกี่ยวข้องกับเด็ก โดยเฉพาะเรามีวิชาสุขภาพจิตในโรงเรียนที่จะช่วยพวกเขาให้มีความรู้ความเข้าใจในตัวเด็กได้ดีขึ้น บางคนที่จบสาขาสังคมสงเคราะห์เคยทำงานเกี่ยวข้องกับเด็ก อยากให้มีความรู้เพิ่มเติมที่ตรงกับงานที่ทำ ทำงานเกี่ยวข้องกับองค์กรพัฒนาเอกชน (NGOs) ช่วยเหลือเด็กเร่ร่อน แล้วเขารู้สึกว่าอยากช่วยเหลือให้ได้มากกว่านี้ก็มาสมัครหลักสูตรนี้ ซึ่งผู้สมัครในแต่ละปีมีจำนวนค่อนข้างมาก (ประมาณ 70 คน) ทำให้เรามีโอกาสคัดเลือกผู้สมัครได้มากพอสมควร

จุดเด่นของหลักสูตร

1. เป็นความร่วมมือ 3 สถาบัน ได้แก่ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล และสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว นักศึกษาก็จะได้เรียนกับอาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านแตกต่างกันไป
2. ได้รับประสบการณ์จริง ที่นี่มีเคสผู้ป่วยให้ได้เห็นจริง ให้เรียนจากการปฏิบัติจริง ดูแลผู้ป่วย สังเกตวิธีการศึกษาและวิธีการรักษา
3. มีการจัดกิจกรรมนอกสถานที่และลงพื้นที่ มีการจัดค่ายพัฒนาสุขภาพจิตและพัฒนาความมั่นใจในเด็ก ส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิต ทำให้มีประสบการณ์ในการทำงานเพิ่มขึ้น
4. เน้นการพัฒนาตนเองจากภายในเป็น Transformational Leadership ใช้หลักจิตตปัญญาเพื่อการเรียนรู้ มีกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเอง เช่น การเจริญสติหรือกิจกรรม Mindfulness

ความคาดหวัง

ในฐานะประธานหลักสูตรก็คาดหวังว่านักศึกษาที่เรียนหลักสูตรนี้จะมีรู้ความสามารถทางด้านจิตวิทยาเด็กและวัยรุ่น มีทักษะในการให้ความช่วยเหลือทางด้านจิตใจทั้งเด็กปกติและเด็กที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ รวมถึงมีการพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง อีกอย่างหนึ่งคือ มีความสามารถทางการวิจัยเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพจิต เพราะส่วนใหญ่เราเห็นปัญหา แต่เราไม่มีข้อมูลหรือไม่มีการศึกษาวิจัยว่าเกิดจากสาเหตุอะไรเกิดขึ้นอย่างไร และที่สำคัญที่สุดคือ **มีความเข้าใจในตัวเด็กและครอบครัว**

เชิญชวนผู้ที่สนใจศึกษา

สำหรับคนที่มีความตั้งใจเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาเด็กและวัยรุ่น ขอให้เตรียมความพร้อมและมีเป้าหมายที่ชัดเจน มีความมุ่งมั่นที่จะเป็นส่วนหนึ่งในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ สุขภาพจิตในเด็กและวัยรุ่น ก็ยินดีต้อนรับครับ

รุ่นพี่บอกต่อ:

หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาเด็ก วัยรุ่น และครอบครัว รุ่นที่ 1

น.ส.ปณณภัส ธนอริยาไพศาล (ปุ่น)

จบทางด้านจิตวิทยาและสนใจทำงานเกี่ยวกับเด็ก ก็เลยคิดว่าอยากได้ประสบการณ์ที่เกี่ยวกับเด็กและวัยรุ่นโดยตรง ก็ค้นหาจนเจอหลักสูตรนี้ก็เลยสมัครเรียน ตั้งแต่วันแรกที่เข้าเรียนที่รามาริบดี รู้สึกว่าบรรยากาศที่นี่มีแต่ความอบอุ่น อาจารย์พาเดินแนะนำสถานที่ต่าง ๆ บางครั้งอาจารย์ก็มีขนมมาฝาก ก็รู้สึกอบอุ่นมาก ๆ ไปค่ายหรือไปเวิร์คช็อปต่าง ๆ ที่แพทย์ได้ทำ เราจะได้เข้าร่วมกิจกรรมด้วย

สิ่งที่รู้สึกได้มาก ๆ คือ อาจารย์จะให้เรื่องการเติบโตทางด้านความรู้และทางด้านจิตใจด้วย เหมือนกับว่าพอเราเติบโตแล้วเราก็สามารถไปหย่อนเมล็ดให้คนอื่นเติบโตได้เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ๆ ที่ต้องการเรา ก็รู้สึกรักและผูกพันกับอาจารย์ที่นี่มาก ๆ เวลาที่มีอะไรรู้สึกท้อ พอกลับมาที่รามาริบดีก็รู้สึกได้รับการเติมเต็ม อาจารย์ก็บอกว่า ถึงจะเรียนจบแล้วแต่ถ้ามีอะไรก็ติดต่อมาได้

น.ส.ณัฐกาญจน์ แก้วประดับ (นัท)

ที่เลือกเรียนสาขานี้ เพราะเป็นพยาบาลดูแลเด็กอยู่แล้วเลยสนใจทางด้านนี้ พอได้รับการคัดเลือกเข้ามาศึกษาต่อ ครั้งแรกที่มาก็รู้สึกประทับใจมาก อาจารย์ให้การต้อนรับอย่างเป็นกันเอง ความรู้ที่ได้รับไม่ใช่ได้แต่ในห้องเรียน เพราะนอกจากการสอนเกี่ยวกับทฤษฎีและการปฏิบัติแล้ว เรื่องการใช้ชีวิตหรือมีปัญหาอุปสรรคอะไร อาจารย์ก็เป็นทีปรึกษาให้ตลอดเวลา การเรียนการสอนที่นี่ก็จะเน้นปฏิบัติให้เราได้ลงมือทำเวิร์คช็อป ให้เราได้เห็นเคสผู้ป่วยจริง ๆ สิ่งนี้ทำให้เรามีประสบการณ์และเพิ่มความมั่นใจเมื่อออกไปปฏิบัติงานเองจริง ๆ

พอได้มาศึกษาแล้ว พบว่านอกจากการดูแลเด็กแล้ว ยังสนใจในเรื่องของจิตเวชวัยรุ่น ในอนาคตหากมีโอกาสก็คิดว่า อยากลองทำงานกับกรมสุขภาพจิตลงพื้นที่ไปพบเคสเด็กและวัยรุ่น

น.ส.นิตินัย ทองเหลือ (นิ)

ที่เลือกเรียนเพราะจบปริญญาตรีด้านกิจกรรมบำบัดอยู่แล้ว และทำงานเกี่ยวกับการบำบัดเด็กพิเศษโดยตรง ซึ่งก่อนหน้านี้พยายามหาข้อมูลว่าที่ใดบ้างที่เปิดสอนทางด้านจิตวิทยาเด็ก เพราะอยากรู้ให้ลึก จนได้ข่าวว่ารามาริบดีเปิดหลักสูตรนี้ก็เลยสมัครเข้าศึกษา ดีใจมากที่อาจารย์คัดเลือกและเห็นศักยภาพในตัวเรา ก็รู้สึกภูมิใจ พอมาถึงวันนี้ที่เราประสบความสำเร็จ เราทำได้ตามเป้าหมายที่ตั้งใจว่าจะจบการศึกษาภายใน 2 ปี ก็คิดว่าจะนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในการทำงานของเรา เราจะได้นำความรู้และทุกอย่างที่อาจารย์สอน ทั้งประสบการณ์และการเวิร์คช็อปต่าง ๆ ซึ่งที่นี่จะพัฒนาแบบ Self Development พอเราเรียนรู้ตัวเรา ยอมรับคุณค่าในตัวเราแล้ว เราถึงจะไปเรียนรู้และยอมรับคนอื่นได้ เพราะมันมาจากการเติมคุณค่าในตัวเอง ทุกคนมีพื้นฐานทางด้านจิตใจที่ต้องเติมเต็มเหมือนกันทุกคน ทำให้เรายอมรับทำงานได้อย่างมีความสุข ปลอ่ยวางได้มากขึ้น เข้าใจผู้ปกครองที่มีความคาดหวังในตัวลูก ทำให้เราใจเย็นในการอดทนมากขึ้น ไม่ได้รู้สึกฝืนแต่รู้สึกเข้าใจและยอมรับได้ รู้สึกดีใจที่ได้เรียนสาขานี้

ปุ่น

นัท

นิ