

ด่วนที่สุด

ที่ สธ ๐๘๒๑/ว ๒๔ ๓



งานสารบรรณ
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
เลขรับที่ ๕๑๙
วันที่ 6 พ.ค. 2558
เวลา 9.32

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์
๗๕/๑ ถ.พระรามที่ ๖ รพช.พหลโยธิน กรุงเทพมหานคร ๑๐๐๐๖

มีนาคม ๒๕๕๘

เลขรับที่ 2558
วันที่ 20 เม.ย. 58

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ ประชาสัมพันธ์โครงการประกวดการออกแบบสัญลักษณ์พร้อมคำขวัญในหัวข้อ "๑๓๒๓ สายด่วนฯ เลิกพนัน"

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

สิ่งที่ส่งมาด้วย โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์จำนวน ๖ แผ่น

ด้วยศูนย์พัฒนาผู้เชี่ยวชาญและการปรึกษาในปัญหาพนัน สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดดำเนินโครงการประกวดการออกแบบสัญลักษณ์พร้อมคำขวัญในหัวข้อ "๑๓๒๓ สายด่วนฯ เลิกพนัน" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้นิสิต นักศึกษามีส่วนร่วมในกิจกรรมการประชาสัมพันธ์ ๑๓๒๓ สายด่วนฯ เลิกพนันและฝึกทักษะการใช้ภาษาและแสดงความคิดสร้างสรรค์ อีกทั้งยังเป็นการสร้างจิตสำนึกให้วัยรุ่นตระหนักถึงผลกระทบจากการเล่นพนัน

ในการนี้ สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กำหนดส่งผลงานตั้งแต่บัดนี้ ถึง วันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๘ เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์โครงการดังกล่าว สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ จึงขอความอนุเคราะห์ ให้ท่านประชาสัมพันธ์ โดยการติดแผ่นป้ายประชาสัมพันธ์ในสถานศึกษา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

เรียน อธิการบดี

เพื่อโปรดพิจารณา
ให้ส่งมอบเอกสาร: (กองพัฒนามหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม) ขอแสดงความนับถือ

๑๗/๑๐/๕๘

(Signature)

(นางมธุรดา สุวรรณโพธิ์)

๓๐/๓๕/๕๘

ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

ชกรินทร์
1 พ.ค. 58

(Signature)

ศูนย์พัฒนาผู้เชี่ยวชาญและการปรึกษาในปัญหาพนัน

โทร. ๐ ๒๒๔๘ ๘๘๘๘ ต่อ ๗๑๐๕๙๓ คุณบตี

โทรสาร ๐ ๒๒๔๘ ๘๘๘๘

เพื่อโปรดพิจารณา
คุณชกรินทร์ ชกรินทร์
ฉวีวรรณ

จัดการงาน

๖ 1 พ.ค. ๒๕๕๘



อบตามข้อมูลเพิ่มเติม

www.facebook.com/GamblingCounseling1323
www.facebook.com/smartteen

www.smartteen.net

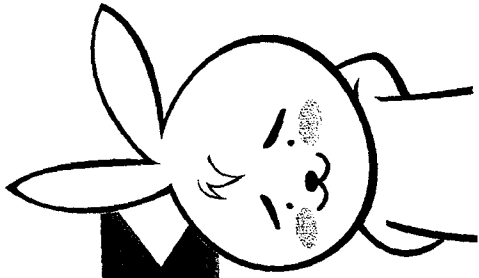


สายด่วน เลิกพนัน
1323

สายด่วนสุขภาพจิต 1323 : ปรึกษาปัญหาพนัน
Website : www.smartteen.net
E-mail : dmh1323@dmh.mail.go.th

สายด่วนสุขภาพจิต เลิกพนัน
1323 
24 ชม





ทำไมเขาถึงเรียนแพทย์ นักพนัน?

จุดเริ่มต้นของการเข้าสู่วงการพนันของคน
ที่ได้ชี้แจงว่า นักพนันมักมีเหตุผลหลากหลายประการ
ทั้งที่แตกต่างและเหมือนกัน มาดูว่าคุณเข้าข่ายนักพนัน
หน้าใหม่หรือไม่?

นักพนัน... ผู้เสี่ยงโชค

สนุกกับการเสี่ยง ตื่นเต้นได้ใจเมื่อชนะ และได้เงินบ่อยๆ
ไม่ใส่ใจกับเงินที่เสียไป เพราะคิดว่าเมื่อชนะก็จะได้ทุนคืน

นักพนัน... ผู้อ่อนไหว

เล่นเพื่อหนีปัญหา คลายความทุกข์ใจ มีความเครียดสูง
แ่แสดงหาความสนุกและตื่นเต้น

นักพนัน... ผู้มีปมในใจ

มีปัญหาอื่นๆ นอกจากการเล่นพนัน เช่น ก้าวร้าว รุนแรง
หรือมีภาวะซึมเศร้า เนื่องจากมีภาวะเจ็บป่วยทางจิตร่วมด้วย

ปัญหา ผลกระทบ และโรคติดการพนัน The Harvard Medical School Center for Addiction Studies Meta Analysis

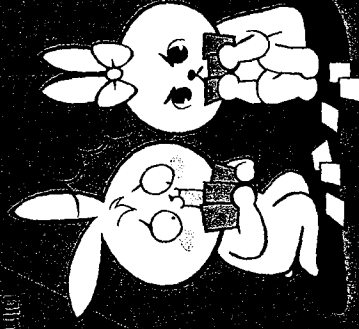
95%
Social Gambling
กลุ่มชอบเล่นพนัน

พบได้เป็นส่วนใหญ่ เล่นเพื่อความสนุกสนานและสังสรรค์กับเพื่อนๆ ส่วนใหญ่
สามารถจำกัดจำนวนเงินในการเล่นได้ หยุดได้เมื่อถึงจุดที่ตั้งไว้แม้หรือชนะ
อาจเล่นบ่อยครั้ง เกือบละครั้ง สัปดาห์ละครั้ง โดยไม่ได้มีผลกระทบต่อ
ชีวิตประจำวันใดๆ เลย

3-5%

Problem Gambling
กลุ่มมีปัญหาการพนัน

การเล่นพนันเป็นประจำและต่อเนื่อง
จนเป็นนิสัย ไม่สามารถหยุดเล่นได้
แม้จะตั้งใจว่าจะหยุดเล่น
การเล่นพนันเป็นประจำและต่อเนื่อง
จนเป็นนิสัย ไม่สามารถหยุดเล่นได้

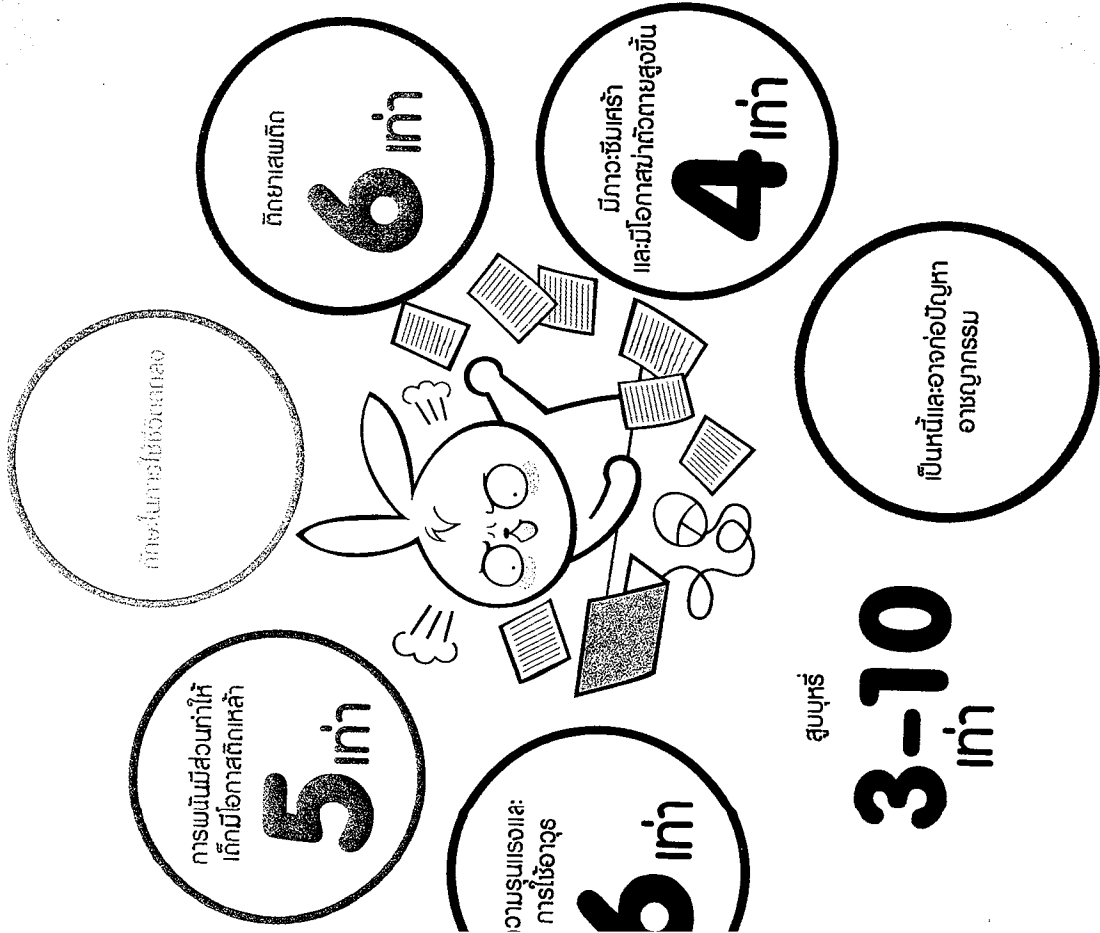


1-3%

Pathological Gambling / กลุ่มโรคติดการพนัน

เป็นการเจ็บป่วยทางจิต เป็นกลุ่มคนที่ไม่สามารถควบคุมความถี่ของการการเล่นพนัน
และไม่สามารถหยุดเล่นได้ มีผลแทรกซ้อนเกี่ยวกับอาหาร ออกนอกรวม สัมพันธภาพสำคัญ ในวัยผู้ใหญ่ เช่น
การรับลูกกลับบ้านจากโรงเรียน ในวัยรุ่นอาจจะมีผลต่อการเรียน และในด้านการงานและชีวิต เช่น
ล้มละลาย หย่าร้าง โทษ ขโมย และในรายที่รุนแรงอาจถึงขั้นฆ่าตัวตาย

การพนัน... เส้นทางสู่ปัญหา



แบบประเมินปัญหาการพนัน

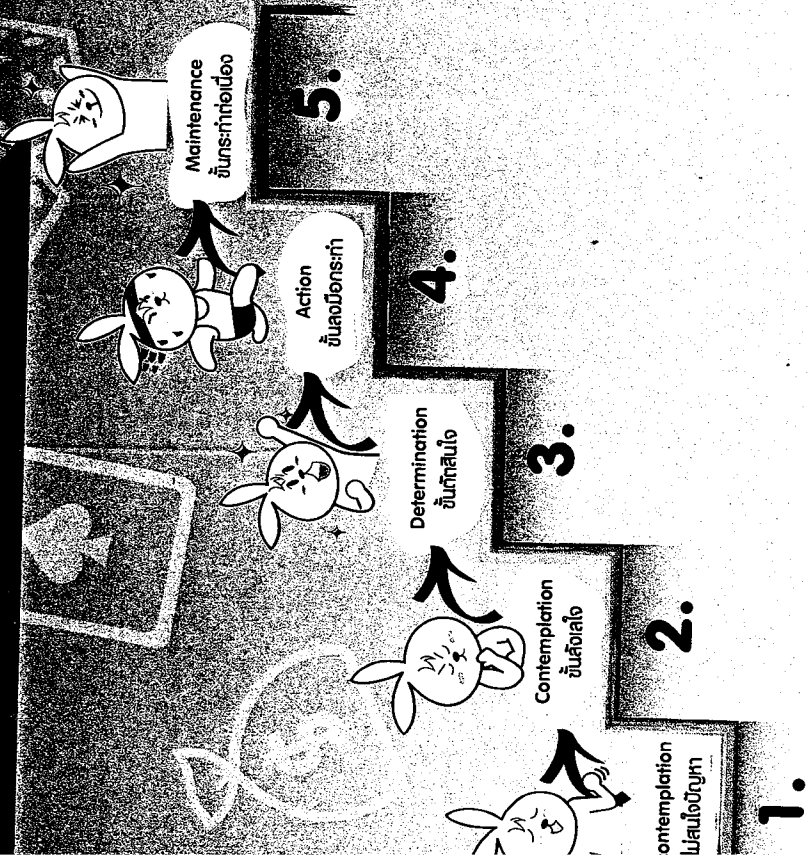
คำชี้แจง : โปรดทำแบบฯ ทำมีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบระดับการเป็นหรือไม่เป็นโรคการพนันอย่าง ✓ ในข้อที่ตรงตามความเป็นจริงมากที่สุด

คำถาม	ไม่เคย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	แทบทุกครั้ง
	0	1	2	3
1. คุณเคยเล่นพนันโดยใช้เงินจำนวนมากกว่าที่จะจ่ายได้ก่อนเสียเงินหรือไม่?				
2. คุณเคยต้องเพิ่มจำนวนเงินพนันเพื่อให้เกิดความตื่นเต้นหรือทำกำไรหรือไม่?				
3. คุณเคยหมดสติไปเล่นพนันเพื่อแก้เบื่อ โดยหวังว่าจะนำเอาเงินที่เสียไปคืนหรือไม่?				
4. คุณเคยต้องหยืมเงินหรือขายสิ่งของบางอย่างเพื่อให้ได้เงินมาเล่นหรือไม่?				
5. คุณเคยรู้สึกว่าคุณอาจมีปัญหาเกี่ยวกับการพนันหรือไม่?				
6. การพนันเคยทำให้คุณเกิดปัญหาสุขภาพ รวมถึงความเครียด ความกังวลหรือไม่?				
7. มีคนกล่าวถึงว่าเป็นผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการพนันหรือไม่ (ทั้งที่บุคคลเหล่านั้นหรือไม่มีก็ตาม)				
8. การพนันทำให้คุณมีปัญหาการเงินหรือทรัพย์สินในบ้านหรือไม่?				
9. คุณรู้สึกผิดที่ช่วยกันการเล่นพนันของตนเองหรือสิ่งก็ตามมาภายหลังหรือไม่?				
รวม				
	= คะแนน			

การแปลผล	การให้คะแนน : ให้คะแนนตามค่าขอบแต่ละข้อและรวมคะแนนทั้งหมด
คะแนน	แปลผล
8 คะแนนขึ้นไป	ความเสี่ยงสูงถึงอาจถึงขั้นเป็นและปัญหาที่เกิดจากการพนัน
3-7 คะแนน	ความเสี่ยงปานกลาง อาจเคยประสบปัญหาจากการพนัน
1-2 คะแนน	ความเสี่ยงต่ำ อาจมีปัญหาที่เกี่ยวกับการพนันเล็กน้อย แต่ไม่รุนแรง
0 คะแนน	ไม่มีปัญหาการพนัน

แปลจาก The Problem Gambling Severity Index (PGSI) กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ขั้นตอนการเปลี่ยนแปลง... เลิกขโมย



ขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการศึกษาขโมย

- ขั้นไม่สนใจปัญหา... ผมไม่ได้ติดการขโมย
- ขั้นเล็งใจ... ผมอยากเลิกนะ... แต่บางครั้งผมก็ยังสนุกและก็ได้เงินง่าย
- ขั้นตัดสินใจ... ผมจะเลิกเล่นขโมย!
- ขั้นลงมือกระทำ... ลงมือเลิกขโมย เมื่อเหมือนขม "ไม่เอาผมเลิกเล่นแล้ว"
- ขั้นรักษาต่อเนื่อง... "ทีใจจึง เลิกขโมยมาเกือบปีแล้ว"

ประสบการณ์การเลิกขโมย

