

เครียด เหงา เศร้า ซึม มากุยกัณ มารู้จักและรับมือโรคซึมเศร้ากันเถอะ



เมื่อวันที่ 10 กันยายน 2561 พื้นที่การเรียนรู้ Science Learning Space คณะวิทยาศาสตร์ จัดบรรยายพิเศษในหัวข้อ “เครียด เหงา เศร้า ซึม มากุยกัณ มารู้จักและรับมือโรคซึมเศร้ากันเถอะ” โดยได้รับเกียรติจากอาจารย์วีระเมฆวิสัย นักจิตวิทยาชำนาญการ และอาจารย์ณิชภา รัตนจันทร์ นักวิชาการสาธารณสุข จากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มาบรรยายและฝึกลงปฏิบัติ โดยให้ผู้ร่วมฟังบรรยายทำแบบทดสอบทางจิตวิทยา ฝึกการเป็นผู้ฟังที่ดีและการพูดเพื่อให้กำลังใจผู้อื่น โดยชี้ให้เห็นว่าโรคซึมเศร้าเป็นเรื่องใกล้

ตัวและมีโอกาสขึ้นกับทุกคน นอกจากนี้ยังได้อธิบายสาเหตุการเกิดโรคซึมเศร้าด้วยแนวคิดทางวิทยาศาสตร์ เช่น เกิดจากการที่สารเคมีในสมองไม่สมดุล เป็นต้น อธิบายความหมายของโรคซึมเศร้า สัญญาณการเกิดโรคซึมเศร้าแนวทางการดูแลและเฝ้าระวังโรคซึมเศร้าที่อาจจะเกิดขึ้น การรับมือและรักษาโรคซึมเศร้าเบื้องต้น โดยมีนักศึกษาและผู้สนใจเข้าร่วมฟังบรรยายในครั้งนี้ จำนวน 33 คน