

### คู่มือการให้บริการ : การขอใช้บริการ Relaxation Room

|                       |   |
|-----------------------|---|
| งานที่รับผิดชอบ       | ศูนย์ให้คำปรึกษา  |
| ขอบเขตการให้บริการ    | นิสิตมหาวิทยาลัยพะเยา<br>บุคลากรมหาวิทยาลัยพะเยา  |
| ช่องทางการให้บริการ   | ห้องศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE (D118)<br>อาคารสงวนเสริมศรี มหาวิทยาลัยพะเยา 19 ม.2 ต.แม่กา อ.เมือง จ.พะเยา<br>โทร. 0 5446 6666 ต่อ 6267 |
| ระยะเวลาเปิดให้บริการ | เจ้าหน้าที่ให้บริการวันและเวลาราชการ ตั้งแต่เวลา 08.30-16.30 น.   |

#### รายละเอียดการให้บริการ

1. การใช้คลื่นเสียงบำบัดความเครียด ความวิตกกังวล และนอนไม่หลับ
2. บริการเก้าอี้นวดไฟฟ้าคลายเครียด

#### ขั้นตอนและระยะเวลาการให้บริการ

| ขั้นตอน  | ระยะเวลา | ผู้รับผิดชอบ                                |
|--|----------|---|
| 1. ผู้รับบริการติดต่อเช็คตารางการใช้ห้อง<br>- เข้ามาที่ศูนย์ให้คำปรึกษา<br>- ทักมาที่เพจ Facebook พักใจ มพ<br>- โทรศัพท์ 054 466 666 ต่อ 6265 หรือ 6267 หรือ<br>080 623 9179 | ไม่ระบุ  | ผู้รับบริการ<br>เจ้าหน้าที่ศูนย์ให้คำปรึกษา |
| 2. ผู้รับบริการลงชื่อเข้าใช้บริการ พร้อมคำแนะนำในการใช้อุปกรณ์ และคัดกรองเบื้องต้น   | 15 นาที  | เจ้าหน้าที่ศูนย์ให้คำปรึกษา                 |
| 3. เข้ารับบริการ Relaxation Room   | 30 นาที  | ผู้รับบริการ                                |
| 4. ประเมินความพึงพอใจในการเข้ารับบริการ  | 10 นาที  | ผู้รับบริการ                                |
| 5. ลงชื่อออกพร้อมรับบัตรคืน  | 2 นาที   | ผู้รับบริการ<br>เจ้าหน้าที่ศูนย์ให้คำปรึกษา |

#### ระยะเวลาดำเนินการ

จนกว่าผู้เข้ารับบริการจะอาการดีขึ้น หรือ ได้รับการส่งต่อ

#### เอกสารที่ต้องใช้

บัตรประจำตัวนิสิต/บัตรประจำตัวประชาชน

1 ใบ

|   |
|---|
| <b>ค่าธรรมเนียม</b>   |
| ไม่มีค่าธรรมเนียม   |
| <b>ช่องทางการรับเรื่องร้องเรียน</b>   |
| 1. ณ ที่ตั้งสำนักงาน : งานธุรการกองพัฒนาคุณภาพนิสิตและนิสิตพิการอาคารสงวนเสริมศรี<br>มหาวิทยาลัยพะเยา<br>2. อีเมล : <a href="mailto:dsqup.63@up.ac.th">dsqup.63@up.ac.th</a><br>3. โทร : 0 5446 6666 ต่อ 6260 |
| <b>กฎหมายที่เกี่ยวข้อง (ข้อบังคับ/ระเบียบ/ประกาศ/คำสั่ง)</b>  |
| 1. พระราชบัญญัติสุขภาพจิต (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2562<br>2. ประกาศ เรื่อง แนวปฏิบัติและระบบกลไกการดูแลและเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตในนิสิต พ.ศ. 2566   |