

## สาระความรู้เกี่ยวกับสภาวะทางใจ

- การดูแลตนเองให้ห่างไกลโรคซึมเศร้าและความเครียด
- ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตเบื้องต้น
- โรคความบกพร่องทางเชาวน์ปัญญา, โรคบกพร่องทางการเรียนรู้ และโรคสมาธิสั้น
- ภาวะออทิซึม, ความผิดปกติของการสื่อความหมาย และโรคเครียด
- โรคพฤติกรรมบกพร่องกักตุน
- โรคซึมเศร้า, โรควิตกกังวล และโรคแพนิค
- โรคอารมณ์สองขั้ว, โรคเครียดภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และโรคจิตเภท
- โรคกลัว และโรคสมองเสื่อม
- การดูแลรักษาสุขภาพจิตเบื้องต้นด้วยตนเอง
- การดูแลช่วยเหลือจากมหาวิทยาลัยแม่โจ้และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง