คำนำ

กระบวนวิชา พ.จว. (305303) พฤติกรรมศาสตร์ (Behavioral Sciences) เป็นกระบวนวิชาหนึ่งในหลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดขึ้นสำหรับนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2568 โดยใช้เวลาในการศึกษา 1 สัปดาห์ 2 วัน

คู่มือฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อให้นักศึกษาได้ทราบขอบเขตและข้อมูลเบื้องต้นที่สำคัญของกระบวนวิชา อันประกอบด้วย วัตถุประสงค์ เนื้อหา การจัดลำดับการเรียนการสอน รายละเอียดของการวัดผล รวมไปถึงรายชื่อบุคคลและหน่วยงานต่าง ๆ ที่นักศึกษาอาจมีความจำเป็นต้องติดต่อ ทั้งนี้ คณะกรรมการฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่านักศึกษาจะสามารถนำข้อมูลที่ได้จากคู่มือเล่มนี้มาประกอบในการเรียนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของกระบวนวิชาได้อย่างสมบูรณ์

คณะกรรมการกระบวนวิชาพฤติกรรมศาสตร์
ตุลาคม 2568

ประมวลกระบวนวิชา

รหัสกระบวนวิชา	พ.จว.303 (305303)
ชื่อกระบวนวิชา	พฤติกรรมศาสตร์: Behavioral Sciences
เงื่อนไขที่ต้องผ่านก่อน	นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 3
จำนวนหน่วยกิต	2 หน่วยกิต [2(2-0-4)]

ลักษณะกระบวนวิชา

ความรู้เกี่ยวกับองค์รวมของทฤษฎีและมโนทัศน์ที่มีอิทธิพลต่อจิตพลวัตของบุคลิกภาพและพฤติกรรม ความจำ เชาวน์ปัญญา และการแก้ปัญหา มโนทัศน์เกี่ยวกับโรคและพยาธิสภาพทางจิต การจัดการกับความเครียด ปัญหาสุขภาพจิตในครอบครัว กลุ่มและสังคม ความก้าวร้าว อัตวินิบาตกรรมและฆาตกรรม ทักษะในการสื่อสารและสัมพันธภาพระหว่างแพทย์กับผู้ป่วย การประเมินผู้ที่มีอาการทางจิตและทดสอบทางจิตวิทยา ความผิดปกติทางจิต

วัตถุประสงค์กระบวนวิชา (Course Learning Outcomes: CLO) เมื่อสิ้นสุดกระบวนวิชา นักศึกษาสามารถ

1. ประยุกต์ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับจิตพลวัตของบุคลิกภาพและพฤติกรรม เพื่ออธิบายรูปแบบพฤติกรรมของแต่ละบุคคลได้
2. อธิบายความรู้เกี่ยวกับการจัดการกับความเครียด และปัจจัยทางครอบครัวและสังคมที่ส่งผลกระทบกับสุขภาพจิต
3. อธิบายถึงความก้าวร้าว การละเมิด ทารุณกรรม อัตวินิบาตกรรม และฆาตกรรม
4. ประยุกต์หลักการของการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย
5. อธิบายอาการผิดปกติทางจิตที่พบบ่อยได้ และวิเคราะห์ประวัติและอาการแสดงทางพฤติกรรมเบื้องต้นได้
6. รับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง
7. มีทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ

ความสอดคล้องของ PLO และผลลัพธ์การเรียนรู้ของกระบวนวิชา

PLO 1 มีคุณธรรมจริยธรรม จรรยาบรรณและเจตคติที่ดีต่อวิชาชีพแพทย์ และรับผิดชอบต่อบทบาทและหน้าที่ของตนเองและสังคม

PLO 2 วิเคราะห์องค์ความรู้พื้นฐานทางการแพทย์เกี่ยวกับโครงสร้างและกลไกการทำงานของร่างกายมนุษย์

PLO 3 ประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะทางคลินิกในการรักษาผู้ป่วยได้อย่างสมเหตุสมผล

PLO 4 บูรณาการความรู้ทางคลินิก หลักการ patient safety และคิดเชิงวิพากษ์ได้อย่างเหมาะสม

PLO 5 ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการค้นคว้าสารสนเทศในทางวิชาการและสำหรับการรักษาผู้ป่วยได้อย่างเป็นระบบ

PLO 6 มีทักษะในการสื่อสาร ความเป็นผู้นำ และมีความยืดหยุ่นในการปฏิบัติงานร่วมกับผู้ป่วย บุคคลแวดล้อม และบุคลากรทางการแพทย์อื่นๆ

PLO 7 ทำการวิจัยทางด้านการแพทย์ได้อย่างถูกต้องตามหลักวิชาการ

เนื้อหากระบวนวิชา	จำนวนชั่วโมงบรรยาย
1. ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับจิตพลวัตของบุคลิกภาพและพฤติกรรม	
1.1 บทนำการเข้าถึงพฤติกรรมศาสตร์และแพทยศาสตร์อย่างองค์รวม	1
1.2 การเติบโตและพัฒนาการตลอดช่วงชีวิต	2
1.3 การสูงวัยอย่างประสบความสำเร็จ	2
1.4 จิตวิทยาเกี่ยวกับความตาย และการสูญเสีย	2
1.5 พันธุศาสตร์ กายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา และชีวเคมีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม	2
1.6 ทฤษฎีพลวัตทางจิตและกลไกป้องกันตนเอง	2
1.7 ทฤษฎีการเรียนรู้และทฤษฎีอัตถิภาวนิยม-มนุษยนิยม	2
1.8 ทฤษฎีของบุคลิกภาพ	2
2. ความเครียดและการจัดการกับความเครียด	2
3. ปัจจัยทางครอบครัวและสังคมที่ส่งผลกระทบกับสุขภาพจิต	
3.1 ครอบครัวและพยาธิสภาพทางจิต	2
3.2 อิทธิพลของสังคมและวัฒนธรรมต่อสุขภาพจิต	2
4. ความก้าวร้าว การละเมิด ทารุณกรรม อัตวินิบาตกรรม และฆาตกรรม	
4.1 ความก้าวร้าว การละเมิด ทารุณกรรม และฆาตกรรม	1
4.2 อัตวินิบาตกรรม	1
5. หลักการของการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย	2
6. อาการทางจิตและความรู้พื้นฐานของภาวะและโรคทางจิต	
6.1 การประเมินผู้ที่มีอาการทางจิต	1
6.2 ความรู้พื้นฐานของภาวะและโรคทางจิต	4
รวม	**30**

การวัดและประเมินผล

นักศึกษามีส่วนในการวัดและประเมินผลต่าง ๆ ดังนี้

1. นักศึกษาเป็นผู้รับการวัดและประเมิน :

Summative assessment เป็นการประเมินซึ่งนำไปสู่การคำนวณเกรด หรือลำดับขั้นของนักศึกษาในกระบวนวิชานี้ โดยจัดให้มีการวัดผลตามพิสัยทางการศึกษา ดังแสดงในตารางต่อไปนี้

Domain	**During block**		**End of block**		**Total (%)**
	Method	%	*Method*	%	
Knowledge	-	-	MCQ	70	***70***
Attitude	-				***10***
	Formative Assessment Attendance	5	-	-	
	Self-reflection Attendance	5	-	-	
งานที่ได้รับมอบหมาย	-	-	เนื้อหา	15	***20***
	-	-	การนำเสนอ	5	
Total	-	**10**		**90**	**100**

*****แจ้งรายละเอียดให้ทราบวันเปิดชั้นเรียน

หมวด MCQ 70%

- ใช้การประเมินอักษรลำดับขั้นแบบอิงเกณฑ์ นักศึกษาจะต้องสอบได้คะแนนไม่น้อยกว่า minimal passing level (คำนวณจากค่า acceptability index ของข้อสอบลบด้วย 1.96 x SEM หรือให้เป็นไปตามข้อกำหนดของทางหน่วยบริหารหลักสูตร) จึงจะได้รับการประเมินอักษรลำดับขั้นในส่วนนี้ ซึ่งคิดเป็น 70% ของคะแนนทั้งหมด

หมวด Attitude 10%

- Attend formative (5%) นักศึกษาเข้าทำการทดสอบระหว่างเรียน
  ให้นักศึกษาเข้าลิงค์ทำกิจกรรมนี้ด้วยตนเอง โดยให้เข้าระบบบันทึกด้วย CMU mail
  และบันทึกรหัสนักศึกษาเพื่อตรวจสอบ โดยลิงค์จะเปิดให้เข้าถึงได้
  ตั้งแต่วันที่ 27 ตุลาคม 2568 เวลา 10.00 น. ถึงวันที่ 7 พฤศจิกายน 2568 เวลา 10.00 น.
  นักศึกษาสามารถเข้าร่วมไม่จำกัดครั้ง และนับเฉพาะการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นคะแนน เท่านั้น
  จะไม่คำนึงถึงความถูกต้องของคำตอบ และจะนับการเข้าร่วมในครั้งแรกที่เข้าร่วมสำเร็จ

  นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมสำเร็จ ภายในวันที่ 27 ตุลาคม 2568 เวลา 10.00 น. ถึงวันที่ 3 พฤศจิกายน 2568 เวลา 10.00 น. จะได้คะแนนเก็บการเข้าร่วมกิจกรรม 5 คะแนน
  หลังจาก 3 พฤศจิกายน 10.01 น. เป็นต้นไป นักศึกษาสามารถเข้าร่วมทำได้ โดยได้คะแนนลดหลั่นลงดังนี้
  3/11/68 10.01 น. - 4/11/68 10.00น. = 4
  4/11/68 10.01 น. - 5/11/68 10.00น. = 3
  5/11/68 10.01 น. - 6/11/68 10.00น. = 2
  6/11/68 10.01 น. - 7/11/68 10.00น. = 1

- Self reflection (5%)
  เป็นบันทึก ทบทวนตนเอง
  โดยให้เข้าระบบบันทึกด้วย CMU mail และบันทึกรหัสนักศึกษาเพื่อตรวจสอบ
  จะทำการตรวจความสมบูรณ์ในแต่ละสัปดาห์ และ เมื่อนักศึกษาบันทึกครบ

  โดยลิงค์จะเปิดให้เข้าถึงได้ตั้งแต่วันที่ 27 ตุลาคม 2568 เวลา 10.00 น.
  ถึงวันที่ 7 พฤศจิกายน 2568 เวลา 10.00 น.
  นักศึกษาสามารถเข้าร่วมไม่จำกัดครั้ง และจะนับการเข้าร่วมในครั้งแรกที่เข้าร่วมสำเร็จ

  นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมสำเร็จ ภายในวันที่ 27 ตุลาคม 2568 เวลา 10.00 น.
  ถึงวันที่ 3 พฤศจิกายน 2568 เวลา 10.00 น.
  จะได้ คะแนนเก็บการเข้าร่วมกิจกรรม 5คะแนน

  หลังจาก 3 พฤศจิกายน 10.01 น. เป็นต้นไป นักศึกษาสามารถเข้าร่วมทำได้ โดยได้คะแนนลดหลั่นลงดังนี้
  3/11/68 10.01 น. - 4/11/68 10.00น. = 4
  4/11/68 10.01 น. - 5/11/68 10.00น. = 3
  5/11/68 10.01 น. - 6/11/68 10.00น. = 2
  6/11/68 10.01 น. - 7/11/68 10.00น. = 1

จากนั้นนำคะแนนที่ได้ในส่วนนี้ทั้งหมด เต็ม 10 คะแนน
มาตัดเกรดส่วนนี้ดังต่อไปนี้
9-10 คะแนน ลำดับขั้นที่ได้ A
7-8 คะแนน ลำดับขั้นที่ได้ B+
5-6 คะแนน ลำดับขั้นที่ได้ B
3-4 คะแนน ลำดับขั้นที่ได้ C+
1-2 คะแนน ลำดับขั้นที่ได้ C
0 คะแนน ลำดับขั้นที่ได้ D

หมวด Skill -การวัดกระบวนการกลุ่ม (Group Process) 20%

- งานกลุ่มแบ่งนักศึกษา ทำชิ้นงาน ทำสื่อ และหรือนำเสนอ ในหัวข้อเกี่ยวกับทักษะการ สื่อสารกับประชาชนทั่วไปโดยให้คะแนนในเกณฑ์ 1.ด้านเนื้อหา 15%, 2.รูปแบบการนำเสนอ 5 % มีรายละเอียดดังนี้

1.ด้านเนื้อหาคะแนนความถูกต้องของรายงาน คิดเป็น 10% ของคะแนนทั้งหมด ซึ่งชิ้นงานแต่ละชิ้นจะถูกตรวจโดยอาจารย์อย่างน้อย 2 ท่าน และนำคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย อาจารย์ผู้ตรวจจะพิจารณารายงานโดยใช้ rubric score ในประเด็นต่อไปนี้

Criteria	0	1	2	3	4
การลอกเลียนวรรณกรรม	เป็นการลอกเลียนวรรณกรรม(0)	พบการลอกเลียนวรรณกรรมเกินกึ่งหนึ่งของเนื้อหา (1)	พบการลอกเลียนวรรณกรรม ไม่เกินกึ่งหนึ่งของเนื้อหา (2)	สังเกตพบการลอกเลียนวรรณกรรมเล็กน้อย (3)	ไม่พบการลอกเลียนวรรณกรรม (4)
ความเข้าใจในทฤษฎีและหลักการ	ไม่มีความเข้าใจในทฤษฎีและหลักการ (0)	มีความเข้าใจในทฤษฎีและหลักการน้อย (1)	มีความเข้าใจในทฤษฎีและหลักการปานกลาง (2)	มีความเข้าใจในทฤษฎีและหลักตามสมควร (3)	มีความเข้าใจในทฤษฎีและหลักการครบถ้วนและถูกต้อง (4)
ทักษะการเรียบเรียงเนื้อหา	ไม่สามารถเข้าใจหรือจับใจความสำคัญได้เลย (0)	จับใจความสำคัญได้ยาก (1)	ทำความเข้าใจหรือจับใจความสำคัญได้ค่อนข้างยาก (2)	สามารถอ่านแล้วเข้าใจหรือจับใจความสำคัญได้ง่าย (3)	สามารถอ่านแล้วเข้าใจหรือจับใจความสำคัญได้เป็นอย่างดี มีการลำดับเนื้อหาได้อย่างดี (4)
ความถูกต้องของข้อมูล	ไม่มีความถูกต้องของข้อมูลโดยเฉพาะจุดที่สำคัญ (0)	มีประเด็นสำคัญผิดพลาดคลาดเคลื่อนหลายประเด็น (1)	มีประเด็นสำคัญผิดพลาดคลาดเคลื่อน (2)	มีความถูกต้องของข้อมูลเป็นส่วนใหญ่ (3)	ข้อมูลถูกต้องทั้งหมด (4)
แหล่งอ้างอิง	ไม่ระบุแหล่งอ้างอิง (0)	แหล่งอ้างอิงมีความไม่น่าเชื่อถือ (1)	แหล่งอ้างอิงมีความน่าเชื่อถือน้อย (2)	สามารถระบุแหล่งอ้างอิงได้อย่างถูกต้องเป็น	สามารถระบุแหล่งอ้างอิงได้อย่างถูกต้อง

				ส่วนใหญ่ หรือแหล่งอ้างอิงมีความน่าเชื่อถือ (3)	ทั้งหมด และแหล่งอ้างอิงมีความน่าเชื่อถือ (4)

2.รูปแบบการนำเสนอ 10 % อาจารย์จะพิจารณารายงานโดยใช้ rubric score ในประเด็นต่อไปนี้

เกณฑ์การออกแบบโปสเตอร์/แผ่นพับ/VDO	0	1	2	3	4
ความเหมาะสมของปริมาณเนื้อหา	ไม่มีเนื้อหาทางวิชาการ (0)	เนื้อหาน้อยเกินไปหรือมากเกินไปอย่างมาก (1)	เนื้อหาน้อยเกินไปหรือมากเกินไป (2)	เนื้อหามีความเหมาะสมดี (3)	มีความเหมาะสมของปริมาณเนื้อหาดีมาก (4)
ความเชื่อมโยงของเนื้อหา	ไม่มีความเป็นชิ้นงานเดียวกัน ขาดความเชื่อมโยงอย่างมาก (0)	ขาดการเชื่อมโยงเนื้อหาในแต่ละส่วนของผลงานเป็นส่วนใหญ่ (1)	มีบางส่วนของชิ้นงานที่โดดเด่นมากเป็นพิเศษ ไม่เป็นหนึ่งเดียวกันกับชิ้นงานทั้งหมด (2)	สามารถเชื่อมโยงเนื้อหาได้ดี (3)	สามารถเชื่อมโยงเนื้อหาได้เป็นอย่างดีมาก เห็นถึงความกลมกลืนของชิ้นงานเป็นชิ้นเดียว (4)
คุณภาพของงาน	สร้างความเข้าใจผิดซึ่งเป็นโทษแก่ผู้รับชมผลงาน (0)	สร้างความเข้าใจผิดซึ่งอาจเป็นโทษแก่ผู้รับชมผลงาน (1)	ไม่เป็นประโยชน์ต่อผู้รับสาร (2)	มีความชัดเจนนำให้ผู้รับสารได้ความรู้ใหม่ (3)	มีความชัดเจนรายละเอียดดีและเหมาะแก่การอ้างอิงถึงหรือนำไปใช้ประโยชน์ต่อ (4)
ความคิดสร้างสรรค์	ขาดความดึงดูด เช่น เรียงความ (0)	มีสีสันน้อย ไม่ดึงดูด เช่น บทความสั้นๆ ไม่มีรูปประกอบ (1)	ใช้เทคนิกนำเสนอทั่วๆไป เช่น ใบปลิว ขาวดำ ขาดรูปประกอบ (2)	ในภาพรวมมีสีสัน ดึงดูดผู้ชม หรือมีความสวยงาม หรือเทคนิกนำเสนอค่อนข้างซับซ้อน เช่น	สร้างสรรค์แปลกใหม่ หรือเทคนิกนำเสนอซับซ้อน เช่น VDO clip, booklet, animation (4)

				บทความประกอบรูป (3)	
ความเหมาะสมกับเป้าหมาย	นำเสนออย่างไม่เหมาะสม ขัดกับขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคม (0)	มีคำหยาบคาย (1)	มีtechnical term อยู่บ้าง (2)	ภาษาอยู่ในระดับที่เหมาะสมเป็นส่วนใหญ่ สามารถสื่อสารใจความสำคัญได้ (3)	สามารถสื่อสารเนื้อหาทั้งหมดได้อย่างเหมาะสมกับเป้าหมาย (4)

ชิ้นงานจะมีคะแนนเต็ม 20 คะแนน, คะแนนนำเสนอ 20 คะแนน เมื่อรวมคะแนนแล้วจะมีคะแนนเต็ม 40 คะแนน จากนั้นจะนำคะแนนที่ได้มา รวมเฉลี่ยให้เป็น 100% และพิจารณาใช้การประเมินอักษรลำดับขั้นแบบอิงเกณฑ์ ดังนี้

ช่วงคะแนน	ลำดับขั้นที่ได้
> 71	A
61-70	B+
51-60	B
41-50	C+
31-40	C
21-30	D+
11-20	D
0-10	F

กำหนดส่งภายวันศุกร์ ที่ 7 พฤศจิกายน 2568
ส่งช้าหักวันละ 5 คะแนน
หากไม่ส่งจะ พิจารณาให้ลำดับขั้น I

2. นักศึกษาเป็นผู้วัดและประเมิน :

2.1. การประเมินอาจารย์ผู้สอน เมื่อเรียนกระบวนวิชานี้เสร็จแล้ว ให้นักศึกษาเข้าไปประเมินการสอนของอาจารย์ผ่านทางระบบ CMU MIS

2.2. การประเมินกระบวนวิชา เมื่อเรียนกระบวนวิชานี้เสร็จแล้ว ให้นักศึกษาประเมินภาพรวมของการเรียนการสอนในกระบวนวิชาผ่านทางระบบ CMU MIS

ภาคผนวก

Group project

การจัดกลุ่ม

ให้จัดตามอัธยาศัย โดยมีจำนวนไม่เกินกลุ่มละ **15** คน และรวมทั้งชั้นปีไม่เกิน **18** กลุ่ม
แล้วให้แจ้งใน **Group project 2568** และติดต่อรายงานตัวกับอาจารย์ประจำกลุ่ม ภายในวันที่ **27** ตุลาคม **2568**

โจทย์

ให้ทำสื่อ โปสเตอร์ ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะ/โรคทางจิตเวชที่พบบ่อย
(แต่ละหัวข้อ จะมีอาจารย์ที่ปรึกษาต่างกัน และจำกัดหัวข้อละ 3 กลุ่ม)

หัวข้อได้แก่ **:**

1**.**ภาวะนอนไม่หลับ
2.กลุ่มโรควิตกกังวล
3.โรคสมาธิสั้น
4.โรคไบโพลาร์
5.อาการหูแว่ว
6.สุขภาพจิตกับชีวิตออนไลน์

- ขนาด **Portrait A2 (420 x 594 mm)** จำนวน **1**หน้า ต่อกลุ่ม
  รูปแบบไฟล์ที่ส่ง : **.jpg** หรือ **.png** หรือ **.pdf**
- กลุ่มเป้าหมายคือ ประชาชนชาวไทยทั่วไป

<u> กำหนดส่งชิ้นงานภายใน วันศุกร์ ที่ 7 พฤศจิกายน 2568 **</u>**

รายละเอียดการสอบ formative

Formative assessment และ self-reflection กิจกรรมละ 1 ครั้ง
นักศึกษาที่เข้าภายใน เปิดลิงค์ - 3พฤศจิกายน 10.00น. จะได้ คะแนนเก็บการเข้าร่วมกิจกรรม กิจกรรมละ 5คะแนน

Link	หรือ QR code
https://forms.gle/VfQ3q9SMfoVFHSbQ6 หรือ https://cmu.to/formative68	
https://forms.gle/Xjk7PPDn9gnZKQEy7 หรือ https://cmu.to/SfRf68	

ผู้บริหารจัดการกระบวนวิชา

ผู้รับผิดชอบกระบวนวิชา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แพทย์หญิง ปุณย์จารี วิริยโกศล

คณาจารย์ผู้สอน

1. ศาสตราจารย์ นพ.มานิต ศรีสุรภานนท์
2. ศาสตราจารย์ นพ.ทินกร วงศ์ปการันย์
3. ศาสตราจารย์ นพ.ณรงค์ มณีทอน
4. ศาสตราจารย์ พญ.เบญจลักษณ์ มณีทอน
5. ศาสตราจารย์ พญ.ณหทัย วงศ์ปการันย์
6. ศาสตราจารย์ พญ.ศิริจิต สุทธจิตต์
7. รองศาสตราจารย์ พญ.สุรินทร์พร ลิขิตเสถียร
8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.อัศวิน นาคพงศ์พันธุ์
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.อวิรุทธ์ อุ่นอารมย์
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พญ.ชวิศา สุระดม
11. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พญ.ณันน์ทพร การเวกปัญญาวงศ์
12. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พญ.ปุณย์จารี วิริยโกศล
13. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พญ.พิชญา พจนโพธา
14. อาจารย์ พญ.เกวลิน วรรธนัจฉริยา
15. อาจารย์ พญ.สิริวิภา เจ็กภู่