



# คู่มือการดำเนินงาน ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
กลุ่มบริหารงานบุคคล

คู่มือการดำเนินงาน : งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน



## โรงเรียนศึกษานารี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1

## สารบัญ

กิจกรรม	หน้า
หมายเลขเอกสารระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน โรงเรียนศึกษานารี.....	3
แผนภูมิการบริหารจัดการระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียน.....	6
บทนำ ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	7
กฎหมาย นโยบาย และจุดเน้นที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวปฏิบัติของโรงเรียนเรื่องกระบวนการพัฒนาการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	10
ปฏิบัติตามแผนการดำเนินงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	12
องค์ประกอบของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	14
บทบาทภาระหน้าที่ของครูที่ปรึกษาในระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	14
แบบฟอร์มประกอบการดำเนินงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	21
ข้อมูลนักเรียนรายบุคคล (ดล.ศน.01).....	22
บันทึกประเมิน SDQ (ดล.ศน.02).....	24
คู่มือแนะนำการใช้แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก SDQ (สำหรับครู).....	31
แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ E.Q. (ดล.ศน.04).....	37
แบบคัดกรองนักเรียนเป็นรายบุคคล (ดล.ศน.06).....	43
บันทึกเวลาโรงเรียน (ดล.ศน.08).....	48
บันทึกเยี่ยมบ้าน (ดล.ศน.10).....	49
บันทึกการโฮมรูมนักเรียน (ดล.ศน.12).....	51
บันทึกกิจกรรมหน้าเสาธง (ดล.ศน.13).....	52
แบบบันทึกการให้คำปรึกษา (ดล.ศน.15).....	53
บันทึกการส่งต่อภายใน โดยครูที่ปรึกษา (ดล.ศน.17).....	54
แบบรายงานแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน จากการส่งต่อบุคลากรภายในโรงเรียน (ดล.ศน.18).....	55
บันทึกการส่งต่อนักเรียน กรณีจำนวนมาก (ดล.ศน.19).....	58
บันทึกการส่งต่อกายนอก (ดล.ศน.20).....	57
แบบแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน (ดล.ศน.22).....	58
การจัดกิจกรรมพบผู้ปกครองในชั้นเรียน (Classroom Meeting) (ดล.ศน.23).....	59
แบบบันทึกการติดต่อกับผู้ปกครองเพื่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียน (ดล.ศน.24).....	60
บันทึกการส่งต่อนักเรียนเพื่อเลื่อนระดับชั้น (ดล.ศน.25).....	61
แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (อายุ 15-18 ปี).....	62
การเขียนรายงานการศึกษากรณี (Case Study) (ดล.ศน.26).....	68
แบบบันทึกพฤติกรรมและการเฝ้าระวังดูแลช่วยเหลือนักเรียน.....	72
แบบบันทึกการดำเนินการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจากการคัดกรอง.....	73



หมายเลขเอกสารระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
โรงเรียนศึกษานารี

หมายเลข	เอกสาร
ดล.ศน.01	ข้อมูลนักเรียนรายบุคคล
ดล.ศน.02	บันทึกประเมิน SDQ 1) ฉบับครู 2) ฉบับนักเรียน 3) ฉบับผู้ปกครอง
ดล.ศน.03	สรุปผลการคัดกรอง SDQ
ดล.ศน.04	แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ EQ.
ดล.ศน.05	สรุปผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ EQ.
ดล.ศน.06	แบบบันทึกคัดกรองรายบุคคล
ดล.ศน.07	สรุปผลการคัดกรองรายบุคคล
ดล.ศน.08	บันทึกเวลาโรงเรียน online
ดล.ศน.09	รายงานผลการบันทึกการลงเวลาโรงเรียน
ดล.ศน.10	แบบบันทึกการเยี่ยมบ้านนักเรียน
ดล.ศน.11	รายงานผลการเยี่ยมบ้านนักเรียน
ดล.ศน.12	บันทึกการโฮมรูม
ดล.ศน.13	แบบบันทึกการเช็คแกลวนักเรียน/บันทึกกิจกรรมหน้าเสาธง ออนไลน์
ดล.ศน.14	สรุปรายงานบันทึกการเข้าร่วมกิจกรรมหน้าเสาธง
ดล.ศน.15	แบบบันทึกการให้คำปรึกษา
ดล.ศน.16	สรุปสถิติรายงานการให้คำปรึกษา
ดล.ศน.17	บันทึกการส่งต่อภายใน
ดล.ศน.18	แบบรายงานแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน
ดล.ศน.19	บันทึกการส่งต่อนักเรียน (กรณีจำนวนมาก)
ดล.ศน.20	บันทึกการส่งต่อภายนอก
ดล.ศน.21	รายงานบันทึกผลการส่งต่อ
ดล.ศน.22	แบบแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน
ดล.ศน.23	การจัดกิจกรรมพบผู้ปกครองชั้นเรียน Classroom Meeting
ดล.ศน.24	แบบบันทึกการติดต่อกับผู้ปกครองเพื่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
ดล.ศน.25	บันทึกการส่งต่อนักเรียนเพื่อเลื่อนระดับชั้น
ดล.ศน.26	การเขียนรายงาน Case Study



## วิสัยทัศน์โรงเรียนศึกษานารี

จัดการศึกษาให้ได้มาตรฐานสากล เปี่ยมล้นคุณธรรม  
ล้ำเลิศวิชาการ สืบสานวัฒนธรรมไทย ใส่ใจในสถาบัน  
สร้างสรรค์สังคมไทย และสังคมโลก

## พันธกิจ

1. บริหารและจัดการศึกษาให้ได้มาตรฐานสากล
2. พัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาให้มีศักยภาพเหมาะสมต่อการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียน
3. พัฒนาบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ และเสริมสร้างสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดีของผู้เรียน
4. จัดการศึกษาตามศักยภาพของผู้เรียน โดยมุ่งเน้นให้เป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ตามแนววิถีพุทธ
5. พัฒนาเยาวชนให้นิยมใช้ของไทยและอนุรักษ์วัฒนธรรมไทย
6. จัดการศึกษาให้ผู้เรียนภูมิใจในสถาบัน
7. พัฒนาเยาวชนให้เก่ง ดี มีสุข และรู้จักทำประโยชน์ให้แก่สังคม
8. ประสานความร่วมมือระหว่างสถานศึกษากับชุมชนในการพัฒนาการศึกษา

## เอกลักษณ์ของโรงเรียนศึกษานารี “โรงเรียนสตรี ดี เด่น ดัง อย่างยั่งยืน”

คำอธิบาย

1. **โรงเรียนสตรี** หมายถึง โรงเรียนศึกษานารีมีนักเรียนหญิงล้วน ระดับ ม.1-ม.6 ตั้งอยู่ในเขตธนบุรี
2. **ดี** หมายถึง สถานศึกษาที่พัฒนาให้ผู้เรียนมีคุณภาพเป็นเลิศ ทั้งด้านวิชาการ ด้านสมรรถนะ และคุณลักษณะที่พึงประสงค์
3. **เด่น** หมายถึง สถานศึกษาที่จัดการศึกษาได้ดีเยี่ยม เป็นที่ยอมรับของชุมชน ทุกด้าน ได้แก่ ด้านผู้เรียน ด้านกระบวนการภายในโรงเรียน ด้านการเรียนรู้ การพัฒนา และด้านผู้ให้การสนับสนุนชุมชนแห่งการเรียนรู้
4. **ดัง** หมายถึง สถานศึกษาที่มีชื่อเสียงทุกด้าน ได้แก่ ด้านคุณภาพผู้เรียน ด้านคุณภาพการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้
5. **อย่างยั่งยืน** หมายถึง สถานศึกษาที่มีชื่อเสียงคงทน เน้นการพัฒนา โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

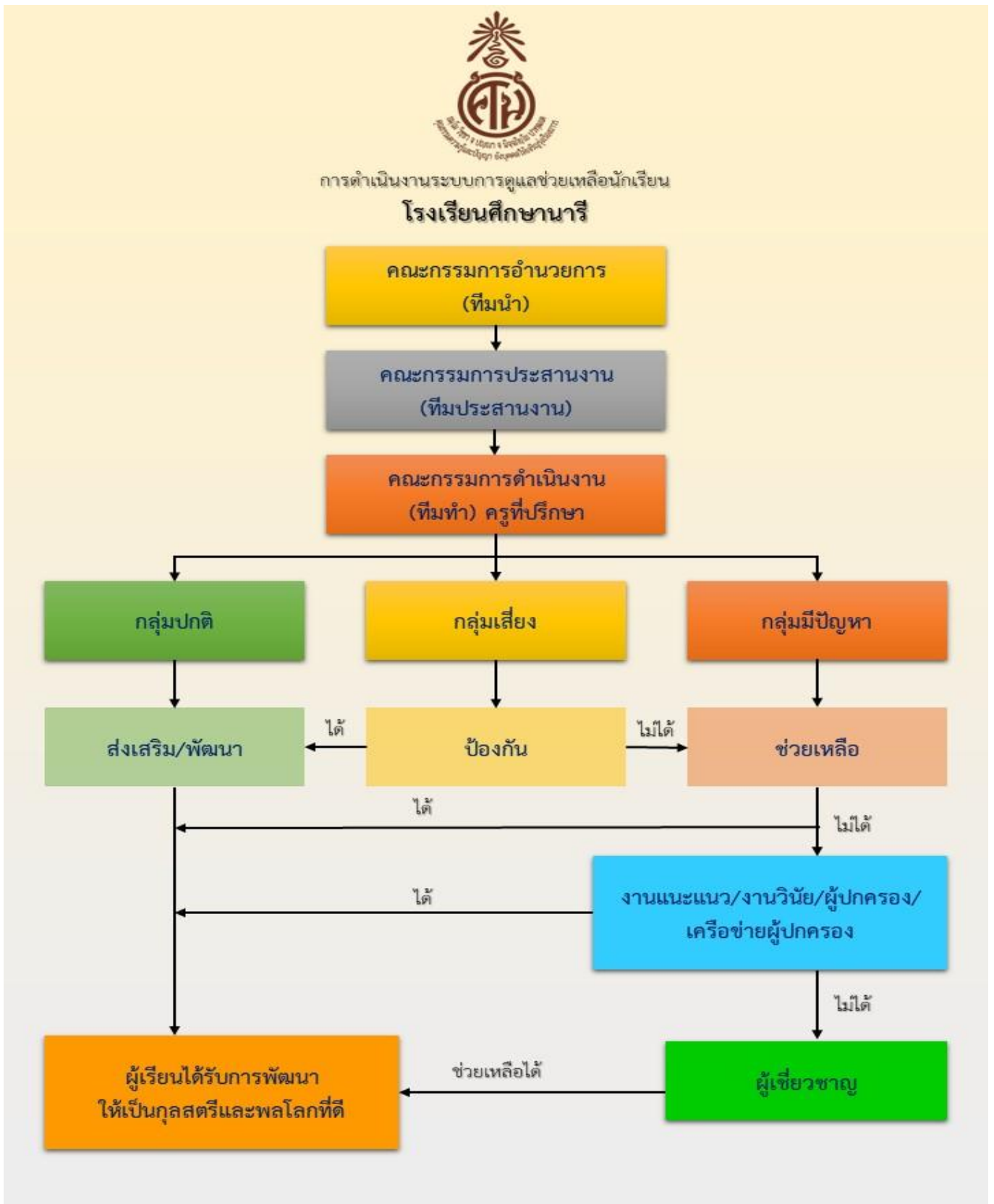
## อัตลักษณ์ของโรงเรียนศึกษานารี “กุลสตรีไทย ก้นสมัย ก้าวไกล ในสากล”

คำอธิบาย

1. **กุลสตรีไทย** หมายถึง หญิงที่มีความประพฤติดี เรียบร้อย มีระเบียบ แต่งกายสะอาด และสง่างาม
2. **ก้นสมัย** หมายถึง ตามสมัยนิยม ทันโลก ทันเหตุการณ์ ด้านการศึกษา การเมือง เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม
3. **ก้าวไกลในสากล** หมายถึง มีความรู้ พัฒนาตนเองอยู่เสมอ และสามารถ แข่งขันได้ในระดับ ASEAN และนานาชาติ



แผนภูมิการบริหารจัดการระบบ  
การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียน



## บทนำ

### ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

การพัฒนาให้นักเรียนให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความสามารถ มีคุณธรรม จริยธรรม และมีวิถีชีวิตที่เป็นสุขตามที่สังคมมุ่งหวัง โดยผ่านกระบวนการทางการศึกษานั้น นอกจากจะดำเนินการด้วยการส่งเสริม สนับสนุนนักเรียนแล้ว การป้องกันและการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นกับนักเรียนก็เป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งของการพัฒนา เนื่องจากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมากทั้งด้านการสื่อสาร เทคโนโลยีต่าง ๆ ซึ่งนอกจากจะส่งผลกระทบต่อผู้คนในเชิงบวกแล้วในเชิงลบก็มีปรากฏเช่นกัน เป็นต้นว่า ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาการระบาดของสารเสพติด ปัญหาการแข่งขันในรูปแบบต่าง ๆ ปัญหาครอบครัวซึ่งก่อให้เกิดความทุกข์ ความวิตกกังวล ความเครียด มีการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม หรืออื่น ๆ ที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพจิต และสุขภาพกายของทุกคนที่เกี่ยวข้อง ดังนั้น ภาพความสำเร็จที่เกิดจากการพัฒนาให้นักเรียนให้เป็นไปตามความมุ่งหวังนั้น จึงต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายทุกคนโดยเฉพาะบุคลากร ครูทุกคนในโรงเรียน ซึ่งมีครูที่ปรึกษาเป็นหลักสำคัญในการดำเนินการต่าง ๆ เพื่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างใกล้ชิดด้วยความรักและเมตตา ที่มีต่อศิษย์ และภาคภูมิใจในบทบาทที่มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนให้เติบโต งามงาม เป็นบุคคลที่มีคุณค่าของสังคมต่อไปบทบาทของครูที่กล่าวมานั้น คงมีใช้เรื่องใหม่ เพราะมีการปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอและได้ดำเนินการมานานแล้วนับตั้งแต่อดีตจนได้รับการยกย่องให้เป็นปูชนียบุคคล แต่เพื่อให้ทันต่อความเปลี่ยนแปลงของยุคสมัย โดยเฉพาะการทำงานอย่างมีระบบที่มีกระบวนการทำงาน มีหลักฐานการปฏิบัติงาน มีเทคนิค วิธีการ หรือการใช้เครื่องมือต่าง ๆ เพื่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแล้ว ความสำเร็จของงานย่อมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว มีประสิทธิภาพ ผลดีย่อมเกิดขึ้นกับทุกคนทั้งทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นครู นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชนหรือสังคม

นอกจากนี้ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 ได้กำหนดความมุ่งหมาย และหลักการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (มาตรา 6) และแนวการจัดการศึกษายังได้ให้ความสำคัญแก่ผู้เรียนทุกคน โดยยึดหลักว่าทุกคนมีความสามารถ เรียนรู้และพัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด ต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ (มาตรา 22) ในการจัดการศึกษา ต้องเน้นความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้และบูรณาการตามความเหมาะสมของแต่ละระดับการศึกษา ซึ่งเรื่องหนึ่งที่กำหนดให้ดำเนินการคือเรื่อง ความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพและการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข (มาตรา 23 ข้อ (5) ) ทั้งนี้การจัดการกระบวนการเรียน ให้คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ผู้เรียนรู้จักประยุกต์ความรู้มาใช้เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา ให้รู้จักคิดเป็น ทำเป็น รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงาม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ในทุกวิชา อีกทั้งมีการประสานความร่วมมือกับบิดา มารดา ผู้ปกครองและบุคคลในชุมชนทุกฝ่าย เพื่อร่วมกันพัฒนาผู้เรียนตามศักยภาพในการปฏิรูปวิชาชีพครู ซึ่งเป็นการพัฒนาครูให้เป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถมีคุณลักษณะที่ได้คุณภาพ และมาตรฐานวิชาชีพ ตามการประกันคุณภาพการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ด้านปัจจัย คือ ครู ที่ระบุในมาตรฐานที่ 2 ครูมีคุณธรรม จริยธรรม คุณลักษณะที่พึงประสงค์ โดยมีตัวชี้วัดที่สำคัญและเกี่ยวข้องกับบทบาทหน้าที่ของครูในการพัฒนานักเรียน คือ การมีความรัก เอื้ออาทร

เอาใจใส่ ดูแลผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอ การมีมนุษยสัมพันธ์และสุขภาพจิตที่ดี พร้อมทั้งจะแนะนำและร่วมกันแก้ปัญหาของผู้เรียน แสดงให้เห็นว่า ครู ต้องพัฒนาตนเองให้เป็นครุมืออาชีพ คือ นอกจากจะทำหน้าที่ครูผู้มีความรู้ ความสามารถในการจัดการเรียนการสอนให้นักเรียนแล้วยังต้องทำหน้าที่อื่น ๆ ที่เป็นการสนับสนุนหรือพัฒนาให้นักเรียนมีคุณภาพ ทั้ง ดี เก่ง มีสุข ซึ่งสอดคล้องกับมาตรฐานด้านผลผลิต คือนักเรียนในการประกันคุณภาพการศึกษา มาตรฐานที่ 4 ที่มุ่งให้นักเรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ มาตรฐานที่ 5 มีสุนทรียภาพ และลักษณะนิสัยด้านศิลปะ ดนตรี กีฬา มาตรฐานที่ 6 รู้จักตนเอง พึ่งตนเองได้ และมีบุคลิกภาพที่ดี มาตรฐานที่ 7 มีสุขนิสัย สุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ปลอดภัยจากสิ่งเสพติดให้โทษ ซึ่งการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจะเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง ที่ช่วยให้นักเรียนมีคุณภาพตามมาตรฐานดังกล่าวได้ โดยผ่านกระบวนการทำงานที่เป็นระบบ ซึ่งมีความสอดคล้องกับมาตรฐานด้านกระบวนการของการประกันคุณภาพการศึกษา มาตรฐานที่ 1 ที่ให้โรงเรียนมีการบริหารและการจัดการอย่างเป็นระบบ มาตรฐานที่ 4 มีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มาตรฐานที่ 7 ส่งเสริมความสัมพันธ์ และความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรภาครัฐและเอกชนในการจัดและพัฒนาการศึกษา ดังนั้น ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจึงเป็นระบบที่สามารถดำเนินการเพื่อรับการประกันคุณภาพได้ ซึ่งครอบคลุมทั้งด้านปัจจัยด้านผลผลิตและด้านกระบวนการ

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นกระบวนการหนึ่งในการบริหารจัดการของสถานศึกษาที่จะดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีขั้นตอน วิธีการและเครื่องมือการทำงานที่ชัดเจน มีครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักในการดำเนินงาน โดยการมีส่วนร่วมของบุคลากรและเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษา อาทิ คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ผู้ปกครอง ชุมชน ผู้บริหาร ครูทุกคน ฯลฯ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) จึงกำหนดนโยบายสำคัญให้สถานศึกษาในสังกัดทุกแห่งจัดให้มีระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และดำเนินการอย่างจริงจัง ต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความยั่งยืนนักเรียนทุกคนจะต้องได้รับการดูแล ช่วยเหลือ พิทักษ์ ปกป้อง ค้ำครองอย่างรอบด้านด้วยกระบวนการที่ถูกต้องเหมาะสมและทันการณ์ ได้รับการพัฒนาในทุกมิติ เพื่อให้เป็นคนดี มีความสุขและปลอดภัยในสภาพสังคมปัจจุบัน

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นกระบวนการหนึ่งในการบริหารจัดการการศึกษาของโรงเรียนที่จะดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีขั้นตอน วิธีการและเครื่องมือการทำงานที่ชัดเจน มีครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักในการดำเนินงาน โดยการมีส่วนร่วมของบุคลากรและเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน อาทิ คณะกรรมการโรงเรียนขั้นพื้นฐาน ผู้ปกครอง ชุมชน ผู้บริหาร ครูทุกคน ฯลฯ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) จึงได้มีการกำหนดนโยบายสำคัญให้โรงเรียนในสังกัดทุกแห่งจัดให้มีระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และดำเนินการอย่างจริงจัง ต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความยั่งยืนนักเรียนทุกคนจะต้องได้รับการดูแล ช่วยเหลือ พิทักษ์ ปกป้อง ค้ำครองอย่างรอบด้านด้วยกระบวนการที่ถูกต้องเหมาะสมทันการณ์ ได้รับการพัฒนาในทุกมิติ เพื่อให้เป็นคนดี มีความสุข และปลอดภัยในสภาพสังคมปัจจุบัน

## กฎหมาย นโยบาย และจุดเน้นที่เกี่ยวข้อง

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 และ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553

หมวด 1 มาตรา 6 การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

หมวด 4 มาตรา 22 การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่า ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ

มาตรา 26 ให้สถานศึกษาจัดการประเมินผู้เรียน โดยพิจารณาจากพัฒนาการของผู้เรียน ความประพฤติ การสังเกต พฤติกรรมการเรียน การรวมกิจกรรม และการทดสอบควบคู่ไปกับกระบวนการเรียนการสอนตามความเหมาะสมของแต่ละระดับและรูปแบบการศึกษา

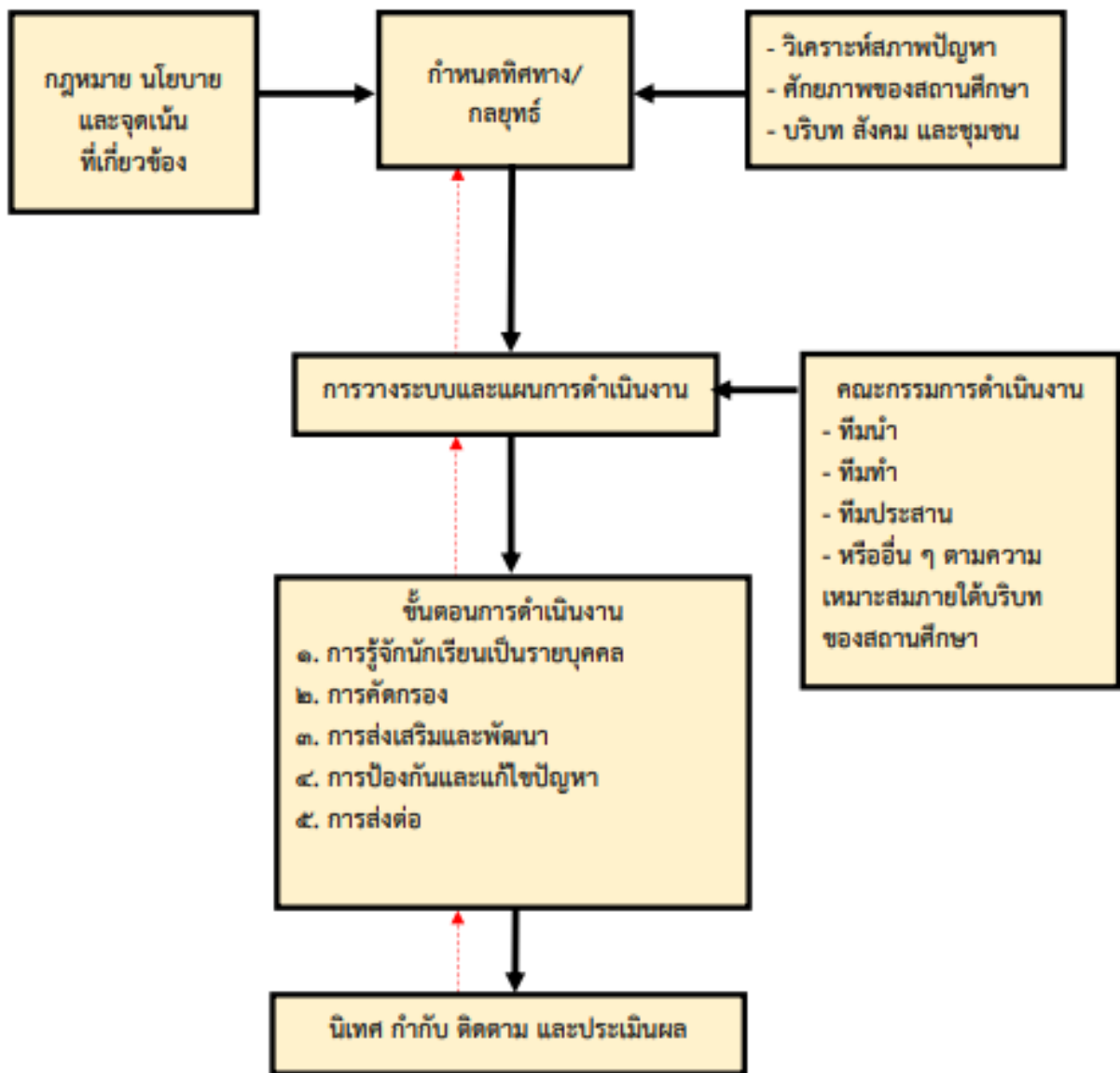
## พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ.2546

พระราชบัญญัตินี้มีเป้าหมายในการดูแลช่วยเหลือเด็กและครอบครัวให้อยู่ในสภาพที่มีมาตรฐานในการดำรงชีวิตที่ดี ได้รับการดูแล ให้มีพัฒนาการตามวัย และเด็กทุกคนต้องมีหลักประกัน ความปลอดภัย ได้รับความคุ้มครองจากผู้เกี่ยวข้อง ทั้งเด็กที่ประสบปัญหาและเด็กที่ไม่ประสบปัญหา ซึ่งระบุไว้ ดังนี้

หมวด 2 มาตรา 22 การปฏิบัติต่อเด็กไม่ว่ากรณีใดให้คำนึงถึงประโยชน์สูงสุดของเด็ก เป็นสำคัญ และไม่ให้มีการเลือกปฏิบัติโดยไม่เป็นธรรม

พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา พ.ศ. 2547 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2551 และ(ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553

มาตรา 42 กำหนดให้ ก.ค.ศ. กำหนดมาตรฐานตำแหน่งครู สายงานการสอน การปฏิบัติหน้าที่หลัก เกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน การส่งเสริมการเรียนรู้ พัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติงาน ทางวิชาการ ของสถานศึกษา พัฒนาตนเอง และพัฒนาวิชาชีพ โดยกำหนดให้ลักษณะงานเกี่ยวกับการจัดระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นภาระงานหนึ่งในมาตรฐานตำแหน่งครู



กระบวนการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นความรับผิดชอบของครูที่ปรึกษาตลอดกระบวนการ โดยมีการประสานงานหรือรับการสนับสนุนจากผู้บริหาร ครูที่เกี่ยวข้องรวมทั้งผู้ปกครองซึ่งมีวิธีการและเครื่องมือตัวอย่างสรุปได้ ดังนี้

แนวปฏิบัติของโรงเรียนเรื่องกระบวนการพัฒนาการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

1. เตรียมการและวางแผนการดำเนินงาน แต่งตั้งคณะกรรมการ ดังนี้

1. คณะกรรมการอำนวยการ (ทีมนำ) ได้แก่
  - 1.1 ผู้อำนวยการโรงเรียน เป็น ประธานกรรมการ
  - 1.2 คณะกรรมการสถานศึกษา เป็น กรรมการ
  - 1.3 เครือข่ายผู้ปกครอง เป็น กรรมการ
  - 1.4 ผู้แทนผู้ปกครอง/ชุมชน เป็น กรรมการ
  - 1.5 ผู้แทนทางศาสนา เป็น กรรมการ
  - 1.6 ผู้แทนตำรวจ เป็น กรรมการ

- |  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| 1.7 ผู้แทนสถานักเรียน                        | เป็น กรรมการ                        |
| 2. คณะกรรมการประสานงาน (ทีมประสาน) ได้แก่    |                                     |
| 2.1 รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงานบุคคล        | เป็น ประธานกรรมการ                  |
| 2.2 รองผู้อำนวยการฝ่ายต่าง ๆ                 | เป็น กรรมการ                        |
| 2.3 ผู้ช่วยรองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงานบุคคล | เป็น กรรมการ                        |
| 2.4 คณะกรรมการสถานศึกษา                      | เป็น กรรมการ                        |
| 2.5 คณะกรรมการสมาคมฯ                         | เป็น กรรมการ                        |
| 2.6 เครือข่ายผู้ปกครอง                       | เป็น กรรมการ                        |
| 2.7 หัวหน้างานประกันคุณภาพการศึกษา           | เป็น กรรมการ                        |
| 2.8 หัวหน้างานอนามัย                         | เป็น กรรมการ                        |
| 2.9 หัวหน้างานพัฒนาบุคลากร                   | เป็น กรรมการ                        |
| 2.10 หัวหน้างานสารสนเทศ                      | เป็น กรรมการ                        |
| 2.11 หัวหน้ากลุ่มส่งเสริมกิจการนักเรียน      | เป็น กรรมการ                        |
| 2.12 หัวหน้างานแผนงาน/งานเชิดชูเกียรติ       | เป็น กรรมการ                        |
| 2.13 หัวหน้างานวิจัยในชั้นเรียน              | เป็น กรรมการ                        |
| 2.14 หัวหน้างานยาเสพติด เอดส์และอบายมุข      | เป็น กรรมการ                        |
| 2.15 หัวหน้างานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน     | เป็น กรรมการและเลขานุการ            |
| 2.16 หัวหน้างานแนะแนว                        | เป็น กรรมการและ<br>ผู้ช่วยเลขานุการ |
| 3. คณะกรรมการดำเนินงาน (ทีมทำ) ได้แก่        |                                     |
| 3.1 รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงานบุคคล        | เป็น ประธานกรรมการ                  |
| 3.2 หัวหน้างานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน      | เป็น รองประธานกรรมการ               |
| 3.3 ผู้ช่วยรองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารงานบุคคล | เป็น กรรมการ                        |
| 3.4 หัวหน้าระดับชั้น                         | เป็น กรรมการ                        |
| 3.5 รองหัวหน้าระดับชั้น                      | เป็น กรรมการ                        |
| 3.6 ครูที่ปรึกษา                             | เป็น กรรมการ                        |
| 3.7 ครูแนะแนว                                | เป็น กรรมการและเลขานุการ            |

หมายเหตุ ปรับเปลี่ยนคณะกรรมการได้ตามความเหมาะสมและบริบทของโรงเรียน



วิเคราะห์สภาพความพร้อมพื้นฐานของโรงเรียน และจัดทำแผนปฏิบัติงาน โดย

1. ประชุมคณะกรรมการประสาน (ทีมประสาน)
2. วิเคราะห์สภาพพื้นฐานของโรงเรียน โดยใช้แบบประเมิน เพื่อศึกษาจุดอ่อน จุดแข็ง ของบุคลากรในโรงเรียน
3. วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบประเมิน เพื่อจัดทำโครงการ จัดทำปฏิทินการปฏิบัติงาน การทำเอกสารคู่มือต่าง ๆ
4. ระบุหน้าที่รับผิดชอบในการดำเนินงานของคณะกรรมการประสาน
5. วางรูปแบบการกำกับติดตาม ประเมินผล การสรุปผล และรายงานผลการดำเนินงาน

ปฏิบัติตามแผนการดำเนินงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

สร้างความตระหนักและความเข้าใจให้แก่บุคลากร โดยคณะกรรมการทีมประสานต้องดำเนินการ ดังนี้

1. ประชาสัมพันธ์ให้ผู้เกี่ยวข้องรับทราบอย่างต่อเนื่อง
  2. ประชุมชี้แจง
  3. ฝึกอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากร
- ดำเนินการตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งแบ่งขั้นตอนดำเนินการออกเป็น

กระบวนการดำเนินงาน	วิธีการ	เครื่องมือ
<b>1. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล</b>		
1.1 ด้านความสามารถ - การเรียน - ความสามารถอื่น ๆ	ศึกษาข้อมูลจาก 1) ระเบียบสละสม 2) แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก	1) ระเบียบสละสม 2) แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ)
1.2 ด้านสุขภาพ - ร่างกาย - จิตใจ - พฤติกรรม	(SDQ) หรือ 3) อื่น ๆ เช่น - แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์	หรือ 3) อื่น ๆ เช่น - แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (E.Q.)
1.3 ด้านครอบครัว - เศรษฐกิจ - การคุ้มครองนักเรียน	- การสัมภาษณ์นักเรียน - การสังเกตพฤติกรรมนักเรียน - การเยี่ยมบ้านนักเรียน ฯลฯ	- แบบสัมภาษณ์นักเรียน - แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครองและการเยี่ยมบ้านนักเรียน - แบบบันทึกการตรวจสอบสุขภาพ
1.4 ด้านอื่น ๆ		ด้วยตนเอง
<b>2. การคัดกรองนักเรียน</b>		
2.1 กลุ่มปกติ	วิเคราะห์ข้อมูลจาก	1) เกณฑ์การคัดกรองนักเรียน
2.2 กลุ่มเสี่ยง	1) ระเบียบสละสม	2) แบบสรุปผลการคัดกรอง
2.3 กลุ่มมีปัญหา	2) แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) ผ่าน Application Dschool หรือ	และช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคล
	3) แหล่งข้อมูลอื่น ๆ	3) แบบสรุปผลการคัดกรองนักเรียน เป็นห้องเรียน

กระบวนการดำเนินงาน	วิธีการ	เครื่องมือ
<b>3. การส่งเสริมนักเรียน (สำหรับนักเรียนทุกกลุ่ม)</b>		
	จัดกิจกรรมต่อไปนี้ 1) กิจกรรมโฮมรูม (Homeroom) บันทึกโฮมรูมออนไลน์ 2) ประชุมผู้ปกครอง ชั้นเรียน (Classroom meeting) หรือ 3) กิจกรรมอื่น ๆ ที่ครูพิจารณาว่าเหมาะสม ในการส่งเสริมนักเรียนให้มีคุณภาพมากขึ้น	1) แนวทางการจัดกิจกรรมโฮมรูมของโรงเรียน 2) แนวทางการจัดกิจกรรมประชุมผู้ปกครองชั้นเรียนของโรงเรียน 3) แบบบันทึก/สรุปประเมินผล การดำเนินกิจกรรม * โฮมรูม * ประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน * อื่น ๆ
<b>4. การป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียน (จำเป็นอย่างมากสำหรับนักเรียนกลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา)</b>		
	1) ให้การปรึกษาเบื้องต้น 2) ประสานงานกับครูและผู้เกี่ยวข้องอื่น ๆ เพื่อการจัดกิจกรรมสำหรับการป้องกันและการช่วยเหลือแก้ไขปัญหานักเรียน 2.1) กิจกรรมในห้องเรียน 2.2) กิจกรรมเสริมหลักสูตร 2.3) กิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา (YC) 2.4) กิจกรรมซ่อมเสริม 2.5) กิจกรรมสื่อสารกับผู้ปกครอง	1) แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียน 2) แบบบันทึกสรุปผลการคัดกรองและช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคล 3) แบบบันทึกรายงานผลการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
<b>5. ส่งต่อ</b> 5.1 ส่งต่อภายใน 5.2 ส่งต่อภายนอก	1) บันทึกการส่งนักเรียนไปยังครูที่เกี่ยวข้องในการช่วยเหลือนักเรียนต่อไป เช่น ครูแนะแนว ฝ่ายปกครอง ครูประจำวิชา ครูพยาบาล เป็นต้น ซึ่งเป็นการส่งต่อภายใน 2) บันทึกการส่งนักเรียนไปยังผู้เชี่ยวชาญภายนอกโดยครูแนะแนวหรือฝ่ายปกครองเป็นผู้ดำเนินการ	1) แบบบันทึกการส่งต่อของโรงเรียน 2) แบบรายงานแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน





## องค์ประกอบของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นกระบวนการดำเนินงานที่มีองค์ประกอบสำคัญ 5 ประการ คือ

1. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล
2. การคัดกรองนักเรียน
3. การส่งเสริมนักเรียน
4. การป้องกันและแก้ไขปัญหา
5. การส่งต่อ

แต่ละองค์ประกอบของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนดังกล่าว มีความสำคัญ มีวิธีการและเครื่องมือที่แตกต่างกันไป แต่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันซึ่งเอื้อให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียนเป็นระบบที่มีประสิทธิภาพ



## บทบาทภาระหน้าที่ของครูที่ปรึกษาในระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

1. ดำเนินการดูแลช่วยเหลือนักเรียนทั้งการส่งเสริม ป้องกันปัญหาและการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาในด้านความสามารถ ด้านสุขภาพ และด้านครอบครัว หรืออื่น ๆ

2. ดำเนินการดูแลช่วยเหลือนักเรียนตามแนวทางที่กำหนด คือ

### 2.1 การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ได้แก่

- ด้านความสามารถ (การเรียนรู้ , ความสามารถอื่น ๆ)
- ด้านสุขภาพ (ร่างกาย , จิตใจ , พฤติกรรม)
- ด้านครอบครัว (เศรษฐกิจ , การคุ้มครองนักเรียน)
- ด้านอื่น ๆ

โดยใช้ข้อมูลจาก

- 1) การสัมภาษณ์นักเรียนเป็นรายบุคคล/ข้อมูลนักเรียนรายบุคคล
- 2) ข้อมูลการมาเรียน
- 3) การเยี่ยมบ้านนักเรียน
- 4) ข้อมูลจากระเบียนสะสม
- 5) ข้อมูลจากแบบประเมินตนเอง (SDQ)
- 6) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)
- 7) วิธีการอื่น ๆ (สนทนา, สัมภาษณ์, การสังเกตพฤติกรรม, ข้อมูลจากผู้ที่เกี่ยวข้อง)

## 2.2 การคัดกรองนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มปกติ

กลุ่มเสี่ยง

กลุ่มมีปัญหา

### ซึ่งคัดกรองนักเรียนได้จาก

- 1) ระเบียบสะสม
- 2) แบบประเมินตนเอง (SDQ)
- 3) แบบรายงานการคัดกรองนักเรียนทั้ง 7 ด้าน
- 4) วิธีอื่น ๆ (สนทนา, สัมภาษณ์, การสังเกตพฤติกรรม, ข้อมูลจากผู้ที่เกี่ยวข้อง)

## 2.3 การส่งเสริมนักเรียน โดยใช้กิจกรรม ดังนี้

- 1) กิจกรรมโฮมรูม
- 2) การจัดประชุมผู้ปกครองในชั้นเรียน (Classroom meeting)

## 2.4 การป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน โดยใช้กิจกรรม ดังนี้

- 1) การให้การปรึกษาเบื้องต้น
- 2) การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร
- 3) การจัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน (จับคู่ Buddy)
- 4) การจัดกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- 5) การจัดกิจกรรมชมเสริม
- 6) การจัดกิจกรรมสื่อสารกับผู้ปกครอง เช่น การโทรศัพท์, การเชิญมาพบ,

การเยี่ยมบ้านเพื่อพบปะผู้ปกครอง เป็นต้น

เอกสารรายงาน - แบบบันทึกการให้คำปรึกษา

- แบบบันทึกการจัดกิจกรรม

- แบบบันทึก/รายงานผลการช่วยเหลือ

## 2.5 การส่งต่อนักเรียน ให้บุคคลต่อไปนี้ (กรณีให้การช่วยเหลือเบื้องต้นแล้วยังไม่ดีขึ้น)

- 1) ครูแนะแนว (ขอทุนการศึกษา, ให้ความช่วยเหลือปัญหาที่ยากแก่การช่วยเหลือ)
- 2) ครูปกครอง (ปัญหาระเบียบวินัย, ปัญหาด้านความประพฤติ เป็นต้น)
- 3) ครูพยาบาล (กรณีปัญหาด้านสุขภาพ) ฯลฯ
- 4) การส่งต่อนักเรียนภายนอก กรณีไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้

3. ร่วมประชุมกลุ่มปรึกษาปัญหารายกรณี (กรณีนักเรียนในความดูแลมีปัญหาที่ต้องให้ความช่วยเหลือ จะประชุมร่วมกับผู้เกี่ยวข้องเพื่อให้การช่วยเหลือนักเรียน)

4. บันทึกหลักฐานการปฏิบัติงานและประเมินผลรายงานส่งหัวหน้าระดับ

5. อื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมายหลักฐานที่ต้องใช้ในระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนสำหรับ

ครูที่ปรึกษา

## บันทึกเวลาโรงเรียน



การบันทึกการเข้าโรงเรียน ผ่าน Gate กรณีที่นักเรียนมาเรียน onsite ที่โรงเรียน \*\*กรณีนักเรียนไม่สามารถลงชื่อผ่าน Application Dschool หรือสแกนบัตรผ่าน Gate ได้ และแจ้งให้ครูที่ปรึกษาดำเนินการลงชื่อ ให้มี 6 สถานะ ดังนี้

1. มา
2. สาย
3. ลาป่วย
4. ลากิจ
5. ไม่ลงเวลา
6. ขาด



กดเลือกเมนู ลงเวลาโรงเรียน  
บันทึกเวลาโรงเรียน

กดเลือกสถานะของนักเรียน  
ในการมาเรียน

กดเลือก ยืนยัน



### แผนปฏิบัติงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มาสาย

#### มาสายครั้งที่ 1

- ส่งเอกสารแจ้งการมาสายของนักเรียนให้ครูที่ปรึกษาทราบ เพื่อให้ครูที่ปรึกษาเตือนนักเรียน

#### มาสายครั้งที่ 2

- ส่งเอกสารแจ้งการมาสายของนักเรียนให้ครูที่ปรึกษาทราบ เพื่อให้ครูที่ปรึกษาเตือนนักเรียน

#### มาสายครั้งที่ 3

- ส่งเอกสารแจ้งการมาสายของนักเรียนให้ครูที่ปรึกษาทราบ
- ส่งหนังสือแจ้งการมาสายของนักเรียนให้ผู้ปกครองทราบ

#### มาสายครั้งที่ 4

- ส่งเอกสารแจ้งการมาสายของนักเรียนให้ครูที่ปรึกษาทราบ
- งานแก้ไขปัญหานักเรียนมาโรงเรียนสายส่งหนังสือเชิญครูที่ปรึกษาและผู้ปกครอง มาปรึกษาหารือ เพื่อร่วมกันกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหาและพัฒนาส่งเสริม

#### มาสายครั้งที่ 5

- ส่งเอกสารแจ้งการมาสายของนักเรียนให้ครูที่ปรึกษาทราบ
- งานแก้ไขปัญหานักเรียนมาโรงเรียนสายส่งหนังสือเชิญครูที่ปรึกษา หัวหน้าระดับ และผู้ปกครอง มาปรึกษาหารือ เพื่อร่วมกันกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหาและพัฒนาส่งเสริมพฤติกรรม
- แจ้งการหักคะแนนความประพฤตินักเรียนที่มาโรงเรียนสายโดยเหตุอันไม่เหมาะสม

#### มาสายครั้งที่ 6 ขึ้นไป

- งานแก้ไขปัญหานักเรียนมาโรงเรียนสาย และงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ใช้มาตรการการ

**หมายเหตุ :** นักเรียนที่มาสายตั้งแต่ 4 ครั้งขึ้นไป จะได้รับการศึกษาของปัญหาการมาสายและดูแลอย่างใกล้ชิดเป็นรายกรณีพิเศษจากงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยร่วมมือกับผู้ปกครอง ครูที่ปรึกษา และครูแนะแนว เพื่อกำหนดมาตรการในการช่วยเหลือ แก้ไขพฤติกรรมให้ถูกต้อง

การมาสายของนักเรียน ปีการศึกษา 2569

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ .....จำนวนนักเรียน.....คน ประจำเดือน .....พฤษภาคม.....

ที่	ชื่อ - สกุล	สัปดาห์ที่ 1					สัปดาห์ที่ 2					สัปดาห์ที่ 3					สัปดาห์ที่ 4					
		จ	อ	พ	พฤ	ศ	จ	อ	พ	พฤ	ศ	จ	อ	พ	พฤ	ศ	จ	อ	พ	พฤ	ศ	
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						
21																						
22																						
23																						
24																						
25																						
26																						
27																						
28																						
29																						
30																						





## การตรวจระเบียบวินัย การแต่งกายของนักเรียน

ขั้นตอนการตรวจระเบียบวินัย การแต่งกายของนักเรียน

1. ครูที่ปรึกษาตรวจระเบียบวินัย การแต่งกายของนักเรียนทุกสัปดาห์สุดท้ายของเดือน
2. บันทึกผลการตรวจระเบียบวินัย การแต่งกายของนักเรียน ในแบบบันทึกพฤติกรรมนักเรียน
3. ครูที่ปรึกษานำแบบบันทึกพฤติกรรมส่งงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ทุกวันศุกร์สุดท้ายของเดือน

โรงเรียนศึกษานารี

การตรวจระเบียบวินัย การแต่งกายของนักเรียน ปีการศึกษา 2569

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ .....จำนวนนักเรียน.....คน ประจำเดือน .....พฤษภาคม.....

ที่	ชื่อสกุล	ถูกระเบียบ	รายการผิดระเบียบ								พฤติกรรม	
			ทรงผม				เครื่องแต่งกาย					
			หน้าสั้น	สไลด์	ซอย	ทำสี	กระโปรง	เสื้อ	รองเท้า/ถุงเท้า	ป้ายชื่อ		อื่นๆ
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												

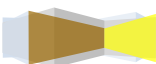
.....  
(.....)

.....  
(.....)

ครูที่ปรึกษา ม. ....../.....

.....  
(.....)

หัวหน้าระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่





**แบบฟอร์มประกอบการดำเนินงาน  
ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน**





ดล.ศษ.01

รูปถ่าย

ข้อมูลนักเรียนรายบุคคล  
โรงเรียนศึกษานารี  
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1

\*\*\*\*\*

คำชี้แจง ให้นักเรียนกรอกข้อมูลส่วนตัว และ กาก  ในช่อง  ให้ครบถ้วน สมบูรณ์ ( ข้อมูลเหล่านี้จะเก็บไว้เป็นความลับ )

1. ประวัติส่วนตัวนักเรียน

ชื่อ.....นามสกุล..... ชั้น ...../.....ชื่อเล่น.....เลขประจำตัว.....  
โทรศัพท์.....เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....สถานที่เกิดบ้านเลขที่.....  
หมู่ที่.....หมู่บ้าน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....  
อาศัยอยู่กับ..... ระยะทางจากบ้านถึงโรงเรียน ประมาณ.....กิโลเมตร ความสามารถ(พิเศษ).....  
เดินทางมาโรงเรียนโดย  เดิน  รถจักรยาน  รถจักรยานยนต์  รถรับส่ง  อื่น ๆ (ระบุ).....  
ชื่อครูที่ปรึกษา1.....2.....  
ชื่อบิดา.....อายุ.....ปี อาชีพ.....  
ชื่อมารดา.....อายุ.....ปี อาชีพ.....  
ที่อยู่บิดา/มารดา.....โทรศัพท์.....  
เป็นบุตรคนที่.....ในจำนวนพี่น้องร่วมสายโลหิต.....คน เป็นชาย.....คน หญิง.....คน  
ประกอบอาชีพแล้ว.....คน อยู่ในความอุปการะของครอบครัว.....คน  
สถานภาพบิดา มารดา  อยู่ด้วยกัน  แยกกันอยู่  หย่าร้างกัน  อื่น ๆ ระบุ.....  
รายได้ของครอบครัว  ตั้งแต่ 27,000 บาทต่อปีขึ้นไป  20,000 - 26,999 บาทต่อปี  น้อยกว่า 20,000 บาทต่อปี  
ผู้ออกค่าใช้จ่ายในการเรียนให้คือ.....เกี่ยวข้องกับ.....  
งานอดิเรกของข้าพเจ้า.....  
หน้าที่รับผิดชอบภายในบ้านที่ทำนอกเหนือการเรียนคือ  
1.....2.....

2. ด้านเกี่ยวกับสุขภาพ

น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....ซม. โรคประจำตัว .....  
โรคที่เคยเป็น .....เมื่อ ปี พ.ศ. ....การรักษา.....  
ประวัติอุบัติเหตุ.....เมื่อ พ.ศ. ....สถานที่เข้ารับการรักษา.....

3. ด้านเกี่ยวกับเศรษฐกิจ

ข้าพเจ้ามีเงินใช้ จ่ายในการมาโรงเรียนประมาณวันละ .....บาท  
ข้าพเจ้ามีงานพิเศษทำคือ.....รายได้เฉลี่ยวันละ.....บาท  
ข้าพเจ้าคิดว่าค่าใช้จ่ายของข้าพเจ้า  มากเกินไป  พอดี  ไม่พอใช้บางครั้ง  น้อยเกินไป

4. ด้านเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน และที่บ้าน

บรรยากาศในโรงเรียน	<input type="checkbox"/>	อบอุ่นมาก	<input type="checkbox"/>	อบอุ่นพอควร	<input type="checkbox"/>	ห่างเหินกัน		
	<input type="checkbox"/>	สามัคคีกัน	<input type="checkbox"/>	ต่างคนต่างอยู่	<input type="checkbox"/>	แยกกันหลายหมู่		
บรรยากาศ ของบ้านข้าพเจ้า	<input type="checkbox"/>	อบอุ่นมาก	<input type="checkbox"/>	อบอุ่นพอควร	<input type="checkbox"/>	ห่างเหินกัน		
	<input type="checkbox"/>	สามัคคีกัน	<input type="checkbox"/>	ต่างคนต่างอยู่	<input type="checkbox"/>	ไม่ลงรอยกันทั้งบ้าน	<input type="checkbox"/>	เสียงเหงาน่าเบื่อ

สิ่งที่ข้าพเจ้ายากให้ครอบครัวของข้าพเจ้าปรับปรุง คือ

1.....2.....

5. ด้านเกี่ยวกับการเรียน

ปัจจุบันข้าพเจ้า	<input type="checkbox"/>	เรียนไม่เข้าใจ	<input type="checkbox"/>	เพื่อเรียนบางวิชา	<input type="checkbox"/>	เรียนไม่ทันเพื่อน
	<input type="checkbox"/>	อยากเลิกเรียน	<input type="checkbox"/>	ต้องการให้เพื่อนช่วย	<input type="checkbox"/>	ต้องการครูที่เข้าใจและเป็นที่ยอมรับได้

สาเหตุของปัญหาทางการเรียน เพราะ.....

ผลการเรียนเฉลี่ย

ม. 1 ปีการศึกษา.....		ม. 2 ปีการศึกษา.....		ม. 3 ปีการศึกษา.....	
ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2	ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2	ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2
เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....
ม. 4 ปีการศึกษา.....		ม. 5 ปีการศึกษา.....		ม. 6 ปีการศึกษา.....	
ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2	ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2	ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2
เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....	เกรดเฉลี่ย.....

6. ด้านเกี่ยวกับมนุษยสัมพันธ์ และบุคลิกภาพ

ข้าพเจ้ามีเพื่อนสนิท คือ.....ชั้น.....

เมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนข้าพเจ้ามักเป็น	<input type="checkbox"/>	ผู้นำ	<input type="checkbox"/>	ผู้ตาม	<input type="checkbox"/>	ผู้นำบางโอกาสผู้ตามบางโอกาส
ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนได้	<input type="checkbox"/>	ง่าย	<input type="checkbox"/>	ค่อนข้างง่าย	<input type="checkbox"/>	ยาก
เมื่อผู้ใหญ่ในงานข้าพเจ้ามักจะ	<input type="checkbox"/>	ทำความเคารพต่อหรือรอน	<input type="checkbox"/>	ทำเพราะเลี่ยงไม่ได้	<input type="checkbox"/>	พยายามหลีกเลี่ยง
เมื่อมีกิจกรรมกลุ่ม ข้าพเจ้ามักจะ	<input type="checkbox"/>	ทำงานมากกว่าเพื่อน	<input type="checkbox"/>	ทำงานเท่ากับเพื่อน	<input type="checkbox"/>	ทำงานน้อยกว่าเพื่อน

7. ด้านเกี่ยวกับสุขภาพจิตและค่านิยม

ข้าพเจ้ารู้สึกที่โลกนี้  น่ายุ  ไม่น่ายุ ข้าพเจ้ารู้สึกที่ตัวเอง  มีค่า  ไม่มีค่า

ข้าพเจ้าคิดว่าคนที่ดีควรมีลักษณะ.....

ข้าพเจ้าคิดว่าสังคมที่ดีควรมีลักษณะ.....

8. เป้าหมายของชีวิตในอนาคต

ข้าพเจ้ายากประกอบอาชีพ.....เพราะ.....

9. ปัญหาที่ข้าพเจ้ากำลังประสบอยู่ในขณะนี้

9.1	<input type="checkbox"/>	เรื่องครอบครัว	9.6	<input type="checkbox"/>	เรื่องการวางตัวในสังคม
9.2	<input type="checkbox"/>	เรื่องการเรียนรู้	9.7	<input type="checkbox"/>	เรื่องการใช้เวลาว่าง
9.3	<input type="checkbox"/>	เรื่องสุขภาพ	9.8	<input type="checkbox"/>	เรื่องการเลือกอาชีพ
9.4	<input type="checkbox"/>	เรื่องเศรษฐกิจ	9.9	<input type="checkbox"/>	เรื่องการเลือกศึกษาต่อ
9.5	<input type="checkbox"/>	เรื่องการคบเพื่อน	9.10	<input type="checkbox"/>	เรื่องการปรับตัวเข้ากับครู-อาจารย์ในโรงเรียน

ถ้าต้องการความช่วยเหลือ / ปรึกษา ข้าพเจ้าต้องการความช่วยเหลือ / ปรึกษา จาก

<input type="checkbox"/>	บิดา	<input type="checkbox"/>	มารดา	<input type="checkbox"/>	ครูแนะแนว	<input type="checkbox"/>	ครูที่ปรึกษา	<input type="checkbox"/>	เพื่อน	<input type="checkbox"/>	อื่น ๆ (โปรดระบุ).....
--------------------------	------	--------------------------	-------	--------------------------	-----------	--------------------------	--------------	--------------------------	--------	--------------------------	------------------------

ลงชื่อ.....ผู้กรอกข้อมูล

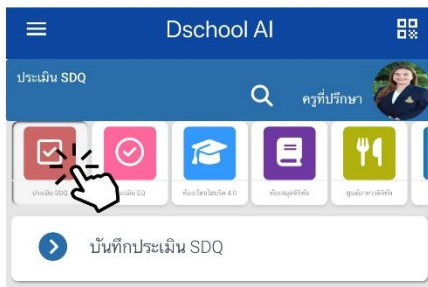
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



## บันทึกประเมิน SDQ

การบันทึก SDQ ออนไลน์ผ่าน Application Dschool  
 นักเรียน 1 คน ประกอบด้วยแบบประเมิน 3 ฉบับ ดังนี้  
 ฉบับที่ 1 นักเรียนประเมินตนเอง  
 ฉบับที่ 2 ผู้ปกครองประเมินนักเรียน  
 ฉบับที่ 3 ครูที่ปรึกษาประเมินนักเรียน



เลือกเมนู “ประเมิน SDQ”

เลือก บันทึกแบบประเมิน



เลือกรายชื่อนักเรียน

ที่จะดำเนินการบันทึกแบบประเมิน



ประเมินนักเรียนจำนวน 25 ข้อ ให้ครบ  
 และกดบันทึกข้อมูล

\*ถ้าคุณครูเลือกไม่ครบทุกข้อจะไม่สามารถ  
 แปลผลของนักเรียนคนนั้นได้\*

**แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) (ฉบับครูเป็นผู้ประเมินนักเรียน)**

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องท้ายแต่ละข้อให้ครบทุกข้อ กรุณาตอบให้ตรงกับลักษณะของเด็กในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา

ข้อ	พฤติกรรมประเมิน	ความคิดเห็น			สำหรับครูที่ปรึกษา รวมคะแนน				
		ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	ด้านที่				
					1	2	3	4	5
1	หวังใยความรู้สึกคนอื่น								
2	อยู่ไม่นิ่ง นิ่งนิ่ง ๆ ไม่ได้								
3	มักจะบ่นว่าปวดศีรษะ ปวดท้อง								
4	เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน (ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น)								
5	มักจะอาละวาด หรือโมโหง่าย								
6	ค่อนข้างแยกตัว ชอบเล่นคนเดียว								
7	เชื่อฟัง มักจะทำตามผู้ใหญ่ต้องการ								
8	กังวลใจหลายเรื่อง ดูกังวลเสมอ								
9	เป็นที่พึ่งได้เวลาที่คนอื่นเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ								
10	อยู่ไม่สุข วุ่นวายอย่างมาก								
11	มีเพื่อนสนิท								
12	มักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเด็กอื่น หรือรังแกเด็กอื่น								
13	ดูไม่มีความสุข ท้อแท้								
14	เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน								
15	วอกแวกง่าย สมาธิสั้น								
16	เครียดไม่ยอมห่างเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้น และขาดความมั่นใจในตนเอง								
17	ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า								
18	ชอบโกหก หรือขี้โกหก								
19	ถูกเด็กคนอื่นล้อเลียนหรือรังแก								
20	ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อ, แม่, ครู, เด็กคนอื่น)								
21	คิดก่อนทำ								
22	ขโมยของที่บ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น								
23	เขากับผู้ใหญ่ได้ตีความเด็กด้วยกัน								
24	ขี้กลัว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย								
25	ทำงานได้จนเสร็จ มีความตั้งใจจดตั้งใจในการทำงาน								
รวมคะแนนแต่ละด้าน									
การแปลผล									
รวมคะแนนการแปลผล ด้านที่ 1-4 ได้.....คะแนน					จัดอยู่ในกลุ่ม.....				
คะแนนด้านที่ 5 ได้.....คะแนน					<input type="checkbox"/> มีจุดแข็ง ( 4 - 10 )		<input type="checkbox"/> ไม่มีจุดแข็ง (0 - 3)		

(ด้านหลัง)

**ฉบับครูประเมิน**

โดยรวมคุณคิดว่าเด็กมีปัญหาในด้านใดด้านหนึ่งต่อไปนี้หรือไม่

1. ด้านอารมณ์ ด้านสมาธิ ด้านพฤติกรรม หรือความสามารถเข้ากับผู้อื่น

- ไม่  ใช่ มีปัญหาเล็กน้อย  
 ใช่ มีปัญหาชัดเจน  ใช่ มีปัญหาอย่างมาก

ถ้าตอบว่า “ไม่” ไม่ต้องตอบข้อต่อไป

ถ้าคุณตอบว่า “ใช่” กรุณาตอบข้อต่อไปนี้

2. ปัญหานี้เกิดขึ้นมานานเท่าไรแล้ว

- น้อยกว่า 1 เดือน  1 – 5 เดือน  
 6 – 12 เดือน  มากกว่า 1 ปี

\*3. ปัญหานี้ทำให้เด็กรู้สึกไม่สบายใจหรือไม่

ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มาก	คะแนน
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

\*4. ปัญหานี้รบกวนชีวิตประจำวันของเด็กในด้านต่าง ๆ ต่อไปนี้หรือไม่

รายการ	ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มาก	คะแนน
การคบเพื่อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
การเรียนในห้องเรียน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

5. ปัญหาของเด็กทำให้คุณหรือชั้นเรียนเกิดความยุ่งยากหรือไม่

- ไม่เลย  เล็กน้อย  
 ค่อนข้างมาก  มาก

ลงชื่อ.....

ครูผู้สอน / ครูที่ปรึกษา / อื่น ๆ (โปรดระบุ) .....

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

คะแนนรวมแบบประเมินด้านหลัง

แปลผล .....

**แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) (ฉบับนักเรียนประเมินตนเอง)**

ชื่อ (ด.ช.,ด.ญ.,นาย,นางสาว)..... ชั้น ...../.....เลขที่.....วัน / เดือน / ปีเกิด .....

\*\*\*\*\*

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องท้ายแต่ละข้อให้ครบทุกข้อ กรุณาตอบให้ตรงกับลักษณะของเด็กในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา

ข้อ	พฤติกรรมประเมิน	ความคิดเห็น			สำหรับครูที่ปรึกษา รวมคะแนน				
		ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง	ด้านที่				
					1	2	3	4	5
1	ฉันพยายามทำตัวดีกับคนอื่น ฉันใส่ใจความรู้สึกของคนอื่น								
2	ฉันอยู่ไม่นิ่ง ฉันนั่งนิ่ง ๆ ไม่ได้								
3	ฉันปวดศีรษะ ปวดท้อง หรือไม่สบายบ่อย ๆ								
4	ฉันเต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน (ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น)								
5	ฉันโกรธแค้น และมักอารมณ์เสีย								
6	ฉันชอบอยู่กับตัวเอง ฉันชอบเล่นคนเดียวหรืออยู่ตามลำพัง								
7	ฉันมักทำตามที่คุณอื่นบอก								
8	ฉันขี้กังวล								
9	ใคร ๆ ก็ฟังฉันได้ ถ้าเขาเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ								
10	ฉันอยู่ไม่สุข วุ่นวาย								
11	ฉันมีเพื่อนสนิท								
12	ฉันมีเรื่องทะเลาะวิวาทบ่อย ฉันทำให้คนอื่นทำอย่างที่ฉันต้องการได้								
13	ฉันไม่มีความสุข ท้อแท้ ร้องไห้บ่อย ๆ								
14	เพื่อน ๆ ส่วนมากชอบฉัน								
15	ฉันวอกแวกง่าย ฉันรู้สึกว่าไม่มีสมาธิ								
16	ฉันกังวลเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้น และเสียความมั่นใจในตนเองง่าย								
17	ฉันใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า								
18	มีคนว่าฉันโกหก หรือขี้โกงบ่อย ๆ								
19	เด็ก ๆ คนอื่นล้อเลียน หรือรังแกฉัน								
20	ฉันมักจะอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อแม่, ครู, เพื่อน, เด็กคนอื่น ๆ เป็นต้น)								
21	ฉันคิดก่อนทำ								
22	ฉันเอาของของคนอื่นในบ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น								
23	ฉันเขากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่ากับเด็กในวัยเดียวกัน								
24	ฉันขี้กลัว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย								
25	ฉันทำงานได้จนเสร็จ ความตั้งใจในการทำงานของฉันดี								
รวมคะแนนแต่ละด้าน									
การแปลผล									
รวมคะแนนการแปลผล ด้านที่ 1-4 ได้.....คะแนน					จัดอยู่ในกลุ่ม.....				
คะแนนด้านที่ 5 ได้.....คะแนน					<input type="checkbox"/> มีจุดแข็ง (4 - 10)		<input type="checkbox"/> ไม่มีจุดแข็ง (0 - 3)		

(ด้านหลัง)

ฉบับนักเรียน

โดยรวมเธอคิดว่าตัวเองมีปัญหาในด้านใดด้านหนึ่งต่อไปนี้หรือไม่

1. ด้านอารมณ์ ด้านสมาธิ ด้านพฤติกรรม หรือความสามารถเข้ากับผู้อื่น

- ไม่  ใช่ มีปัญหาเล็กน้อย  
 ใช่ มีปัญหาชัดเจน  ใช่ มีปัญหาอย่างมาก

ถ้าตอบว่า “ไม่” ไม่ต้องตอบข้อต่อไป

ถ้าคุณตอบว่า “ใช่” กรุณาตอบข้อต่อไปนี้

2. ปัญหานี้เกิดขึ้นมานานเท่าไรแล้ว

- น้อยกว่า 1 เดือน  1-5 เดือน  
 6-12 เดือน  มากกว่า 1 ปี

\*3. ปัญหานี้ทำให้เธอรู้สึกไม่สบายใจหรือไม่

- ไม่เลย  เล็กน้อย  
 ค่อนข้างมาก  มาก

\*4. ปัญหานี้รบกวนชีวิตประจำวันของเธอในด้านต่าง ๆ ต่อไปนี้หรือไม่

	ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มาก
ความเป็นอยู่ที่บ้าน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
การคบเพื่อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
การเรียนในห้องเรียน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
กิจกรรมยามว่าง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. ปัญหานี้ทำให้คนรอบข้างเกิดความยุ่งยากหรือไม่ ( ครอบครัว เพื่อน ครู เป็นต้น )

- ไม่เลย  เล็กน้อย  
 ค่อนข้างมาก  มาก

ลงชื่อ.....

คะแนนรวมแบบประเมินด้านหลัง

แปลผล .....

**แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) (ฉบับผู้ปกครองเป็นผู้ประเมินนักเรียน)**

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องท้ายแต่ละข้อให้ครบทุกข้อกรุณาตอบให้ตรงกับลักษณะของเด็กในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา

ข้อ	พฤติกรรมประเมิน	ความคิดเห็น			สำหรับครูที่ปรึกษา รวมคะแนน				
		ไม่ จริง	ค่อนข้าง จริง	จริง	ด้านที่				
					1	2	3	4	5
1	หวงใยความรู้สึกคนอื่น								
2	อยู่ไม่นิ่ง นิ่งนิ่ง ๆ ไม่ได้								
3	มักจะบ่นว่าปวดศีรษะ ปวดท้อง								
4	เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน (ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น)								
5	มักจะอาละวาด หรือโมโหง่าย								
6	ค่อนข้างแยกตัว ชอบเล่นคนเดียว								
7	เชื่อฟัง มักจะทำตามที่ผู้ใหญ่ต้องการ								
8	กังวลใจหลายเรื่อง ดูกังวลเสมอ								
9	เป็นที่พึ่งได้เวลาที่คนอื่นเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ								
10	อยู่ไม่สุข วุ่นวายอย่างมาก								
11	มีเพื่อนสนิท								
12	มักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเด็กอื่น หรือรังแกเด็กอื่น								
13	ดูไม่มีความสุข ท้อแท้								
14	เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน								
15	วอกแวกง่าย สมาธิสั้น								
16	เครียดไม่ยอมห่างเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้น และขาดความมั่นใจในตนเอง								
17	ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า								
18	ชอบโกหก หรือขี้โกง								
19	ถูกเด็กคนอื่นล้อเลียนหรือรังแก								
20	ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อ, แม่, ครู, เด็กคนอื่น)								
21	คิดก่อนทำ								
22	ขโมยของที่บ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น								
23	เขากับผู้ใหญ่ได้ตีกว่าเด็กวัยเดียวกัน								
24	ขี้กลัว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย								
25	ทำงานได้จนเสร็จ มีความตั้งใจในการทำงาน								
รวมคะแนนแต่ละด้าน									
การแปลผล									
รวมคะแนนการแปลผล ด้านที่ 1-4 ได้.....คะแนน					จัดอยู่ในกลุ่ม.....				
คะแนนด้านที่ 5 ได้.....คะแนน					<input type="checkbox"/> มีจุดแข็ง ( 4-10 ) <input type="checkbox"/> ไม่มีจุดแข็ง (0-3)				

(ด้านหลัง)

ฉบับผู้ปกครองประเมิน

โดยรวมคุณคิดว่าเด็กมีปัญหาในด้านใดด้านหนึ่งต่อไปนี้หรือไม่

1. ด้านอารมณ์ ด้านสมาธิ ด้านพฤติกรรม หรือความสามารถเข้ากับผู้อื่น

ไม่

ใช่ มีปัญหาเล็กน้อย

ใช่ มีปัญหาชัดเจน

ใช่ มีปัญหาอย่างมาก

ถ้าตอบว่า “ไม่” ไม่ต้องตอบข้อต่อไป

ถ้าคุณตอบว่า “ใช่” กรุณาตอบข้อต่อไปนี้

2. ปัญหานี้เกิดขึ้นมานานเท่าไรแล้ว

น้อยกว่า 1 เดือน

1 – 5 เดือน

6 – 12 เดือน

มากกว่า 1 ปี

\*3. ปัญหานี้ทำให้เด็กรู้สึกไม่สบายใจหรือไม่

ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มาก	คะแนน
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

\*4. ปัญหานี้รบกวนชีวิตประจำวันของเด็กในด้านต่าง ๆ ต่อไปนี้หรือไม่

รายการ	ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มาก	คะแนน
ความเป็นอยู่ที่บ้าน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
การคบเพื่อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
การเรียนรู้ในห้องเรียน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
กิจกรรมยามว่าง	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

5. ปัญหานี้ทำให้คุณหรือครอบครัวเกิดความยุ่งยากหรือไม่

ไม่เลย

เล็กน้อย

ค่อนข้างมาก

มาก

ลงชื่อ.....

พ่อ / แม่ / อื่น ๆ (โปรดระบุ) .....

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

คะแนนรวมแบบประเมินด้านหลัง

แปลผล .....

## คู่มือแนะนำการใช้แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก ( SDQ ) (สำหรับครู)

### คำชี้แจง

แบบประเมินตนเอง (SDQ) นี้ เป็นแบบประเมินของสำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พัฒนาจาก The Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) เป็นเครื่องมือที่ผ่านการวิจัยแล้วว่ามีประสิทธิภาพในการคัดกรองปัญหาเด็กได้ดี สามารถช่วยเหลือครูในการคัดกรองปัญหา และให้การช่วยเหลือเบื้องต้นแก่เด็กในโรงเรียน

แบบประเมินแต่ละชุดมี 2 หน้า หน้าแรกเป็นลักษณะพฤติกรรม จำนวน 25 ข้อ ซึ่งมีลักษณะของพฤติกรรมทั้งด้านบวกและด้านลบ โดยสามารถจัดเป็นกลุ่มพฤติกรรมได้ 5 ด้าน ได้แก่

1. พฤติกรรมด้านอารมณ์ (5 ข้อ)
2. พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง / สมาธิสั้น (5 ข้อ)
3. พฤติกรรมเกร / ความประพฤติ (5 ข้อ)
4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน (5 ข้อ)
5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม (5 ข้อ)

คะแนนรวมของกลุ่มที่ 1 - 4 เป็นคะแนนที่แสดงถึงปัญหาพฤติกรรมของเด็กในด้านนั้น ๆ (Total Difficulties score) ส่วนคะแนนในด้านที่ 5 เป็นคะแนนที่แสดงถึงจุดแข็งของเด็ก (Strength score) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพิจารณานำจุดแข็งมาใช้เพื่อให้การช่วยเหลือแก้ปัญหาในด้านอื่น ๆ แก่เด็กต่อไป ในขณะที่เดียวกันคะแนนด้านสัมพันธภาพทางสังคมก็เป็นตัวบ่งชี้ให้ครูได้ทราบถึงความยากง่ายในการแก้ปัญหา ถ้าเด็กมีจุดแข็ง (คะแนนด้านสัมพันธภาพทางสังคมสูง) การให้ความช่วยเหลือปัญหาพฤติกรรมจะง่ายกว่าเด็กที่ไม่มีจุดแข็ง (คะแนนด้านสัมพันธภาพทางสังคมต่ำ) เป็นต้น

หน้าที่ 2 ในด้านหลังของแบบประเมิน เป็นการประเมินผลกระทบของพฤติกรรมว่ามีความร้ายแรงส่งผลกระทบต่อบุคคลรอบข้างต่อตัวเด็กเอง มีผลต่อสัมพันธภาพทางสังคมและชีวิตประจำวันของเด็กมากน้อยอย่างไร ซึ่งในส่วนนี้ใช้คำกลางสรุปว่า “เป็นระดับความรุนแรงของปัญหา”

### ข้อแนะนำในการใช้

1. แบบประเมินตนเอง (SDQ) มี 3 ชุด คือ
  - 1) แบบประเมินที่นักเรียนประเมินตนเอง 1 ชุด
  - 2) แบบประเมินที่ครูประเมินนักเรียน 1 ชุด
  - 3) แบบประเมินที่ผู้ปกครองประเมินนักเรียน 1 ชุด

แบบประเมินทั้ง 3 ชุดนี้ มีลักษณะข้อคำถามคล้ายคลึงกับข้อคำถามในแบบประเมินที่นักเรียนประเมินตนเอง ตลอดจนการตรวจให้คะแนน ยกเว้นเกณฑ์การแปลผลต่างกันเล็กน้อย

2. ครูที่ประเมินนักเรียน ตลอดจนผู้ปกครองที่จะประเมิน ควรรู้จักนักเรียนและมีความใกล้ชิดกับนักเรียนมาระยะเวลาหนึ่ง และควรประเมินทั้ง 25 ข้อ ในครั้งเดียว

3. ระยะเวลาที่นักเรียนประเมินตนเอง ครูประเมินนักเรียน หรือผู้ปกครองเป็นผู้ประเมินนักเรียน ควรเป็นระยะเวลาที่ใกล้เคียงกัน

4. ครั้งแรกอาจให้นักเรียนประเมินตนเองก่อนแล้วครู/ผู้ปกครอง สามารถใช้แบบประเมินตนเองฉบับของครู / ผู้ปกครอง ทำการประเมินนักเรียนซ้ำ เพื่อดูผลที่ได้ว่าสอดคล้องกันหรือไม่
5. อาจใช้การสัมภาษณ์ หรือเครื่องมืออื่นช่วยในการพิจารณาเพิ่มเติม กรณีที่เห็นว่าผลที่ได้ขัดแย้งกับความเป็นจริง อย่าลืมว่า ไม่มีเครื่องมือชนิดใดสมบูรณ์แบบ ขึ้นอยู่กับสภาพความพร้อมของผู้ตอบแบบประเมินเป็นสำคัญแบบประเมินตนเองชุดนี้เป็นเพียง เครื่องมือเพื่อช่วยเหลือในการคัดกรองปัญหา นักเรียนเท่านั้น ไม่ใช่เป็นตัวชี้้นำครูในการตัดสินใจหานักเรียน
6. การประเมินพฤติกรรมนักเรียน เป็นการประเมินในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา ยกเว้นการใช้เพื่อติดตามลักษณะพฤติกรรมของนักเรียน

**การให้คะแนนและการแปลผล**  
(ฉบับนักเรียนประเมินตนเอง)

**1. ด้านหน้า**

การให้คะแนนแยกตามรายด้าน

**1. ด้านอารมณ์**

ข้อ	ข้อความคำถาม	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
3.	มักจะบ่นว่า ปวดศีรษะ ปวดท้อง	0	1	2
8.	กังวลใจหลายเรื่อง ดูกังวลเสมอ	0	1	2
13.	ดูไม่มีความสุข ท้อแท้	0	1	2
16.	เครียด ไม่ยอมหาเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้น และขาดความมั่นใจในตนเอง	0	1	2
24.	ซึ่กัลั้ว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย	0	1	2

0-5

5-10

รวมคะแนน.....จัดอยู่ในกลุ่ม  ปกติ  เสี่ยง/มีปัญหา

**2. ด้านความประพฤติ/เกร**

ข้อ	ข้อความคำถาม	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
5.	มักจะอาละวาด หรือโมโหร้าย	0	1	2
7.	เชื่อฟัง มักจะทำตามผู้ใหญ่ต้องการ	2	1	0
12.	มักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเด็กอื่น หรือรังแกเด็กอื่น	0	1	2
18.	ชอบโกหก หรือซึ่โกง	0	1	2
22.	ขโมยของของที่บ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น	0	1	2

0-4

5-10

รวมคะแนน.....จัดอยู่ในกลุ่ม  ปกติ  เสี่ยง/มีปัญหา

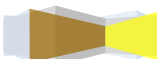
**3. ด้านพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง/สมาธิสั้น**

ข้อ	ข้อความคำถาม	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
2.	อยู่ไม่นิ่ง นิ่งนิ่ง ๆ ไม่ได้	0	1	2
10.	อยู่ไม่สุข รุนวายเป็นอย่างมาก	0	1	2
15.	วอกแวกง่าย สมาธิสั้น	0	1	2
21.	คิดก่อนทำ	2	1	0
25.	ทำงานได้จนเสร็จ มีความตั้งใจในการทำงาน	2	1	0

0-5

6-10

รวมคะแนน.....จัดอยู่ในกลุ่ม  ปกติ  เสี่ยง/มีปัญหา



4. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

ข้อ	ข้อคำถาม	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
6.	ค่อนข้างแยกตัว ชอบเล่นคนเดียว	0	1	2
11.	มีเพื่อนสนิท	2	1	0
14.	เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน	2	1	0
19.	ถูกเด็กคนอื่นล้อเลียน หรือรังแก	0	1	2
23.	เข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่าเด็กวัยเดียวกัน	0	1	2

รวมคะแนน.....จัดอยู่ในกลุ่ม  0-3 ปกติ  4-10 เสี่ยง/มีปัญหา

5. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม

ข้อ	ข้อคำถาม	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
1.	หวงใยความรู้สึกคนอื่น	0	1	2
4.	เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน(ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น)	0	1	2
9.	เป็นที่พึ่งได้เวลาที่คนอื่นเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ	0	1	2
17.	ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า	0	1	2
20.	ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อแม่, ครู, เด็กคนอื่น)	0	1	2

รวมคะแนน.....จัดอยู่ในกลุ่ม  4-10 ปกติ  0-3 เสี่ยง/มีปัญหา

สรุปการให้คะแนนและการแปลผลในภาพรวม (นักเรียนประเมินตนเอง)

รายการประเมิน	ปกติ	เสี่ยง/มีปัญหา
คะแนนรวมพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (จากคะแนนรวมพฤติกรรม 4 ด้าน)	0-16	17-40
คะแนนรวมพฤติกรรมแต่ละด้าน		
1. คะแนนพฤติกรรมด้านอารมณ์	0-5	6-10
2. คะแนนพฤติกรรมเกร/ความประพฤติ	0-4	5-10
3. คะแนนพฤติกรรมอยู่นิ่ง/สมาธิสั้น	0-5	6-10
4. คะแนนพฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	0-3	4-10
5. คะแนนพฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม (คะแนนจุดแข็ง)	4-10 เป็นจุดแข็ง	ต่ำกว่า 3 ไม่มีจุดแข็ง

## 2. ด้านหลัง

ประเมินว่ามีความเรื่อรัง ส่งผลกระทบต่อบุคคลรอบตัวเด็ก มีผลต่อสัมพันธภาพทางสังคม และชีวิตประจำวันของเด็ก

ในการประเมินว่าตัวเองมีปัญหาด้านอารมณ์ ด้านสมาธิ ด้านพฤติกรรม หรือความสามารถเข้ากับผู้อื่นได้

ถ้าตอบว่า “**ไม่**” ไม่ต้องคิดคะแนนข้อต่อไป

ถ้าตอบว่า “**ใช่**” ให้พิจารณาแบบประเมินในหัวข้อต่อไปนี้

- ปัญหานี้ทำให้รู้สึกไม่สบายใจหรือไม่
- ปัญหานี้รบกวนชีวิตประจำวันในด้านต่าง ๆ หรือไม่

ใน 2 หัวข้อนี้ ถ้าตอบว่า “**ไม่เลย**” หรือ “**เล็กน้อย**” ให้ 0 คะแนน

“**ค่อนข้างมาก**” ให้ 1 คะแนน “**มาก**” ให้ 2 คะแนน ดังนี้

ข้อความ	ไม่เลย	เล็กน้อย	ค่อนข้างมาก	มาก
ปัญหานี้ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ	0	0	1	2
ปัญหานี้รบกวนชีวิตประจำวันในด้านต่าง ๆ	0	0	1	2
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ความเป็นอยู่ที่บ้าน	0	0	1	2
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> การคบเพื่อน	0	0	1	2
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> การเรียนในห้องเรียน	0	0	1	2
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> กิจกรรมยามว่าง	0	0	1	2

### สรุปการแปลผลด้านหลัง

คะแนนรวม 0 คะแนน = ปกติ

คะแนนรวม 1 คะแนนขึ้นไป = เสี่ยง/มีปัญหา



การแปลผลแบบประเมินพฤติกรรมเด็กฉบับครู / ผู้ปกครองประเมินนักเรียน  
คะแนนจากแบบประเมินด้านหน้า (25 ข้อ)

แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก ฉบับครูประเมินนักเรียน

รายการประเมิน	ปกติ	เสี่ยง/มีปัญหา
<b>คะแนนรวม</b>	0-15	16-40
- คะแนนพฤติกรรมด้านอารมณ์	0-3	4-10
- คะแนนพฤติกรรมเกร	0-3	4-10
- คะแนนพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง	0-5	6-10
- คะแนนพฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	0-5	6-10
- คะแนนพฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม	4-10	0-3
	(มีจุดแข็ง)	(ไม่มีจุดแข็ง)

แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก ฉบับผู้ปกครองประเมินนักเรียน

รายการประเมิน	ปกติ	เสี่ยง/มีปัญหา
<b>คะแนนรวม</b>	0-15	16-40
- คะแนนพฤติกรรมด้านอารมณ์	0-3	4-10
- คะแนนพฤติกรรมเกร	0-3	4-10
- คะแนนพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง	0-5	6-10
- คะแนนพฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน	0-5	6-10
- คะแนนพฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม	5-10	0-4
	(มีจุดแข็ง)	(ไม่มีจุดแข็ง)

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ E.Q.

ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์และมีความสุขการรู้จักความฉลาดทางอารมณ์ของตนเองเพื่อพัฒนาและการใช้ศักยภาพตนเองในการดำเนินชีวิตครอบครัว การทำงานและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ กรมสุขภาพจิตได้ตระหนักถึงความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์จึงได้สร้างแบบประเมินเพื่อใช้ประเมินตนเอง

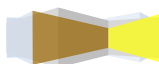
คำแนะนำ

แบบประเมินนี้เป็นประโยชน์ที่มีข้อความเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ แม้ว่าประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ก็ตามให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ เพื่อท่านจะได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนเองต่อไป มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยคคือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านเห็นว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

รายการประเมิน		ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก	คะแนน
1	เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน					
2	ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ					
3	เมื่อถูกขัดใจฉันรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้					
4	ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ					
5	ฉันมีปฏิกิริยาโต้ตอบปัญหาเพียงเล็กน้อย					
6	ฉันถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้					
รวม						
7	ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง					
8	ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก					
9	ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด					
10	ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็มีเหตุผลที่จะไม่พอใจในการกระทำของฉัน					
11	ฉันรู้สึกว่าคุณอื่นเรียกร้องความสนใจมากเกินไป					
12	แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ					
รวม						
13	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					
14	ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน					
15	เมื่อทำผิดฉันสามารถกล่าวคำว่า “ขอโทษ” ผู้อื่นได้					
16	ฉันยอมรับขอผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก					
17	ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม					
18	ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น					
รวม						
19	ฉันไม่รู้ว่าฉันเก่งเรื่องอะไร					
20	แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้					
21	เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ					
22	ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ					
23	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันจะไม่ยอมแพ้					
24	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ					
รวม						



25.	ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ							
26.	บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข							
27.	ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน							
28.	เมื่อต้องการทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่าทำอะไรก่อนหลัง							
29.	ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย							
30.	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน							
รวม								
31.	ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย							
32.	ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน							
33.	ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้							
34.	ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน							
35.	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ							
36.	เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้							
รวม								
37.	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น							
38.	ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด							
39.	ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด							
40.	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก							
รวม								
41.	แม้ว่าสถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น							
42.	ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ							
43.	เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผอคลายหรือสนุกสนานได้							
44.	ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุด							
45.	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน							
46.	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่							
รวม								
47.	ฉันไม่รู้ว่าจะหาอะไรทำเมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย							
48.	เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ							
49.	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้							
50.	ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่							
51.	ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ							
52.	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ							
รวม								



ด้าน	ด้านย่อย	การรวมคะแนน	ผลรวมคะแนน / การแปลผล					
			รวม	แปลผล	รวม	แปลผล	รวม	แปลผล
ดี	1.1 ควบคุมอารมณ์	รวมข้อ 1 ถึงข้อ 6						
	1.2 เห็นใจผู้อื่น	รวมข้อ 7 ถึงข้อ 12						
	1.3 รับผิดชอบ	รวมข้อ 13 ถึงข้อ 18						
เก่ง	2.1 มีแรงจูงใจ	รวมข้อ 19 ถึงข้อ 24						
	2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	รวมข้อ 25 ถึงข้อ 30						
	2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	รวมข้อ 31 ถึงข้อ 36						
สุข	3.1 ภูมิใจตนเอง	รวมข้อ 37 ถึงข้อ 40						
	3.2 พึงพอใจในชีวิต	รวมข้อ 41 ถึงข้อ 46						
	3.3 สุขสงบทางใจ	รวมข้อ 47 ถึงข้อ 52						

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่มในการให้คะแนนดังนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ														
1	4	6	7	10	12	14	15	17	20	22	23	25	28	
31	32	34	36	38	39	41	42	43	44	46	48	49	50	
แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้														
ตอบไม่จริง							ให้	1	คะแนน					
ตอบจริงบางครั้ง							ให้	2	คะแนน					
ตอบค่อนข้างจริง							ให้	3	คะแนน					
ตอบจริงมาก							ให้	4	คะแนน					

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ ข้อ														
2	3	5	8	9	11	13	16	18	19	21	24			
26	27	29	30	33	35	37	40	45	47	51	52			
แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้														
ตอบไม่จริง							ให้	4	คะแนน					
ตอบจริงบางครั้ง							ให้	3	คะแนน					
ตอบค่อนข้างจริง							ให้	2	คะแนน					
ตอบจริงมาก							ให้	1	คะแนน					

กลุ่มตัวอย่างอายุ 12 - 17 ปี

องค์ประกอบ EQ	ต่ำกว่าปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าปกติ
คะแนน EQ รวม	< 140	140 - 170	>170
<b>1. องค์ประกอบ ดี</b>	<b>&lt; 48</b>	<b>48 - 58</b>	<b>&gt;58</b>
1.1 ควบคุมอารมณ์	< 13	13 - 17	>17
1.2 เห็นใจผู้อื่น	< 16	16 - 20	>20
1.3 รับผิดชอบ	< 16	16 - 22	>22
<b>2. องค์ประกอบ เก่ง</b>	<b>&lt; 45</b>	<b>45 - 57</b>	<b>&gt;57</b>
2.1 มีแรงจูงใจ	< 14	14 - 20	>20
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	< 13	13 - 19	>19
2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	< 14	14 - 20	>20
<b>3. องค์ประกอบ สุข</b>	<b>&lt; 40</b>	<b>40 - 55</b>	<b>&gt;55</b>
3.1 ภูมิใจในตนเอง	< 9	9 - 13	>13
3.2 พึงพอใจในชีวิต	< 16	16 - 22	>22
3.3 สุขสงบทางใจ	< 15	15 - 21	>21

## กราฟความฉลาดทางอารมณ์

		0	5	10	15	20	25
ช่วงคะแนนปกติ แต่ละด้าน							
1.1 ควบคุมอารมณ์	ช่วงคะแนนปกติ = (13-17)						
1.2 เห็นใจผู้อื่น	ช่วงคะแนนปกติ = (16-20)						
1.3 รับผิดชอบ	ช่วงคะแนนปกติ = (16-22)						
2.1 มีแรงจูงใจ	ช่วงคะแนนปกติ = (14-20)						
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	ช่วงคะแนนปกติ = (13-19)						
2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	ช่วงคะแนนปกติ = (14-20)						
3.1 ภูมิใจในตนเอง	ช่วงคะแนนปกติ = (9-13)						
3.2 พึงพอใจในชีวิต	ช่วงคะแนนปกติ = (16-22)						
3.3 สุขสงบทางใจ	ช่วงคะแนนปกติ = (15-21)						
หมายเหตุ		หมายถึงคะแนนช่วงปกติ					

### การรวมคะแนน

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น  
และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออก  
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

ด้าน	ด้านย่อย	การรวมคะแนน	ผลรวมคะแนน / การแปลผล					
			รวม	แปลผล	รวม	แปลผล	รวม	แปลผล
ดี	1.1 ควบคุมอารมณ์	รวมข้อ 1 ถึงข้อ 6						
	1.2 เห็นใจผู้อื่น	รวมข้อ 7 ถึงข้อ 12						
	1.3 รับผิดชอบ	รวมข้อ 13 ถึงข้อ 18						
เก่ง	2.1 มีแรงจูงใจ	รวมข้อ 19 ถึงข้อ 24						
	2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	รวมข้อ 25 ถึงข้อ 30						
	2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	รวมข้อ 31 ถึงข้อ 36						
สุข	3.1 ภูมิใจตนเอง	รวมข้อ 37 ถึงข้อ 40						
	3.2 พึงพอใจในชีวิต	รวมข้อ 41 ถึงข้อ 46						
	3.3 สุขสงบทางใจ	รวมข้อ 47 ถึงข้อ 52						

หลังจากรวมคะแนนแต่ละด้านเสร็จแล้ว นำคะแนนที่ได้ไปทำเครื่องหมาย  $\lambda$  ลงบนเส้นประ  
ในกราฟความฉลาดทางอารมณ์แล้วลากเส้นให้ต่อกัน และพิจารณาดูว่ามีคะแนนด้านใดที่สูงหรือต่ำกว่า  
ช่วงคะแนนปกติ



ผลที่ได้เป็นเพียงการประเมินโดยสังเขป **คะแนนที่ได้ต่ำกว่าช่วงคะแนนปกติ ไม่ได้หมายความว่าท่านหรือเด็กมีความผิดปกติในด้านนั้น** เพราะด้านต่าง ๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่มีการพัฒนาและมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้นคะแนนที่ได้ต่ำจึงเป็นเพียง ข้อเตือนใจให้ท่านหาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้น ๆ ให้มากยิ่งขึ้น

สำหรับรายละเอียดและแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีอยู่ในหนังสืออีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์ หรือคู่มือความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต รวมทั้งท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ทางกรมสุขภาพจิตหรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องจัดขึ้น



## บันทึกประเมิน EQ.



การบันทึกการประเมิน EQ. (ความฉลาดทางอารมณ์) โดยนักเรียนเป็นผู้ประเมินตนเอง และจะส่งรายงานผลให้กับครูที่ปรึกษา ผ่าน Application Dschool ดังนี้



นักเรียนเลือกเมนู “ประเมิน EQ”

บันทึกประเมิน EQ

ข้อ	คำถาม	ไม่จริง	จริงบ้างครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
47	ฉันไม่รู้ว่าจะทำอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48	เมื่อว่างเว้นจากการหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50	ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
51	ฉันไม่สามารถทำใจให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
52	ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็กรน้อยๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

บันทึกประเมิน EQ ครบ จำนวน 52 ข้อ  
กดเลือก “ส่งแบบประเมิน”

## เกณฑ์การคัดกรองนักเรียน

การคัดกรองนักเรียนเพื่อจัดเป็นกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา นั้น ครูที่ปรึกษาสามารถวิเคราะห์ข้อมูลจากระเบียบสะสม SDQ และอื่น ๆ ที่จัดทำเพิ่มเติม และโรงเรียนจำเป็นต้องประชุมครูเพื่อพิจารณาเกณฑ์การคัดกรองนักเรียน เพื่อให้ครูที่ปรึกษามีหลักในการคัดกรอง นักเรียนตรงกันทั้งโรงเรียน ดังมีตัวอย่างต่อไปนี้

ข้อมูลนักเรียน	กลุ่มเสี่ยง	มีปัญหา
<b>1. ด้านความสามารถ</b>		
1.1 ด้านการเรียนรู้	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผลการเรียนรู้เฉลี่ย 1.50 – 2.00</li> <li>- มาโรงเรียนสาย 5 – 10 ครั้ง</li> <li>- ไม่เข้าเรียนในวิชาต่างๆ 3 -5 ครั้ง ต่อ 1 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน</li> <li>- ได้ผลการเรียน 0, ร, มส, มผ. 1 -3 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน</li> <li>- อ่านหนังสือไม่คล่อง</li> <li>- เขียนหนังสือไม่ถูก</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผลการเรียนรู้เฉลี่ยต่ำกว่า 1.50</li> <li>- มาโรงเรียนสายมากกว่า 10 ครั้ง ต่อ 1 ภาคเรียน</li> <li>- ไม่เข้าเรียนในวิชาต่าง ๆ มากกว่า 5 ครั้ง ต่อ 1 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน</li> <li>- อ่านหนังสือไม่คล่อง</li> <li>- เขียนหนังสือไม่ถูกต้อง สะกดคำผิด แม้แต่คำง่ายๆ</li> </ul>
<b>2. ด้านสุขภาพ</b>		
2.1 ด้านร่างกาย	<ul style="list-style-type: none"> <li>- น้ำหนักผิดปกติและไม่สัมพันธ์กับส่วนสูงหรืออายุ</li> <li>- ร่างกายไม่แข็งแรง</li> <li>- สายตาสั้น/เอียง (ไม่ใช้แว่นตา/คอนแทคเลนส์)</li> <li>- มีความบกพร่องทางการได้ยิน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีความพิการทางด้านร่างกาย</li> <li>- ป่วยเป็นโรคร้าย/เรื้อรัง/ความเจ็บป่วยที่มีผลกระทบต่อการศึกษา</li> <li>- มีความบกพร่องทางการมองเห็น</li> <li>- มีความบกพร่องทางการได้ยินอย่างมาก</li> </ul>
2.2 ด้านจิตใจและพฤติกรรม	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หากครูที่ปรึกษาใช้แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) ให้พิจารณาตามเกณฑ์ของ SDQ</li> <li>- หากครูที่ปรึกษาใช้เครื่องมืออื่น ๆ เช่น แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ก็ให้ใช้เกณฑ์ของเครื่องมืออื่น ๆ รวมทั้งการพิจารณาควบคู่กับข้อมูลอื่น ๆ ที่มีเพิ่มเติม</li> </ul>	
<b>3. ด้านเศรษฐกิจ</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พ่อหรือแม่ตกงาน</li> <li>- รายได้ 5,000–10,000 บาท/เดือน</li> <li>- มีภาระหนี้</li> <li>- ใช้จ่ายแบบฟุ่มเฟือย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พ่อและแม่ตกงาน</li> <li>- รายได้ครอบครัวต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน</li> <li>- ไม่มีอาหารกลางวันรับประทาน</li> <li>- มีภาระหนี้สินจำนวนมาก</li> <li>- ไม่มีเงินซื้ออุปกรณ์การเรียน</li> </ul>

ข้อมูลนักเรียน	กลุ่มเสี่ยง	มีปัญหา
<b>4. ด้านการคุ้มครองนักเรียน</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พ่อแม่ แยกทางกันหรือ แต่งงานใหม่</li> <li>- มีความรู้สึกไม่ดีต่อพ่อหรือแม่ รุนแรง/เรื้อรัง</li> <li>- มีการเล่นการพนันในครอบครัว</li> <li>- มีพฤติกรรมส่อไปในทางชู้สาว</li> <li>- มีการมั่วสุมทางเพศ</li> <li>- มีการทะเลาะวิวาท</li> <li>- มีการลักทรัพย์ 1 ครั้ง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่มีผู้ดูแล</li> <li>- มีความขัดแย้ง และมีการใช้ความรุนแรง ในครอบครัว</li> <li>- มีบุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยด้วยโรค</li> <li>- เล่นการพนัน</li> <li>- มีการถูกล่วงละเมิดทางเพศ</li> <li>- มีการมั่วสุมทางเพศ</li> <li>- มีเพศสัมพันธ์</li> <li>- มีการทะเลาะวิวาทอย่างรุนแรง</li> <li>- มีการลักทรัพย์ มากกว่า 1 ครั้ง</li> </ul>
<b>5. ด้านสารเสพติด</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนมีการใช้เครื่องดื่ม ที่มีแอลกอฮอล์ หรือมีการสูบบุหรี่ เป็นบางครั้ง</li> <li>- มีการใช้สารเสพติดที่ผิดกฎหมาย ในครอบครัว</li> <li>- สมาชิกในครอบครัวจำหน่าย สารเสพติดที่ผิดกฎหมาย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นักเรียนมีการใช้เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หรือมีการสูบบุหรี่บ่อยครั้ง</li> <li>- นักเรียนมีการใช้สารเสพติดที่ผิดกฎหมาย</li> </ul>
<b>6. ด้านระเบียบวินัยของโรงเรียน</b>		
6.1 เครื่องแต่งกาย 6.2 ทรงผม 6.3 อื่น ๆ		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผิดระเบียบเป็นบางครั้งหรือมี สภาพที่ผิดระเบียบอย่างไม่เด่นชัด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีความถี่สูง หรือมีสภาพที่เห็นว่าผิดระเบียบ อย่างเด่นชัด</li> </ul>
<b>7. ความสามารถพิเศษ</b>		



## แบบคัดกรองนักเรียนเป็นรายบุคคล ปีการศึกษา.....

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น ม.....เลขที่.....

ครูที่ปรึกษา.....

## 1. ด้านการเรียน

 ปกติ เสี่ยง

- ( ) ผลการเรียนเฉลี่ย 1.50 – 2.00 ( ) มาโรงเรียนสาย 5 – 10 ครั้ง  
 ( ) ไม่เข้าเรียนในวิชาต่าง ๆ 3 -5 ครั้ง ต่อ 1 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน  
 ( ) ได้ผลการเรียน 0, ร, มส, มผ 1 -3 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน  
 ( ) อ่านหนังสือไม่คล่อง ( ) เขียนหนังสือไม่ถูก  
 ( ) อื่นๆ คือ.....

 มีปัญหา

- ( ) ผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 1.50  
 ( ) มาโรงเรียนสายมากกว่า 10 ครั้ง ต่อ 1 ภาคเรียน  
 ( ) ไม่เข้าเรียนในวิชาต่างๆ มากกว่า 5 ครั้ง ต่อ 1 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน  
 ( ) ได้ผลการเรียน 0, ร, มส, มผ มากกว่า 3 รายวิชา ต่อ 1 ภาคเรียน  
 ( ) อ่านหนังสือไม่คล่อง ( ) เขียนหนังสือไม่ถูกต้อง สะกดคำผิด แม้แต่คำง่ายๆ  
 ( ) อื่นๆ คือ.....

## 2. ด้านสุขภาพ

 ปกติ เสี่ยง

- ( ) น้ำหนักผิดปกติและไม่สัมพันธ์กับส่วนสูงหรืออายุ  
 ( ) ร่างกายไม่แข็งแรง ( ) สายตาสั้น/เอียง (ไม่ใช้แว่นตา/คอนแทคเลนส์)  
 ( ) มีความบกพร่องทางการได้ยิน ( ) อื่นๆ คือ.....

 มีปัญหา

- ( ) มีความพิการทางด้านร่างกาย ( ) ป่วยเป็นโรคร้าย/เรื้อรัง  
 ( ) ความเจ็บป่วยที่มีผลกระทบต่อการเรียน  
 ( ) มีความบกพร่องทางการมองเห็น ( ) มีความบกพร่องทางการได้ยินอย่างมาก  
 ( ) อื่นๆ คือ.....

## 3. ด้านสุขภาพจิตและพฤติกรรม (พิจารณาจากแบบประเมิน SDQ ทั้ง 3 ฉบับ)

3.1 ด้านอารมณ์

 ปกติ เสี่ยง มีปัญหา

3.2 ด้านความประพฤติ

 ปกติ เสี่ยง มีปัญหา

3.3 ด้านความประพฤติไม่อยู่นิ่ง

 ปกติ เสี่ยง มีปัญหา3.4 ด้านบุคลิกภาพและ  
ความสัมพันธ์กับเพื่อน ปกติ เสี่ยง มีปัญหา

ผลรวมทั้ง 4 ด้าน

 ปกติ เสี่ยง มีปัญหา

3.5 ด้านสัมพันธ์ทางสังคม

 มีจุดแข็ง ไม่มีความเสี่ยง

## 4. ด้านเศรษฐกิจ

<input type="checkbox"/> ปกติ		
<input type="checkbox"/> เสี่ยง	( ) พ่อหรือแม่ตงงาน ( ) มีภาระหนี้ ( ) อื่นๆ คือ.....	( ) รายได้ 5,000 – 10,000 บาท/เดือน ( ) ใช้จ่ายแบบฟุ่มเฟือย
<input type="checkbox"/> มีปัญหา	( ) พ่อและแม่ตงงาน ( ) ไม่มีอาหารกลางวันรับประทาน ( ) ไม่มีเงินซื้ออุปกรณ์การเรียน ( ) อื่นๆ คือ.....	( ) รายได้ครอบครัวต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน ( ) มีภาระหนี้สินจำนวนมาก
<b>5. ด้านการคุ้มครองนักเรียน</b>		
<input type="checkbox"/> ปกติ		
<input type="checkbox"/> เสี่ยง	( ) พ่อแม่แยกทางกันหรือแต่งงานใหม่ ( ) มีความรู้สึกไม่ดีต่อพ่อหรือแม่รุนแรง/เรื้อรัง ( ) มีพฤติกรรมส่อไปในทางชู้สาว ( ) มีการลักทรัพย์ 1 ครั้ง ( ) อื่นๆ คือ.....	( ) มีการเล่นการพนันในครอบครัว ( ) มีการมั่วสุมทางเพศ ( ) มีการทะเลาะวิวาท
<input type="checkbox"/> มีปัญหา	( ) ไม่มีผู้ดูแล ( ) มีบุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยด้วยโรค ( ) มีการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ( ) มีการทะเลาะวิวาทอย่างรุนแรง ( ) อื่นๆ คือ.....	( ) มีความขัดแย้ง และมีการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ( ) เล่นการพนัน ( ) มีการมั่วสุมทางเพศ/มีเพศสัมพันธ์ ( ) มีการลักทรัพย์ มากกว่า 1 ครั้ง
<b>6. ด้านสารเสพติด</b>		
<input type="checkbox"/> ปกติ		
<input type="checkbox"/> เสี่ยง	( ) นักเรียนมีการใช้เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หรือมีการสูบบุหรี่เป็นบางครั้ง ( ) มีการใช้สารเสพติดที่ผิดกฎหมายในครอบครัว ( ) สมาชิกในครอบครัวจำหน่ายสารเสพติดที่ผิดกฎหมาย	
<input type="checkbox"/> มีปัญหา	( ) นักเรียนมีการใช้เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หรือมีการสูบบุหรี่บ่อยครั้ง ( ) นักเรียนมีการใช้สารเสพติดที่ผิดกฎหมาย คือ .....	
<b>7. ด้านระเบียบวินัยของโรงเรียน</b>		
7.1 เครื่องแต่งกาย	<input type="checkbox"/> ปกติ	<input type="checkbox"/> เสี่ยง <input type="checkbox"/> มีปัญหา
7.2 ทรงผม	<input type="checkbox"/> ปกติ	<input type="checkbox"/> เสี่ยง <input type="checkbox"/> มีปัญหา
7.3 อื่น คือ.....	<input type="checkbox"/> ปกติ	<input type="checkbox"/> เสี่ยง <input type="checkbox"/> มีปัญหา
หมายเหตุ	เสี่ยง หมายถึง ผิดระเบียบเป็นบางครั้งหรือมีสภาพที่ผิดระเบียบอย่างไม่เด่นชัด	
	มีปัญหา หมายถึง มีความถี่สูง หรือมีสภาพที่เห็นว่าผิดระเบียบอย่างเด่นชัด	



## บันทึกคัดกรอง



การบันทึกการคัดกรอง ออนไลน์ผ่าน Application Dschool ประกอบด้วย 7 ด้าน ดังนี้

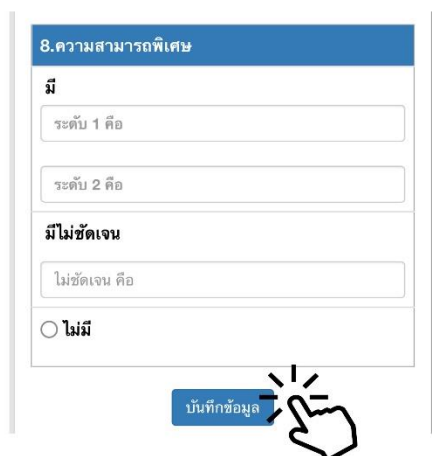
- 1.ด้านการเรียน
- 2.ด้านสุขภาพร่างกาย
- 3.ด้านเศรษฐกิจและสังคม
- 4.ด้านคุ้มครองนักเรียน
- 5.ด้านสารสนเทศ
- 6.ด้านระเบียบวินัยของโรงเรียน
- 7.ความสามารถพิเศษ



เลือกเมนู “คัดกรองนักเรียน”  
เลือก บันทึกผลการคัดกรองนักเรียน



เลือกรายชื่อนักเรียน  
ที่ต้องการบันทึกผลการคัดกรอง



เลือกบันทึกข้อมูล

\*ถ้าคุณครูเลือกไม่ครบทุกข้อจะไม่สามารถ  
แปลผลของนักเรียนนั้นได้\*

## บันทึกเวลาโรงเรียน



การบันทึกการเข้าโรงเรียน ผ่าน Gate กรณีที่นักเรียนมาเรียน onsite ที่โรงเรียน \*\*กรณีนักเรียนไม่สามารถลงชื่อผ่าน Application Dschool หรือสแกนบัตรผ่าน Gate ได้ และแจ้งให้ครูที่ปรึกษาดำเนินการลงชื่อ ให้มี 6 สถานะ ดังนี้

1. มา 2. สาย 3. ลาป่วย 4. ลากิจ 5. ไม่ลงเวลา 6. ขาด

The screenshot shows the 'บันทึกเวลาโรงเรียน' (Record School Time) screen in the Dschool AI application. The screen is divided into three main sections:

- Top Section:** Header with 'Dschool AI' and 'บันทึกเวลาโรงเรียน'. Below the header are several navigation icons: a clock (selected), a flag, a book, a calendar, and a person. Below these icons is a button labeled 'บันทึกเวลาโรงเรียน'.
- Middle Section:** Titled 'กรุณาเลือกสถานะ:' (Please select status:). It lists '1. กรุณาระบุ สถานะนักเรียน' (Please specify student status). Below this are seven blue buttons: 'มา' (Present), 'สาย' (Late), 'เรียนนอกสถานที่' (Learn outside school), 'ลาป่วย' (Sick leave), 'ลากิจ' (Personal leave), 'ไม่ลงเวลา' (No time record), and 'ขาด' (Absent). A hand icon points to the 'มา' button.
- Bottom Section:** Titled 'กรุณายืนยัน' (Please confirm). It lists '1. กรุณาระบุ สถานะนักเรียน' (Please specify student status) and 'แก้ไขสถานะเป็น > มา' (Change status to > Present). Below this is a text field labeled '\*ถ้าต้องการใส่ข้อมูลเวลา กรุณากรอก:' (If you want to enter time information, please enter:). At the bottom are two buttons: 'ยกเลิก' (Cancel) and 'ยืนยัน' (Confirm). A hand icon points to the 'ยืนยัน' button.

กดเลือกเมนู ลงเวลาโรงเรียน

บันทึกเวลาโรงเรียน

กดเลือกสถานะของนักเรียน

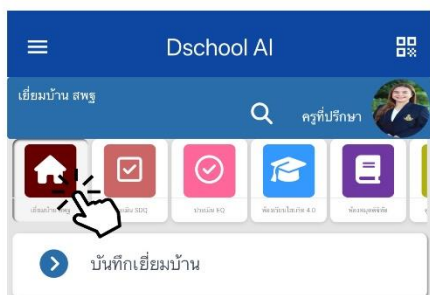
ในการมาเรียน

กดเลือก ยืนยัน

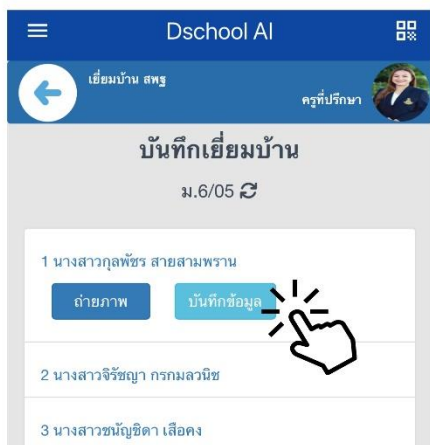
## บันทึกเยี่ยมบ้าน (1)



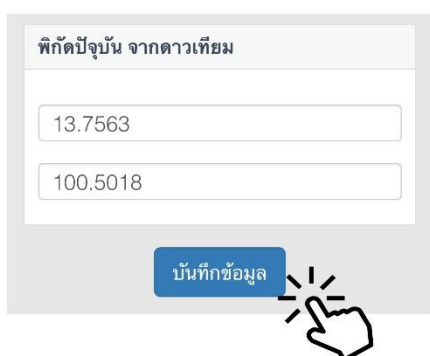
- การบันทึกการเยี่ยมบ้านนักเรียน ออนไลน์สามารถบันทึกได้ 2 ช่องทางดังนี้
- 1.บันทึกข้อมูลผ่าน Application Dschool
  - 2.บันทึกข้อมูลผ่าน <https://thaidigitalschool.com/>



เลือกเมนู “เยี่ยมบ้าน”  
เลือก บันทึกเยี่ยมบ้าน



เลือกบันทึกและเลือกถ่ายภาพ



กรอกข้อมูลครบถ้วน  
และเลือกบันทึกข้อมูล

## บันทึกเยี่ยมบ้าน (2)



- การบันทึกการเยี่ยมบ้านนักเรียน ออนไลน์สามารถบันทึกได้ 2 ช่องทางดังนี้
- 1.บันทึกข้อมูลผ่าน Application Dschool
  - 2.บันทึกข้อมูลผ่าน <https://thaidigitalschool.com/>



เข้าไปที่ <https://thaidigitalschool.com/>  
และกดไปที่ภาพ QR CODE  
- ใช้โทรศัพท์/แท็บเล็ต  
เข้า Application Dschool กดที่ QR CODE  
ในโทรศัพท์ และนำไปสแกนภาพ QR CODE  
ในคอมพิวเตอร์ เพื่อเข้าสู่ระบบ

เลือกเมนู “เยี่ยมบ้านออนไลน์”



เลือกบันทึกและเลือกถ่ายภาพ

บันทึกข้อมูล

บันทึกข้อมูลนักเรียน

นางสาวจณิสรา ธนาอักษรวิทย์

ตำแหน่งหน้าที่

พักณนักเรียน

Latitude :

Longitude :

พักณนักเรียน จากดาวเทียม

รวม ละติจูด (ค่าบ่งชี้ 13.764950)

รวม ลองจิจูด (ค่าบ่งชี้ 100.538306)

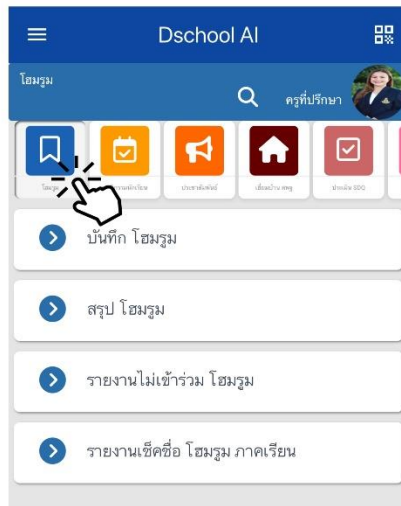
บันทึกข้อมูล

กรอกข้อมูลครบถ้วน  
และบันทึกข้อมูล

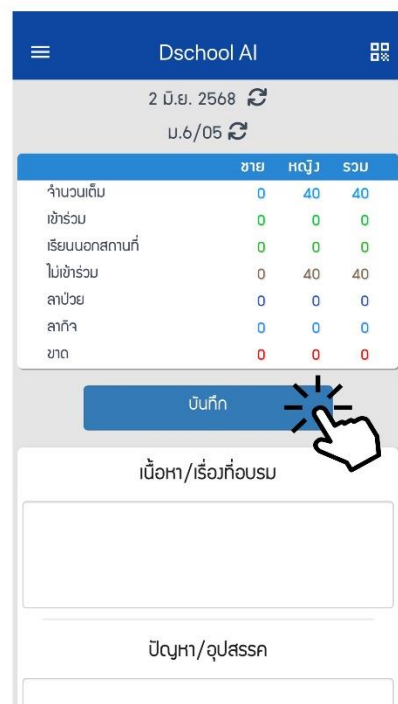
## บันทึกการโฮมรูมนักเรียน



การบันทึกการจัดกิจกรรมโฮมรูมนักเรียนของครูที่ปรึกษา ผ่าน Application Dschool ในวันที่มีการโฮมรูมนักเรียนสัปดาห์ละ 1 ครั้ง



เลือกเมนู “โฮมรูม”



บันทึกนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมโฮมรูม

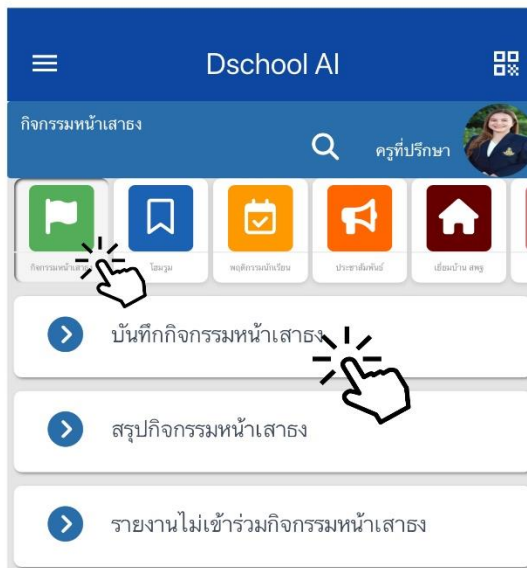
- บันทึก เนื้อหา/เรื่องที่อบรม
- บันทึกปัญหา/อุปสรรค
- บันทึกการแก้ไขปัญหา
- กด บันทึก เพื่อส่งรายงาน

## บันทึกกิจกรรมหน้าเสาธง



การบันทึกกิจกรรมหน้าเสาธง (โดยครูที่ปรึกษาเป็นผู้บันทึก ในการคุมแถวนักเรียน)กรณีที่นักเรียนมาเรียน onsite ที่โรงเรียนผ่าน Application Dschool มี 6 สถานะ ดังนี้

1. เข้าร่วม
2. สาย
3. ลาป่วย
4. ลากิจ
5. ขาด
6. ไม่เข้าร่วม



เลือกเมนู “กิจกรรมหน้าเสาธง”

บันทึกกิจกรรมหน้าเสาธง



เลือกสถานะการเข้าร่วมกิจกรรมหน้าเสาธง ของนักเรียนตามรายชื่อทุกคน

บันทึกข้อมูลนักเรียนทุกคน แล้วกด บันทึก กดเลือก ส่งรายงานถึงกิจการนักเรียน กดเลือก ยืนยัน



## แบบบันทึกการให้คำปรึกษา

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

ชื่อ - สกุล ( เด็กหญิง / นางสาว ) ..... ชั้น ..... / เลขที่ .....

ให้คำปรึกษานักเรียน เรื่อง .....

.....

สภาพของปัญหาของนักเรียน .....

.....

.....

บันทึกการให้คำปรึกษานักเรียน .....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อผู้ให้คำปรึกษา

.....

( )

( )

## การติดตามผลการให้คำปรึกษานักเรียน

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

สภาพของปัญหา .....

 ดีขึ้นมาก

 ดีขึ้นเล็กน้อย

 เหมือนเดิม

 หนักขึ้นกว่าเดิม

จากการให้คำปรึกษาแล้ว เห็นควร

 ยุติการให้คำปรึกษา เนื่องจาก .....

 นัดให้คำปรึกษาครั้งต่อไป วันที่ .....

 ส่งต่อการแก้ปัญหาให้นักเรียน เนื่องจาก .....

.....



บันทึกการส่งต่อภายใน  
(โดยครูที่ปรึกษา)

โรงเรียนศึกษานารี กรุงเทพมหานคร

วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

เรื่อง ขอความร่วมมือในการช่วยเหลือนักเรียน

เรียน .....

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสรุปผลการคัดกรองและช่วยเหลือนักเรียน

ด้วยนักเรียน ชื่อ - นามสกุล .....ชั้น ม...../  
เลขที่..... เลขประจำตัว .....

มีพฤติกรรมสรุปได้ ดังนี้

.....  
.....

และได้ดำเนินการช่วยเหลือแล้วสรุปได้ ดังนี้

.....  
.....

แต่ยังมีพฤติกรรม ดังนี้.....

.....

จึงเรียนมาเพื่อขอความร่วมมือในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาของนักเรียนดังกล่าว  
และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

( .....

ครูที่ปรึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่...../.....



แบบรายงานแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน  
( จากการส่งต่อบุคลากรภายในโรงเรียน )

โรงเรียนศึกษานารี กรุงเทพมหานคร

วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

เรื่อง แจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน  
เรียน .....

ตามที่ท่านได้ส่งนักเรียน ชื่อ .....ชั้น ม. .... / .....  
เลขที่ .....เลขประจำตัว .....

มาให้ดำเนินการช่วยเหลือ นั้น บัดนี้ ( ผู้ดำเนินการช่วยเหลือ ) .....  
ได้ดำเนินการให้การช่วยเหลือนักเรียนแล้ว สรุปผล ดังนี้

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

.....  
( ..... )



บันทึกการส่งต่อนักเรียน  
(กรณีจำนวนมาก)

โรงเรียนศึกษานารี กรุงเทพมหานคร

วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

เรื่อง การส่งต่อนักเรียน

เรียน .....

ด้วยนักเรียนผู้มีรายชื่อต่อไปนี้ เป็นผู้ที่มีปัญหาด้าน.....  
สมควรได้รับคำแนะนำ และความช่วยเหลือจากท่าน ดังนี้

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล	ชั้น/ ห้อง	เลขที่	ข้อมูลปัญหา

จึงเรียนมาเพื่อขอความร่วมมือในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหานักเรียนดังกล่าว และกรุณาแจ้งผล  
การช่วยเหลือให้ทราบด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

.....  
(.....)



## บันทึกการส่งต่อภายนอก

โรงเรียนศึกษานารี กรุงเทพมหานคร

วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

เรื่อง ขอความร่วมมือในการช่วยเหลือนักเรียน

เรียน .....

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสาร-ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิเคราะห์ปัญหา และหาทางช่วยเหลือ

○ ข้อมูล/ประวัติส่วนตัว/ครอบครัว/การเรียน ฯลฯ

○ บันทึกการให้ความช่วยเหลือของทางโรงเรียน

○ เอกสารอื่น ๆ คือ.....

ด้วยนักเรียนโรงเรียนศึกษานารี ชื่อ .....นามสกุล.....

ชั้น ม...../.....เลขที่ .....

มีพฤติกรรม และ/หรือ ลักษณะปัญหาที่ควรได้รับการช่วยเหลือ คือ.....

และทางโรงเรียนได้ดำเนินการช่วยเหลือนักเรียนเบื้องต้นแล้ว โดย .....

แต่นักเรียนยังมีพฤติกรรมและพัฒนาการที่ไม่ดีขึ้น ในการนี้ พิจารณาเห็นว่านักเรียนจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน โดยทางโรงเรียนและผู้ปกครองของนักเรียน พร้อมให้ความร่วมมือในการดำเนินการช่วยเหลือของท่าน

จึงเรียนมาเพื่อขอส่งต่อนักเรียนเข้ารับการรักษาแก้ไขปัญหาดังกล่าว จากหน่วยงานของท่าน และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

.....  
(.....)

ผู้ดำเนินการส่งต่อ



## แบบแจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน

หน่วยงาน.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เรื่อง แจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน

เรียน .....

ตามที่ท่านได้ส่งนักเรียน ชื่อ.....ชั้น ม...../...เลขที่.....  
 มาให้ดำเนินการช่วยเหลือ นั้น บัดนี้ (ผู้ดำเนินการช่วยเหลือ).....  
 ได้ดำเนินการให้การช่วยนักเรียนแล้ว สรุปการดำเนินการและผลการช่วยเหลือ ดังนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และขอความร่วมมือจากท่านในการช่วยติดตามดูแลนักเรียน  
 ต่อเนื่อง และส่งเสริมให้นักเรียนมีกำลังใจและความเข้มแข็งในการใช้ชีวิตอย่างถูกต้องเหมาะสมและมีความสุข  
 และโปรดแจ้งกลับหากท่านพบสิ่งใดที่จำเป็นต้องร่วมมือกันในการแก้ไขและช่วยเหลือต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

.....  
(.....)

ผู้ให้การช่วยเหลือ



การจัดกิจกรรมพบผู้ปกครองในชั้นเรียน (Classroom Meeting) ประจำปีการศึกษา .....

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...../.....

ครูที่ปรึกษา 1..... 2.....

จำนวน ผู้เข้าประชุม ..... คน ผู้ไม่เข้าประชุม ..... คน

เนื้อหาที่แจ้งผู้ปกครองทราบ/หัวข้อเรื่องที่มีการปรึกษาหารือกับผู้ปกครอง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ผลที่ได้รับ

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหาอุปสรรค/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ครูที่ปรึกษา

ลงชื่อ.....ครูที่ปรึกษา

(.....)

(.....)





บันทึกการส่งต่อนักเรียนเพื่อเลื่อนระดับชั้น  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่...../.....  
ปีการศึกษา.....

ข้าพเจ้า.....คุณครูที่ปรึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่...../.....  
ปีการศึกษา..... ขอส่งต่อแฟ้มพฤติกรรมและรายละเอียดนักเรียนประจำห้อง ให้กับคุณครูที่ปรึกษา  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่...../.....ปีการศึกษา.....

ตลอด 1 ปีการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

จึงเรียนเรียนมาเพื่อทราบ

(.....)

(.....)

ครูที่ปรึกษา  
ลงวันที่...../...../.....

ครูที่ปรึกษา  
ลงวันที่...../...../.....

## แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (อายุ 15-18 ปี)

Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) ฉบับภาษาไทย

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

**คำชี้แจง :** กรุณาเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ท่านมีความรู้สึกดังต่อไปนี้บ่อยเพียงใด ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ให้ท่านสำรวจตัวท่านเอง และประเมินเหตุการณ์ อาการหรือความคิดเห็นและความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใด และตอบลงในช่องคำตอบที่เป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ไม่เลย ( < 1 วัน )	นานๆ ครั้ง ( 1-2 วัน )	บ่อย ๆ ( 3-4 วัน )	ตลอดเวลา ( 5-7 วัน )
1	ฉันรู้สึกหงุดหงิดง่าย				
2	ฉันรู้สึกเบื่ออาหาร				
3	ฉันไม่สามารถจัดความเศร้า ออกจากใจได้แม้จะมีคน คอยช่วยเหลือก็ตาม				
4	ฉันรู้สึกว่าตนเองดีพอๆ กับคนอื่น				
5	ฉันไม่มีสมาธิ				
6	ฉันรู้สึกหดหู				
7	ทุก ๆ สิ่ง que ฉันกระทำจะต้องฝืนใจ				
8	ฉันมีความหวังเกี่ยวกับอนาคต				
9	ฉันรู้สึกว่าชีวิตมีแต่สิ่งลมเหลว				
10	ฉันรู้สึกหวาดกลัว				
11	ฉันนอนไม่ค่อยหลับ				
12	ฉันมีความสุข				
13	ฉันไม่ค่อยอยากคุยกับใคร				
14	ฉันรู้สึกเหงา				
15	ผู้คนทั่วไปไม่ค่อยเป็นมิตรกับฉัน				
16	ฉันรู้สึกว่าชีวิตนี้สนุกสนาน				
17	ฉันร้องไห้				
18	ฉันรู้สึกเศร้า				
19	ผู้คนรอบข้างไม่ชอบฉัน				
20	ฉันรู้สึกท้อถอยในชีวิต				

## เอกสารประกอบการใช้แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) ฉบับภาษาไทย

(สำหรับอายุระหว่าง 15-18 ปี)

### บทนำ

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีปัญหาทางจิตเวชสูงขึ้นเมื่อเทียบกับวัยเด็ก ในบรรดาปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นนั้น ภาวะซึมเศร้า (depression) จัดเป็นปัญหาที่สำคัญ ทั้งนี้เพราะความชุก และอัตราตายที่สูงเมื่อเปรียบเทียบกับปัญหาจิตเวชอื่นๆ ในต่างประเทศ มีการศึกษาเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นเป็นจำนวนมากในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา ผลการศึกษาชี้ว่าวัยรุ่นป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ในอัตราที่ค่อนข้างสูง ความชุกมีตั้งแต่ร้อยละ 8,-30 ขึ้นอยู่กับวิธีการและประชากรที่ศึกษา CES-D (Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale) เป็นเครื่องมือวัดอาการซึมเศร้าประเภท self-report เช่นเดียวกับ CDI เครื่องมือนี้พัฒนาขึ้นมา โดยนักวิจัยแห่ง Center for Epidemiologic Studies ที่ National Institute of Mental Health ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อวัดอาการซึมเศร้าในผู้ใหญ่โดยเฉพาะในการสำรวจในชุมชน

### คุณสมบัติของเครื่องมือ

ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ ได้นำ CES-D มาแปลเป็นภาษาไทย และศึกษาค่าทางสถิติจากการศึกษา ในวัยรุ่นไทย พบว่า ความเที่ยงของ CES-D วัดโดย Cronbach's Coefficient Alpha มีค่าเท่ากับ 0.86 การศึกษาความตรง ในการจำแนกพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ค่าเฉลี่ย = 25.6 และ 15.4 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 8.08 และ 6.7 ตามลำดับ P ต่ำกว่า 10) นอกจากนี้คะแนน CES-D จะสูงขึ้นตามความรุนแรง ของภาวะซึมเศร้าจาก receiver operating characteristic curve พบว่า คะแนนที่ 22 เป็นจุดตัดที่ใช้คัดกรองภาวะซึมเศร้า ได้ดีที่สุด โดยที่คะแนนนี้ CES-D จะมีความไวร้อยละ 72 ความจำเพาะร้อยละ 85 และความแม่นยำ ร้อยละ 82

### วัตถุประสงค์

เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการคัดกรองภาวะซึมเศร้า เพื่อแยกวัยรุ่น (อายุระหว่าง 15-18 ปี) ที่ซึมเศร้า ออกจากวัยรุ่น ที่ไม่ซึมเศร้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### วิธีการใช้

เครื่องมือนี้ประกอบด้วยข้อความ 20 ข้อ ซึ่งเกี่ยวกับอาการซึมเศร้าในระยะเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา ตัวเลือกเกี่ยวกับ ความรุนแรง ใช้ได้ในวัยรุ่นอายุ 15-18 ปี ตัวเลือกเกี่ยวกับความรุนแรง หรือความถี่ของอาการซึมเศร้ามี 4 ระดับ คือ ไม่เลย (คะแนน 0) บางครั้ง (คะแนน 1) บ่อยๆ (คะแนน 2) ตลอดเวลา (คะแนน 3) คะแนนรวม มีได้ตั้งแต่ 0-60

## การให้คะแนนและการแปลผลแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (CES-D) ฉบับภาษาไทย

การให้คะแนนจะให้ตามความรุนแรง หรือความถี่ของอาการซึมเศร้ามี 4 ระดับ คือ

ไม่เลย (< 1 วัน) ให้	0 คะแนน
บางครั้ง (1-2 วัน) ให้	1 คะแนน
บ่อย ๆ (3-4 วัน) ให้	2 คะแนน
ตลอดเวลา (5-7 วัน) ให้	3 คะแนน

### การแปลผล

เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้คะแนนรวมสูงกว่า 22 ถือว่าอยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้าสมควรได้รับการตรวจวินิจฉัยเพื่อช่วยเหลือต่อไป

### การนำไปใช้ประโยชน์

CES-D เป็นเครื่องมือที่ประหยัด ง่ายต่อการใช้ และสามารถวิเคราะห์ผลได้รวดเร็ว จึงควรใช้เป็นเครื่องมือตรวจหาและประกอบการวินิจฉัยภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น และให้การช่วยเหลือต่อไป

### ข้อจำกัด

การวินิจฉัยในประเทศไทย มีการศึกษาเฉพาะในวัยรุ่นเพศชายเท่านั้น จึงอาจไม่ครอบคลุมถึงกรณีของวัยรุ่นหญิง

### เอกสารอ้างอิง

รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ, นพ. วชิระ ลาภบุญทรัพย์ และปิยลัมพร หะวานนท์ การใช้ CES-D ในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 2540: 42 (1)

### การเผยแพร่

รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ, นพ. วชิระ ลาภบุญทรัพย์ และปิยลัมพร หะวานนท์ การใช้ CES-D ในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 2540: 42 (1)

### บุคคลที่สะดวกในการติดต่อประสานงานในการศึกษาเรื่องนี้

ศาสตราจารย์ แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ

หน่วยจิตเวชเด็ก ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กรุงเทพมหานคร 10330

โทรศัพท์ 0-2256-5176

โทรสาร 0-2256-5176

**แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง**

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

**สิ่งที่ควรทราบ** ความเครียด เป็นสภาวะของจิตใจและร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งเป็นผลจากการต้องปรับตัวต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้าต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมที่บีบคั้น กดดัน หรือคุกคามให้เกิดความทุกข์ ความไม่สบายใจ บุคคลปกติจะมีความเครียดอยู่ระดับหนึ่งที่จะเป็นแรงผลักดันในการดำเนินชีวิต และทำกิจกรรมต่างๆ ให้บรรลุเป้าหมาย ความเครียดในระดับน้อยๆ นี้ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายใดๆ ต่อสุขภาพ ความเครียดในระดับที่สูงขึ้น สามารถแสดงออกให้เห็นได้หลายรูปแบบทางกาย เช่น ปวดศีรษะ ผื่นคัน ความดันโลหิตสูง ใจสั่น ปากแห้งทางอารมณ์และจิตใจ เช่น หงุดหงิดง่าย ผื่นร้าย วิตกกังวล เศร้า เบื่อหน่าย ลืมง่าย มองโลกในแง่ร้ายทางพฤติกรรม เช่น นอนไม่หลับ กัดเล็บ ดื่มสุรา เอะอะโวยวาย การตระหนักรู้ เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้น จะเป็นแนวทางช่วยให้สามารถหาสาเหตุของความเครียด และหาวิธีจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม โดยไม่ปล่อยให้เกิดความเครียดสะสมมากจนเป็นอันตรายแก่สุขภาพ

**ข้อแนะนำการทำแบบทดสอบ** ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด ให้ท่านเลือกคำตอบแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง *ไม่เคยเลย* เป็นครั้งคราว เป็นบ่อยๆ หรือ เป็นประจำ ช่องใดช่องหนึ่งที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด โปรดตอบให้ครบทุกข้อ

อาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึก	ระดับอาการ			
	ไม่เคยเลย	เป็นครั้งคราว	เป็นบ่อยๆ	เป็นประจำ
1. นอนไม่หลับ เพราะคิดมากหรือกังวลใจ				
2. รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ				
3. ทำอะไรไม่ได้เลย เพราะประสาทตึงเครียด				
4. มีความวุ่นวายใจ				
5. ไม่อยากพบปะผู้คน				
6. ปวดหัวข้างเดียวหรือปวดบริเวณขมับทั้งสองข้าง				
7. รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง				
8. รู้สึกหมดหวังใจชีวิต				
9. รู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า				
10. กระวนกระวายอยู่ตลอดเวลา				
11. รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ				
12. รู้สึกเพื่อยจนไม่มีแรงจะทำอะไร				
13. รู้สึกเหนื่อยหน่ายไม่อยากทำอะไร				
14. มีอาการหัวใจเต้นแรง				
15. เสี่ยงสั้น ปากสั้น หรือมือสั้นเวลาไม่พอใจ				
16. รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำสิ่งต่างๆ				
17. ปวดหรือเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย หลัง หรือไหล่				
18. ตื่นเต้นง่ายกับเหตุการณ์ที่ไม่คุ้นเคย				
19. มึนงง หรือเวียนศีรษะ				
20. ความสุขทางเพศลดลง				

## เอกสารประกอบการใช้แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง

**สิ่งที่ควรทราบ** ความเครียด เป็นสภาวะของจิตใจและร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งเป็นผลจากการต้องปรับตัวต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้าต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมที่บีบคั้น กดดัน หรือคุกคามให้เกิดความทุกข์ ความไม่สบายใจ บุคคลปกติจะมีความเครียดอยู่ระดับหนึ่งที่จะเป็นแรงผลักดันในการดำเนินชีวิต และทำกิจกรรมต่างๆ ให้บรรลุเป้าหมาย ความเครียดในระดับน้อยๆ นี้ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายใดๆ ต่อสุขภาพ ความเครียดในระดับที่สูงขึ้น สามารถแสดงออกให้เห็นได้หลายรูปแบบทางกาย เช่น ปวดศีรษะ ผื่นคัน ความดันโลหิตสูง ใจสั่น ปากแห้ง ทางอารมณ์และจิตใจ เช่น หงุดหงิดง่าย ผื่นร้าย วิตกกังวล เศร้า เบื่อหน่าย ลืมง่าย มองโลกในแง่ร้าย ทางพฤติกรรม เช่น นอนไม่หลับ กัดเล็บ ดื่มสุรา เอะอะโวยวาย การตระหนักรู้ เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้น จะเป็นแนวทางช่วยให้สามารถหาสาเหตุของความเครียด และหาวิธีจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม โดยไม่ปล่อยให้เกิดความเครียดสะสมมากจนเป็นอันตรายแก่สุขภาพ

**เกณฑ์การให้คะแนน**

ไม่เคยเลย	=	0 คะแนน	เป็นบ่อยๆ	=	2 คะแนน
เป็นครั้งคราว	=	1 คะแนน	เป็นประจำ	=	3 คะแนน

**รวมคะแนน**

0 - 5	คะแนน	แสดงว่า	ผู้ตอบไม่จริงจัง ไม่แน่ใจคำถาม
6 - 17	คะแนน	แสดงว่า	ปกติ / ไม่เครียด
18 - 25	คะแนน	แสดงว่า	เครียดสูงกว่าปกติเล็กน้อย
26 - 29	คะแนน	แสดงว่า	เครียดปานกลาง
30	คะแนนขึ้นไป	แสดงว่า	เครียดมาก

**การรับบริการคลายเครียด**

- ระดับเครียด 18-25 สูงกว่าปกติเล็กน้อย ท่านสามารถคลายเครียดด้วยตนเองตามคำแนะนำ
- ระดับความเครียด 20-29 สูงกว่าปกติปานกลาง และระดับความเครียดมากกว่า 30 ขึ้นไป ท่านสามารถใช้บริการ Hotline และคลินิกคลายเครียดได้จากสถานบริการทั่วประเทศ

**ผลการประเมินและวิเคราะห์ความเครียด**

**ระดับคะแนน 0 – 5** ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ความเครียดในระดับต่ำมาก เช่นนี้ อาจมีความหมายว่า

- ท่านตอบไม่ตรงตามความเป็นจริง
- ท่านอาจเข้าใจคำถามคลาดเคลื่อนไป
- ท่านอาจเป็นคนที่ขาดแรงจูงใจ มีความเฉื่อยชา
- ชีวิตประจำวันซ้ำซากจำเจ น่าเบื่อ ปราศจากความตื่นเต้น

**ระดับคะแนน 6 – 17** ท่านมีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติ สามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน และสามารถปรับตัวกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม รู้สึกพึงพอใจเกี่ยวกับตนเอง และสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก

ความเครียดในระดับนี้ ถือว่ามีประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นแรงจูงใจที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้

**ระดับคะแนน 18 -25** ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติเล็กน้อย ซึ่งถือว่าเป็นความเครียดที่พบได้ในชีวิตประจำวัน อาจไม่รู้ว่ามีความเครียดหรืออาจรู้สึกได้จากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมบ้างเล็กน้อย แต่ไม่ชัดเจนและยังพอทนได้ อาจต้องใช้เวลาในการปรับตัวแต่ในที่สุดท่านก็สามารถจัดการกับความเครียดได้และความเครียดระดับนี้ไม่เป็นผลเสียต่อการดำเนินชีวิต

ในกรณีนี้ ท่านสามารถผ่อนคลายความเครียดด้วยการหากิจกรรมที่เพิ่มพลัง เช่น การออกกำลังกาย เล่นกีฬา ทำสิ่งที่สนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ หรือทำงานอดิเรกต่างๆ หากท่านต้องการป้องกันไม่ให้ความเครียดมากขึ้นในอนาคตท่านอาจฝึกความเครียดตามวิธีในหัวข้อต่อไป

อย่าลืมพูดคุยกับผู้ที่ไว้วางใจ พิจารณาและลงมือในแก้ไขปัญหาดังกล่าวตามลำดับความสำคัญอย่างรอบคอบ และมีสติ

**ระดับคะแนน 26 - 29** ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติปานกลาง ขณะนี้ท่านเริ่มมีความตึงเครียดในระดับค่อนข้างสูง และได้รับความเดือดร้อนเป็นอย่างมากจากปัญหาทางอารมณ์ที่เกิดจากปัญหาความขัดแย้ง และวิกฤตการณ์ในชีวิตเป็นสัญญาณเตือนขั้นต้นว่าท่านกำลังเผชิญกับภาวะวิกฤตและความขัดแย้ง ซึ่งท่านจัดการแก้ไขด้วยความลำบาก ลักษณะดังกล่าวจะเพิ่มความรุนแรงซึ่งมีผลกระทบต่อการทำงานจำเป็นต้องหาวิธีแก้ไขข้อขัดแย้งต่างๆ ให้ลดน้อยลงหรือหมดไปด้วยวิธีการอย่างใดอย่างหนึ่ง

สิ่งแรกที่ต้องรีบจัดการคือ ท่านต้องมีวิธีคลายเครียดที่ดีและสม่ำเสมอทุกวัน วันละ 1-2 ครั้งๆ ละ 10 นาทีโดยนั่งในท่าสบาย หายใจลึกๆ ให้น้ำท่อนขยับ หายใจออกช้า ๆ นับ 1-10 ไปด้วย ท่านจะใช้วิธีนั่งสมาธิหรือสวดมนต์ก็ได้

ท่านควรแก้ไขปัญหาคือดีขึ้น โดยค้นหาสาเหตุของปัญหาที่ทำให้เกิดความขัดแย้ง หาวิธีแก้ไขหลาย ๆ วิธี พร้อมทั้งพิจารณาผลดี ผลเสียของแต่ละวิธี เลือกวิธีที่เหมาะสมกับภาวะของตนเองมากที่สุด ทั้งนี้ต้องไม่สร้างปัญหาให้เพิ่มขึ้น หรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนวางแผนแก้ไขปัญหาลำดับขั้นตอน และลงมือแก้ไขปัญหา

หากท่านไม่สามารถจัดการคลี่คลายหรือแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้ ควรปรึกษากับผู้ให้การปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตตามหน่วยงานต่าง ๆ

**ระดับคะแนน 30 - 60** ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับระดับสูงกว่าปกติมาก กำลังตกอยู่ในภาวะตึงเครียดหรือกำลังเผชิญกับวิกฤตการณ์ในชีวิตอย่างรุนแรง เช่น การเจ็บป่วยที่รุนแรง เรือร้าง ความพิการ การสูญเสีย ปัญหารุนแรงในครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตอย่างชัดเจน ทำให้ชีวิตไม่มีความสุข ความคิดฟุ้งซ่าน ตัดสินใจผิดพลาด ขาดความยับยั้งชั่งใจ อาจเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย บางครั้งอาจมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง เช่น เอะอะโวยวาย ขว้างปาข้าวของ

ความเครียดในระดับนี้มีความรุนแรงมาก หากปล่อยไว้โดยไม่ดำเนินการแก้ไขอย่างเหมาะสม และถูกวิธี อาจนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางจิตที่รุนแรง ซึ่งส่งผลกระทบต่อตนเองและบุคคลใกล้ชิดต่อไปได้ ในระดับนี้ท่านต้องไปปรึกษาหรือใช้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตทางโทรศัพท์ ซึ่งอาจจะช่วยให้ท่านมองเห็นปัญหาและแนวทางแก้ไขที่ชัดเจนและเหมาะสมต่อไป



**โรงเรียนศึกษานารี กรุงเทพมหานคร**  
**การเขียนรายงานการศึกษากรณี (Case Study)**

1. ชื่อผู้ศึกษา .....

    สถานภาพ.....

    วันที่รายงาน.....

2. ข้อมูลส่วนตัวโดยทั่วไปของผู้รับการศึกษา

ชื่อ-สกุล (นามสมมติ)..... เพศ.....

เกิดวัน.....ที่.....เดือน.....พ.ศ. .... ปัจจุบันอายุ.....ปี.....เดือน

สัญชาติ.....เชื้อชาติ..... ศาสนา.....

กำลังศึกษาอยู่ชั้น ..... สถานศึกษา..... จังหวัด.....

3. เหตุผลที่ศึกษา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. ลักษณะของปัญหาหรือสิ่งที่สนใจศึกษา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. สมมติฐาน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 6. แหล่งข้อมูล

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 7. รายละเอียดของบุคคล

### 7.1 สุขภาพและลักษณะทางร่างกาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 7.2 ประวัติครอบครัว

ชื่อ-สกุลบิดา(นามสมมติ) .....อายุ ..... ปี อาชีพ.....

ชื่อ-สกุลมารดา(นามสมมติ)..... อายุ ..... ปี อาชีพ.....

สถานภาพของบิดา-มารดา  อยู่ร่วมกัน  แยกกันอยู่  หย่าร้าง

บิดาเสียชีวิต  มารดาเสียชีวิต  อื่นๆ.....

จำนวนพี่น้อง (รวมนักเรียนด้วย) ..... คน เป็นชาย ..... คน หญิง ..... คน นักเรียนเป็นคนที่ .....

ปัจจุบันนักเรียนอาศัยอยู่กับ.....

บ้านพักอาศัย เลขที่..... หมู่บ้าน..... ถนน.....

ซอย..... แขวง..... เขต..... จังหวัด.....

ลักษณะความสัมพันธ์ในครอบครัว.....

.....

.....

.....

ข้อมูลอื่น ๆ ของครอบครัวที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษา

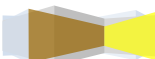
.....

.....

.....

.....

.....



7.3 ประวัติการศึกษาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

.....

.....

.....

7.4 ผลการทดสอบทางจิตวิทยาและการแปลความหมาย

.....

.....

.....

7.5 ข้อมูลด้านส่วนตัวและสังคมพัฒนาการทางอารมณ์

.....

.....

.....

พัฒนาการทางสังคม

.....

.....

.....

ความนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง

.....

.....

.....

7.6 การวางแผนอนาคต

.....

.....

.....



8. การวินิจฉัย

.....

.....

.....

.....

.....

9. การดำเนินการให้ความช่วยเหลือ

.....

.....

.....

.....

.....

10. การติดตามผล

.....

.....

.....

.....

.....

11. ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อผู้รายงาน.....  
(.....)









ปฏิทินการดำเนินงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน  
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2569

\* download เอกสารเพิ่มเติม  
www.snr.ac.th



กิจกรรมการดำเนินงาน	การบันทึกข้อมูล	วัน/เดือน/ปี	ผู้รับผิดชอบ
1. เตรียมการและวางแผนการดำเนินการ * จัดเตรียมเอกสาร / คู่มือระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน		ภายในเดือนพฤษภาคม	งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
2. ปฏิบัติงานตามแผนงาน 2.1 การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล * การบันทึกข้อมูลนักเรียนรายบุคคล	Dschool/เมนูทะเบียนสารสนเทศ	1 – 30 มิถุนายน 2569	ครูที่ปรึกษา/ งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
2.2 การคัดกรองนักเรียน * แบบประเมินจุดอ่อนจุดแข็งนักเรียนโดยแบบประเมิน SDQ * แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ EQ * แบบคัดกรองนักเรียน - คัดกรองนักเรียนและสรุปผล - คัดกรองนักเรียนรายบุคคล (กลุ่มปกติ,กลุ่มเสี่ยง,กลุ่มมีปัญหา,กลุ่มพิเศษ) * เยี่ยมบ้านนักเรียน (ครูที่ปรึกษาป็นรายงานเยี่ยมบ้านส่งงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน จำนวน 1 เล่ม)	Dschool/ประเมิน SDQ Dschool/ประเมิน EQ Dschool/คัดกรองนักเรียน	1 – 31 กรกฎาคม 2569 1 – 31 กรกฎาคม 2569 3 – 31 สิงหาคม 2569	ครู/นักเรียน/ผู้ปกครอง นักเรียนประเมินตนเอง ครูที่ปรึกษา/งานระดับชั้น
* ส่งรายงานผลการดูแลช่วยเหลือนักเรียนตามผลการคัดกรองนักเรียน ประจำปีการศึกษา 2569 เป็นรูปเล่ม	เอกสารงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	ภายใน 11 กันยายน 2569	ครูที่ปรึกษา/งานระดับชั้น
ติดตาม นิเทศ การดำเนินงานภายในสถานศึกษา	แบบรายงาน	14 – 18 กันยายน 2569	งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน/บริหารงานบุคคล
สรุปผลการดำเนินงานและรายงานภาพรวมระดับโรงเรียน	แบบรายงาน	25 กันยายน 2569	งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
* 2.3 การป้องกันและแก้ไขปัญหา * 2.4 การพัฒนาและส่งเสริมนักเรียน - จัดกิจกรรมโฮมรูม/แนะแนว - จัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักเรียน	Dschool/โฮมรูม รายงานการส่งเสริมนักเรียน	ตลอดภาคเรียน ตลอดภาคเรียน	งานแนะแนว/ครูที่ปรึกษา/กิจการนักเรียน/ งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
* 2.5 การส่งต่อ - ให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือ นักเรียนกลุ่มเสี่ยงและมีปัญหา	แบบบันทึกการให้คำปรึกษา/ แบบบันทึกการส่งต่อ	ตลอดภาคเรียน	งานแนะแนว/ครูที่ปรึกษา/กิจการนักเรียน/ งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

## คู่มือการดำเนินงาน

### ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

#### ปีการศึกษา 2569

งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

กลุ่มบริหารงานบุคคล โรงเรียนศึกษานารี

SUBSCRIBE



### คณะกรรมการอำนวยการ

นางลัดดา	เจียมจู่ไร	ผู้อำนวยการโรงเรียนศึกษานารี
นายกษิตสันต์	ลีอำนาจกุล	รองผู้อำนวยการโรงเรียนศึกษานารี
นางสาวรัศมี	เผือกเหลือง	รองผู้อำนวยการโรงเรียนศึกษานารี
นายฐานพันธ์	สุมา	รองผู้อำนวยการโรงเรียนศึกษานารี
นางสาวจิราภรณ์	ไข่เกตุ	รองผู้อำนวยการโรงเรียนศึกษานารี

### คณะกรรมการดำเนินการ

นางสาวณศิภัทร์	ธนาชัยจิรวุฒิ	หัวหน้างานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
นางสาวชวัลนุช	รัตนะ	รองหัวหน้างานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
นายธวัชชัย	สุกสุพรรณ	รองหัวหน้างานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
นายภูวนัย	นवलละออง	กรรมการ
นางสาวชนกานต์	อุ๋นโชคดี	กรรมการ
นางสาววัชราวดี	ชูชัย	กรรมการ
นางสาวณัฐกานต์	ชูสุวรรณ	กรรมการ
นางสาวดารกา	สุขดิษฐ์	กรรมการ
นางสาวกวิสรา	มาสอน	เลขานุการ
นางสาวมรินทร์รี	บุญเพ็ง	ผู้ช่วยเลขานุการ
นางสาววงศ์ภัทรา	ไยวิจิตร	ผู้ช่วยเลขานุการ
นางสาวนฤมล	ชัตติโยทัยวงศ์	ผู้ช่วยเลขานุการ
นางสาวณัฐนิชา	แสนวัง	ผู้ช่วยเลขานุการ

คู่มือการดำเนินงาน : งานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน



# โรงเรียนศึกษานารี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1