



กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว

OBEC

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

แนวทางการสร้างเสริมความปลอดภัย ในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตของนักเรียน ด้วยการ **แนะแนว** และ **School Health Hero**



กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ



กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว

OBEC

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา



แนวทางการสร้างเสริมความพลอดภัย ในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตของนักเรียน ด้วยการ **แนะแนว** และ **School Health Hero**

การดูแลสุขภาพจิตนักเรียน ด้วย School Health HERO

การสร้างเสริมความพลอดภัยและดูแลสุขภาพจิตนักเรียน

การแนะแนวในด้านส่วนตัวและสังคม

กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษากันพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษาได้จัดทำเอกสาร “แนวทางการสร้างเสริมความปลอดภัยในमितีสวนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน ด้วยการแนะแนวและ School Health HERO” เพื่อเป็นแนวทางให้กับสถานศึกษานำไปใช้ในการจัด การเรียนการสอน พัฒนาทักษะชีวิตสร้างเสริมความปลอดภัย ในมิติที่เกี่ยวข้องกับสวนตัว สังคมและสุขภาพจิต โดยมีเนื้อหาที่ประกอบด้วยการสร้างเสริมความปลอดภัยและการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนด้วย School Health HERO การสร้างเสริมความปลอดภัยให้กับนักเรียนผ่านการแนะแนวในขอบข่ายสวนตัวและสังคม การบูรณาการและกลไกการประสานงานเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติ สวนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน ปัจจัยความสำเร็จและปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนบนระบบดิจิทัล และตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวสวนตัวและสังคมเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิ คณะทำงานและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดทำ “แนวทางการสร้างเสริมความปลอดภัยในमितีสวนตัว สังคมและสุขภาพจิตนักเรียน ด้วยการแนะแนวและ School Health HERO” ฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี หวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารฉบับนี้ จะช่วยให้ครูแนะแนว ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง ในทุกระดับมีความรู้ ความเข้าใจ และเกิดความมั่นใจในการนำเอกสารชุดนี้สู่การปฏิบัติเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยในमितีสวนตัว สังคม และสุขภาพจิตให้กับนักเรียน เพื่อการมีสุขภาวะที่ดี สามารถเรียนรู้และดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

นายอัมพร พินะสา

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน



กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร

OBEC

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

สารบัญ

คำนำ

สารบัญ

1. บทนำ	3
2. การดูแลสุขภาพจิตนักเรียนด้วย School Health HERO	8
- การเฝ้าระวัง	11
- เรียนรู้	12
- การดูแล	13
3. การสร้างเสริมความปลอดภัยให้กับนักเรียนด้วยการแนะแนว ในด้านส่วนตัวและสังคม	17
- ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินการการสร้างเสริมความปลอดภัย ในมิติส่วนตัวสังคมและสุขภาพจิตนักเรียน	20
- แนวทางการดำเนินงานสุขภาพจิตผ่านการแนะแนวส่วนตัว และสังคม	25
4. การบูรณาการและกลไกการทำงานเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัย และดูแลสุขภาพจิตนักเรียน	29
- แนวคิดการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ	30
- โมเดล 4 S การดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ	31
- กระบวนการและบทบาทหน้าที่ในการดำเนินงานของ กระทรวงศึกษาธิการและกระทรวงสาธารณสุข	35
ภาคผนวก	40



1

บทนำ

สภาพสังคมและสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน มีการแข่งขันทางด้านความรู้และเทคโนโลยีเพิ่มมากขึ้น ผลักดันให้เกิดความคาดหวังในตัวเด็กสูงเกินกว่าเด็กจะทำได้ ทำให้เห็นแนวโน้มสถานการณ์ ที่กำลังจะเป็นปัญหาหลายประการ ซึ่งเป็นผลกระทบมาจากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านเศรษฐกิจของครอบครัว การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเรียนการสอน รูปแบบการใช้ชีวิตประจำวัน ที่เปลี่ยนไป ทำให้เด็กและเยาวชนในวัยเรียนบางกลุ่มมีแนวโน้มปัญหาทางสุขภาพจิตที่รุนแรงมากขึ้น เช่น เด็กที่มีลักษณะต่อต้าน มีแนวโน้มความรุนแรงทางพฤติกรรมที่สูงขึ้น จากการขาดกฎระเบียบหรือการละเลยพฤติกรรมที่เป็นแบบแผน ภาวะความเครียดจากภาระงานและความเหนื่อยล้าจากการเรียนที่มากขึ้น รวมถึงปัญหาทางการเรียน ที่มาจากสภาพแวดล้อมที่ไม่พร้อมต่อการเรียนรู้ และเมื่อเกิดปัญหาขึ้น มีความจำเป็นที่จะต้องช่วยเหลืออย่างรวดเร็ว อีกทั้งการเข้าถึงการสื่อสารสมัยใหม่ ไม่ว่าจะเป็นโทรศัพท์ คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตที่เกิดการใช้อย่างไม่เหมาะสม เกิดพฤติกรรมเลียนแบบหรือคึกคะนอง รวมถึงมาตรฐานหรือระดับคุณธรรม จริยธรรมและศีลธรรมของสังคมลดลง ทำให้เด็กและเยาวชนดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมด้วยความรู้สึกละเลยและไม่ปลอดภัย ต้องเผชิญความท้าทายใหม่ๆ อันเป็นอุปสรรคและอันตรายต่อการดำเนินชีวิตส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตและการเติบโตอย่างไม่มีคุณภาพของเด็กและเยาวชน จากผลวิจัยโครงการศึกษาเพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชน ก้าวทันการเปลี่ยนแปลงของโลกศตวรรษที่ 21 พบความสุขเด็กไทยวัยเรียนเหลือน้อย วัยรุ่นมีสุขภาพจิตมากขึ้นเป็นผลมาจากการสะสมความเครียดจากโครงสร้างครอบครัวที่มีความพร้อมแตกต่างกัน ความเหลื่อมล้ำ ของคุณภาพสถานศึกษาและการแข่งขันในระบบการศึกษา รวมถึงความคาดหวังจากคนใกล้ชิด (เจาะลึกระบบสุขภาพ, 2563) ข้อมูลจากกรมสุขภาพจิต ในช่วง 3 ปีที่ผ่านมา พบวัยรุ่นไทยอายุ 10-19 ปี มีอัตราความพยายามฆ่าตัวตายประมาณ 1,500-2,000 คน โดยขณะที่อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จอยู่ที่ประมาณ 140-160 คน ซึ่งสาเหตุส่วนใหญ่มาจากเรื่องสัมพันธ์ภาพ ความน้อยใจการถูกต่อว่า รองลงมาคือเรื่องโรคทางจิตเวช และยาเสพติดตามลำดับ (กรมสุขภาพจิต, 2564) จากการสำรวจความชุกของภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตาย ในวัยรุ่นอายุระหว่าง 11-19 ปีทั่วประเทศพบวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างในสถาบันการศึกษาประมาณ 2 ใน 3 มีแนวโน้ม จะมีปัญหาทางอารมณ์ไปจนถึงมีภาวะซึมเศร้า (วิมลวรรณ, 2563) สอดคล้องกับข้อมูลบริการสายด่วนสุขภาพจิต 1323 พบปัญหาสุขภาพจิต 3 อันดับแรก ที่วัยรุ่นโทรมาปรึกษา ได้แก่ ความเครียดวิตกกังวล ร้อยละ 51.36 ปัญหาความรัก ร้อยละ 21.39 และซึมเศร้า ร้อยละ 9.82 (กรมสุขภาพจิต, 2563) จึงควรได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน ทั้งการให้ความสำคัญกับระบบคัดกรองสุขภาพจิตทั้งในสถาบันการศึกษา การพัฒนาระบบ



ส่งต่อไปยังสถานบริการสาธารณสุขในพื้นที่ใกล้เคียง รวมถึงต้องช่วยกันสร้างระบบป้องกันปัญหาสุขภาพจิต และจัดบริการด้านสุขภาพจิตในหมู่วัยรุ่นในเขตบริการสุขภาพทั่วประเทศ (วิมลวรรณ, 2563)

จากอุบัติการณ์ของปัญหาพฤติกรรมเด็กและเยาวชนอันเกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพจิตดังที่ได้กล่าวมา ในข้างต้น ทำให้มองเห็นได้ว่าเด็กและเยาวชนเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต ด้วยพัฒนาการตามวัย เป็นพื้นฐานเดิมอยู่แล้ว เนื่องจากเป็นวัยที่มีภาวะอารมณ์แปรปรวนสูง เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ภาวะทางอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ มีความสับสนในการวางบทบาทของตนเองในสังคม ขาดทักษะและประสบการณ์ ในการเผชิญปัญหา การขาดความเข้าใจในตนเอง อาจทำให้ไม่สามารถรับมือกับปัญหาที่ผู้ใหญ่มองว่า เป็นเรื่องเล็กๆอาจเป็นเรื่องใหญ่สำหรับเด็กและเยาวชนที่สามารถสะสมจนเกิดเป็นปัญหาด้านสุขภาพจิตได้

จากการพัฒนาในเรื่องดังกล่าว จึงเป็นหนึ่งในนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่มีการส่งเสริมการสร้างความปลอดภัยเป็นธรรมให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนทุกกลุ่มเป้าหมาย พัฒนาระบบสารสนเทศ เพื่อการศึกษาให้ทันสมัยสามารถนำมาใช้ในการบริหารและจัดการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ เข้าถึงแหล่งเรียนรู้ และเทคโนโลยีสารสนเทศที่ทันสมัยอย่างทั่วถึงและเท่าเทียมใช้นวัตกรรมในการขับเคลื่อน การจัดการศึกษา เพื่ออาชีพ ส่งเสริมสนับสนุนให้ ครู บุคลากรทางการศึกษาและนักเรียนได้มีเวทีที่เปิดกว้างที่เข้าถึงและ แสดงศักยภาพได้ตลอดเวลาและต่อเนื่อง พัฒนาระบบและช่องทางในการเลือกศึกษาต่อเพื่อการมีงานทำและ อาชีพตามความต้องการและความถนัดของตนเอง พัฒนาแหล่งเรียนรู้ให้มีความหลากหลาย ครอบคลุม ทั่วถึงครบทุกพื้นที่ เกิดการเรียนรู้เชิงรุกมีการพัฒนาอาชีพ การมีงานทำและสร้างรายได้ ประสบความสำเร็จ ในชีวิตอย่างภาคภูมิใจโดยมีการบริหารจัดการโดยใช้เขตพื้นที่เป็นฐาน และใช้นวัตกรรมในการขับเคลื่อนกระจาย อำนาจจากส่วนกลางสู่ภูมิภาคทั้งในระดับคลัสเตอร์ เขตพื้นที่ สหวิทยาเขต เครือข่ายและสถานศึกษา บริหารจัดการโดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนและภาคีเครือข่ายในการจัดการศึกษาทุกระดับ ร่วมรับผิดชอบ ต่อผลของการจัดการศึกษาในทุกระดับและสามารถสะท้อนข้อมูลสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน สร้างกลไก ในการติดตาม ตรวจสอบ ประเมิน การจัดการศึกษาและเชื่อมโยงฐานข้อมูลเพื่อการพัฒนาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และอีกนโยบายสำคัญ คือการสร้างความปลอดภัยในการเสริมสร้างความปลอดภัยในสถานศึกษา พัฒนาความรู้ และทักษะในการคุ้มครอง ป้องกัน ด้านความปลอดภัยของตนเองและ ผู้รับบริการ เป็นแบบอย่างในการเสริมสร้าง ความปลอดภัยในวิชาชีพของตนและการแสดงออกที่ถูกต้องทั้งในระดับสถานศึกษาและชุมชน สร้างกลไกและ มาตรการรักษาความปลอดภัยในสถานศึกษาตามหลักธรรมาภิบาล พัฒนาระบบรูปแบบ แนวทางป้องกันและ แก้ปัญหาให้กับผู้เรียนปลอดภัยจากการถูกคุกคามทุกรูปแบบได้อย่างทันท่วงที พัฒนาภาคีเครือข่าย ให้มีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างความปลอดภัยในทุกระดับ



สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานได้มีการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการควบคู่กับการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อสร้างความปลอดภัยในมิติส่วนตัวและสังคม ในสถานศึกษา โดยในปีการศึกษา 2563 ได้มีการจัดตั้งศูนย์แนะแนวประจำจังหวัดและศูนย์แนะแนวประจำเขตพื้นที่การศึกษา จำนวน 261 ศูนย์และมีนักจิตวิทยาโรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษา เพื่อช่วยกันดูแลส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดีอันเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการเรียนรู้ เพื่อดูแลนักเรียนให้มีสุขภาพที่ดี ทั้งร่างกายและจิตใจ ภายใต้สถานการณ์ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) โดยการดำเนินงานผ่านระบบ School Health HERO ซึ่งเป็นแนวทางสำคัญในการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัว สังคมและสุขภาพจิตในโรงเรียน เพราะเป็นกระบวนการที่ให้การคัดกรอง ดูแล ส่งเสริม ป้องกัน และดูแลสุขภาพจิตของนักเรียนได้ตั้งแต่ในระยะเริ่มต้นตั้งแต่การสังเกต เฝ้าระวังและคัดกรองนักเรียนในชั้นเรียน โดยมีพื้นฐานแนวความคิดมาจากความต้องการให้นักเรียนได้รับการดูแลที่เหมาะสมตามบริบทและความแตกต่างของปัญหาที่ต่างกัน นักเรียนคนใดที่มีข้อจำกัดต้องได้รับการดูแลโดยบุคลากรทางสาธารณสุขให้นำเข้ากระบวนการรักษาดังเดิม แต่ในกรณีที่นักเรียนมีปัญหาในเชิงพฤติกรรม อารมณ์และสังคมที่ไม่ซับซ้อน ครูสามารถที่จะจัดการแก้ไขได้อย่างเหมาะสมทั้งยังสามารถดูแลติดตาม และ ประเมินผลได้ตลอดจนนักเรียนสำเร็จการศึกษา ดังนั้นหน้าที่สำคัญของ School Health HERO คือการเชื่อมโยงการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนระหว่างครูที่ปรึกษากับหมอซึ่งยังไม่จำเป็นต้องนำนักเรียนไปโรงพยาบาล ช่วยลดโอกาสเสี่ยงต่อการสัมผัสเชื้อต่างๆ ประหยัดค่าใช้จ่ายในการเดินทางและไม่ส่งผลกระทบต่อ การเรียนอีกทั้งยังเป็นการช่วยลดภาระงานของครูในการคัดกรองและประเมินผลอีกด้วย

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงได้มีการทำงานร่วมกับกรมสุขภาพจิตในหลายมิติ ซึ่งได้มีการลงนามความร่วมมือระหว่างกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขและสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ในวันที่ 29 มิถุนายน 2563 ณ ศูนย์แถลงข่าวโรคติดเชื้อไวรัส โคโรนา 2019 (COVID-19) สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ได้จากการดำเนินงาน คือ นักเรียนได้รับการคัดกรองและดูแลสุขภาพจิต มีสุขภาพจิตที่ดี มีความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ และเติบโต เป็นคนที่มีบุคลิกภาพดี และยังส่งผลต่อสุขภาพจิตครูด้วย เมื่อครูมีความสุขใจ บรรยากาศ ในการเรียน การสอนก็ย่อมดีขึ้น นักเรียนก็จะมีมีความสุขและพัฒนาไปในทางที่ดี ซึ่งจะเป็นปัจจัยป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในอนาคตของนักเรียน การจัดการเรียนการสอนก็ย่อมดีขึ้นต่อนักเรียน ก็จะมีมีความสุขและพัฒนาไปในทางที่ดี ซึ่งจะเป็นปัจจัยป้องกันปัญหาสุขภาพจิต ในอนาคตของนักเรียน



วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้รับการส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งทางจิตใจ และเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตเพื่อให้ได้รับการช่วยเหลือทันทีที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ ควบคู่กับการจัดกิจกรรม แนะแนว ด้านส่วนตัวและสังคม
3. เพื่อเป็นช่องทางเชื่อมโยงการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนระหว่างโรงเรียนกับหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่บนระบบดิจิทัลและเป็นการลดภาระครู บุคลากรสาธารณสุข ในการกรอกข้อมูลและประมวลผลภาพรวมในการดูแลส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียน
4. เพื่อเป็นฐานข้อมูลสารสนเทศที่สนับสนุนการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียน โดยที่สามารถนำข้อมูลหรือหลักฐานเชิงประจักษ์ไปพัฒนางานสุขภาพจิตในโรงเรียน ในการดำเนินงานเชิงนโยบาย
5. เพื่อสร้างพื้นที่การเรียนรู้ให้ครูมีทักษะที่จำเป็นในการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิตส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตของนักเรียนบนระบบดิจิทัลได้ตั้งแต่ในระยะเริ่มต้นในการสังเกต เฝ้าระวังและคัดกรองตลอดจนสามารถดูแล ติดตาม การดูแลสุขภาพจิตนักเรียนในชั้นเรียน โดยใช้แอปพลิเคชัน School Health Hero เป็นเครื่องมือ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. School Health Hero (Health and Educational Reintegrating Operation) หรือ ระบบ HERO คือ ระบบสุขภาพจิตโรงเรียนวิถีใหม่ เพื่อเฝ้าระวัง เรียนรู้ ดูแล รับการปรึกษา และส่งต่อเพื่อดูแลนักเรียนที่เสี่ยงต่อปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคมบนระบบดิจิทัล
2. เครื่องมือ 9S คือเครื่องมือสังเกตอาการเพื่อเฝ้าระวังปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และ ทักษะสังคม เด็กนักเรียนอายุ 6 – 15 ปี เครื่องมือ 9S Plus เป็นการประเมินความเสี่ยงใน 3 กลุ่มอาการที่เด็กนักเรียนอาจมีปัญหาคือกลุ่มพฤติกรรม (ได้แก่ ขนเกินไป ใจลอย รอคอยไม่ได้) กลุ่มอารมณ์ (ได้แก่ เครียดหงุดหงิดง่าย ท้อแท้เบื่อหน่าย ไม่อยากไปโรงเรียน) กลุ่มทักษะสังคม (ได้แก่ ถูกเพื่อนแกล้ง แกล้งเพื่อน ไม่มีเพื่อน) แต่ละกลุ่มอาการจะประกอบด้วยคำถามจริง/เท็จ 3 ข้อรวม 9 ข้อหากเด็กไม่มีความเสี่ยงต่อปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์ชัดเจนครูจะต้องทำแบบสังเกตอาการ 9 ข้อนี้เพื่อประเมินความเสี่ยงทุกคน 9S Plus เป็นช่องทางพิเศษ (Red Flag) สำหรับการส่งต่อนักเรียนที่มีปัญหาหรือสภาวะที่ต้องการดูแลทันทีโดยไม่ต้องผ่านการเฝ้าระวัง 9S โดยนักเรียนที่สามารถใช้ 9S Plus ได้แก่
 - นักเรียนที่ผ่านการคัดกรอง หรือเครื่องมืออื่นใด และพบความเสี่ยง
 - นักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรมที่ครูเห็นชัดเจน



3. แบบประเมินจุดแข็งจุดอ่อน (The Strengths and Difficulties Questionnaire – SDQ) คือเครื่องมือที่ใช้ในการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตในเด็กของกรมสุขภาพจิต แบบทดสอบ SDQ ประกอบด้วยคำถาม 25 ข้อ ซึ่งใช้ประเมินพฤติกรรมด้านบวกและลบของเด็ก 5 ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ พฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง เกเร ความสัมพันธ์กับเพื่อน และสัมพันธภาพทางสังคม ในการทำแบบทดสอบ SDQ ครูจะต้องตอบคำถามให้ครบทั้ง 25 ข้อ จากนั้นระบบจะประเมินความเสี่ยงในแต่ละด้านให้โดยอัตโนมัติ และจะประเมินผล ความเสี่ยงโดยรวมให้อีกด้วย

4. สุขภาพจิตนักเรียนคือ สภาพชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจ มีทัศนคติที่ดีต่อครอบครัว สังคม บุคคลอื่น มีความสามารถในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่จะต้องพบได้อย่างเหมาะสมตามวัย ตลอดจนสามารถปรับตัวดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5. การดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนคือ กระบวนการที่ให้การส่งเสริม ป้องกัน และดูแลสุขภาพจิตของนักเรียน โดยมีโรงเรียนเป็นศูนย์กลางของกระบวนการ อีกทั้งยังเป็นสถานที่ที่สามารถสังเกตและประเมินศักยภาพหรือปัญหาของนักเรียนได้ตั้งแต่ระยะเริ่มต้น ช่วยให้สามารถเข้าถึงนักเรียนได้ง่าย



บทที่ 2

การสร้างเสริมความปลอดภัย และการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนด้วย School Health HERO



2

การดูแลสุขภาพจิตนักเรียน ด้วย School Health HERO

การสร้างเสริมความปลอดภัยและดูแลสุขภาพจิตนักเรียน

จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2551 ที่มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคน ซึ่งเป็นกำลังของชาติ ให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิตสามารถจัดการปัญหา และความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม ปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

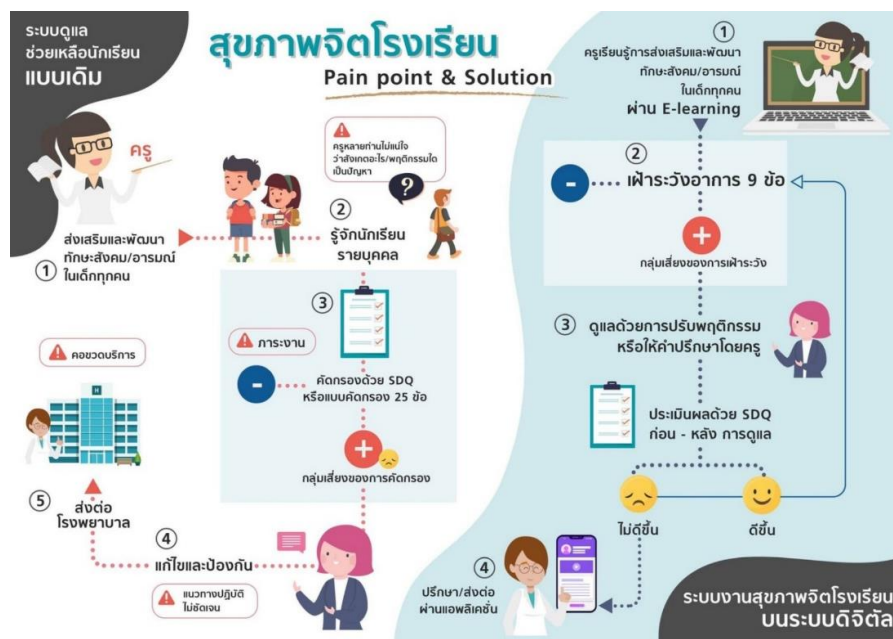
ความปลอดภัยในสถานศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน การพัฒนาผลสัมฤทธิ์จะประสบความสำเร็จเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับนักเรียนรู้อย่างมีความสุขและการได้รับการปกป้องคุ้มครองให้เกิดความปลอดภัย สถานศึกษาที่มีความปลอดภัยนั้น ผู้ปกครองก็จะเกิดความเชื่อมั่นว่าผู้เรียน จะได้รับความรู้ทางสติปัญญา อารมณ์ อย่างอบอุ่น และปลอดภัย ดังนั้น การรักษาความปลอดภัยในโรงเรียนจึงเป็นงานที่สำคัญยิ่งที่ผู้บริหารสถานศึกษาไม่สามารถละเลยได้

การสร้างเสริมความปลอดภัยและการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนเป็นเรื่องที่มีความสำคัญต่อการจัดการศึกษาของสถานศึกษา เพราะนอกจากจะทำให้นักเรียนได้เรียนรู้อย่างมีความสุขแล้ว ยังมีผลต่อการพัฒนาในด้านอื่น ๆ อีกด้วย นักเรียนทุกคนได้รับการปกป้อง และคุ้มครองความปลอดภัย ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยนักเรียนจะได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัย และมีความสุข

ความปลอดภัยในมิตส่วนตัวและสังคม เป็นแนวทางการวางแผนการรักษาความปลอดภัยให้แก่นักเรียน เน้นการมีส่วนร่วมระหว่างนักเรียน ครู ผู้ปกครอง ชุมชน และเครือข่าย โดยร่วมกันวางแผนป้องกัน แก้ไข ควบคุม กำกับ ติดตาม ประเมินผลและรายงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหาวุฒิกรรม อารมณ์ และทักษะสังคม



เป้าหมายการดำเนินงานร่วมกันของ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และกรมสุขภาพจิต คือ สุขภาพ และความปลอดภัยของนักเรียนทุกคนที่อยู่ในโรงเรียนเพื่อให้เติบโตต่อไปให้เต็มศักยภาพ โดยมีการทำงานร่วมกันในเรื่องของการเข้าไปดูแลสุขภาพจิตของกลุ่มนักเรียน ความร่วมมือในครั้งนี้จะทำให้นักเรียนที่มีความเปราะบางมาสู่กระบวนการการดูแล และถ้ามีความจำเป็นที่ต้องเข้าสู่กระบวนการรักษาจะทำให้สามารถเชื่อมโยงระบบด้านการช่วยเหลือต่อเชื่อมสู่สาธารณะสุข ทำให้สามารถทำงานใกล้ชิดในระดับพื้นที่ได้ ซึ่งการดูแลความปลอดภัยนักเรียน ด้วย School Health HERO นี้ จะช่วยให้นักเรียนลดการเดินทางไปโรงพยาบาล โดยได้รับการดูแล แก้ไขได้ที่รวดเร็วมากยิ่งขึ้น เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ครูแนะแนวในการดูแลให้การปรึกษาเบื้องต้น ร่วมกับนักจิตวิทยาโรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษา เพื่อช่วยกันดูแลส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดี อันเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการเรียนรู้ เพื่อดูแลนักเรียนให้มีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจภายใต้สถานการณ์ COVID-19 (แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร อธิบดีกรมสุขภาพจิต, 2564)



ภาพแสดงสุขภาพจิตโรงเรียน Pain point & Solution

การช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชนในช่วงวัยเรียนมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง จึงได้มีการดำเนินงานในหลายส่วนทั้งการจัดกิจกรรมแนะแนวและการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ จากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่า การดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีความซ้ำซ้อนจากแบบประเมินที่มีความหลากหลายและเกิดภาระงานกับครูและบุคลากรทางการศึกษา การส่งเสริมพัฒนาและการช่วยเหลือแก้ไข



ยังทำได้ไม่เต็มที่เนื่องจากครูและบุคลากรทางการศึกษามีภาระงานมากและไม่คุ้นเคยกับทักษะ ด้านสุขภาพจิต โดยเฉพาะการปรับพฤติกรรมและการให้การปรึกษาซึ่งเป็นทักษะที่ละเอียดอ่อนต้องอาศัย การเรียนรู้ต่อเนื่อง

ความร่วมมือในการส่งเสริมสุขภาพจิตและดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างเหมาะสมระหว่างครูและบุคลากรทางการศึกษากับบุคลากรสาธารณสุข ร่วมกับการใช้ประโยชน์จากข้อมูลสารสนเทศและเทคโนโลยีต่าง ๆ มาเป็นเครื่องมือ จะช่วยให้นักเรียนได้รับการดูแลช่วยเหลือทันทั่วถึง ลดปัญหาการส่งต่อ สถานบริการ ด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นในรายที่ไม่จำเป็น

School Health HERO (Health and Educational Reintegrating Operation) คือ ระบบสุขภาพจิตโรงเรียน วิธีใหม่เพื่อเฝ้าระวัง เรียนรู้ และรับการปรึกษาเพื่อดูแลนักเรียนที่เสี่ยงต่อปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคมด้วยแบบเฝ้าระวัง 9S Plus และ SDQ ที่คุณครูและบุคลากรทางการศึกษาเป็นผู้ประเมินและดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยมีแนวทางการสร้างเสริมความปลอดภัยและการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนด้วย School Health HERO 4 ด้าน ดังนี้

1. การเฝ้าระวัง School Health HERO ได้ถูกพัฒนาขึ้นสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษาระดับ ประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเฝ้าระวังปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคม ของเด็กและวัยรุ่น ด้วยแบบสังเกตอาการ 9S Plus ซึ่ง Plus คือ Red Flag (มีความเสี่ยงต่อปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ สังคม และการเรียนรู้จากการสังเกต หรือจากเครื่องมือประเมินอื่นๆ/มีปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น/อยู่ในระหว่าง รับการรักษาโรคจิตเวชเด็กและวัยรุ่น (เพิ่มข้อความในวงเล็บ) ดังนี้

Red Flag
✕

(ปัญหาหรือสภาวะที่ต้องการการดูแลทันทีโดยไม่ต้องเฝ้าระวัง หรือคัดกรองซ้ำอีก)

☐ มีความเสี่ยง ต่อปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ สังคม และการเรียนรู้จากการสังเกต หรือจากเครื่องมือประเมินอื่นๆ

☐ มีปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น
(เสี่ยงทางเพศ สารเสพติด ดัดเกม ฯลฯ หรือปัญหาเรื้อรังอื่น ๆ)

☒ ไม่พบปัญหาข้างต้น

ยกเลิก
บันทึก

แบบสังเกตอาการ 9S ประกอบด้วยข้อคำถาม 9 ข้อแยกตามกลุ่มปัญหา ดังนี้

กลุ่มปัญหาพฤติกรรม ได้แก่ ขนเกินไป, ใจลอย, รอคอยไม่ได้

กลุ่มปัญหาอารมณ์ ได้แก่ หงุดหงิดง่าย, ท้อแท้เบื่อหน่าย, ไม่อยากไปโรงเรียน

กลุ่มปัญหาทักษะสังคม ได้แก่ ถูกเพื่อนแกล้ง, แกล้งเพื่อน, ไม่มีเพื่อน



ข้อกำหนด และคำชี้แจงการสังเกตอาการด้วย 9SPLUS

1. เป็นข้อคำถามสั้นๆ เพื่อช่วยให้ครูและบุคลากรทางการศึกษามีแนวทางในการสังเกตอาการนักเรียนที่อาจมีปัญหาด้านพฤติกรรม-อารมณ์-สังคม ประกอบด้วย Red flag จำนวน 2 ข้อ
2. ใช้สังเกตอาการนักเรียนชั้น ป.1 - ม.6
3. ครูผู้สังเกตอาการควรรู้จักนักเรียนมาแล้วอย่างน้อย 3 เดือน (6 - 8 สัปดาห์)
4. หากสังเกตอาการแล้วมีปัญหาด้านพฤติกรรม-อารมณ์-สังคมอย่างน้อยหนึ่งด้านเป็นบวกแนะนำให้ครูใช้แบบประเมินจุดแข็งจุดอ่อน (SDQ) ต่อเพื่อประเมินปัญหาให้ละเอียดยิ่งขึ้นก่อนการดูแลและประเมินซ้ำเพื่อติดตามผลการดูแลในแต่ละด้าน

เครื่องมือสังเกตอาการ 9S PLUS ช่วยให้ครูและบุคลากรทางการศึกษาค้นหานักเรียนกลุ่มเสี่ยงได้เร็วขึ้น

9S Plus

Red Flag

(ปัญหาหรือสภาวะที่ต้องการดูแลทันที โดยไม่ต้องเฝ้าระวังหรือคัดกรองซ้ำ)

1. มีความเสี่ยงต่อปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และสังคม หรือจากเครื่องมือประเมินอื่นๆ
2. มีปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น
 - ด้านเพศ
 - สารเสพติด
 - ติดเกม
 - ปัญหาเรื้อรังอื่นๆ

ข้อคำถามของแบบสังเกตอาการ 9S แยกตามกลุ่มปัญหา

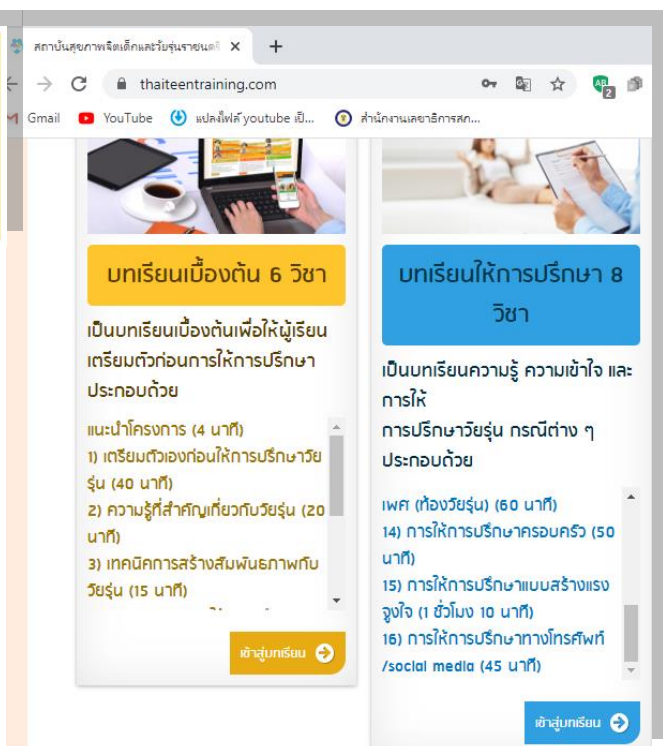
กลุ่มปัญหาพฤติกรรม	กลุ่มปัญหาอารมณ์	กลุ่มปัญหาทักษะสังคม
 ขบถเกินไป	 เศร้า/เครียด หดหู่หงุดหงิดง่าย	 ถูกเพื่อนแกล้ง
 ใจลอย	 ก้อแกล้งเพื่อนง่าย	 แกล้งเพื่อน
 รอคอยไม่ได้	 ไม่อยากไปโรงเรียน	 ไม่มีเพื่อน

2. การเรียนรู้ ส่งเสริมความรู้ ทักษะ และเทคนิคการ พัฒนา ป้องกัน แก้ไขปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคม รวมถึงทักษะการให้การปรึกษาขั้นพื้นฐานครูและบุคลากรทางการศึกษาสามารถเข้าเรียนผ่าน <http://learning.HERO-app.in.th/> หรือ <https://thaiteentraining.com/> เพื่อให้คุณครูและบุคลากรทางการศึกษาจะได้รับความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ฝึกเทคนิคการปรับพฤติกรรมเด็กและวัยรุ่น รวมถึงสามารถให้การปรึกษาเบื้องต้นแก่เด็กและวัยรุ่นได้ โดยมีกรอบการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง และทักษะที่จำเป็นต่อการดูแลช่วยเหลือ ดังนี้



เนื้อหาในการพัฒนาทักษะคุณครูบุคลากรทางการศึกษา

หมวดการเรียนรู้สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น และปรับพื้นฐานการให้การปรึกษา	- เตรียมตัวเองก่อนให้การปรึกษาเด็กและวัยรุ่น - ความรู้ที่สำคัญเกี่ยวกับเด็กและวัยรุ่น - เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพกับเด็กและวัยรุ่น - กระบวนการการให้การปรึกษาเด็กและวัยรุ่น (พื้นฐาน) - วิเคราะห์ปัญหาทางจิตสังคมเด็กและวัยรุ่น - การสร้างสัมพันธภาพและตกลงบริการกับวัยรุ่นและครอบครัว
หมวดการเรียนรู้การให้การปรึกษาขั้นพื้นฐาน	การให้การปรึกษาวัยรุ่น กรณีซึมเศร้า - การให้การปรึกษาวัยรุ่น กรณีความรุนแรง - การให้การปรึกษาวัยรุ่น กรณียาเสพติด - การให้การปรึกษาวัยรุ่น กรณีเกมและคอมพิวเตอร์ - การให้การปรึกษาวัยรุ่น กรณีเพศ (ท้องในวัยรุ่น) - การให้การปรึกษาแบบสร้างแรงจูงใจ - การให้การปรึกษาทางโทรศัพท์ /social media



นอกจากนี้การเรียนรู้ของครูและบุคลากรทางการศึกษายังมีการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ระหว่างครูกับเด็กและเพื่อนในห้อง ซึ่งส่งผลให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม โดยผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน หรือกิจกรรมทักษะชีวิตในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิต ซึ่งผู้เรียนจะมีส่วนร่วมในทุกกระบวนการ



<http://learning.hero-app.in.th/>



<https://thaiteentraining.com>

3. การดูแล จากแนวทางที่ช่วยสร้างเสริมการเรียนรู้ ทักษะการแก้ไขปัญหา ความรู้ความเข้าใจต่อปัญหา พฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคม ของเด็กและวัยรุ่น ให้แก่ครูและบุคลากรทางการศึกษา ซึ่งเป็นส่วนที่ช่วยให้งานแนวทางการดูแลสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น โดยครูและบุคลากรทางการศึกษามีความรู้ ความเข้าใจ ในการดูแลเด็ก และวัยรุ่น ด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

- 3.1 ปรับพฤติกรรม (คำเต็ม SAFE – B – MOD)
- 3.2 พัฒนาทักษะชีวิต
- 3.3 ให้คำปรึกษาแก่เด็ก / ผู้ปกครองและการฟังเชิงลึก
- 3.4 ส่งต่อ (ทั้งภายในและภายนอก)

เมื่อครูดำเนินการดูแลนักเรียนที่มีความเสี่ยงแล้ว สามารถบันทึกลงใน School Health HERO ได้ เพื่อเป็นประวัติการดูแลช่วยเหลือ โดยประเมินผลก่อน – หลัง การดูแลช่วยเหลือเด็กและวัยรุ่นด้วยแบบประเมิน จุดอ่อน จุดแข็ง (SDQ) เพื่อเป็นข้อมูลให้ครูและบุคลากรทางการศึกษา ดำเนินการดูแลหรือประเมินผลอื่นๆ เพิ่มเติม เช่น การเยี่ยมบ้าน การทำ Case conference ร่วมกับบุคลากรสาธารณสุข วางแผนการดูแลช่วยเหลือ ส่งเสริมให้ตรงตามศักยภาพของแต่ละบุคคล

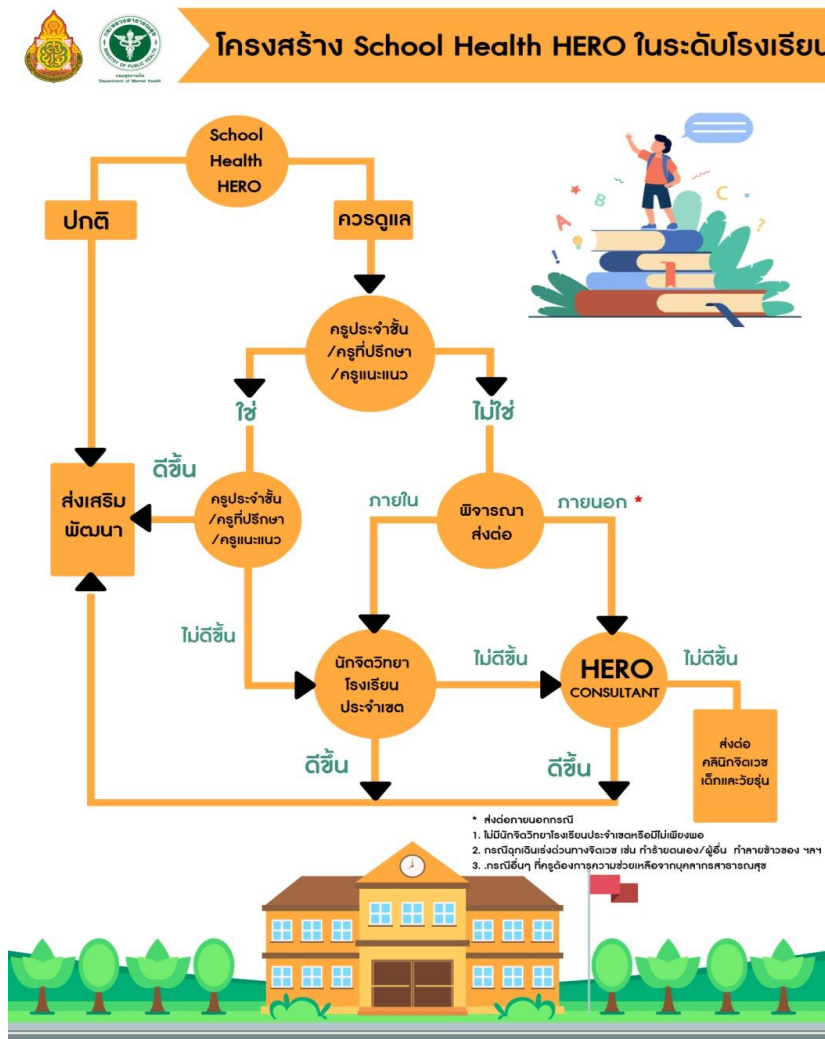
4. การปรึกษา และส่งต่อ เมื่อคุณครูและบุคลากรทางการศึกษาดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหา พฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคมแล้วพบความซับซ้อนเกินความสามารถในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนของคุณครู และบุคลากรทางการศึกษา สามารถขอรับการปรึกษาและส่งต่อนักเรียนที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิต กับบุคลากรสาธารณสุขหรือ HERO Consultant ในพื้นที่ผ่าน School Health HERO ได้ทันทีเพื่อลดปัญหาเรื่องความล่าช้า ในการให้บริการด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นโดยคุณครูและบุคลากรทางการศึกษา สามารถรับ – ส่งต่อข้อมูล การดูแลช่วยเหลือนักเรียน รวมถึงผลประเมินด้านสุขภาพจิตของนักเรียนได้ กรณีที่นักเรียนต้องเข้ารับรักษา



ที่โรงพยาบาลสามารถส่งเอกสารสำคัญสำหรับการนัดหมายเข้าพบแพทย์ผ่านทางช่องทางแชทของ School Health HERO ได้เลย โดยที่ไม่ต้องเสียเวลา เดินทางไป-มาสำหรับการปรึกษาและส่งต่อ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ภายใน และภายนอก

1. ภายใน เป็นการปรึกษาและส่งต่อ ในระบบการศึกษา ที่มีครูแนะแนว และนักจิตวิทยาโรงเรียน ประจำเขตพื้นที่การศึกษาเป็นผู้ให้คำแนะนำในการดูแล และให้การปรึกษานักเรียน
2. ภายนอก เป็นการปรึกษาและส่งต่อ จากระบบของการศึกษาสู่ระบบของสาธารณสุขโดยจะมี HERO Consultant ในพื้นที่ คอยให้การปรึกษาและร่วมวางแผนการดูแลช่วยเหลือนักเรียนร่วมกับครูหากจำเป็นต้องได้รับการรักษาในโรงพยาบาล HERO Consultant จะเป็นผู้รับ และส่งต่อเข้าสู่ระบบของโรงพยาบาลต่อไป

ผังการดำเนินงานการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิตส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน



แผนภาพ: โครงสร้าง School Health HERO ในระดับโรงเรียน



ประโยชน์ของการใช้งาน School Health HERO

สำหรับครู

1. ครูสามารถเข้าใช้งานระบบได้ทุกที่ทุกเวลา และทราบผลการประเมินโดยอัตโนมัติ
2. ครูสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการดูสถานะนักเรียนรายบุคคล หรือภาพรวมของนักเรียน
3. ครูสามารถขอการปรึกษาจาก HERO consultant ในพื้นที่ได้ทันที

สำหรับบุคลากรสาธารณสุข

1. บุคลากรสาธารณสุข สามารถนำข้อมูลสถิติ ผลประเมินของนักเรียนรายบุคคล มาวางแผนการดูแลช่วยเหลือได้ทันที
2. มีการเข้าถึงบริการด้านสาธารณสุขและสุขภาพจิตเพิ่มขึ้นทำให้สามารถวางแผนในการส่งเสริมป้องกันปัญหาสุขภาพจิต ได้แม่นยำมากขึ้น

สำหรับนักเรียน

1. นักเรียนได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเหมาะสม โดยครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา/ครูแนะแนว/นักจิตวิทยาโรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษาและHERO Consultant ในพื้นที่ทันที
2. นักเรียนได้รับการเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านพฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคมอย่างเหมาะสม
3. ลดการถูกส่งต่อเข้าระบบสาธารณสุข โดยไม่ต้องเดินทางมาโรงพยาบาล ในกรณีเด็กกลุ่มเสี่ยง / มีปัญหาที่ไม่รุนแรง / ซ้ำซ้อนโดยการส่งเสริมแก้ไขให้คำปรึกษาโดยครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา/ครูแนะแนว/นักจิตวิทยา โรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษา และHERO Consultant



บทที่ 3

การสร้างเสริมความปลอดภัยให้กับนักเรียน ผ่านการแนะแนว ในขอบข่ายส่วนตัวและสังคม



3

การสร้างเสริมความปลอดภัยให้กับนักเรียน ผ่านการแนะแนวในขอบข่ายส่วนตัวและสังคม

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานได้มีนโยบายให้โรงเรียนมีการวางแผนและดำเนินงานในโรงเรียนที่ก่อให้เกิดความปลอดภัยสำหรับนักเรียนโดยการจัดสภาพแวดล้อมของอาคารเรียน บริเวณต่างๆ ในโรงเรียน ครูภัณฑ์ และอุปกรณ์กีฬา วัตถุอันตรายอื่นๆ รวมถึงต้องมีแนวทางปฏิบัติ ระเบียบ ข้อบังคับและกฎเกณฑ์ต่างๆ เพื่อความปลอดภัยของนักเรียน รวมทั้งส่งเสริมให้มีการดำเนินการจัดการเรียนการสอนผ่านการจัดกิจกรรมแนะแนวในขอบข่ายส่วนตัวและสังคม เพื่อช่วยให้นักเรียนมีทักษะที่ดีอย่างรอบด้านให้สอดคล้องและเชื่อมโยงในยุคปัจจุบัน และเป็นทักษะที่ตกผลึกในตัวนักเรียนไปประยุกต์ใช้ในการประกอบสัมมาอาชีพ

การแนะแนวในขอบข่ายส่วนตัวและสังคมประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนว 3 ด้าน คือด้านการศึกษา หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือผู้เรียนให้ประสบความสำเร็จด้านการเรียนรู้ ส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญา ทำให้ผู้เรียนรู้จักโครงสร้างหลักสูตร แผนการเรียน การสำเร็จการศึกษา วิธีการเรียนการบริหารจัดการตัวเองด้านการเรียน การรู้จักตนเองในด้านการเรียน การเลือกเส้นทางการศึกษาต่อรวมทั้งการส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถแก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเรียน ด้านอาชีพ เป็นกระบวนการส่งเสริมให้นักเรียนสามารถตัดสินใจเลือกอาชีพได้ตรงกับความถนัด ความสนใจ ความสามารถ บุคลิกภาพ ทักษะเฉพาะด้าน และทักษะที่จำเป็นสำหรับอาชีพของตนเอง มีความรู้เกี่ยวกับข้อมูลทางอาชีพและสร้างเจตคติที่ดีต่อการทำงาน ด้านส่วนตัวและสังคม (Personal and Social Guidance) เป็นกระบวนการช่วยส่งเสริมและพัฒนาให้นักเรียนในด้านบุคลิกภาพ อารมณ์และสังคมเพื่อให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี และสามารถปรับตัวได้อย่างมีความสุข ยอมรับความจริงเกี่ยวกับตนเอง และรู้จักปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของตนให้มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ทำให้มีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข รู้จักรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเองให้ดีอยู่เสมอเพื่อจะได้ไม่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคต่อการดำเนินชีวิตของตนมีเจตคติ ค่านิยมและจริยธรรมที่ถูกต้อง ไม่ประพฤติปฏิบัติตนไปในทางที่เสื่อมเสียใช้เวลาว่างและใช้จ่ายเงินให้เกิดประโยชน์แก่ตนอย่างแท้จริง พร้อมทั้งรู้จักบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม มีความสามารถในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีการมองเห็นและการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เมื่อเกิดปัญหาก็สามารถแก้ไขได้ถูกต้องสิ่งสำคัญคือหากโรงเรียนสามารถจัดบริการด้านนี้ได้มีประสิทธิภาพ



จะเป็นการป้องกันปัญหาทางสังคมด้วยและมีการส่งเสริมการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียน โดยร่วมมือระหว่างระบบสาธารณสุขและระบบการศึกษา เป็นการให้บริการสุขภาพจิตในโรงเรียนรวมถึงการพัฒนาสุขภาพจิตในโรงเรียน โดยสร้างเครือข่ายครูและบุคลากรงานสุขภาพจิตเข้าสู่หลักสูตรในระบบการศึกษา เพื่อการพัฒนาแบบดูแลสุขภาพจิตสำหรับเด็กและวัยรุ่นผ่านระบบการศึกษา

เป้าหมายการเสริมสร้างสุขภาพจิตของนักเรียนในโรงเรียน

เป้าหมายสำคัญในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนคือให้นักเรียนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี การมีชีวิตที่ดีแค่อย่างหนึ่งอย่างใดนั้นยังไม่จำเป็นว่าเป็นชีวิตที่มีคุณภาพและถึงแม้ว่าทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตนั้นจะมีความเกี่ยวเนื่องและสอดคล้องกันเช่น สุขภาพกายดี ก็มักจะส่งผลให้สุขภาพจิตดีหรือสุขภาพจิตที่ดีก็มีแนวโน้มที่จะทำให้มีการพัฒนาสุขภาพกายดีขึ้นตามไปด้วย แต่บางครั้งสิ่งแวดล้อมก็ไม่ได้ทำให้ทั้งสองสิ่งนี้แปรผันไปในทิศทางเดียวกันเมื่อถึงวัยเข้าโรงเรียน เด็กทุกคนจะต้องเข้าเรียนตามมาตรฐานการศึกษาที่ได้กำหนดไว้ เพื่อศึกษาหาความรู้ และเป็นการเตรียมพร้อมให้เด็กทุกคนเติบโตมาเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นทรัพยากรที่สำคัญของชาติอย่างเหมาะสม ดังนั้นโรงเรียนจึงเป็นสถานที่ฝึกฝนและเรียนรู้ที่สำคัญสำหรับเด็กและเยาวชน การศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนนั้น ส่งผลต่อตัวนักเรียนได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เพราะในการมาโรงเรียนนักเรียนจำเป็นต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่เปลี่ยนไปแทบจะตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นชั้นเรียนใหม่ เพื่อนใหม่ บทเรียนใหม่ ๆ ที่ต้องเรียนรู้ รวมไปถึงประสบการณ์ใหม่ที่นักเรียนมีโอกาสพบเจอในแต่ละวัน การสร้างสุขให้เกิดขึ้นในโรงเรียนนั้น จะทำให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งจะส่งผลดีต่อการสร้างเสริมทักษะชีวิตและการเรียนรู้ และถือว่าเป็นความสำเร็จอย่างหนึ่งในระบบการศึกษา

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินงานการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิตส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน

ปัจจุบันมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลากหลายที่ส่งผลต่อการดำเนินงานสุขภาพจิตนักเรียนและการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิตส่วนตัว สังคม แบ่งได้ 2 ปัจจัย ดังนี้

1. ปัจจัยภายนอกเป็นปัจจัยที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวนักเรียน ได้แก่
 - 1.1 ครอบครัว
 - 1.2 เพื่อน
 - 1.3 ครู
 - 1.4 ชุมชน
 - 1.5 สภาพเศรษฐกิจ
 - 1.6 สภาพที่อยู่อาศัย
 - 1.7 สื่อและเทคโนโลยี



2. ปัจจัยภายในเป็นปัจจัยที่เกิดจากตัวนักเรียน ได้แก่

- 2.1 ด้านความคิด
- 2.2 ด้านอารมณ์
- 2.3 ด้านพฤติกรรม

ตัวอย่างลักษณะที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตนักเรียนแสดงตามตารางดังนี้

1. ปัจจัยภายนอก

ปัจจัย	ลักษณะที่สนับสนุนและส่งเสริม ให้มีสุขภาพจิตที่ดี	ลักษณะที่เป็นความเสี่ยง ต่อปัญหาสุขภาพจิต
ครอบครัว	- ครอบครัวมีความพร้อมที่จะมอบความรักและความอบอุ่นให้แก่ซึ่งกันและกัน - ครอบครัวทำกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอเพื่อส่งเสริมและกระชับสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน - บุคคลในครอบครัวปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง และเป็นแบบอย่างที่ดีได้	- ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว แยกแยก หย่าร้าง ได้รับการดูแลและให้ความรักความเข้าใจน้อย - ครอบครัวมีเวลาทำกิจกรรมร่วมกันน้อย - บุคคลในครอบครัวไม่ปฏิบัติตามบทบาทและหน้าที่ของตนเอง
เพื่อน	- มีเพื่อนที่เข้าใจและพร้อมรับฟังปัญหาในทุกสถานการณ์ - มีเพื่อนที่สามารถให้การปรึกษาได้ - มีเพื่อนที่คอยส่งเสริมพฤติกรรมไปในทางที่ดี - มีเพื่อนที่เป็นแบบอย่างที่ดี	- เพื่อนชอบแกล้ง - เพื่อนชอบพูดจาทำร้ายจิตใจ - เพื่อนชอบใช้ความรุนแรง - เพื่อนชักจูงไปในทางที่ไม่ดี
ครู	- ครูประพฤติปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี - ครูให้ความรัก เข้าใจและมีเมตตาต่อศิษย์ - ครูมีเหตุผลในการแก้ไขปัญหา	- ครูประพฤติปฏิบัติตนไม่ดี - ครูขาดความยุติธรรม - ครูไม่เข้าใจธรรมชาติของนักเรียน



ปัจจัย	ลักษณะที่สนับสนุนและส่งเสริม ให้มีสุขภาพจิตที่ดี	ลักษณะที่เป็นความเสี่ยง ต่อปัญหาสุขภาพจิต
	- ครูมีความยุติธรรม - ครูเป็นที่พึ่งและให้การปรึกษาได้	- ครูขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ - ครูใช้ความรุนแรงชอบแสดงพฤติกรรม ล่วงละเมิดทางกายและจิตใจนักเรียน
ชุมชน	- สภาพแวดล้อมภายในชุมชนมีความปลอดภัย - ชุมชนมีความพร้อมด้านสาธารณูปโภค - มีแหล่งเรียนรู้ภายในชุมชน - ชุมชนปลอดอาชญากรรม - มีกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ปฏิบัติร่วมกันภายในชุมชน - สมาชิกภายในชุมชนมีความรักความเข้าใจ และมีน้ำใจต่อกัน - ผู้นำในชุมชนมีวิสัยทัศน์ มีความยุติธรรม และมีความเสียสละ	- สภาพแวดล้อมภายในชุมชนไม่มีความปลอดภัย - ไม่มีแหล่งเรียนรู้ภายในชุมชน - ชุมชนมีแหล่งอบายมุข มีความเสี่ยงที่จะเกิด อาชญากรรม - ไม่มีกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ที่ให้สมาชิกในชุมชน ปฏิบัติร่วมกัน - สมาชิกภายในชุมชนต่างคนต่างอยู่ - ผู้นำชุมชนขาดวิสัยทัศน์ ขาดความยุติธรรม และขาดความเสียสละ
สภาพเศรษฐกิจ	- มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน - มีรายได้เพียงพอกับรายจ่ายมีเงินออมไว้ใช้ เมื่อยามจำเป็น - ประกอบอาชีพสุจริต - มีความพร้อมด้านปัจจัยพื้นฐาน	- ไม่มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน - รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย - ประกอบอาชีพทุจริต - ขาดความพร้อมด้านปัจจัยพื้นฐาน
สภาพที่อยู่อาศัย	- สภาพบ้านแข็งแรง มั่นคงและปลอดภัย - จัดเก็บสิ่งของเครื่องใช้อย่างเป็นระเบียบ - ดูแลทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ - อากาศถ่ายเทและปลอดโปร่ง	- สภาพบ้านไม่แข็งแรงและไม่ปลอดภัย - ไม่ดูแลความสะอาด และจัดเก็บสิ่งของไม่เป็น ระเบียบ - สถานที่คับแคบ ไม่ปลอดโปร่ง



ปัจจัย	ลักษณะที่สนับสนุนและส่งเสริมให้มีสุขภาพจิตที่ดี	ลักษณะที่เป็นความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิต
การใช้สื่อและเทคโนโลยี	- เลือกรับข่าวสาร/สื่อที่เหมาะสมกับวัย - สามารถนำสื่อและเทคโนโลยีมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างสร้างสรรค์ - ผู้ปกครองคอยแนะนำให้การปรึกษาอย่างใกล้ชิด - มีวิจารณญาณในการแยกแยะสื่อที่เหมาะสม	- รับข่าวสาร/สื่อที่ไม่เหมาะสมกับวัย - นำสื่อและเทคโนโลยีมาใช้ในทางที่ไม่ถูกต้อง - ผู้ปกครองไม่มีเวลาไม่ให้คำแนะนำ และไม่ติดตามการรับข่าวสาร/สื่อ - ขาดวิจารณญาณในการแยกแยะสื่อ

2. ปัจจัยภายใน

ปัจจัย	ลักษณะที่สนับสนุนและส่งเสริมให้มีสุขภาพจิตที่ดี	ลักษณะที่เป็นความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิต
ด้านความคิด	- คิดเชิงบวก - คิดอย่างมีเหตุและผล - มีที่ปรึกษาทางการคิด - สามารถจัดการกับความคิดของตนเองได้ - มีทัศนคติที่ดี - ยอมรับและเข้าใจในความคิดเห็นของผู้อื่นอย่างจริงจัง - มีโลกทัศน์กว้างไกล	- ความครุ่นคิดเหตุการณ์ในชีวิตเชิงลบ - ไม่มีเหตุและผลหรือแนวทางของการคิด - ขาดที่ปรึกษา - ไม่สามารถจัดการกับความคิดของตนเองได้ - ไม่ยอมรับในความคิดเห็นของผู้อื่น - ปิดกั้นคิดของตนเองและผู้อื่น
ด้านอารมณ์	- จิตใจร่าเริงแจ่มใส - มีความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถจัดการกับสภาวะทางอารมณ์ได้	- มีความหมองเศร้า ไม่สดใส - จิตใจบอบบางและไม่สามารถจัดการกับสภาวะทางอารมณ์ของตนเองได้



ปัจจัย	ลักษณะที่สนับสนุนและส่งเสริม ให้มีสุขภาพจิตที่ดี	ลักษณะที่เป็นความเสี่ยง ต่อปัญหาสุขภาพจิต
	- รู้จักวิธีการผ่อนคลายอารมณ์ ด้วยวิธีที่สร้างสรรค์ - รักและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น - ควบคุมอารมณ์ได้ในทุก ๆ สถานการณ์	- ผ่อนคลายทางอารมณ์ด้วยวิธีที่ไม่สร้างสรรค์ - ไม่รักและไม่เห็นคุณค่าในตนเอง - พฤติกรรมเสี่ยงในการฆ่าตัวตายของวัยรุ่น
ด้านพฤติกรรม	- กล้าคิด กล้าแสดงออกในทางที่ถูกต้องและเหมาะสม - มีสัมมาคารวะ - กิริยามารยาท เรียบร้อย - วางตัวได้ถูกกาลเทศะ - รู้จักตนเองและเข้าใจผู้อื่น - ปฏิบัติได้ตามกฎ ระเบียบ ของสังคม	- ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง - ขาดความกล้าแสดงออกหรือแสดงออกในทางที่ไม่เหมาะสม - ไม่มีสัมมาคารวะ - กิริยามารยาทไม่เรียบร้อย - วางตัวไม่เหมาะสมกับกาลเทศะ - ไม่ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบของสังคม



ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนักเรียนในโรงเรียน และแนวทางในการแก้ไขปัญห

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนักเรียนในโรงเรียน และแนวทางในการแก้ไขปัญหประกอบด้วย

1. การปฏิสัมพันธ์กันระหว่างนักเรียนกับครูผู้สอน

ความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครูผู้สอนมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน ครูผู้สอนที่เป็นกันเอง รับฟังความคิดเห็น และมีความเข้าใจนักเรียน จะส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดีและเรียนรู้ได้อย่างมีความสุขในทางตรงข้ามกัน ครูผู้สอนที่เข้มงวดและกดดันเกินไป จะส่งผลให้นักเรียนมีภาวะเครียดซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตได้ในระยะยาว ดังนั้นการวางตัวอย่างเหมาะสมตามยุคสมัยของครูผู้สอนโดยคำนึงถึงตัวนักเรียนจึงถือเป็นเรื่องที่สำคัญ

2. การปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

สำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อนคือบุคคลสำคัญที่มีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพและทักษะทางสังคม การโดนกลั่นแกล้งรังแก หรือ การทะเลาะเบาะแว้ง ล้วนเป็นอุปสรรคต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีของนักเรียน ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปและไม่มีความพร้อมในการเรียนรู้ ซึ่งถ้าครูผู้สอนพบว่านักเรียนมีปัญหาการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน โดยสามารถสังเกตเห็นได้จากการทำกิจกรรมต่าง ๆ ของนักเรียน ครูผู้สอนควรเข้าไปสอบถามและให้การปรึกษาอย่างเหมาะสม เพื่อจัดการกับสาเหตุที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนักเรียนได้อย่างทัน่วงที

3. สภาพแวดล้อมทั้งในและนอกโรงเรียน

สิ่งแวดล้อมทั้งในและนอกโรงเรียนนั้นมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนอย่างมาก โรงเรียนที่ตั้งอยู่ในจุดที่มลภาวะไม่ดี มีภาวะอากาศที่ร้อนหรือเย็นเกินไป มีมลพิษทางเสียง หรือมีความเสี่ยงในด้านความปลอดภัย ล้วนทำให้นักเรียนรู้สึกถึงความไม่มั่นคง และส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตตามมา ดังนั้นการปรับปรุงภูมิทัศน์และสนับสนุนให้เกิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้จะช่วยให้ต้นตอของปัญหาในส่วนนี้ลดลง

4. สภาพแวดล้อมในครอบครัวและชุมชน

สภาพแวดล้อมในครอบครัวและชุมชนมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน เช่น ครอบครัวและชุมชนตั้งอยู่ในแหล่งเสื่อมโทรม สกปรก มีมลพิษ อากาศไม่ถ่ายเท หายใจไม่สะดวก ทำให้เกิดโทษต่อร่างกายส่งผลกระทบต่อสุขภาพของคนในครอบครัวดังนั้นสมาชิกของครอบครัวและชุมชนต้องช่วยกันรักษาความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องใช้ จัดการขยะมูลฝอยให้เป็นระบบ บำรุงรักษาทรัพย์สินส่วนรวมของชุมชนให้มีความปลอดภัยอยู่เสมอ

5. การจัดตารางเรียน

หลายโรงเรียนให้ความสำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้อย่างมาก โดยพยายามเคี่ยวเข็ญให้นักเรียนมีทักษะความรู้ให้พร้อมต่อการประเมินผลการเรียนรู้ ซึ่งมีทั้งส่งเสริมให้นักเรียนเรียนเต็มเวลา เรียนเสริมนอกเวลา และมีเรียนเพิ่มเติมในวันเสาร์อาทิตย์ ทำให้นักเรียนมีความเครียดและมีปัญหาสุขภาพจิต ดังนั้นจึงควรพิจารณาจัดสรรเวลาเรียนให้นักเรียนอย่างเหมาะสม โดยไม่กระทบต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียนมากเกินไป



6. สุขภาพของนักเรียน

“สุขภาพ” ตามคำนิยามขององค์การอนามัยโลก หมายถึง ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย จิตใจ สังคม และ จิตวิญญาณ ซึ่งความสมบูรณ์ของร่างกายคือการที่ร่างกายของเรามีความแข็งแรง คล่องแคล่วไม่เป็นโรค และไม่พิการ ความสมบูรณ์ทางจิตคือ การที่เรามีจิตใจที่เป็นสุข ร่าเริง มีสติ ความสมบูรณ์ทางสังคมคือการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีครอบครัวที่อบอุ่น ชุมชนเข้มแข็งและความสมบูรณ์ทางจิตวิญญาณเกิดขึ้นเมื่อเราทำความดี เช่น รู้จักการเสียสละ มีความเมตตากรุณา เป็นต้น

สุขภาพของนักเรียน จึงหมายถึง นักเรียนที่มีความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย จิตใจ สังคม และ จิตวิญญาณสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างเต็มความสามารถ มีการเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ ร่างกายเจริญเติบโต และมีพัฒนาการอย่างสมวัย

ดังนั้น ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนนอกจากส่งผลกระทบต่อร่างกายของนักเรียนแล้ว ยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของนักเรียนด้วย ปัญหาสุขภาพของนักเรียนก็คือปัญหาด้านการเรียน เช่นเรียนไม่ทันเพื่อนเนื่องจากปัญหาสุขภาพจึงทำให้ต้องหยุดบ่อย ความสัมพันธ์กับเพื่อนน้อยลง ตามบทเรียนไม่ทัน ส่งผลให้เกิดความเครียดและความวิตกกังวล ครูผู้สอนจึงควรให้การปรึกษาและช่วยเหลือนักเรียนที่ประสบปัญหาลักษณะนี้อย่างเหมาะสม โดยอาจให้มาเรียนเพิ่มเติมกับครูผู้สอนในเวลาว่าง หรือเน้นให้นักเรียน ทำกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น ดังนั้นทุกภาคส่วนในโรงเรียนควรตระหนักใส่ใจ และให้ความสำคัญ เพราะปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิตของนักเรียนนั้น เป็นปัญหาใหญ่ที่อยู่รอบตัวซึ่งอาจจะเพิ่มความรุนแรงขึ้น จึงควรให้การช่วยเหลือโดยทันที โดยมีขั้นตอนผังการดำเนินงานการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัวสังคมและสุขภาพจิตนักเรียน

แนวทางการดำเนินงานสุขภาพจิตผ่านการแนะแนวส่วนตัวและสังคม

การแนะแนวส่วนตัวและสังคม (personal and social guidance) จุดมุ่งหมายเป็นการแนะแนวที่ช่วยให้ผู้เรียนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความพร้อมที่จะดำเนินชีวิตด้วยเหตุผลอย่างชาญฉลาด รู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ มีอารมณ์มั่นคงสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ ใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เป็นขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนวในสถานศึกษาขอบข่ายหนึ่งเป็นกระบวนการช่วยส่งเสริมและพัฒนานักเรียนในด้านบุคลิกภาพ อารมณ์และสังคมเพื่อให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดี และสามารถปรับตัวเองได้อย่างมีความสุขเพื่อช่วยให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีคุณลักษณะและบุคลิกภาพที่เหมาะสม เป็นที่ชื่นชมแก่ผู้พบเห็นช่วยให้นักเรียนรู้จักตนเอง ยอมรับความจริงเกี่ยวกับตนเอง และรู้จักปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของตน ให้มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ช่วยให้นักเรียนได้มีความเข้าใจผู้อื่น ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับ ผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ทำให้มีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ช่วยให้นักเรียนรู้จักรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเองให้ได้อยู่เสมอเพื่อจะได้ไม่เป็นปัญหา หรืออุปสรรคต่อการดำเนินชีวิตของตน ช่วยให้นักเรียนเป็นผู้มีเจตคติ ค่านิยมและจริยธรรมที่ถูกต้อง ไม่ประพฤติปฏิบัติตนไปในทางที่เสื่อมเสีย ช่วยให้นักเรียนรู้จักใช้เวลาว่างและใช้จ่ายเงินให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองอย่างแท้จริง



บทบาทสำคัญของครูในการปฏิบัติงานเชิงรุกเพื่อเข้าถึงนักเรียนทุกคนคือ นักเรียนได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง ครบถ้วน และนักเรียนกลุ่มใดบ้างที่ควรดูแลเพิ่มเติม เช่น นักเรียนที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ ซึ่งมีแนวโน้มจะขาดความอบอุ่น เป็นต้น ครูแนะแนวควรมองหานักเรียนที่คาดว่าจะขาดทักษะชีวิตในการใช้ชีวิตเพื่อคอยประเมินและวินิจฉัยว่าเกิดจากปัญหาอะไร จะช่วยเหลืออย่างไร มีวิธีช่วยได้อย่างไร ครูที่ปรึกษาช่วยได้หรือไม่ จำเป็นต้องหาเครื่องมือหรือแหล่งช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

บริการแนะแนวที่สำคัญในขอบข่ายการแนะแนวส่วนตัวและสังคม ได้แก่ บริการด้านการปรึกษาและสุขภาพจิต ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จในการเรียนของนักเรียนจำนวนมาก และควรเป็นบริการที่ขาดไม่ได้ในโรงเรียน และไม่ควรเป็นแค่บริการทางเลือก และอีกบริการที่สำคัญคือ บริการด้านสุขภาพกายและจิต ซึ่งเป็นบริการที่มีบทบาทสำคัญในการลดความรุนแรงในโรงเรียนทุกระดับตั้งแต่ประถมศึกษาจนถึงมัธยมศึกษา ทั้งยังช่วยป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาทางพฤติกรรมเกิดขึ้นตั้งแต่ต้น โดยการคัดกรองและระบุกลุ่มเสี่ยงและจัดโปรแกรมให้บริการดูแลโดยเฉพาะ อีกทั้งยังช่วยลดผลกระทบที่เป็นอันตรายต่อนักเรียนอีกด้วย ซึ่งบริการด้านการปรึกษาและสุขภาพจิต และบริการสุขภาพกายและจิต เป็นบริการแนะแนวในขอบข่ายส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมป้องกันการให้ความช่วยเหลือนักเรียนทั้งในกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มมีปัญหาโดยมีแนวทางในการดำเนินงาน 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การประเมิน/คัดกรอง

การประเมินคัดกรองเพื่อทราบข้อมูลรายบุคคลของนักเรียนกลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มมีปัญหาโดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- วิเคราะห์ปัญหานักเรียนเป็นรายบุคคล โดยการนำSchool health HERO มาใช้ในการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียน เพื่อลดภาระงานของครูในการกรอกข้อมูลและสามารถประมวลผลภาพรวม เพื่อดูแลส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียน

- ประเมินสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ของนักเรียน
- ประเมินความเหมาะสมในการจัดโปรแกรมพิเศษให้กับนักเรียน เช่น IEP
- จัดทำแฟ้มข้อมูล (Personal data) เพื่อเป็นการรวบรวมข้อมูลในการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียน ด้านสุขภาพจิต และใช้เป็นฐานข้อมูลในการดูแลนักเรียน

ขั้นตอนที่ 2 การส่งเสริม ป้องกัน และสร้างภูมิคุ้มกัน การส่งเสริม ป้องกัน และสร้างภูมิคุ้มกันเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตและสุขภาพจิตที่ดีในหลักสูตรสถานศึกษา โดยมีแนวทางการส่งเสริมทักษะชีวิตและสุขภาพจิตที่ดี ดังนี้

- การเสริมทักษะชีวิตและสุขภาพจิตที่ดีในรายวิชาพื้นฐาน
- การเสริมทักษะชีวิตและสุขภาพจิตที่ดีในรายวิชาเพิ่มเติม
- จัดทำแผนปฏิบัติการของโรงเรียนเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตแบบบูรณาการ



- จัดบริการแนะแนวให้ครอบคลุมทั้ง 5 บริการ ได้แก่ บริการรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล บริการสนเทศ บริการให้การปรึกษา บริการจัดวางตัวบุคคล และบริการติดตามประเมินผล
- การจัดสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่เอื้อต่อการมีสุขภาพจิตที่ดี
- สร้างและพัฒนาเครือข่ายการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียน เช่น เพื่อนที่ปรึกษา YC (Youth Counselor)
- เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์เสริมสร้างความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับจิตวิทยาและสุขภาพจิตในโรงเรียน เพื่อให้นักเรียนสามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต ให้นักเรียนเข้าใจและพอใจในความหลากหลายที่เกิดขึ้นภายในโรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และสังคม
- ถ่ายทอด ฝึกอบรมองค์ความรู้ เทคโนโลยีด้านสุขภาพจิต จัดทำแผนการฝึกอบรม เพื่อพัฒนาความรู้ ความสามารถของนักเรียน ครู ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้อง
- สร้างเครือข่ายในการแก้ไขปัญหาเฉพาะด้านหรือเสริมสร้าง ป้องกัน และพัฒนานักเรียนร่วมกับเครือข่ายภายใน เช่น ฝ่ายแนะแนว ฝ่ายกิจการนักเรียน เป็นต้น เครือข่ายภายนอก เช่น เครือข่ายผู้ปกครอง สถานพยาบาล สถานีตำรวจ เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 3 การแก้ไขเยียวยา การแก้ไขเยียวยาเป็นการดูแลช่วยเหลือและบูรณาการแก้ปัญหา ที่เกิดขึ้นร่วมกันจากหลายภาคส่วน โดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- ให้การปรึกษา บำบัดและฟื้นฟูแก่นักเรียนและผู้ที่เกี่ยวข้องเป็นรายบุคคล รายกลุ่ม และครอบครัว โดยประสานงานกับครู ผู้ปกครอง และผู้บริหาร เพื่อหาแนวทางที่มีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาคำเรียนรู้ และพฤติกรรมของนักเรียน รวมทั้ง ประสานภาคีเครือข่ายจากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ในการดูแลสุขภาพจิตของนักเรียนร่วมกัน
- ให้การดูแลช่วยเหลือกลุ่มเด็กพิเศษ เช่น เด็กบกพร่องทางการเรียนรู้ (LD) เด็กสมาธิสั้น ออทิสติก เป็นต้น
- พัฒนาสร้างเครื่องมือ หรือวิธีการใหม่ๆ ในการแก้ปัญหาหรือพัฒนาเสริมสร้างองค์ความรู้ให้ครู และนักเรียน โดยเฉพาะด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น เพื่อช่วยแก้ปัญหาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล หรือปัญหาในครอบครัวที่มีผลกระทบต่อการเรียน รวมถึงให้ความช่วยเหลือโดยตรงแก่นักเรียนและครอบครัวเพื่อแก้ปัญหาในเรื่องการปรับตัวและการเรียนรู้
- ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือโรงเรียนและครอบครัวในการจัดการกับวิกฤติการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับนักเรียน เช่น การเสียชีวิต การเจ็บป่วย อุบัติเหตุ หรือภัยพิบัติต่างๆ เป็นต้น



ขั้นตอนที่ 4 การวางแผนการดูแลช่วยเหลือ การวางแผนการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นการวางแผนการส่งเสริม พัฒนา และติดตามผล โดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- วางแผนในการนำ School health HERO ไปใช้ในการคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนทุกคน เพื่อค้นหานักเรียนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง เพื่อดำเนินส่งต่อให้ทีมสุขภาพจิต ทำการช่วยเหลือได้เท่าทันเหตุการณ์
- วางแผนการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิตของนักเรียนรายบุคคล (ด้านอารมณ์ สังคมและพฤติกรรม)
- ติดตามผลการแก้ไขปัญหาของนักเรียน ร่วมกับครู ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 5 การส่งต่อ การส่งต่อนักเรียนที่มีต้องการความช่วยเหลือไปยังผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านทั้งภายในและภายนอก โดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- การส่งต่อภายในกรณีนักเรียนต้องการความช่วยเหลือเฉพาะด้าน ให้มีการประสานการส่งต่อภายในโรงเรียน เช่น ครูที่ปรึกษา ครูแนะแนว ฝ่ายกิจการนักเรียน เป็นต้น
- การส่งต่อภายนอก กรณีนักเรียนมีปัญหาซับซ้อนมากจนเกินความสามารถของโรงเรียน ให้มีการประสานการส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางและหน่วยงานภายนอกเช่น Hero consultant โรงพยาบาล บ้านพักเด็ก สถานสงเคราะห์ ฯลฯ
- กรณีนักเรียนได้รับการดูแลช่วยเหลือจนดีขึ้น ให้รับกลับเข้าสู่ระบบโรงเรียน

นอกจากนั้นแนวทางการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิตส่วนตัว สังคมและสุขภาพจิตนักเรียน School Health HERO ยังสามารถนำแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) มาเป็นแนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อดูแลสุขภาพจิตนักเรียน ตามแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวส่วนตัวและสังคมตามแผนยุทธศาสตร์ 20 ปี รายละเอียดดังภาคผนวก

ดังนั้น แนวทางการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิตส่วนตัว สังคมและสุขภาพจิตนักเรียน School Health HERO จะเป็นแนวทางที่ช่วยให้ครูและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้มีแผนที่ในการดูแลช่วยเหลือนักเรียน พัฒนานักเรียนให้เติบโตเต็มศักยภาพ เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับตัว และอาศัยอยู่ในสังคมต่อไปได้อย่างปกติและมีความสุข



บทที่ 4

การบูรณาการและกลไกการประสานงานเพื่อ
สร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัว สังคม
และสุขภาพจิตนักเรียน



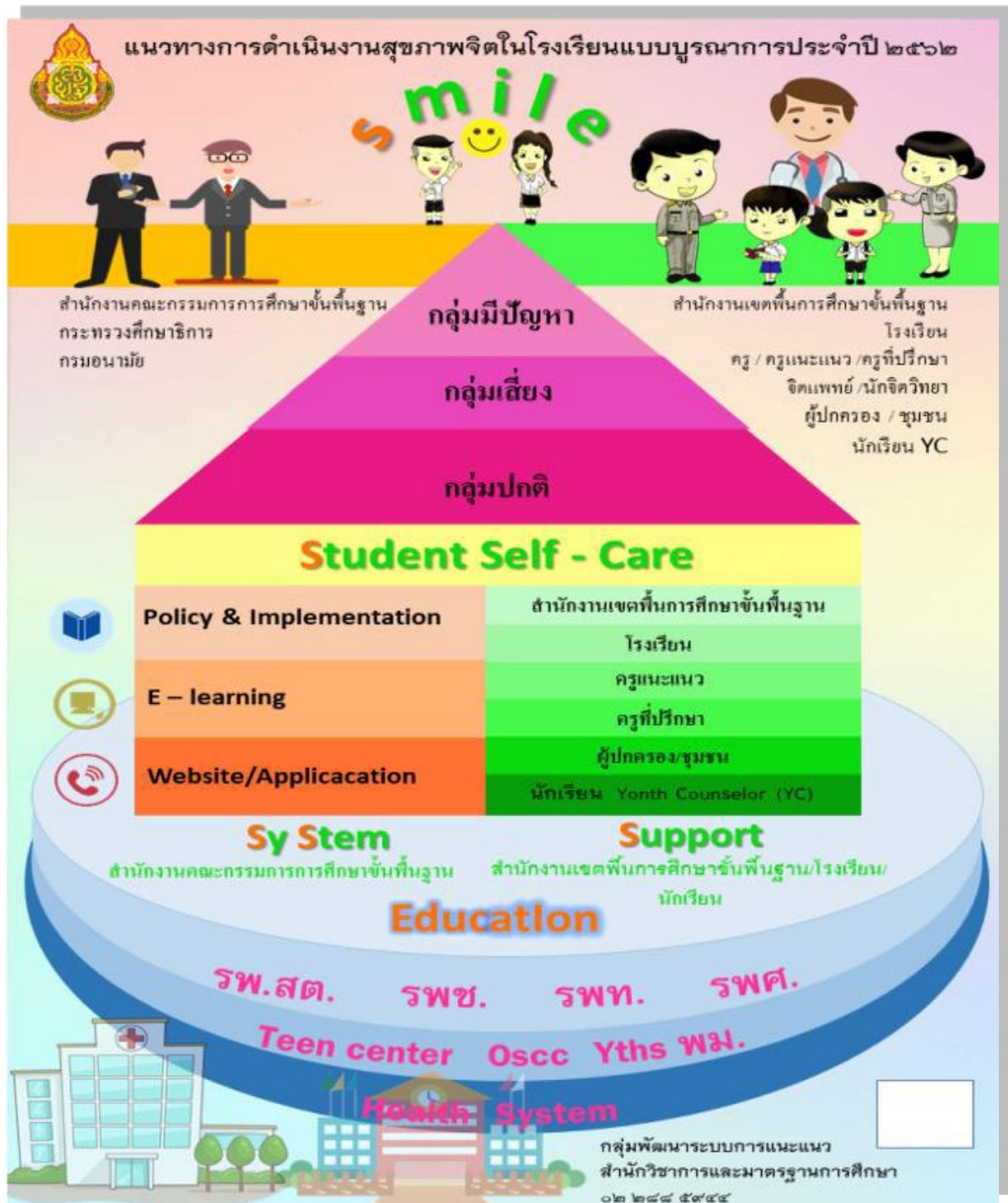
4

การสร้างเสริมความปลอดภัยให้กับนักเรียน ผ่านการแนะแนวในขอบข่ายส่วนตัวและสังคม

แนวคิดการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ

การดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ มุ่งเน้นการพัฒนาและสนับสนุนให้เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมของเครือข่ายในการดูแลสุขภาพจิตของนักเรียนในทุกมิติ ทั้งในสภาวะปกติ และสภาวะวิกฤตเพื่อให้สอดคล้องกับบริบทการพัฒนาสุขภาพจิตของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่มุ่งเน้นการประสานงานเชิงนโยบาย และเชิงระบบในเขตพื้นที่การศึกษาจนไปถึงในระดับโรงเรียนให้มีการบริการสุขภาพจิตและการประสานกับเครือข่ายหน่วยบริการด้านสุขภาพจิตทุกภาคส่วน อันจะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมาย “นักเรียน มีทักษะชีวิต มีสุขภาพจิตที่ดี และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข” กรมสุขภาพจิต ร่วมกับกลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา จึงได้ร่วมกันพัฒนาโมเดลงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนทั้งในระดับเขตพื้นที่การศึกษาและระดับโรงเรียนที่ครอบคลุมการให้บริการด้านสุขภาพจิตในมิติต่าง ๆ การใช้หลักการเพื่อนช่วยเพื่อน การเชื่อมโยงการดูแลสุขภาพจิตระหว่างโรงเรียนและผู้ปกครอง รวมถึงการประเมิน คัดกรองสุขภาพจิตของนักเรียน และโรคทางจิตเวชเบื้องต้นได้อย่างเป็นระบบโดยเรียกโมเดลงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการนี้ว่า 4S โมเดล (4S Model) ที่มาของ 4S โมเดล มาจากการบูรณางานระหว่างสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและ กรมสุขภาพจิตร่วมกันพัฒนา





ภาพ : แนวทางการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ



การดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการโมเดล 4S

การดูแลสุขภาพจิตนักเรียนในโรงเรียนโดยใช้ 4S โมเดล เป็นโมเดลที่เป็นการบูรณาการการทำงานและความร่วมมือในการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนอย่างเป็นระบบโดยการมีส่วนร่วมของบุคลากรทางการศึกษา บุคลากรสาธารณสุข ภาควิชาที่เกี่ยวข้อง ผู้ปกครอง และนักเรียน โดย 4s ประกอบด้วย

1. System (ระบบ)

จากนโยบายสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา ได้มีการดำเนินการพัฒนาด้านสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการ โดยความร่วมมือกับกรมสุขภาพจิตร่วมกันพัฒนาแนวทางการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการที่สามารถเชื่อมโยงข้อมูลระหว่างสถานศึกษากับภาคีเครือข่าย ในแต่ละพื้นที่ครอบคลุมทั่วประเทศ ส่งผลต่อการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตในโรงเรียนได้อย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น เพื่อดูแลส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการและมีสุขภาพจิตที่ดีซึ่งเป็นพื้นฐานความพร้อมสู่การเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ทั้งนี้มีระบบที่เอื้อต่อการดำเนินงานผ่านสื่อออนไลน์ E-Learning, Website, Application ต่าง ๆ

2. Support (การสนับสนุน)

การส่งเสริมและสนับสนุนงานด้านสุขภาพจิตในโรงเรียนแบบบูรณาการที่มีประสิทธิภาพเกิดจากการสนับสนุนของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา รับแนวทางและดำเนินตามนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ให้การปรึกษาแนะนำ นิเทศกำกับติดตาม ประเมินผลการดำเนินงานของโรงเรียนในสังกัดอย่างต่อเนื่อง ผู้บริหารโรงเรียนกำหนดนโยบายและแนวปฏิบัติตามบริบทของโรงเรียน แต่งตั้งคณะทำงานสุขภาพจิตในโรงเรียน รวมทั้งการส่งเสริมสนับสนุน นิเทศกำกับติดตามการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียน ครูมีความเข้าใจงานสุขภาพจิตโรงเรียนตามนโยบาย รู้จักนักเรียน เป็นรายบุคคล ส่งเสริมพัฒนาให้คำแนะนำให้การปรึกษา ให้ความช่วยเหลือ เพื่อให้ นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ ผู้ปกครอง ชุมชน มีหน้าที่อบรมดูแลและเป็นแบบอย่างที่ดี ในการดำรงชีวิตให้ความรักความเข้าใจ ให้ความอบอุ่น สนับสนุน ให้ความร่วมมือกับโรงเรียนในการแลกเปลี่ยนข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริม พัฒนา ป้องกัน และแก้ไขปัญหา นักเรียน เป็นที่ปรึกษาหรือแนะแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดีแก่นักเรียน นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (Youth Counselor) มีส่วนร่วมในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่ประสบปัญหาต่าง ๆ ใช้เทคนิคการให้การปรึกษา เพื่อช่วยให้เพื่อนเปลี่ยนแปลง พัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม และหน่วยงานภาคีเครือข่าย เช่น กรมสุขภาพจิต กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ฯลฯ มีส่วนร่วมในการวางแผนส่งเสริมสนับสนุน ป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตในโรงเรียน



3. Student Self – Care (การดูแลตนเองของนักเรียน)

นักเรียนสามารถดูแลตนเองได้อย่างมีความสุขควบคู่กับการดูแลร่างกายกับจิตใจ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ พักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายให้เหมาะสม เข้าร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพจิต มีทักษะการบริหารจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเองได้อย่างสร้างสรรค์ กล้าเผชิญกับปัญหา มีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม หลีกเลี่ยงอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับบุคคลรอบข้าง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

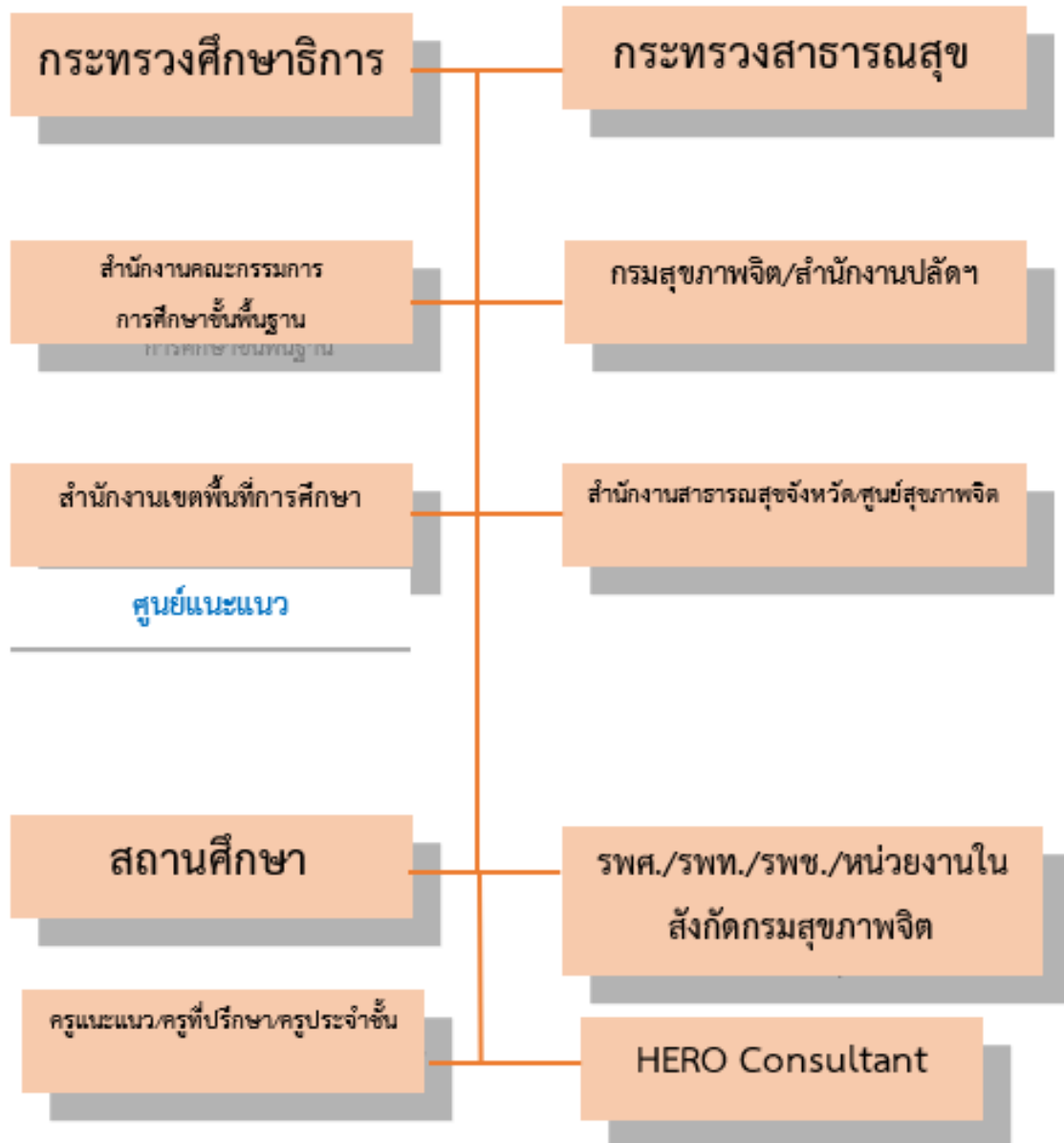
4. Smile

นักเรียน ครู บุคลากรทางการศึกษา ผู้บริหาร ผู้ปกครอง และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินการดูแลสุขภาพจิตในทุกภาคส่วน มีความยินดีมีความสุขในความสำเร็จร่วมกัน มีสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสุขนิสัยที่ดีมีความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีความสุขในการทำงาน มีทักษะในการหลีกเลี่ยงป้องกันภัยอันตรายและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ มีการควบคุมอารมณ์ได้ดี สามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพ มีเจตคติที่ดีสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมตามบริบทได้อย่างเหมาะสม เป็นสมาชิกที่ดี ของครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ทั้งนี้งานสุขภาพจิตโรงเรียนเป็นงานที่ต้องอาศัยความร่วมมือของทุกฝ่ายจึงสามารถขับเคลื่อนและมุ่งสู่เป้าหมายของงานสุขภาพจิตโรงเรียน คือ การพัฒนา ส่งเสริม ป้องกัน และดูแลช่วยเหลือสุขภาพจิตนักเรียนเพื่อให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดีพร้อมในการเรียนรู้ และเติบโต เป็นทรัพยากรบุคคลที่ร่วมประโยชน์ให้กับสังคมต่อไป ผู้ปฏิบัติงานทุกคนจึงถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของงานสุขภาพจิตโรงเรียน



กลไกการประสานงาน School Health HERO สู่การปฏิบัติ



กระบวนการและบทบาทหน้าที่ในการดำเนินงานของกระทรวงศึกษาธิการและกระทรวงสาธารณสุข มีดังนี้

ลำดับกลไก การทำงาน	กระทรวงศึกษาธิการ		กระทรวงสาธารณสุข	
	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ
1. ส่วนกลาง				
ระดับ นโยบาย	- กำหนดนโยบายเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน - สนับสนุนงบประมาณ ทรัพยากร และบุคลากร - วิจัยเพื่อการใช้และพัฒนากิจการจัดการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ - จัดทำข้อตกลงในการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน กับกระทรวงสาธารณสุข/กรมสุขภาพจิต	สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน	1. ร่วมกำหนดนโยบาย 2. สนับสนุนงบประมาณ ทรัพยากร และบุคลากร 3. มอบหมายหน่วยงานที่รับผิดชอบพื้นที่ขับเคลื่อนการดำเนินงาน	กรมสุขภาพจิต/สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข



ลำดับกลไก การทำงาน	กระทรวงศึกษาธิการ		กระทรวงสาธารณสุข	
	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ
2. ส่วนภูมิภาค				
เชิงนโยบาย	- นำนโยบาย สพฐ. สู่การปฏิบัติเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติตัว สักคม และสุขภาพจิตนักเรียน เพื่อกำหนดนโยบายและผู้รับผิดชอบที่ชัดเจน - นิเทศ กำกับ ติดตาม และ ประเมินผล - สนับสนุน ให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพจิตนักเรียน	- ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา/รองผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาที่ได้รับมอบหมายรับผิดชอบงานแนะแนวและงานสุขภาพจิต	- กำหนดนโยบายระดับเขตสุขภาพ/จังหวัด - นิเทศกำกับติดตามและ ประเมินผล - สนับสนุนการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติตัว สักคม และ สุขภาพจิตนักเรียน - สนับสนุนสื่อและเทคโนโลยี	- ศูนย์สุขภาพจิต/ศูนย์อนามัย/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด - ผู้ตรวจราชการกระทรวงสาธารณสุข - ผู้อำนวยการศูนย์สุขภาพจิตและคณะกรรมการพัฒนาระบบบริการสุขภาพจิตและ สารเสพติด ประจำเขตสุขภาพ
การปฏิบัติ	- ส่งเสริมสนับสนุนโรงเรียนในการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติตัว สักคม และสุขภาพจิตนักเรียน โดยใช้ระบบฐานข้อมูล School Health HERO - รวบรวมผลการดำเนินงาน - วิเคราะห์ผลการดำเนินงาน	- กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา - นักวิชาการศึกษาที่รับผิดชอบงานแนะแนวและสุขภาพจิต - นักจิตวิทยาโรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษา	- ขับเคลื่อนการดำเนินงานในพื้นที่ - กำกับ ติดตาม ผลการดำเนินงาน - รวบรวมวิเคราะห์ ข้อมูลร่วมกับ หน่วยงานบริการสาธารณสุข หน่วยงานศึกษา - สรุปผลและนำเสนอผลการดำเนินงานต่อผู้บริหารหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ในการวางแผนพัฒนาต่อไป - พัฒนาศักยภาพบุคลากร สาธารณสุข	- ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพจิตเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นในสังกัด กรมสุขภาพจิต



ลำดับกลไก การทำงาน	กระทรวงศึกษาธิการ		กระทรวงสาธารณสุข	
	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ
สารสนเทศ	ติดตามข้อมูลสารสนเทศของ School Health HERO ในเขตพื้นที่	- ผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็น School Health HERO - Admin สพท./นักจิตวิทยา โรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษา	เฝ้าติดตามข้อมูลสารสนเทศผ่านระบบ School Health HERO	- ผู้รับผิดชอบงานสารสนเทศในศูนย์สุขภาพจิตและเขตสุขภาพ
3. สถานศึกษา				
เชิงนโยบาย	-รับนโยบายจาก สพท. ในการสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน -กำหนดนโยบายระดับสถานศึกษา -ให้ความสำคัญ ตระหนักในคุณค่าเรื่องสุขภาพจิต -นิเทศติดตาม และสร้างขวัญกำลังใจ	- ผู้อำนวยการโรงเรียน - รองผู้อำนวยการโรงเรียน	-ประสานความร่วมมือด้านนโยบายกับสถานศึกษา -ปฏิบัติการในระดับพื้นที่บริการ	- ผู้อำนวยการรพศ./รพท./รพช./- นายแพทย์สสจ./สสอ./ โรงพยาบาลในสังกัด กรมสุขภาพจิต



ลำดับกลไก การทำงาน	กระทรวงศึกษาธิการ		กระทรวงสาธารณสุข	
	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ
การปฏิบัติ	- บูรณาการกับระบบงานต่าง ๆ ตามบริบทของโรงเรียนเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยในมิติส่วนตัว สังคม และสุขภาพจิตนักเรียน - คัดกรอง ป้องกัน แก้ไข ให้การปรึกษานักเรียนและผู้ปกครอง - ประสานความร่วมมือและขอการปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ	- ครูแนะแนว / ครูที่ทำหน้าที่แนะแนว - ครูที่ปรึกษา / ครูประจำชั้น	- บริการการตรวจวินิจฉัยและบำบัดรักษา การรับยา/ปรับพฤติกรรม/ให้คำแนะนำ/ การปรึกษา / และการส่งเสริมป้องกันด้านสุขภาพจิต - สนับสนุน/มีส่วนร่วมให้โรงเรียนคู่เครือข่ายมีการดำเนินงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน เช่น ชี้แจง/ให้ความรู้ผู้ปกครอง/ครู - การทำ Case conference การเยี่ยมบ้านนักเรียน ในรายที่มีปัญหารุนแรง ซ้ำซ้อน - ให้การปรึกษาการดูแลช่วยเหลือเด็กวัยเรียนกลุ่มเสี่ยงฯ แก่ครูด้วย School Health HERO - เยี่ยมเสริมพลังการดำเนินงานในโรงเรียนและหรือร่วมกับหน่วยงานกรมสุขภาพจิตพื้นที่	- ผู้รับผิดชอบงานสุขภาพจิต/สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นรพศ./รพท./รพช./สสจ./สสอ./หน่วยบริการในสังกัดกรมสุขภาพจิต - HERO Consultant



ลำดับกลไก การทำงาน	กระทรวงศึกษาธิการ		กระทรวงสาธารณสุข	
	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ	บทบาทหน้าที่	หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบ
			ระบบการรับ-ส่งต่อ มีการรับและส่งต่อข้อมูล โดยการ สื่อสารปัญหาและความต้องการของ เด็กวัยเรียนกลุ่มเสี่ยงๆ ที่ครอบคลุม ชัดเจนรวมทั้งส่งต่อข้อมูลที่จำเป็นกับ โรงเรียนคู่เครือข่าย และโรงพยาบาล ระดับสูงขึ้น	
สารสนเทศ	- ดูแลข้อมูลสารสนเทศของ School Health HEROใน สถานศึกษา	- ผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็น School Health HERO Admin ประจำสถานศึกษา	ให้การปรึกษาผ่านระบบ School Health HERO	Admin ประจำ รพศ./รพท./รพช./ สสจ./สสอ.



ภาคผนวก

ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนว ส่วนตัวและสังคม



ภาคผนวก ก

ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม

ก

ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3

ช่วงชั้นที่ 1

เรื่อง รอยยิ้ม

จำนวน 3 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

อารมณ์มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต การรู้จักอารมณ์และความรู้สึกของตนเองจะช่วยให้เราสามารถควบคุมอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น เราจึงควรรู้จักอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง

2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อ 3 มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกอารมณ์และความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นกับตัวเองได้

3.2 บอกสาเหตุการเกิดอารมณ์และความรู้สึกได้

3.3 บอกอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้

4. สาระการเรียนรู้การแสดงออกทางอารมณ์

5. ชิ้นงาน/ภาระงาน (ถ้ามี)

6. วิธีการจัดกิจกรรม

6.1 ครูและนักเรียนนักเรียนร้องเพลงพระอาทิตย์ยิ้ม พร้อมแสดงท่าทางประกอบ

6.2 สนทนาซักถามความรู้สึกขณะร้องเพลง

6.3 นักเรียนบอกอารมณ์และความรู้สึกที่เคยเกิดขึ้นกับตัวเองคนละ 1 อย่าง

6.4 ครูสรุปอารมณ์และความรู้สึกที่นักเรียนบอกและเพิ่มเติมในส่วนที่ขาด

6.5 ทบทวนอารมณ์และความรู้สึกที่ครูสรุปในข้อ 6.4

6.6 นักเรียนแสดงบทบาทสมมติตามลักษณะอาการดังต่อไปนี้

- ลักษณะอาการของความโกรธ พร้อมแสดงอาการ
- ลักษณะอาการของความดีใจพร้อมแสดงอาการ
- ลักษณะอาการของความเสียใจ พร้อมแสดงอาการ

- ลักษณะอาการของความสุข พร้อมแสดงอาการ

6.7 ครูสรุปว่าเราจะรู้อารมณ์และความรู้สึกของคนจากอาการที่เขาแสดงออก

6.8 ครูกำหนดสถานการณ์ต่าง ๆ ให้นักเรียนบอกว่าบุคคลในสถานการณ์นั้นเกิดอารมณ์ใด

6.9 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่าอารมณ์เกิดจากเหตุการณ์มากระทบจิตใจทำให้เกิดความรู้สึกและอารมณ์อาจแสดงออกทางสีหน้าและท่าทางได้

6.10 นักเรียนร้องเพลงยืมและแสดงท่าทางประกอบ

6.11 ครูสรุปว่าในสถานการณ์เดียวกัน แต่ละคนอาจจะเกิดอารมณ์และความรู้สึกที่เหมือนและแตกต่างกัน

7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 เพลงพระอาทิตย์ยิ้ม

7.2 สถานการณ์การแสดงออก

8. การประเมินผล

8.1 วิธีประเมินโดยสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน

8.2 เครื่องมือประเมินใช้แบบสังเกตพฤติกรรมร่วมกิจกรรม

8.3 เกณฑ์การประเมินโดยการสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	ผลการประเมินการพฤติกรรมเกี่ยวกับประเด็นความสนใจ ความถูกต้อง การปฏิบัติกิจกรรม ความรับผิดชอบ ความตรงต่อเวลา และความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานปรากฏครบทุกประเด็น
ไม่ผ่าน	ผลการประเมินการพฤติกรรมปรากฏไม่ครบทุกประเด็น

สามารถดาวน์โหลดตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3 ตามแผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (พ.ศ.2561-2565) ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) ได้ตาม QR-Code ข้างล่างนี้



ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

ช่วงชั้นที่ 2

เรื่อง ผ่อนคลาย

จำนวน 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

สภาพครอบครัวและสภาพแวดล้อมในปัจจุบันส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียน หากนักเรียนมีความเครียด และความวิตกกังวล จะส่งผลต่อการเรียนและสุขภาพของนักเรียนได้ ดังนั้น การจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวลจึงเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้ นักเรียนสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเองพร้อมสาเหตุ

3.2 แลกเปลี่ยนเรียนรู้วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผลมาแล้วกับกลุ่มเพื่อนได้

3.3 สรุปวิธีการคลายเครียดที่จะเลือกไว้ใช้กับตนเอง

4. สาระการเรียนรู้

อารมณ์และความเครียด

5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง ประเด็นการอภิปราย

5.2 ใบงานเรื่อง Mind Map วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

6. วิธีการจัดกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูให้นักเรียนนั่งในอิริยาบถที่สบายและหลับตา แล้วทำจิตใจให้สบาย ให้ลืมเรื่องวิตกกังวลต่างๆ ผ่อนคลาย แล้วเปิดเพลง/ดนตรี ให้นักเรียนฟังประมาณ 5 นาที จากนั้นให้นักเรียนลืมตาและผ่อนคลายให้สบายๆ

6.2 ครูให้นักเรียนอธิบายความรู้สึกก่อน ขณะและหลังฟังเพลง/ดนตรี พร้อมทั้งบอกข้อดีของความรู้สึกดังกล่าว

6.3 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม และร่วมกันอภิปรายถึงอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง พฤติกรรมที่แสดงออก ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่แสดงออกพร้อมสาเหตุของอารมณ์และความเครียด

ตามใบงานเรื่อง ประเด็นการอภิปราย

1.4 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการอภิปราย



ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูกระตุ้นนำถึงการแบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปรายถึงอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง ในกิจกรรมแนะแนวครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลการอภิปรายที่ได้

6.6 ครูให้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับอารมณ์และความเครียด ผลเสียที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียน

6.7 ครูให้นักเรียนแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มถึงวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ ได้ผลแล้วนำเสนอวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผล ในรูปแบบ Mind Map ตามใบงานเรื่อง Mind Mapวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

6.8 นักเรียนในแต่ละกลุ่มนำเสนอวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผล

6.9 ครูให้นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผล ที่นักเรียนแต่ละคนจะเลือกใช้กับตนเองพร้อมบอกเหตุผล

6.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้วิธีการผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 เสียงดนตรีผ่อนคลายจาก youtube เช่น

- ดนตรีผ่อนคลาย เสียงลำธาร นก <https://www.youtube.com/watch?v=VdlkXxmKCGs>
- ดนตรีคลายเครียด คลายสมอง <https://www.youtube.com/watch?v=yoUvWQSj9VY>
- เพลงผ่อนคลายฟังสบายๆ สร้างสมาธิ <https://www.youtube.com/watch?v=m1kZLkAo8Ak>

7.2 ใบงานเรื่อง ประเด็นการอภิปราย

7.3 ใบงานเรื่อง Mind Map วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

8. การวัดและประเมินผล

8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน
ไม่ผ่าน	ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ



8.3.2 การประเมินผลใบงาน

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	การประเมินใบงานมีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา
ไม่ผ่าน	ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา

สามารถดาวน์โหลดตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

ตามแผนแผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (พ.ศ.2561-2565) ตามแผน

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) ได้ตาม QR-Code ข้างล่างนี้



ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

ช่วงชั้นที่ 3

เรื่อง สุขภาพจิต

จำนวน 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การรู้จักปฏิบัติตนให้เป็นผู้มีสุขภาพจิตดีด้วยวิธีการต่างๆ สามารถทำให้ดำรงชีวิต อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกลักษณะผู้มีสุขภาพจิตดี

3.2 บอกประโยชน์ของการเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี

4. สาระการเรียนรู้

การรู้จักปรับตัว และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

5. ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงาน “สุขภาพจิต”

6. วิธีการจัดกิจกรรม

6.1 นักเรียนดูภาพการ์ตูนที่แสดงสีหน้าต่าง ๆ กันทีละภาพจนครบ 4 ภาพ

6.2 นักเรียนตอบคำถามว่า "ทั้ง 4 ภาพนี้ นักเรียนคิดว่าภาพไหนที่ทำให้เรารู้สึกเกิดความสบายใจและอยากเข้าใกล้ และน่าจะทำให้มีเพื่อนมากที่สุด"

6.3 ให้นักเรียนบอกเหตุที่ส่วนใหญ่เลือกภาพการ์ตูนภาพที่ 3 (เปิดยิ้มกว้าง)

6.4 ให้นักเรียนยกตัวอย่างเพื่อนในห้องที่มีลักษณะคล้ายภาพการ์ตูนที่นักเรียนเลือก (อารมณ์ดี, มีเพื่อนมาก)

6.5 แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม โดยมอบหมายให้นักเรียนไปสัมภาษณ์เพื่อนๆ ในโรงเรียนที่สังเกตว่ามีเพื่อนมากอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ ไม่น้อยกว่ากลุ่มละ 10 คน ตามแนวทางการคำถามในใบงานที่มอบหมาย โดยจะนำมาเสนอเป็นกลุ่มในชั่วโมงต่อไป

6.6 นักเรียนทบทวนถึงลักษณะผู้มีสุขภาพจิตดีตามแนว 5 ย ที่ได้เรียนรู้ไปในชั่วโมงที่แล้ว

6.7 ชักถามนักเรียนถึงบรรยากาศทั่วๆ ไปในการไปสัมภาษณ์เพื่อน ๆ ในโรงเรียน

6.8 ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอผลสรุปของการสัมภาษณ์ว่าเป็นอย่างไร

6.9 ร่วมกันพิจารณาผลสรุปของการสัมภาษณ์ว่าเพื่อน ๆ นักเรียนส่วนใหญ่ที่ได้ไปสัมภาษณ์มานั้น ต่างมีลักษณะผู้มีสุขภาพจิตดีตามแนว 5 ย หรือไม่



6.10 นักเรียนสรุปผลการทำงานครั้งนี้ โดยครูให้แนวทางนักเรียนได้มองเห็นประโยชน์ของการเป็นผู้มีสุขภาพจิตดีว่า ทำให้เป็นที่รักของผู้อื่นมีประโยชน์ในการสื่อสารต่อกัน ก่อให้เกิดประโยชน์ในการเรียน การทำกิจกรรมต่าง ๆ และการใช้ชีวิตที่เป็นสุขในโรงเรียน

7. สื่อ / อุปกรณ์

7.1 ภาพการ์ตูนลายเส้น 4 ภาพ

7.2 ใบความรู้ “สุขภาพจิต”

7.3 ใบงาน “สุขภาพจิต”

8. การประเมินผล

8.1 วิธีการประเมิน

8.1.1 ประเมินการทำใบงาน

8.1.2 สังเกตการร่วมกิจกรรม

8.1.3 การนำเสนอผลงาน

8.2 เกณฑ์การประเมิน

8.2.1 ประเมินจากการสังเกตการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	มีความตั้งใจร่วมกิจกรรม ให้ความร่วมมือกับกลุ่มในการวิเคราะห์ แสดงความคิดเห็น การนำเสนอหน้าชั้นเรียนและส่งงานตามกำหนด
ไม่ผ่าน	ไม่ให้ความร่วมมือกับกลุ่ม หรือ ขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

8.2.2 ประเมินจากใบงาน

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	มีทำใบงานและแบบบันทึกส่ง ให้ความร่วมมือในการอภิปราย
ไม่ผ่าน	ไม่ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

สามารถดาวน์โหลดตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ตามแผนแผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว
ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (พ.ศ.2561-2565) ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580)
ได้ตาม QR-Code ข้างล่างนี้



ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวส่วนตัวและสังคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6

ช่วงชั้นที่ 4

เรื่อง อารมณ์ของฉัน

จำนวน 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

คนส่วนใหญ่ดำเนินชีวิตภายใต้อิทธิพลของอารมณ์และความรู้สึก เพราะอารมณ์เป็นพลังผลักดันให้เกิดพฤติกรรม คนที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์จะมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม อันจะทำให้ตนเองและผู้อื่นเป็นสุข เนื่องจากมีความเข้าใจอารมณ์และความต้องการในชีวิตตนเอง เข้าใจอารมณ์ ความรู้ของผู้อื่น และสามารถแสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความขัดแย้งในใจหรือปัญหาที่เกิดขึ้นจากการขัดแย้งกับผู้อื่น

การฝึกสติเป็นวิธีการที่ช่วยให้มีจิตใจที่สงบแน่วแน่ อยู่กับตัวเอง รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองมีสติคิดไตร่ตรอง ช่วยให้เกิดอารมณ์ที่สบาย เมื่อมีจิตใจสบายจะช่วยให้บุคคลใจเย็น รู้จักควบคุมอารมณ์ มีความอดทนและมีความเพียรพยายามในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค อีกทั้งมีจริยธรรม แสดงออกทางพฤติกรรม ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม ดังนั้นนักเรียนควรได้รับการพัฒนาในด้านวุฒิภาวะทางอารมณ์

2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 3 มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 สังเกตและรับรู้อารมณ์ทางบวกและทางลบของตนเอง
- 3.2 วิเคราะห์สาเหตุของอารมณ์ทางบวกและทางลบของตนเอง
- 3.3 ระบุผลกระทบของอารมณ์ทางลบและความเครียดที่มีผลต่อตนเองและผู้อื่น
- 3.4 ปฏิบัติตนในการจัดการอารมณ์ทางลบและความเครียดได้อย่างเหมาะสม
- 3.5 แสดงออกทางอารมณ์ทางบวกและลบได้อย่างเหมาะสม

4. สาระการเรียนรู้.

- 4.1 การสังเกต วิเคราะห์สาเหตุ และการแสดงออกด้าน ความรู้สึกและอารมณ์
- 4.2 แนวทางควบคุมอารมณ์ เพื่อแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม
- 4.3 การฝึกสติเพื่อไว้ต่อการรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง

5. ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงาน เรื่อง สิ่งที่ฉันเรียนรู้

6. วิธีการจัดกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูขออาสาสมัครนักเรียนออกมาสาธิตกิจกรรม จำนวน 3 คนคนที่ 1 เป่าลูกโป่ง ให้ได้ขนาดปานกลางคนที่ 2 เป่าลูกโป่งให้ได้ขนาดใหญ่คนที่ 3 เป่าลูกโป่ง ให้ใหญ่ที่สุดจนกระทั่งลูกโป่งแตก



6.2 ครูเอื้ออำนวยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น โดยใช้คำถาม เช่นนักเรียนคิดว่าลมที่เป่าเข้าไปในลูกโป่งเปรียบเหมือนอะไรได้บ้างและหลังจากนักเรียนตอบอย่างหลากหลายครูตั้งประเด็นเปรียบเทียบลมในลูกโป่งกับอารมณ์และความรู้สึกต่างๆ ที่สะสมในใจ

6.3 ให้นักเรียนคนที่ 1 และ 2 ปล่อยลูกโป่งให้พุ่งไปข้างหน้า (ลูกโป่งที่มีขนาดปานกลางจะพุ่งไปข้างหน้าได้ในขณะที่ลูกโป่งที่อัดแน่นด้วยลม จะพุ่งออกไปอย่างไร้ทิศทาง)

6.4 ครูเอื้ออำนวยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อกิจกรรม โดยใช้คำถาม เช่นเมื่อความรู้สึกที่สะสมมากๆ จนเป็นอารมณ์ต่างๆ จะมีผลอย่างไร และอารมณ์ทางบวกและลบมีผลเหมือนกันหรือไม่อย่างไร

6.5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป โดยครูเชื่อมโยงประเด็น ให้มีความชัดเจนว่าการที่คนมีการสะสมความรู้สึกและอารมณ์ต่างๆ ทั้งบวกและลบเอาไว้มากๆ จะทำให้ยากลำบากในการควบคุมการแสดงออกของตนเองให้เหมาะสม เปรียบเหมือนลูกโป่งที่สะสมลมไว้มาก ก็พุ่งไปอย่างไร้ทิศทางหรือหากไม่รู้ตัวก็ยิ่งเป็นผลเสียมาก เหมือนกับลูกโป่งที่แตก (ถามความรู้สึกของนักเรียนในชั้นว่ารู้สึกอย่างไรเมื่อลูกโป่งแตก) ดังนั้นนักเรียนจึงควรฝึกฝนสังเกต รับรู้และตระหนักถึงอารมณ์ต่างๆ ของตนเอง

6.6 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ แสดงความคิดเห็น และวิเคราะห์เรื่องความรู้สึกอารมณ์ในใบงาน โดยอ่านใบความรู้ประกอบ และนำเสนอผลงานกลุ่ม (สำหรับอารมณ์ทางบวก ครูควรช่วยให้นักเรียนพิจารณาการแสดงออกที่เหมาะสม / ไม่เหมาะสม หรือสถานะที่บางคนแสดงอารมณ์แบบขาดสติ)

6.7 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปบทเรียน และแนวทางนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

ชั่วโมงที่ 2

6.8 ครูเอื้ออำนวยให้นักเรียนทบทวนบทเรียนจากคาบที่แล้ว และเชื่อมโยงนำเข้าสู่กิจกรรมการฝึกสติ เพื่อให้ไวต่อการรับรู้ความรู้สึกต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน

6.9 เล่นเกมปลาตก-ปลาช่อน

6.10 ให้นักเรียนบอกวิธีการเล่นที่ชนะ แล้วเชื่อมโยงให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการมีสติในการเล่น คือการตื่นรู้ในสถานการณ์ขณะนั้น รับรู้สถานการณ์ที่มากระตุ้น และโต้ตอบได้อย่างถูกต้อง

6.11 ครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนทบทวนสถานะของร่างกาย จิตใจในขณะที่เล่นเกม (สถานะมีสติ) ว่าเป็นอย่างไร และชี้ให้เห็นว่าสถานะเหล่านั้นจะเกิดเป็นอัตโนมัติ ยิ่งหากฝึกฝนมากเท่าไรก็จะมึสติได้เร็วขึ้น เป็นผลดีต่อตนเองในการตอบสนองสิ่งเร้าต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการรับรู้ความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง เพื่อให้สามารถควบคุมตนเองให้มีการแสดงออกที่เหมาะสม ทั้งนี้การมีสติเป็นเรื่องของทักษะที่ต้องหมั่นฝึกฝน

6.12 ให้นักเรียนฝึกสติ (ด้วยวิธีต่างๆ ตามสื่อครูนำการฝึกเองตามวิธีการของครู)



6.13 ครูเอื้ออำนวยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การฝึกสติ ความรู้สึกรู้
การเรียนรู้ที่ได้จากการฝึกสติวิธีการที่เหมาะสมสำหรับตนเอง และสรุปลงในใบสรุปผลการเรียนรู้
ของแต่ละคน

6.14 ครูแสดงความชื่นชม และให้กำลังใจ พร้อมทั้งชักชวนให้นักเรียนนำไปฝึกด้วยตนเอง

7. สื่อ / อุปกรณ์

7.1 ลูกโป่ง จำนวน 3 -6 ชิ้น

7.2 ใบงาน เรื่อง ความรู้สึกและอารมณ์ของฉัน

7.3 ใบความรู้ เรื่อง อารมณ์และการควบคุมอารมณ์

7.4 ใบความรู้สำหรับครู เรื่อง ปลาช่อนปลาดุก

7.5 ใบงาน เรื่อง สิ่งที่ฉันเรียนรู้

7.6 ใบความรู้สำหรับครู เรื่อง การฝึกสมาธิ

7.7 ใบงาน เรื่อง แบบวัดความเครียดของกรมสุขภาพจิต

7.8 ใบงาน เรื่อง การวิเคราะห์ผลจากการสำรวจความเครียด

7.9 ภาพยนตร์สั้น เรื่อง ทักษะการกำจัดความเครียด

7.10 วิดีทัศน์

7.10.1 ฉันมีความสุขเล็ก ๆ ในใจฉัน

<https://www.youtube.com/watch?v=SGviROEgTDI>

7.10.2 หนังสือสั้นทักษะกำจัดความเครียด

<https://www.youtube.com/watch?v=qOBYM1JxsGU>

7.10.3 การจัดการความเครียดในวัยรุ่น

<https://www.youtube.com/watch?v=FbcCvSuAnLw>

7.10.4 ความเครียด <https://www.youtube.com/watch?v=Vkt4xdjtde&t=19s>

7.10.5 ฝึกหายใจคลายเครียด

<https://www.youtube.com/watch?v=j2nB3nGfFMk&t=45s>

7.10.6 เพลงความสุขเล็ก ๆ

8. การประเมินผล

8.1 วิธีการประเมิน

8.1.1 สังเกตความสนใจในการฟัง การตอบคำถาม และการร่วมอภิปรายแสดงความ
คิดเห็น

8.1.2 ตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วน และความเรียบร้อยของใบงาน



8.2 เกณฑ์การประเมิน

8.2.1 ประเมินจากการสังเกตการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	มีความสนใจในการฟัง การตอบคำถาม การร่วมอภิปรายแสดงความคิดเห็น
ไม่ผ่าน	ขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

8.2.2 ประเมินจากใบงาน

เกณฑ์	ตัวบ่งชี้
ผ่าน	ทำใบงานถูกต้อง ครบถ้วน และส่งงานตามกำหนด
ไม่ผ่าน	ไม่ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

สามารถดาวน์โหลดตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ตามแผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (พ.ศ.2561-2565) ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) ได้ตาม QR-Code ข้างล่างนี้



ข

ภาคผนวก ข

FAQ :ข้อคำถามที่พบบ่อย

คำถามที่พบบ่อยจากผู้ใช้งาน School Health HERO

ก่อนการใช้งาน

Q :การใช้งาน School Health HERO ต้องเสียค่าใช้จ่ายหรือไม่

A : ไม่มีค่าบริการใดๆ ทั้งสิ้น

Q :ใครสามารถเข้าใช้งานได้บ้าง

A : 1. ครูที่ปรึกษา/ครูประจำชั้น/ครูอัตราจ้าง 2. ครูแนะแนว. 3. ผู้บริหารโรงเรียน 4. บุคลากรสาธารณสุข หมายเหตุ 3. ผู้บริหารโรงเรียนจะได้รับการให้สิทธิ์เข้าใช้ จาก admin ประจำสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา (สพท.) เพื่อยืนยันตัวตนก่อนใช้งานจริงv

Q :ครูที่ปรึกษามีบทบาทหน้าที่อะไรใน School Health HERO

A : ครูระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 6 เผื่อระวังปัญหาพฤติกรรม อารมณ์ และทักษะสังคมของเด็ก และวัยรุ่น ผ่านคำถาม 9 ข้อ (9 symptoms หรือ 9S) ได้แก่ เพื่อค้นหานักเรียนกลุ่มเสี่ยงได้เร็วขึ้น/โดยไม่เพิ่มภาระเนื่องจากระบบรายงานผลการประเมินนักเรียนให้ทันที นอกจากนี้เมื่อครูดูแลนักเรียนแล้ว ไม่ดีขึ้นครูสามารถขอคำปรึกษาจากที่ปรึกษาด้านสุขภาพจิต หรือ HERO Consultant ในทุกอำเภอผ่านแอปพลิเคชัน

Q :นักจิตวิทยาโรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษามีบทบาทหน้าที่อะไรใน School Health HERO

A : ประเมินนักเรียนที่ได้รับการส่งต่อจากโรงเรียน หากประเมินแล้วพบว่า ดูแลช่วยเหลือ แก้ไขนักเรียนได้ ก็ดำเนินการประสานข้อมูลกับโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง หากประเมินแล้วพบว่า มีความจำเป็นต้องได้รับการดูแลช่วยเหลือแก้ไขหรือ รักษา จากทีมที่พิจารณาปรึกษา/ส่งต่อHERO Consultant เพื่อนำเข้าระบบโรงพยาบาลต่อไป

Q :บุคลากรสาธารณสุขมีบทบาทหน้าที่อะไรใน School Health HERO

A : - ขับเคลื่อนการดำเนินงานในพื้นที่

- กำกับ ติดตาม ผลการดำเนินงาน

- รวบรวมวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกับหน่วยบริการสาธารณสุขและหน่วยงานศึกษา

- ติดตามข้อมูลสารสนเทศ ผ่านระบบ School Health HERO

- สรุปผลและนำเสนอผลการดำเนินงานต่อผู้บริหารหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ในการวางแผนพัฒนาต่อไป



Q:ผู้บริหารสามารถเข้าถึงข้อมูลใดใน School Health HERO ได้บ้าง ?

A :ผู้บริหารโรงเรียนสามารถเข้าถึงข้อมูลนักเรียนในภาพรวมของโรงเรียนของท่านได้

Q:ผู้บริหารต้องสมัครเข้าใช้งาน School Health HERO หรือไม่ ?

A :ผู้บริหารโรงเรียนต้องสมัครบริการ และยืนยันสิทธิ์เข้าใช้ จาก admin ประจำสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา (สพท.) เพื่อเข้าดูข้อมูลที่กำหนดไว้เฉพาะโรงเรียนของท่าน

Q:ข้อมูลการรายงานของเด็กนักเรียนใน School Health HERO สามารถนำไปใช้ประโยชน์อะไรได้บ้าง ?

A :ข้อมูลสถิติ ผลประเมินคัดกรองนำไปใช้ได้ทันที ในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนรายบุคคล และสะท้อนสถานการณ์ปัญหาของนักเรียนในระดับห้องเรียน ชั้นเรียน หรือโรงเรียน

Q : School Health HERO สามารถใช้งานได้ช่องทางใดบ้าง ?

A :1. โทรศัพท์มือถือ 2.แท็บเล็ต 3.โน้ตบุ๊ก 4.คอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะ

Q :การใช้งาน School Health HERO สามารถใช้งานแบบออฟไลน์ได้หรือไม่ ?

A : ไม่สามารถใช้งานแบบออฟไลน์ ต้องเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตเท่านั้น

Q :การสมัคร School Health HERO ต้องใช้อีเมลอะไร ?

A : ต้องเป็นอีเมลที่ใช้งานได้จริงเท่านั้น เนื่องจากระบบจะส่งลิงก์เพื่อให้ผู้ใช้ติดตามสถานะ ความช่วยเหลือ ไปยังอีเมลนี้ ผู้พัฒนาระบบอาจติดต่อกลับผ่านอีเมลนี้เช่นกัน

Q : หากไม่พบชื่อโรงเรียน/สถานพยาบาล เพื่อสมัครใช้งาน ต้องทำอย่างไร ?

A : ติดต่อสอบถามการใช้งานHERO Helpdesk: <http://help.hero-app.in.th>
Admin HERO โทร 091-4602099 หรือผ่าน HERO application ให้เมนูตัวเลือก “ช่วยเหลือ”

Q : หลังจากดำเนินการสมัครเรียบร้อยแล้ว ไม่ได้รับอีเมลยืนยันการสมัคร ต้องทำอย่างไร ?

A : หลังจากสมัคร หากภายในหนึ่งสัปดาห์ยังไม่ได้รับอีเมลยืนยัน ให้ติดต่อแจ้งปัญหากับผู้ประสานงานกับเขตพื้นที่การศึกษา

Q : ปัญหาเข้าสู่ระบบไม่สำเร็จเนื่องจากกรอก e-mail ผิดพลาด

A : สามารถสมัครใหม่โดยอีเมลที่ถูกต้องได้เลย



Q : ปัญหาเข้าสู่ระบบไม่สำเร็จเนื่องจากลิมิรห์ผ่าน

A : กดลิมิรห์ผ่าน และกรอกอีเมลที่ใช้สมัครเพื่อเปลี่ยนรหัสผ่าน

สมัครบริการ
เข้าสู่ระบบ

ลืมรหัสผ่าน?

กรุณาใส่อีเมลเพื่อเปลี่ยนรหัสผ่าน

* อีเมล:

ยกเลิก
ตกลง

ระหว่าง
การใช้งาน

Q : หากระบบไม่ดึงข้อมูลนักเรียนเข้ามาในห้อง จะต้องดำเนินการอย่างไร ?

A : ติดต่อสอบถามการใช้งานHERO Helpdesk: <http://help.hero-app.in.th>

Admin HERO โทร 091-4602099 หรือผ่านHERO application ให้เมนูตัวเลือก “ช่วยเหลือ”

Q : หากระบบดึงข้อมูลนักเรียนเข้ามาผิดห้อง จะต้องดำเนินการอย่างไร ?

A : ติดต่อสอบถามการใช้งานHERO Helpdesk: <http://help.hero-app.in.th>

Admin HERO โทร 091-4602099 หรือผ่าน HERO application ให้เมนูตัวเลือก “ช่วยเหลือ”

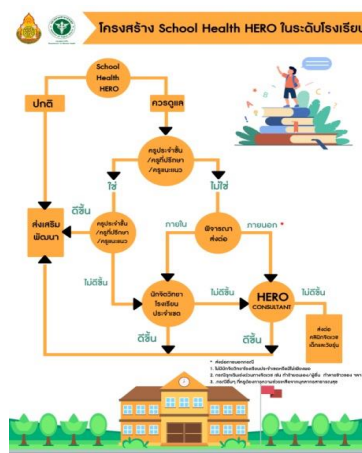
Q : ครูสามารถดำเนินการเพิ่มนักเรียนในชั้นเรียนด้วยตนเอง ได้หรือไม่?

A : สามารถเพิ่มได้ โดยการเพิ่มนักเรียนดำเนินการได้ 2 วิธี คือ

1. ค้นหานักเรียนจากเลข 13 หลัก ในกรณีที่มึนักเรียนอยู่ในฐานข้อมูล DMC ของสพฐ.
2. เพิ่มเลข 13 หลักนักเรียนโดยครูเอง

Q : ครูสามารถเลือกใช้แบบเฝ้าระวัง/ประเมิน/คัดกรอง เฉพาะเครื่องมือใดเครื่องมือหนึ่งได้หรือไม่

A : ในการดำเนินการเฝ้าระวัง จำเป็นต้องดำเนินการตามขั้นตอนอย่างเป็นระบบโดยมีขั้นตอนการเฝ้าระวังดังภาพที่แสดง



Q : หากครูต้องการองค์ความรู้หรือทักษะการดูแลช่วยเหลือนักเรียนสามารถเรียนรู้ได้จากช่องทางไหนได้บ้าง ?

A : เลือกเมนูตัวเลือก “เรียนรู้” ใน HERO application

Q : เมื่อครูเข้าศึกษาเรียนรู้บทเรียนรู้ออนไลน์ใน School Health HERO ครูจะได้รับใบประกาศนียบัตรหรือไม่?

A : สำหรับการเรียนรู้ครูสามารถเข้าเรียนรู้ ในส่วน “เรียนรู้” ของ School Health HERO โดยมีหลักสูตรที่ได้ประกาศนียบัตร ดังนี้

1. หลักสูตรการปรับพฤติกรรม
2. การฟังเชิงลึก

3. การให้การปรึกษาวัยรุ่น www.thaiteentraining.com (โดยครูแจ้งความต้องการไปที่ศูนย์สุขภาพจิต หรือสมัครและจ่ายค่าลงทะเบียน ซึ่งสามารถนำไปเบิกจากต้นสังกัดได้ เมื่อได้รับการอนุมัติ)

Q : กรอกข้อมูลการเฝ้าระวัง/ประเมิน/คัดกรอง ผิด สามารถแก้ไขข้อมูลด้วยตนเองได้หรือไม่

A : ไม่สามารถแก้ไขได้ จะต้องแจ้งติดต่อสอบถามการใช้งาน HERO Helpdesk: <http://help.hero-app.in.th> Admin HERO 091-4602099 หรือผ่าน HERO application ให้เมนูตัวเลือก “ช่วยเหลือ”

Q : ถ้าเด็กย้ายเข้ามากลางเทอม ครูที่ปรึกษาจะต้องดำเนินการอย่างไร ?

A : เพิ่มข้อมูลนักเรียนเข้าไปในระบบ โดยทำได้ 2 วิธี คือ

1. ค้นหานักเรียนจากเลข 13 หลัก ในกรณีที่นักเรียนอยู่ในฐานข้อมูล DMC ของสพฐ.
2. เพิ่มเลข 13 หลักนักเรียนโดยครูเอง

Q : ครูที่ปรึกษาลาออกระหว่างเทอม ครูที่ปรึกษาคนเก่า/คนใหม่ จะต้องดำเนินการอย่างไร ?

A : แจ้ง admin ประจำโรงเรียนทราบ เพื่อลบผู้ใช้งานคนเก่า และให้สิทธิ์ผู้ใช้งานคนใหม่

Q : หากเด็กกลุ่มเสี่ยงเปลี่ยนที่ปรึกษาเนื่องจากการเปลี่ยนชั้นเรียน ครูที่ปรึกษาคนเดิมที่ประเมิน (Pre-SDQ) และให้การดูแลช่วยเหลือ เด็กนักเรียนไปแล้ว สามารถเข้าถึงข้อมูลรายงานการประเมินหลังการดูแลช่วยเหลือ (Post-SDQ) จากครูที่ปรึกษาคนใหม่ ได้หรือไม่

A : กรณี ครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา คนเดิม สามารถดูข้อมูลของเด็กได้ ก็ต่อเมื่อประเมิน Post SDQ ภายในการศึกษานั้น เท่านั้น เมื่อนักเรียนเลื่อนระดับชั้นแล้วครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา คนเดิม ไม่สามารถดูข้อมูลของเด็กได้ ต้องประสานเป็นการส่วนตัวกับครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา คนปัจจุบัน

Q : หากเด็กนักเรียนย้ายโรงเรียน แต่ยังอยู่ในสังกัด สพฐ. ข้อมูลของเด็กในฐาน School Health HERO จะถูกส่งไปยังโรงเรียนใหม่หรือไม่ ?

A : ข้อมูลจากฐานข้อมูล DMC จะอัปเดตปีละ 1 ครั้ง



Q: ใครบ้างที่สามารถเข้าถึงหน้า Chat การขอคำปรึกษาผ่าน School Health HERO

A : ครูที่ปรึกษาและบุคลากรสาธารณสุข (HERO Consultant)

Q: บุคลากรสาธารณสุข (HERO Consultant) จะรู้ได้อย่างไรว่ามีครูขอคำปรึกษาผ่าน School Health HERO

A : ศึกษาการใช้งานของ consultant ได้จาก <https://sites.google.com/view/heroandconsultant/home>

Q: บุคลากรสาธารณสุข (HERO Consultant) สามารถดูข้อมูลเด็กนักเรียนกลุ่มเสี่ยงใน School Health HERO ได้หรือไม่

A : ได้ โดยศึกษาการใช้งานของ consultant ได้จาก <https://sites.google.com/view/heroandconsultant/home>

Q: ก่อนการใช้แบบเฝ้าระวังเด็กนักเรียนใน School Health HERO ต้องขออนุญาตเด็ก ผู้ปกครองหรือผู้ที่เกี่ยวข้องหรือไม่ ?

A : สำหรับการเฝ้าระวังและขอคำปรึกษาจาก HERO Consultant ไม่จำเป็นต้องขออนุญาต เด็กหรือผู้ปกครอง ก่อน แต่หากจำเป็นต้องส่งต่อเข้ารับบริการที่โรงพยาบาล ครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษาจำเป็นต้องแจ้งผู้ปกครองเพื่อความยินยอมในการเข้ารับการรักษาก่อน

Q: มีการรักษาความลับของข้อมูลนักเรียนหรือไม่ ?

A : ในระบบ School Health HERO เลขประจำตัว 13 หลักของนักเรียนจะถูกแปลงเข้ารหัสเพื่อความปลอดภัยของข้อมูลนักเรียน มีเพียงครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา เท่านั้นที่สามารถเข้าใช้งานดูข้อมูลนักเรียนในห้องเรียนของตนเองได้



เอกสารอ้างอิง



เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. (2563). แผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวระดับ

การศึกษาขั้นพื้นฐาน (พ.ศ. 2561-2565) ตามแผนยุทธศาสตร์ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580). กรุงเทพฯ :

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.

นุสรนา นามเดช พเยาว์พงษ์ศักดิ์ชาติ และอรทัย สงวนพรรค. (2561). ความรอบรู้ทางสุขภาพจิตของนักเรียน

มัธยมศึกษาตอนปลาย จังหวัดสระบุรี. วารสารการพยาบาลและการศึกษา.11(3) : 125-138.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (2553). **ครูแนะแนวภาคปฏิบัติ :ประสบการณ์**

จริงที่มากกว่าทฤษฎี. นนทบุรี : แผนงานสร้างเสริมสุขภาพจิตเพื่อสุขภาวะสังคมไทย.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิต ปีงบประมาณ 2563.กรุงเทพฯ:

บริษัทละม่อม จำกัด,2564.

กรมสุขภาพจิต.กรมสุขภาพจิต เผยวัยรุ่นไทยปรึกษา “ปัญหาเครียด” มากสุด แนะเทคนิคจัดการความเครียด

[ออนไลน์]. 2020 ,แหล่งที่มา: <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30188> [11

กุมภาพันธ์ 2563]

Hfocusเจาะลึกระบบสุขภาพ.เด็กไทยยุค 4.0 ‘เครียด เร็วแน่น’ เวลาเล่นน้อยทำความสุขหดหาย

[ออนไลน์]. 2020,แหล่งที่มา: <https://www.hfocus.org/content/2020/02/18598>[29 กุมภาพันธ์

2563]

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ และ

สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ.รายงานสุขภาพคนไทย 2563. นครปฐม: บริษัทอมรินทร์พริ้น

ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน),2563.

วิมลวรรณ ปัญญาอ่อนและคณะ.ความชุกของภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายในวัยรุ่นไทย. วารสาร

สุขภาพจิตแห่งประเทศไทย 2563;28(2):136-149



สพฐ. วิถีใหม่ วิถีคุณภาพ

ดูแลนักเรียนอย่างรอบด้าน

" ด้วยระบบการ **แนะแนว** และ **School Health Hero**

... ระบบสุขภาพจิตโรงเรียนวิถีใหม่"



กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ