



คู่มือครูที่ปรึกษา

ปีการศึกษา 2567



งานครูที่ปรึกษา ฝ่ายพัฒนากิจการนักเรียน นักศึกษา

วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์

สถาบันการอาชีวศึกษาภาคเหนือ 3

สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

สารบัญ

	หน้า
สารบัญ	ก
คำนำ	ข
คำชี้แจง	ค
พระบรมราโชบายด้านการศึกษา รัชกาลที่ 10	1
นโยบายเกี่ยวกับครูที่ปรึกษา	3
แนวปฏิบัติในการแต่งตั้งครูที่ปรึกษา	3
คุณลักษณะของครูที่ปรึกษาที่ดี	3
บทบาทและหน้าที่ของครูที่ปรึกษา	4
จรรยาบรรณของครูที่ปรึกษา	5
ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน นักศึกษา	6
การป้องกันและแก้ไขปัญหาสำหรับครูที่ปรึกษา	15
เทคนิคการให้คำปรึกษาสำหรับครูที่ปรึกษา	19
ตัวอย่างการป้องกัน/แก้ไขปัญหาและให้คำปรึกษา	28
แบบฟอร์มเอกสารงานครูที่ปรึกษา	33

คำนำ

งานครูที่ปรึกษา ฝ่ายพัฒนากิจการนักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์ ได้จัดทำ คู่มือครูที่ปรึกษานี้ขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานแก่ครูที่ปรึกษา และสามารถนำไปเป็นข้อมูลในการ ให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษาแก่นักเรียน นักศึกษา ทั้งนี้ครูที่ปรึกษาเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อผู้เรียน เพราะเป็นผู้ที่ใกล้ชิดและสามารถช่วยเหลือ แก้ไขปัญหาต่างๆ ให้แก่นักเรียน นักศึกษา ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ สนับสนุนการนำไปสู่ความสำเร็จในการผลิตผู้สำเร็จการศึกษาให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยคู่มือเล่มนี้ได้ รวบรวมแนวทางการปฏิบัติงาน หน้าที่ความรับผิดชอบของครูที่ปรึกษา เทคนิควิธีการให้คำปรึกษาในกรณีต่างๆ ตลอดจนแบบฟอร์มเอกสารต่างๆ สำหรับการปฏิบัติหน้าที่ครูที่ปรึกษา ของครูที่ปรึกษาวิทยาลัยอาชีวศึกษา อุตรดิตถ์

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือครูที่ปรึกษานี้ จะเอื้อประโยชน์แก่ครูที่ปรึกษาและส่งเสริมการ พัฒนาการดำเนินงานระบบครูที่ปรึกษาให้ประสบความสำเร็จ ตลอดจนสามารถช่วยเหลือ นักเรียน นักศึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์ ที่ต้องการคำปรึกษา หรือช่วยเหลือ และสามารถผ่านอุปสรรคต่างๆ ไปด้วยดี ส่งผลให้สำเร็จการศึกษาและเป็นผู้ที่มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เป็นนักวิชาชีพที่มีคุณภาพ มีคุณธรรมจริยธรรม ต่อไป

งานครูที่ปรึกษา

วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์ ๒๕๖๗

คำชี้แจง

คู่มือครูที่ปรึกษาฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ครูที่ได้รับมอบหมายให้มีบทบาทและภาระหน้าที่เป็นครูที่ปรึกษา ได้ทราบแนวทางในการปฏิบัติงานตามระบบดูแลผู้เรียนได้อย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ รวมทั้งเพื่อให้มีความสอดคล้องกับหลักการเชิงแนะแนวจิตวิทยาอีกด้วย ซึ่งจะมีผลทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มากยิ่งขึ้น สารในคู่มือเล่มนี้ ชี้ให้เห็นถึงบทบาทหน้าที่และภารกิจของครูที่ปรึกษา ซึ่งได้กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ปฏิบัติทั่วไป และบทบาทหน้าที่ในเชิงแนะแนว เครื่องมือและเทคนิคในการรู้จักผู้เรียน ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ การเยี่ยมบ้าน การเยี่ยมหอพัก การบันทึก การบรรยาย การสอบถาม แบบทดสอบและแบบประเมิน การศึกษาเป็นรายกรณี แบบแสดงผลการพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ แบบรายงานผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน แบบฟอร์มเอกสารงานครูที่ปรึกษา เช่น กิจกรรมโฮมรูม (HOMEROOM) การแก้ปัญหาช่วยเหลือผู้เรียนในกรณีต่างๆ สารในคู่มือครูที่ปรึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์ฉบับนี้ เป็นเพียงแนวทางในการปฏิบัติหน้าที่ครูที่ปรึกษาอย่างกว้างๆ เท่านั้น ครูควรพิจารณาเลือกสาระ และวิธีการที่นำเสนอเพื่อนำไปใช้ตามความเหมาะสมกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน ให้เหมาะสมกับทรัพยากรที่มีอยู่ในสถานศึกษา และสอดคล้องกับสภาพท้องถิ่นต่อไป

พระบรมราโชบายด้านการศึกษา รัชกาลที่ ๑๐



การศึกษาต้องมุ่งสร้างพื้นฐานให้แก่ผู้เรียน ๔ ด้าน ดังนี้

๑. มีทัศนคติที่ถูกต้องต่อบ้านเมือง
 - ๑) ความรู้ความเข้าใจต่อชาติบ้านเมือง
 - ๒) ยึดมั่นในศาสนา
 - ๓) มั่นคงในสถาบันพระมหากษัตริย์
 - ๔) มีความเอื้ออาทรต่อครอบครัวและชุมชนของตน
๒. มีพื้นฐานชีวิตที่มั่นคง
 - ๑) รู้จักแยกแยะสิ่งที่ดี - ชอบ / ชั่ว - ตี
 - ๒) ปฏิบัติแต่สิ่งที่ชอบ สิ่งที่ดีงาม
 - ๓) ปฏิเสธสิ่งที่ไม่ดี สิ่งที่ไม่ดี
 - ๔) ช่วยกันสร้างคนดีให้แก่บ้านเมือง
๓. มีงานทำ - มีอาชีพ
 - ๑) การเลี้ยงดูลูกหลานในครอบครัว หรือการฝึกฝนอบรมในสถานศึกษาต้องมุ่งให้เด็กและเยาวชนรักงาน สู้งาน ทำงานสำเร็จ
 - ๒) การฝึกฝนอบรมทั้งในหลักสูตรและนอกหลักสูตรต้องมีจุดมุ่งหมายให้ผู้เรียนทำงานเป็น และมีงานทำในที่สุด
 - ๓) ต้องสนับสนุนผู้สำเร็จหลักสูตรมีอาชีพ มีงานทำ จนสามารถเลี้ยงตัวเองและครอบครัว
๔. เป็นพลเมืองดี
 - ๑) การเป็นพลเมืองดี เป็นหน้าที่ของทุกคน
 - ๒) ครอบครัว - สถานศึกษา และสถานประกอบการต้องส่งเสริมให้ทุกคนมีโอกาสทำหน้าที่เป็นพลเมืองดี
 - ๓) การเป็นพลเมืองดี คือ "เห็นอะไรที่จะทำเพื่อบ้านเมืองได้ก็ต้องทำ" เช่น งานอาสาสมัคร งานบำเพ็ญประโยชน์ งานสาธารณกุศลให้ทำด้วยความมีน้ำใจ และความเอื้ออาทร

พระบรมราโชวาท

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานพระราชวโรกาส

ให้คณะกรรมการคุรุสภา คณะกรรมการมาตรฐานวิชาชีพ และคณะกรรมการมูลนิธิ
ช่วยครูอาวุโสในพระบรมราชูปถัมภ์นำครูอาวุโส ประจำปี 2559 เฝ้าทูลละอองธุลีพระบาท
รับพระราชทานเครื่องหมายเชิดชูเกียรติ และเงินช่วยเหลือ ครูอาวุโสเข้า
รับพระราชทานเครื่องหมายเชิดชูเกียรติ และรับพระราชทานเงินช่วยเหลือ



“งานของครูนั้น ถือได้ว่าเป็นงานสร้างสรรค์อย่างแท้จริง เพราะเป็นการวางรากฐาน
ความรู้ ความดี และความสามารถทุก ๆ ด้านแก่ศิษย์ เพื่อช่วยให้สามารถดำรงตน
เป็นคนดี มีอาชีพเป็นหลักฐานและเป็นประโยชน์ต่อสังคม เพราะเหตุที่งานของครู
เป็นงานที่หนักและเป็นงานสร้างสรรค์ที่บริสุทธิ์ ผู้เป็นครูจึงต้องปฏิบัติหน้าที่ด้วยความ
ตั้งใจที่แน่วแน่ ด้วยความพากเพียร อดทน และด้วยความเมตตากรุณาอย่างสูง
ทั้งต้องสำรวมระวังตนในเรื่องความประพฤติปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ไม่ปล่อยตัวปล่อยใจ
ไปตามความต้องการที่ไม่สมควรแก่ฐานะและเกียรติภูมิของครู...”

ณ ศาลาดุสิดาลัย สวนจิตรลดา พระราชวังดุสิต
วันอังคารที่ 13 มีนาคม 2561

◆ นโยบายเกี่ยวกับครูที่ปรึกษา

ระบบงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนนักศึกษางานครูที่ปรึกษา ฝ่ายพัฒนากิจการนักเรียนนักศึกษา มีนโยบายให้นักเรียนนักศึกษาทุกคน ได้มีครูที่ปรึกษา สำหรับแนะนำด้านวิชาการ และช่วยเหลือให้คำปรึกษา ในด้านส่วนตัว อารมณ์ สังคม เพื่อให้ นักเรียนนักศึกษาทุกคนมีโอกาสประสบความสำเร็จ ในการศึกษาเล่าเรียน และเป็นผู้ที่พัฒนาตนเอง ในด้านวิชาการ และคุณธรรม จนเต็มความสามารถ

◆ แนวปฏิบัติในการแต่งตั้งครูที่ปรึกษา

งานครูที่ปรึกษา ฝ่ายพัฒนากิจการนักเรียนนักศึกษา มอบหมายให้หัวหน้าสาขาวิชา เสนอรายชื่อครูที่ปรึกษา ในสาขาวิชาของทุกปี เพื่องานครูที่ปรึกษา จะได้ออกคำสั่งแต่งตั้งครูที่ปรึกษาต่อไป

◆ คุณลักษณะของครูที่ปรึกษาที่ดี

๑. มีมนุษยสัมพันธ์ดี
๒. มีความรับผิดชอบดี
๓. ใจกว้างและรับฟังความคิดเห็นของนักเรียนนักศึกษา
๔. มีความรู้กว้างขวางและทันเหตุการณ์ด้านเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง
๕. มีความจริงใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
๖. มีเหตุผล และมีความสามารถในการแก้ไขปัญหา
๗. มีความเมตตากรุณา
๘. ไวต่อความรู้และเข้าใจสิ่งต่างๆได้รวดเร็ว
๙. มีหลักจิตวิทยาในการให้การปรึกษาและมีจรรยาบรรณครูที่ปรึกษา
๑๐. มีความประพฤติเหมาะสมที่จะเป็นแบบอย่างที่ดีได้
๑๑. รู้บทบาทและหน้าที่ของครูที่ปรึกษาเป็นอย่างดี
๑๒. มีประสบการณ์ในหน้าที่งานครูที่ปรึกษา
๑๓. มีจรรยาบรรณ ของครูที่ปรึกษา

◆ บทบาทและหน้าที่ของครูที่ปรึกษา

ครูที่ปรึกษา คือครูที่ได้รับ คำสั่งแต่งตั้งให้ทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษา ดูแล และรับผิดชอบนักเรียนนักศึกษา ที่ได้รับมอบหมาย เพื่อให้การช่วยเหลือและสนับสนุน ให้นักเรียนนักศึกษา ประสบความสำเร็จในการศึกษา ครูที่ปรึกษาจึงมีบทบาทสำคัญคือ

๑. ให้คำแนะนำในด้านวิชาการ เช่น การเลือกวิชาเรียนแผนการเรียน การให้ข้อมูลในเรื่องหลักสูตร และ รายละเอียดของวิชา การแก้ปัญหาหรืออุปสรรคในการเรียนวิชาต่างๆ เป็นต้น ตลอดจนอธิบายและชี้แจงให้นักเรียน นักศึกษาทราบและเข้าใจตั้งแต่ต้นปีว่า วิชาที่นักเรียน นักศึกษาจะต้องเรียนมีอะไรบ้าง แต่ละวิชาที่นักเรียน นักศึกษาจะต้องเรียนในปีการศึกษานั้นๆมีประโยชน์แก่นักเรียน นักศึกษาอย่างไร ทั้งในขณะที่เรียนและในอนาคต
๒. ให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่นักเรียนนักศึกษา ในเรื่องกฎเกณฑ์ ระเบียบข้อบังคับของวิทยาลัย เพื่อนักเรียน นักศึกษา จะได้ปฏิบัติตาม ได้ถูกต้องเหมาะสม และให้ข้อมูลเกี่ยวกับสวัสดิการ หรือบริการต่างๆ ที่วิทยาลัยจัดให้ แก่นักเรียนนักศึกษา เพื่อให้นักเรียนนักศึกษา จะได้รับประโยชน์ตามสิทธิอันพึงมี ครูที่ปรึกษา อาจจะสอบถาม ข้อมูล ได้จากฝ่ายพัฒนาการเรียนนักศึกษาของวิทยาลัย
๓. จัดรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนนักศึกษาในความดูแลเช่นประวัติส่วนตัว หลักฐานการลงทะเบียนเรียน แต่ละภาคเรียน ใบแสดงผลการเรียนประจำภาคเรียน ทั้งนี้ เพื่อประโยชน์ในการให้คำปรึกษา
๔. ให้คำแนะนำแก่นักเรียนนักศึกษาที่มีปัญหาส่วนตัว เช่น การปรับตัวหรือปัญหาเกี่ยวกับครอบครัวบางเรื่อง การจัดการเวลา (Office Hour) ให้นักเรียน นักศึกษามาพบ เพื่อขอคำปรึกษา พยายามหาทางช่วยนักเรียนนักศึกษา แก้ปัญหา ถ้าเป็นปัญหาที่เกินความสามารถ ก็อาจแนะนำให้ไปหาผู้ที่ให้ความช่วยเหลือได้ต่อไป
๕. ช่วยนักเรียนนักศึกษา ให้พัฒนาตนเองในด้านต่างๆ เช่นด้านสังคมและบุคลิกภาพ ส่งเสริมให้นักเรียน นักศึกษาให้เข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ ฝึกเปลี่ยนนิสัยที่ไม่พึงประสงค์ให้รู้จักตั้งเป้าหมายชีวิต
๖. ดูแลให้คำแนะนำการปฏิบัติตนในสถานศึกษาและนอกสถานศึกษา
๗. ให้คำแนะนำและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการมาเรียน การปรับตัว ตลอดจนปัญหาทุกข์สุขของนักเรียน นักศึกษาในความดูแล
๘. ติดตามดูแลการเรียนของนักเรียน นักศึกษาอย่างสม่ำเสมอ
๙. พบนักเรียน นักศึกษาในความดูแลอย่างสม่ำเสมอ จัดหาเวลาเพื่อให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเรียน และปัญหาส่วนตัวเป็นรายบุคคล
๑๐. ติดต่อผู้ปกครองเพื่อทราบข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียน นักศึกษารวมทั้งรายงานความประพฤติผลการเรียน และปัญหาของนักเรียน นักศึกษาให้ผู้ปกครองทราบ เพื่อร่วมกันหาทางแก้ไขเท่าที่จะกระทำได้
๑๑. ปฏิบัติงานอื่นๆ ที่เกี่ยวกับบริการนักเรียนนักศึกษา ที่องค์กรหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน นักศึกษามอบหมาย เช่น ให้แก่บุคคลหรือหน่วยงานที่ขอมาเป็นกรรมการคัดเลือกนักเรียนนักศึกษา รับทุนการศึกษา รับรองความประพฤติ ของนักเรียนนักศึกษา เป็นต้น

◆ จรรยาบรรณของครูที่ปรึกษา

เนื่องจากครูที่ปรึกษาต้องทำหน้าที่ให้การปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลืออบรมดูแลนักเรียนนักศึกษา จึงมีความจำเป็นที่ครูที่ปรึกษา ต้องยึดมั่นในจรรยาบรรณ ซึ่งจรรยาบรรณของครูที่ปรึกษามีดังต่อไปนี้

๑. ครูที่ปรึกษาต้องคำนึงถึงสวัสดิภาพของนักเรียน นักศึกษา โดยจะไม่กระทำการใดๆ ที่ก่อให้เกิดผลเสียหายแก่นักเรียน นักศึกษาอย่างไม่เป็นธรรม
๒. ครูที่ปรึกษาต้องรักษาข้อมูลต่างๆเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัวของนักเรียน นักศึกษา ในความดูแลให้เป็นความลับ
๓. ครูที่ปรึกษาต้องพยายามช่วยเหลือนักเรียน นักศึกษา จนสุดความสามารถ (ภายในขอบเขตความสามารถของตน) หากมีปัญหาใดที่เกินความสามารถที่จะช่วยเหลือได้ ก็ควรแนะนำนักเรียน นักศึกษาผู้นั้นไปรับบริการจากบุคลากรอื่น เช่น นักแนะแนว แพทย์ จิตแพทย์ และนักกฎหมาย เป็นต้น
๔. ครูที่ปรึกษาไม่ควรวิพากษ์วิจารณ์บุคคลหรือสถาบันใด ๆ ให้นักเรียน นักศึกษาฟังในทางที่ก่อให้เกิดความเสื่อมเสียแก่บุคคลหรือสถาบันใด
๕. ครูที่ปรึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความประพฤติที่เหมาะสม ตามจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพในสาขาที่ตนสอน และจรรยาบรรณวิชาชีพครู และมีศีลธรรมจรรยาบรรณที่ดีงาม เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีแก่นักเรียนนักศึกษา

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน นักศึกษา

กรอบความคิดระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ความสำคัญและความจำเป็นของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

การพัฒนานักเรียนให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความสามารถ มีคุณธรรม จริยธรรม และวิถีชีวิตที่เป็นสุขตามที่สังคมมุ่งหวัง โดยผ่านกระบวนการทางการศึกษานั้น นอกจากจะดำเนินการด้วยการส่งเสริม สนับสนุนนักเรียนแล้ว การป้องกันและการช่วยเหลือปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นกับนักเรียนก็เป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งของการพัฒนาเนื่องจากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมากทั้งด้านการสื่อสาร เทคโนโลยีต่างๆซึ่งนอกจากจะส่งผลกระทบต่อผู้คนในเชิงบวกแล้ว ในเชิงลบก็ปรากฏเช่นกัน เป็นต้นว่า ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาการระบาดของสารเสพติด ปัญหาการแข่งขันในรูปแบบต่างๆ ปัญหาครอบครัวซึ่งก่อเกิดความทุกข์ ความวิตกกังวล ความเครียด การปรับตัวที่ไม่เหมาะสม หรืออื่นๆ ที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพจิตและสภาพกายของทุกคนที่เกี่ยวข้อง ดังนั้น ภาพความสำเร็จที่เกิดจากการพัฒนานักเรียนให้เป็นไปตามความมุ่งหวังนั้น จึงต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายทุกคน โดยเฉพาะบุคลากรครูทุกคนในโรงเรียน ซึ่งมีครูที่ปรึกษาเป็นหลักสำคัญในการดำเนินการต่างๆเพื่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างใกล้ชิดด้วยความรักและเมตตาที่มีต่อศิษย์ และภาคภูมิใจในบทบาทที่มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนให้เติบโตงอกงาม เป็นบุคคลที่คุณค่าของสังคมต่อไป

บทบาทของครูที่กล่าวมานั้นคงมิใช่เรื่องใหม่ เพราะมีการปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอและได้ดำเนินการมานานแล้วนับตั้งแต่อดีตจนได้รับยกย่องให้เป็นปูชนียบุคคล แต่เพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของยุคสมัย โดยเฉพาะการทำงานอย่างมีระบบที่มีกระบวนการทำงาน มีหลักฐานการปฏิบัติงาน มีเทคนิควิธีการ หรือการใช้เครื่องมือต่างๆ เพื่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียนแล้ว ความสำเร็จของงานย่อมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว มีประสิทธิภาพ ผลดีย่อมเกิดขึ้นกับทุกคนทั้งทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะเป็นครู นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน หรือสังคม

นอกจากนี้พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๔๒ ได้กำหนดความมุ่งหมายและหลักการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถร่วมนอกอยู่กับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (มาตรา ๖) และแนวการจัดการศึกษายังได้ให้ความสำคัญแก่ผู้เรียนโดยยึดหลักว่าทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุดต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ (มาตรา ๒๒) ในการจัดการศึกษาต้องเน้นความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้และบูรณาการตามความเหมาะสม ของแต่ละระดับการศึกษาซึ่งเรื่องหนึ่งที่กำหนดให้ดำเนินการ คือเรื่อง ความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพและการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข (มาตรา ๒๓ ข้อ (๕)) ทั้งนี้การจัดกระบวนการเรียนให้คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ผู้เรียนรู้จักประยุกต์ความรู้มาใช้เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา ให้รู้จักคิดเป็น ทำเป็น รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงาม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ในทุกวิชาอีกทั้งมีการประสานความร่วมมือกับบิดา มารดา ผู้ปกครองและบุคคลในชุมชนทุกฝ่าย เพื่อร่วมมือกันพัฒนาผู้เรียน ตามศักยภาพ

ในการปฏิรูปวิชาชีพครู ซึ่งเป็นการพัฒนาครูให้เป็นบุคคลที่มีความรู้ความสามารถคุณลักษณะที่มีคุณภาพ และมาตรฐานวิชาชีพ ตามการประกันคุณภาพการศึกษา กรมสามัญศึกษา กรมสามัญศึกษาด้านปัจจัย คือ ครู ที่ระบุในมาตราที่ ๒ ครูมีคุณธรรม จริยธรรม คุณลักษณะที่พึงประสงค์ โดยมีตัวชี้วัดที่สำคัญและเกี่ยวข้องกับบทบาทหน้าที่ของครูในการพัฒนานักเรียน คือ การมีความรัก เอื้ออาทรเอาใจใส่ ดูแลนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ การมีมนุษยสัมพันธ์และสุขภาพจิตที่ดี พร้อมทั้งจะแนะนำและร่วมกันแก้ปัญหาของนักเรียน แสดงให้เห็นว่า ครู ต้องพัฒนาตนเองให้เป็นครูมืออาชีพ คือ นอกจากจะทำหน้าที่ครูผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนการสอนให้แก่แก่นักเรียนแล้วยังต้องทำหน้าที่อื่นๆ ที่เป็นการสนับสนุนหรือพัฒนานักเรียนให้มีคุณภาพ ทั้งดี เก่ง มีสุข ซึ่งสอดคล้องกับมาตรฐานด้านผลผลิต คือนักเรียนในการประกันคุณภาพ

การศึกษา กรมสามัญศึกษา มาตรฐานที่ ๔ ที่มุ่งให้นักเรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ มาตรฐานที่ ๕ มีสุนทรียภาพและลักษณะด้านศิลปะ ดนตรี กีฬา มาตรฐานที่ ๖ รู้จักตนเอง พึ่งตนเองได้ และมีบุคลิกภาพที่ดี มาตรฐานที่ ๗ มีสุขนิสัย สุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ปลอดภัยจากสิ่งเสพติดให้โทษ ซึ่งการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจะเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง ที่ช่วยเหลือให้นักเรียนมีคุณภาพตามมาตรฐานดังกล่าวได้ โดยผ่านกระบวนการทำงานที่เป็นระบบ ซึ่งมีความสอดคล้องกับมาตรฐานด้านกระบวนการของการประกันคุณภาพด้านการศึกษา กรมสามัญศึกษา มาตรฐานที่ ๑ ที่ให้โรงเรียนมีการบริหารและการจัดการอย่างเป็นระบบ มาตรฐานที่ ๔ มีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มาตรฐานที่ ๗ ส่งเสริมความสัมพันธ์ และความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรภาครัฐและเอกชนในการจัดและพัฒนาการศึกษา ดังนั้น ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนจึงเป็นระบบที่สามารถดำเนินการเพื่อรับการประกันคุณภาพได้ ซึ่งครอบคลุมทั้งด้านปัจจัย ด้านผลผลิตและด้านกระบวนการ

สถานศึกษาตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าวจึงจัดทำระบบการช่วยเหลือนักเรียนเพื่อให้มีกระบวนการทำงานเป็นระบบ มีความชัดเจน มีการประสานความร่วมมือของผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน รวมทั้งวิธีการ กิจกรรมและเครื่องมือต่างๆ ที่มีคุณภาพในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอันจะส่งผลให้ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนประสบความสำเร็จโดยมีแนวคิดหลักในการดำเนินงาน ดังนี้

๑. มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ตลอดชีวิต เพียงแต่ใช้เวลาและวิธีการที่ต่างกัน เนื่องจากแต่ละคนมีความเป็นปัจเจกบุคคล ดังนั้น การยึดนักเรียนเป็นสำคัญในการพัฒนา เพื่อดูแลช่วยเหลือ ทั้งด้านการป้องกัน แก้ไขปัญหา หรือการส่งเสริมจึงเป็นสิ่งจำเป็น

๒. ความสำเร็จของงาน ต้องอาศัยการมีส่วนร่วม ทั้งการร่วมใจ ร่วมคิด ร่วมทำของทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นบุคลากรโรงเรียนในทุกระดับ ผู้ปกครอง หรือชุมชน

วัตถุประสงค์ของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

๑. เพื่อให้การดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนของสถานศึกษา เป็นไปอย่างระบบและมีประสิทธิภาพ

๒. เพื่อให้สถานศึกษา ผู้ปกครอง หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หรือชุมชน มีการทำงานร่วมกันโดยผ่านกระบวนการทำงานที่มีระบบ พร้อมด้วย เอกสาร หลักฐานการปฏิบัติงาน สามารถตรวจสอบหรือรับการประเมินได้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. นักเรียนได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างทั่วถึงและตรงตามสภาพปัญหา
๒. สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียนเป็นไปด้วยดี และอบอุ่น
๓. นักเรียนรู้จักตนเองและควบคุมตนเองได้
๔. นักเรียนมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
๕. นักเรียนเรียนรู้อย่างมีความสุข

ปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อประสิทธิภาพของการดำเนินงานตามระบบการช่วยเหลือนักเรียน

๑. ผู้บริหารโรงเรียน รวมทั้งผู้ช่วยบริหารโรงเรียนทุกฝ่าย ตระหนักถึงความสำคัญของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และให้การสนับสนุนการดำเนินงาน หรือร่วมกิจกรรมตามความเหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ
๒. ครูทุกคนและผู้เกี่ยวข้องจำเป็นต้องมีความตระหนัก ในความสำคัญของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีทัศนคติที่ดีต่อนักเรียน และมีความสุขที่จะพัฒนานักเรียนในทุกด้าน
๓. คณะกรรมการหรือคณะทำงานทุกคน ต้องมีการประสานงานอย่างใกล้ชิดและมีการประชุมในแต่ละคณะ อย่างสม่ำเสมอตามที่กำหนด
๔. ครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักสำคัญในการดำเนินงาน โดยได้รับความร่วมมือจากครูทุกคนในโรงเรียน รวมทั้งการสนับสนุนในเรื่องต่างๆ จากโรงเรียน
๕. การอบรมให้ความรู้และทักษะ รวมทั้งการเผยแพร่ข้อมูล ความรู้แก่ครูที่ปรึกษาหรือผู้เกี่ยวข้องในเรื่องที่เอื้อประโยชน์ต่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นสิ่งจำเป็น โดยเฉพาะเรื่องทักษะการปรึกษาเบื้องต้นและแนวทางการแก้ไขปัญหาต่างๆของนักเรียน ซึ่งโรงเรียนควรดำเนินการอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

ระบบการดูแลช่วยเหลือ

ความหมายของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นกระบวนการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างขั้นตอน พร้อมด้วยวิธีการและเครื่องมือการทำงานที่ชัดเจนโดยมีครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักในการดำเนินการดังกล่าว และมีการประสานความร่วมมืออย่างใกล้ชิดกับครูที่เกี่ยวข้องหรือบุคลากรภายนอก รวมทั้งการสนับสนุนส่งเสริมจากโรงเรียน

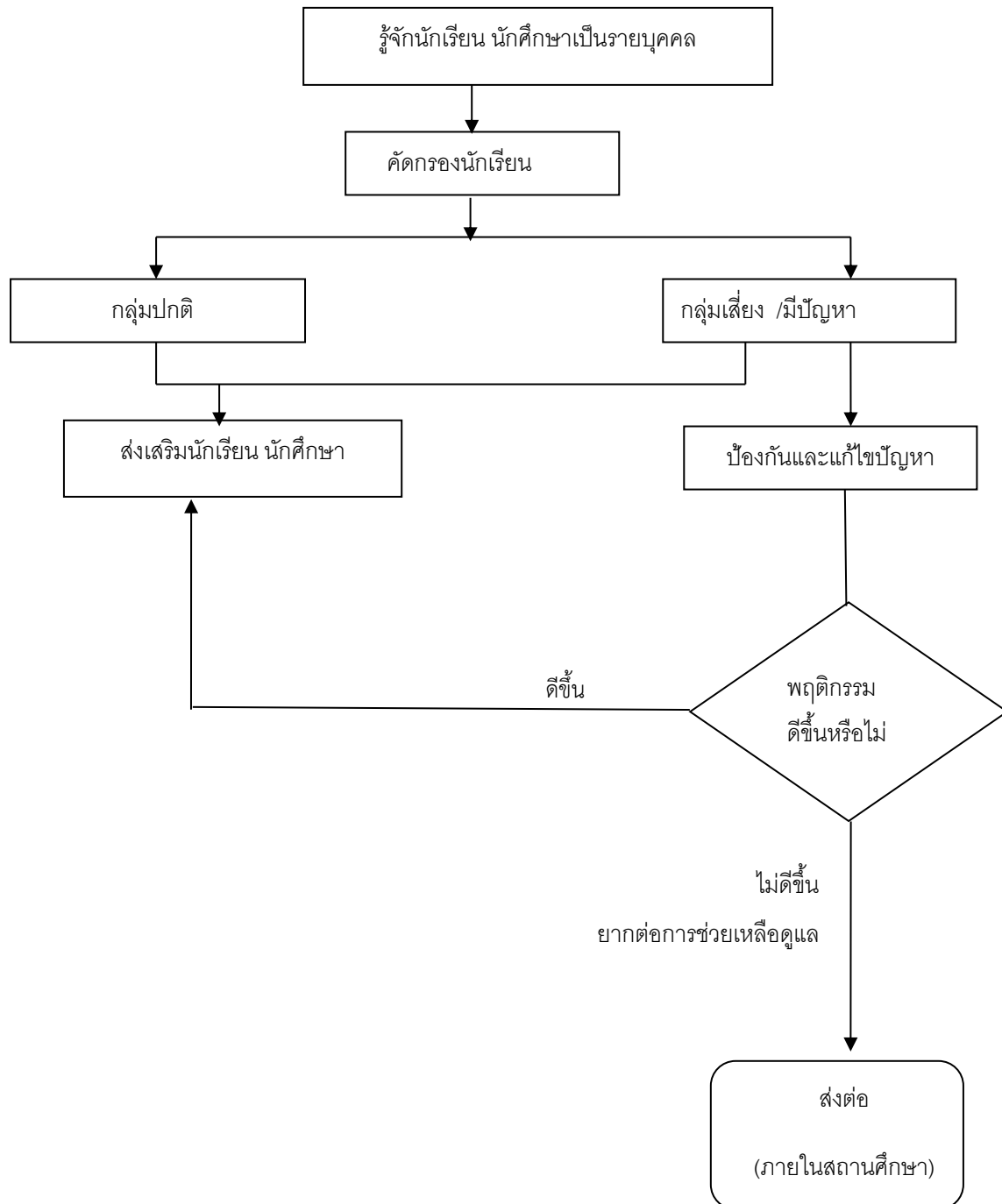
กระบวนการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

กระบวนการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรหลักในการปฏิบัติงานมีองค์ประกอบสำคัญ ๕ ประการ คือ

๑. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล
๒. การคัดกรองนักเรียน
๓. การส่งเสริมนักเรียน
๔. การป้องกันและแก้ไขปัญหา
๕. การส่งต่อ

กระบวนการดำเนินงานทั้ง ๕ ประการดังกล่าว แสดงให้เห็นเป็นแผนภูมิในหน้าต่อไป

แผนภูมิแสดงกระบวนการดำเนินงาน
ตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน นักศึกษาของครูที่ปรึกษา



กระบวนการดำเนินงานตามระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ที่แสดงในแผนภูมิเป็นความรับผิดชอบของครูที่ปรึกษาตลอดกระบวนการ โดยมีการประสานงานหรือรับการสนับสนุนจากผู้บริหาร ครูที่เกี่ยวข้องรวมทั้งผู้ปกครอง ซึ่งมีวิธีการและเครื่องมือตัวอย่างสรุป ได้ดังนี้

กระบวนการดำเนินงาน	วิธีการ	เครื่องมือ
๑.การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ๑.๑ ด้านความสามารถ - การเรียน - ความสามารถอื่น ๆ ๑.๒ ด้านสุขภาพ - ร่างกาย - จิตใจ - พฤติกรรม ๑.๓ ด้านครอบครัว - เศรษฐกิจ - การคุ้มครองนักเรียน ๑.๔ ด้านอื่นๆ	ศึกษาข้อมูลจากการใช้ ๑) ระเบียบสะสม ๒) แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) ๓) อื่นๆ เช่น -แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์(E.Q.) - แบบสัมภาษณ์นักเรียน - แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน	๑)ระเบียบสะสม ๒) แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก(SDQ) ๓)อื่นๆ เช่น - แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์(E.Q.) -แบบสัมภาษณ์นักเรียนแบบ -แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน - แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครองและเยี่ยมบ้านนักเรียน ฯลฯ
๒.การคัดกรองนักเรียน ๒.๑กลุ่มปกติ ๒.๒กลุ่มเสี่ยง/มีปัญหา	ดำเนินการต่อไป ๑)วิเคราะห์ข้อมูลจาก ๑.๑ระเบียบสะสม ๑.๒แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก(SDQ) ๑.๓แหล่งข้อมูลอื่นๆ ๒)คัดกรองนักเรียนตามเกณฑ์การคัดกรองของโรงเรียน	๑)เกณฑ์การคัดกรอง ๒)แบบสรุปผลการคัดกรองและช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคล ๓)แบบสรุปผลการคัดกรองนักเรียนเป็นห้อง
๓.ส่งเสริมนักเรียน (สำหรับนักเรียนทุกกลุ่ม)	ดำเนินการต่อไป ๑)จัดกิจกรรมโฮมรูม (Homeroom) ๒)จัดประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน (Classroom meeting) หรือ ๓)จัดกิจกรรมอื่นๆ ที่ครูพิจารณาว่าเหมาะสมในการส่งเสริมนักเรียนให้มีคุณภาพมากขึ้น	๑)แนวทางในการจัดกิจกรรมโฮมรูมของโรงเรียน ๒)แนวทางการจัดกิจกรรมประชุมผู้ปกครองชั้นเรียนของโรงเรียน ๓)แบบบันทึก /สรุปประเมินผลการดำเนินกิจกรรม * โฮมรูม *ประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน * อื่นๆ

กระบวนการดำเนินงาน	วิธีการ	เครื่อง
๔.การป้องกันการแก้ไขปัญหา (จำเป็นมากสำหรับนักเรียน กลุ่ม เสี่ยง/มีปัญหา)	ดำเนินการต่อไปนี้ ๑) ให้การปรึกษาเบื้องต้น ๒) ประสานงานกับครูและ ผู้เกี่ยวข้องอื่นๆ เพื่อการจัด กิจกรรมสำหรับการป้องกันและ ช่วยเหลือปัญหาของนักเรียนคือ ๒.๑ กิจกรรมในห้องเรียน ๒.๒ กิจกรรมเสริมหลักสูตร ๒.๓ กิจกรรมเพื่อช่วยเพื่อน ๒.๔ กิจกรรมซ่อมเสริม ๒.๕ กิจกรรมสื่อสารกับผู้ปกครอง	๑)แนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อ ป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียน ๕ กิจกรรม ๒)แบบบันทึกสรุปการคัดกรองและ ช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคล ๓)แบบบันทึกรายงานผลการดูแล ช่วยเหลือนักเรียน
๕.การส่งต่อ ๕.๑ส่งต่อภายใน ๕.๒ส่งต่อภายนอก	ดำเนินการต่อไปนี้ ๑)บันทึกการส่งนักเรียนไปยังครูที่ เกี่ยวข้องในการช่วยเหลือนักเรียน ต่อไป เช่น ครูแนะแนว ครู ปกครองครูประจำวิชา ครู พยาบาล เป็นต้น ซึ่งเป็นการส่งต่อ ภายใน ๒)บันทึกการส่งนักเรียนไปยัง ผู้เชี่ยวชาญภายนอกโดยครูแนะ แนวหรือฝ่ายปกครองเป็น ผู้ดำเนินการซึ่งเป็นการส่งต่อ ภายนอก	๑)แบบบันทึกการส่งต่อของโรงเรียน ๒)แบบรายงานแจ้งผลการช่วยเหลือ นักเรียน

หมายเหตุ โรงเรียนสามารถพิจารณาเลือกใช้วิธีการ และเครื่องมืออื่นๆ เพิ่มเติมนอกเหนือจากที่ระบุเพื่อการดำเนินงาน
อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ตามความเหมาะสมของสภาพโรงเรียน

รายละเอียดของแต่ละองค์ประกอบในระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน เป็นกระบวนการดำเนินงานที่มีองค์ประกอบสำคัญ ๕ ประการ ดังที่กล่าวมาคือ

๑. การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล
๒. การคัดกรองนักเรียน
๓. การส่งเสริมนักเรียน
๔. การป้องกันและแก้ไขปัญหา
๕. การส่งต่อ

แต่ละองค์ประกอบของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนดังกล่าว มีความสำคัญมีวิธีการและเครื่องมือที่แตกต่างกันไป แต่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน ซึ่งเพื่อให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียนที่เป็นระบบที่มีประสิทธิภาพ ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ข้อที่พึงตระหนักในการป้องกันและแก้ไขปัญหาของนักเรียน

๑) การรักษาความลับ

๑.๑) เรื่องราวข้อมูลของนักเรียนที่ให้การช่วยเหลือและแก้ไข ต้องไม่นำไปเปิดเผย ยกเว้นเพื่อขอความช่วยเหลือนักเรียนกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง โดยไม่ระบุชื่อ-สกุลจริงของนักเรียนและการเปิดเผยควรเป็นไปในลักษณะที่ไม่เกียตินักเรียน

๑.๒) บันทึกข้อมูลการช่วยเหลือนักเรียน ควรเก็บไว้ในที่เหมาะสมและสะดวกในการเรียกใช้

๑.๓) การรายงานช่วยเหลือนักเรียน ควรรายงานในส่วนที่เปิดได้ โดยให้เกียรติและคำนึงถึงประโยชน์ของนักเรียนเป็นสำคัญ

๒) การแก้ไขปัญหา

๒.๑) การช่วยเหลือแก้ไขปัญหาของนักเรียน ต้องพิจารณาสาเหตุของปัญหาให้ครบถ้วนและหาวิธีการช่วยเหลือให้เหมาะสมกับเหมาะสมกับสาเหตุนั้น ๆ เพราะปัญหาไม่ได้เกิดจากสาเหตุเพียงสาเหตุเดียวแต่อาจเกิดจากหลายสาเหตุที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน

๒.๒) ปัญหาที่เหมือนกันของนักเรียนแต่ละคน ไม่จำเป็นต้องเกิดจากสาเหตุที่เหมือนกันและวิธีการช่วยเหลือที่ประสบความสำเร็จกับนักเรียนคนหนึ่ง ก็ไม่เหมาะกับนักเรียนอีกคนหนึ่งเนื่องจากความแตกต่างของบุคคล ดังนั้นการช่วยเหลือโดยเฉพาะการให้การปรึกษาจึงไม่มีสูตรการช่วยเหลือสำเร็จตายตัว เพียงแต่มีแนวทาง กระบวนการหรือทักษะการช่วยเหลือที่ครูแต่ละคนสามารถเรียนรู้ ผักผ่อน เพื่อการนำไปใช้ให้เหมาะสมกับแต่ละปัญหาในนักเรียนแต่ละคน

การบันทึกสรุปรายงานผลการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
ทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เป็นสิ่งสำคัญของการ
ดำเนินงานอย่างเป็นระบบ เพื่อการพัฒนางานให้มี
คุณภาพต่อไป

แนวทางการจัดกิจกรรมประชุมผู้ปกครองชั้นเรียน(classroom meeting)

สาระความรู้	แนวดำเนินการ
การประชุมผู้ปกครองชั้นเรียนเป็นการพบปะกันระหว่างครูที่ปรึกษากับผู้ปกครองนักเรียน เพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกันและร่วมมือกันดูแลช่วยเหลือนักเรียนระหว่างบ้าน โรงเรียน และผู้ปกครอง การประชุมผู้ปกครองดังกล่าวจะทำให้ให้นักเรียนได้รับความเอาใจใส่ดูแลจากผู้ปกครองมากขึ้นทั้งการส่งเสริมให้นักเรียนมีคุณภาพมีความสามารถมากยิ่งขึ้น หรือร่วมมือกับทางโรงเรียนในการป้องกันหรือแก้ไขปัญหานักเรียน	ครูที่ปรึกษาควรจัดประชุมอย่างน้อยภาคเรียนละ ๑ ครั้ง ซึ่งการประชุมนี้มิใช่การรายงานสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนให้ผู้ปกครองทราบเพียงอย่างเดียวแต่เป็นการจัดกิจกรรมต่างๆ ที่จะทำให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือนักเรียนให้มากขึ้น ดังนั้นสิ่งสำคัญที่ควรตระหนักในการจัดกิจกรรมประชุมก็คือ (๑) การเตรียมการ ครูที่ปรึกษาควรเตรียมความพร้อมก่อนการประชุมในด้านต่างๆ โดยเฉพาะข้อมูลของนักเรียนแต่ละคนและ กิจกรรมที่จะดำเนินการ โดยกำหนดวัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมที่ชัดเจน (๒) การสื่อสาร ครูที่ปรึกษาควรระมัดระวังคำพูดที่ก่อให้เกิดความรู้สึกทางลบหรือต่อต้านจากผู้ปกครอง เช่น การตำหนิหรือผู้ปกครองการแจ้งข้อบกพร่องของนักเรียนในที่ประชุมหรือจะเป็นการส่วนตัวก็ตาม แต่ควรเป็นการพูดแสดงถึงความเข้าใจในตัวนักเรียน แสดงถึงความห่วงใยใส่ใจของครูที่มีต่อนักเรียนทุกคน และอาศัยกิจกรรมที่ทำให้ผู้ปกครองตระหนักในความรับผิดชอบ และต้องการปรับปรุงหรือแก้ไขในส่วนที่บกพร่องของนักเรียน (๓) การจัดกิจกรรมในการประชุม การที่จะให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการประชมนั้น จำเป็นต้องใช้กิจกรรมต่างๆ โดยเริ่มด้วยการสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ปกครองด้วยกันก่อน จึงจะมีกิจกรรมอื่นๆ ให้ผู้ปกครองได้แสดงความคิดเห็น ซึ่งเป็นสาระที่เป็นประโยชน์ต่อการดูแลช่วยเหลือนักเรียน (๔) การสรุปผลและบันทึกหลักฐานการประชุมผู้ปกครอง ในการประชุมแต่ละครั้ง ครูที่ปรึกษาควรมีการสรุปผลและจัดทำเอกสารเป็นหลักฐาน เพื่อประโยชน์ดังนี้ ๔.๑) เป็นหลักฐานในการจัดประชุมแต่ละครั้ง ๔.๒) เป็นข้อมูลสำหรับการดูแลช่วยเหลือต่อไป ๔.๓) เป็นข้อมูลสำหรับการประชุมให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้ปกครองในครั้งต่อไป

การป้องกันและแก้ไขปัญหสำหรับครูที่ปรึกษา

การป้องกันและแก้ไข้ปัญหา

ลักษณะนักเรียนที่เสี่ยงต่อการมีปัญหาและนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิต

สาเหตุของการเสี่ยงต่อการมีปัญหาสุขภาพจิต

๑. จากตัวเด็ก

- ๑.๑ *กรรมพันธุ์* เด็กบางรายที่มีปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์จิตใจ อาจมีสาเหตุมาจากความผิดปกติที่ถ่ายทอดได้ทางพันธุกรรม เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ในเด็กที่เป็นโรคซึมเศร้า
- ๑.๒ *เชาว์ปัญญา* ระดับเชาว์ปัญญาเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมของเด็ก เด็กที่มีปัญหาสุขภาพจิตมีทั้งเด็กเชาว์ปัญญาดำและเด็กฉลาด
- ๑.๓ *สุขภาพร่างกาย* เด็กที่เจ็บป่วยบ่อย เจ็บป่วยเรื้อรัง มีความพิการ เป็นสาเหตุของความเครียด และความขัดแย้งทางใจ รวมไปถึงปัญหาทางบุคลิกภาพและกลไกการปรับตัวทางสังคมที่ไม่เหมาะสม
- ๑.๔ *ลักษณะบุคลิกภาพของตัวเด็กเอง* เช่น เด็กมีลักษณะเก็บตัวแยกตัว แสดงออกทางด้านอารมณ์ไม่เหมาะสม ทักษะทางสังคมบกพร่อง

๒. จากสิ่งแวดล้อม

๒.๑ *ภาวะของครอบครัว* ครอบครัวไม่สมบูรณ์ พ่อแม่หย่าร้าง การเสียชีวิตของบุคคลในครอบครัว เด็กอาศัยอยู่กับคนอื่น เช่น พ่อเลี้ยง ญาติพี่น้อง รูปแบบของครอบครัวที่พ่อหรือแม่ประพฤตินเป็นแบบอย่างที่ไม่เหมาะสม หรือบรรยากาศของครอบครัวไม่มีความสุข

๒.๒ *ฐานะทางครอบครัว* เด็กที่เกิดในครอบครัวยากจนอาจได้รับความขัดแย้งทางใจในลักษณะของการขาดสิ่งสนับสนุน สิ่งยั่วยุทางสังคม เช่น ของเล่น เสื้อผ้าราคาแพง การถูกดูหมิ่นจากสังคม การขาดความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนเด็กที่เกิดในครอบครัวที่มั่งคั่งได้รับการตามใจมากเกินไป ก็อาจกลายเป็นปัญหาทางสุขภาพจิต รวมทั้งเด็กนักเรียนที่มีฐานะทางครอบครัวเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหัน เช่น การล้มละลายเพราะเศรษฐกิจ

พ่อ/แม่ต้งงาน

๒.๓ *การเลี้ยงดู* อิทธิพลการเลี้ยงดูที่ทำให้เด็กเกิดปัญหา การปกป้องเด็กมากเกินไป การเลี้ยงดูที่ปฏิเสธไม่รับเด็กเป็นลูก การเลี้ยงดูอย่างปล่อยปละละเลย การตั้งความคาดหวังกับเด็กมากเกินไป พ่อแม่เป็นประสาหรือเป็นโรคจิต ความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดี หรือการสื่อสารไม่เหมาะสม

๒.๔ *สิ่งแวดล้อมอื่นๆ* เช่น ภาวะกดดันจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ชุมชนที่เด็กอยู่อาศัย เช่น ชุมชนแออัด แหล่งที่มีอบายมุข และผลกระทบจากสื่อต่างๆ

ลักษณะพฤติกรรมและการแสดงออกที่บ่งว่าเสี่ยงต่อการมีปัญหา

๑. การแสดงออกทางพฤติกรรม

- ๑.๑ *การแต่งกาย*
 - แต่งกายผิดระเบียบ
 - สกปรก มอมแมม ไม่เอาใจใส่ดูแลตนเอง
- ๑.๒ *ลักษณะท่าทาง*
 - กระด้างก้าวร้าว ไม่มีสัมมาคารวะ ไม่สุภาพ ไม่ทำตามคำสั่ง ดื้อดึง
 - เหม่อลอย เก็บตัว เชื่องซึม
- ๑.๓ *การพูด*
 - พูดก้าวร้าวไม่สุภาพ ไม่เหมาะสม โต้งเสียง เสียงดัง เอะอะโวยวาย
 - พูดน้อย ไม่อยากพูด เจ็บข่ม
- ๑.๔ *การเรียนรู้*
 - การเรียนตกต่ำ ไม่สนใจการเรียนรู้ หนีเรียน มาโรงเรียนสายประจำ
- ๑.๕ *พฤติกรรมทางเพศ*
 - การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน มั่วสุมทางเพศกับเพื่อนชายหญิง
- ๑.๖ *ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวหรือเพื่อนไม่ดี มีเพื่อนน้อย*
- ๑.๗ *อื่นๆ* เช่น พกอาวุธ หรือใช้สารเสพติด

๒. การแสดงออกทางด้านอารมณ์และความคิด

๒.๑ อารมณ์รุนแรง โกรธง่ายฉุนเฉียว ไม่รู้จักระงับอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

๒.๒ วิตกกังวล เครียด ย้ำคิด ย้ำทำ

๒.๓ ซึมเศร้าอ่อนไหวง่าย น้อยอกน้อยใจไม่มีเหตุผล

ลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกในนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิตระดับที่ต้องได้รับการช่วยเหลือ

๑. การแสดงออกทางพฤติกรรม อารมณ์จิตใจ ไม่เหมาะสมกับอายุ บทบาททางเพศ และไม่สอดคล้องกับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมที่เป็นอยู่
๒. ความถี่ ความรุนแรงและระยะเวลาของการเกิดปัญหา แตกต่างจากเกณฑ์มาตรฐานที่บุคคลส่วนใหญ่ประพฤติปฏิบัติ
๓. การแสดงออกทางบุคลิกภาพ อารมณ์ จิตใจ พฤติกรรมมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตในกิจวัตรประจำวัน และมีบทบาทร่วมในหน้าที่กิจกรรมทางสังคม
๔. การสร้างความสัมพันธ์ การปรับตัวกับบุคคลอื่นในสังคมไม่เหมาะสม
๕. การพัฒนาคุณภาพชีวิต การใช้ความสามารถ ความสามารถในการดำเนินชีวิตในครอบครัว การเรียน การงาน และกิจกรรมในสังคมลดลง

การประเมินพฤติกรรม

๑. *การสังเกต* เป็นการสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ที่นักเรียนแสดงออก เพื่อให้เข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ทศนคติ การมองโลกของนักเรียน
๒. *การสัมภาษณ์* เป็นการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็ก เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับแรงบันดาลใจ ความปรารถนาวิตกกังวล การสัมภาษณ์มีข้อดีคือ ครูสามารถอธิบายให้เด็กเข้าใจคำถามได้ชัดเจน และทำให้ครูได้สังเกตปฏิกิริยาของเด็กที่มีต่อคำถามต่างๆ ซึ่งจะนำไปประกอบการพิจารณาในการทำ ความเข้าใจพฤติกรรมของนักเรียนได้ดีขึ้น
๓. *การเก็บข้อมูล* โดยศึกษาจากผลงานต่างๆ ของนักเรียน เช่น ชีวิตประวัติ เรียงความ บันทึกประจำวัน
๔. *การใช้แบบสอบถาม* เช่น แบบสอบถามความสนใจ แบบเติมคำให้สมบูรณ์ แบบรวบรวมข้อมูลทั่วไป ของนักเรียน
๕. *จากกระเป๋าสละสม* เป็นเครื่องมือที่ทำให้ครูได้เห็นภาพพจน์ พัฒนาการของนักเรียน ด้านร่างกาย ด้านการเรียน อารมณ์และสังคม
๖. *การศึกษาเป็นรายกรณี* เป็นวิธีการศึกษาพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคนอย่างละเอียด เพื่อทำการ วินิจฉัยหาสาเหตุของปัญหา
๗. *การประเมินโดยใช้แบบทดสอบทางจิตวิทยา*
 - แบบทดสอบเชาว์ปัญญา
 - แบบทดสอบสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน
 - แบบทดสอบความถนัด
 - แบบสำรวจความสนใจ
 - แบบประเมินพฤติกรรม
 - แบบทดสอบบุคลิกภาพ

การประเมินปัญหาของเด็กโดยใช้แบบทดสอบทางจิตวิทยา ไม่ว่าจะใช้วิธีใดก็ตาม สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงก็คือ การตีความที่ต้องผ่านการวิเคราะห์อย่างถี่ถ้วน และในบางกรณีอาจต้องใช้แบบทดสอบมากกว่า ๑ ชนิดเพื่อให้ได้รายละเอียดเกี่ยวกับเด็กและแนวทางการช่วยเหลืออย่างเหมาะสมได้ต่อไป

หลักการให้การช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหา

๑. การให้คำปรึกษารายบุคคล

การให้คำปรึกษารายบุคคล มีลักษณะเป็นปฏิสัมพันธ์แบบหนึ่งต่อหนึ่ง คือ ผู้มารับบริการให้คำปรึกษา ความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในกระบวนการให้ความช่วยเหลือเป็นไปเพื่อแก้ไขปัญหาส่วนตัว การตัดสินใจเรื่องอาชีพ การศึกษาและ ปัญหาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

คุณสมบัติของผู้ให้คำปรึกษา

๑. มีบุคลิกภาพเหมาะสม

- ลักษณะสีหน้า ท่าทาง ยิ้มแย้ม เป็นมิตร อบอุ่น มั่นคง เป็นตัวของตัวเอง
- คำพูด น้ำเสียง การใช้ภาษา การสื่อสารที่นุ่มนวล
- ลักษณะอารมณ์ จิตใจ สุขภาพจิต เต็มใจ พร้อมที่จะยอมรับ
- มีความสงบมั่นคง หนักแน่น มีความจริงใจ และสามารถยืดหยุ่น ยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้อย่าง มีเหตุผล

๒. มีทัศนคติที่ดี

- มีทัศนคติที่ดีต่อผู้รับคำปรึกษา ยอมรับ เข้าใจธรรมชาติของบุคคลแต่ละช่วงวัย เห็นคุณค่าศักยภาพ ของบุคคล
- มีทัศนคติที่ดีในการมองปัญหาว่าสามารถแก้ไขได้ สามารถมองหาศักยภาพของบุคคลที่เกี่ยวข้อง ศักยภาพของสิ่งแวดล้อมในการนำมาเสริมเอื้ออำนวยให้การช่วยเหลือแก้ไขปัญหา

๓. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

- มีความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ดี มีทักษะในการสื่อสาร
- รับฟัง สังเกต เข้าใจความคิด ความรู้สึก ความหมายของสีหน้า ท่าทาง คำพูดของผู้อื่นได้
- สามารถแสดงออก สื่อสาร ด้วยความจริงใจเป็นมิตร ให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจ มีความอบอุ่น มี แรงจูงใจ และมีศรัทธาในการรับคำปรึกษา

๔. มีวุฒิภาวะทางอารมณ์เหมาะสม

- การแสดงพฤติกรรม ความคิด อารมณ์จิตใจ เหมาะสมกับอายุและบทบาทหน้าที่ โดยสอดคล้อง กับเวลา สถานการณ์ และกับบุคคล
- สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้
- มีเหตุผลที่ถูกต้อง เหมาะสม รู้จักหาข้อมูลในการพิจารณา วิเคราะห์ประเมิน ไม่ด่วนสรุป
- ไม่ยึดความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นศูนย์กลาง
- สามารถยืดหยุ่น ยอมรับข้อมูล ข้อเท็จจริงเพื่อการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงได้

๕. มีจรรยาบรรณ

- มีความศรัทธา รับผิดชอบต่องานในบทบาทหน้าที่ รับผิดชอบต่อบุคคล หน่วยงานและสังคมที่ เกี่ยวข้องในขอบเขตความสามารถ ปฏิบัติตนโดยยึดหลักจรรยาบรรณ มีคุณธรรม พรหมวิหาร ๔ และสามารถรักษาความลับของบุคคล ไม่อคติในการให้คำปรึกษา รักษาสิทธิประโยชน์ของผู้รับคำ ปรึกษา

เทคนิคการให้คำปรึกษาสำหรับครูที่ปรึกษา

เทคนิคการให้คำปรึกษา

๑. สร้างสัมพันธภาพ

- ความพร้อมทางร่างกาย อารมณ์จิตใจ การแสดงออกทางบุคลิก สีหน้า ท่าทาง คำพูด น้ำเสียง การรู้จัก รับฟัง ตั้งใจ ยินดีให้คำปรึกษาช่วยเหลือ ให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความไว้วางใจ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน และไม่ใช่เป็นสัมพันธภาพส่วนตัว แต่เป็นสัมพันธภาพในบทบาทหน้าที่ของการให้คำปรึกษา

๒. สร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย

- ความสามารถในการสังเกต บุคคล การจัดสถานที่สิ่งแวดล้อมที่เป็นสัดส่วน การกำหนดระยะเวลาในการ พูดคุย ไม่เร่งรัด ไม่เคร่งเครียด สร้างบรรยากาศสิ่งแวดล้อมที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกผ่อนคลายทั้ง ร่างกาย และจิตใจในการรับการปรึกษา

๓. ให้โอกาสระบายความรู้สึกนึกคิด

- การให้โอกาสผู้รับคำปรึกษา ได้พูดระบายความรู้สึกนึกคิด ความวิตกกังวล ความขัดแย้งความทุกข์ ปัญหาที่เกิดขึ้นโดยรับฟังไม่โต้แย้ง ไม่ประเมินตัดสินหรือแสดงความคิดเห็น ไม่เห็นด้วยหรือเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง

๔. สร้างความมั่นใจ

- การให้ผู้รับคำปรึกษามีความมั่นใจ เชื่อมมั่นในการมารับคำปรึกษา ให้กำลังใจ ชี้ให้เห็นว่าปัญหาสามารถแก้ไข ได้ โดยผู้ให้คำปรึกษามีความพร้อม ความเข้าใจ เต็มใจในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาพร้อมกับผู้รับคำปรึกษา

๕. สร้างข้อมูล ความคิดใหม่

- การให้ข้อมูลใหม่แก่ผู้รับคำปรึกษา ให้ความคิดอย่างมีเหตุผล ให้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจปัญหาสาเหตุ ความต้องการของตนเอง มีความคิดที่ถูกต้อง ตามความเป็นจริง

๖. เสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์

- การกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษามีความคิดทางบวก มีความหวังแรงจูงใจ มองเห็นคุณค่าความสามารถศักยภาพ ข้อดีของตนเอง ชี้ให้เห็นถึงวิธีการ ทิศทางในการปฏิบัติ ทางเลือก ทางออกในการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม อย่างมีเป้าหมาย

๒. การปรับพฤติกรรม

การให้คำปรึกษาปัญหาพฤติกรรม ใช้วิธีการปรับพฤติกรรมโดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็น รูปธรรม การวางแผนปรับพฤติกรรมโดยใช้หลักการเสริมแรง และการลงโทษอย่างเหมาะสมกับแต่ละบุคคล เพื่อให้พฤติกรรมพึงประสงค์เพิ่มขึ้น และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง

กระบวนการให้การปรึกษา 5 ขั้นตอน

1. การสร้างสัมพันธภาพ

2. การสำรวจปัญหา

3. การเข้าใจในปัญหา

4. การวางแผนแก้ปัญหา

5. การยุติการปรึกษา

๑. ความหมายของการให้คำปรึกษา

สมาคมการปรึกษาเชิงจิตวิทยานานาชาติ (International Association for Counseling: IRTAC) ให้นิยามจิตวิทยาการปรึกษาไว้ว่า คือ วิธีการแห่งการสร้างความสัมพันธ์และการตอบสนองต่อผู้อื่นโดยมีจุดประสงค์เพื่อเป็นโอกาสให้บุคคลได้สำรวจตนเอง ทำให้ชีวิตชัดเจนขึ้น และใช้ชีวิตในทางที่น่าพึงพอใจและสร้างสรรค์

สมาคมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาอเมริกัน (American Counseling Association: ACA) ให้ความหมายว่า professional counseling คือ การประยุกต์ใช้หลักการทางสุขภาพจิต จิตวิทยา และการพัฒนามนุษย์ผ่านทางกลวิธีทางความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม โดยมุ่งเน้นที่ความสมบูรณ์ การงอกงามเติบโตของบุคคล และการพัฒนาด้านอาชีพ พอกๆ กับการมุ่งเน้นที่การจัดการกับพยาธิสภาพทางจิต อาจกล่าวได้ว่า การให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ใช้ศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ ในการทำความเข้าใจและแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ผ่านการให้คำปรึกษาโดยผู้ให้คำปรึกษาที่มีความรู้ความสามารถในด้านจิตวิทยา

มัลลารี อดุลวัฒน์ศิริ. (๒๕๔๗) การให้คำปรึกษา หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือที่เกิดจากสัมพันธภาพของบุคคลอย่างน้อย ๒ คน คือผู้ให้และผู้รับการปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาในที่นี้หมายถึงครูที่มีลักษณะส่วนบุคคลที่เอื้อต่อการให้คำปรึกษา มีความรู้และทักษะในการให้คำปรึกษา ทำหน้าที่ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับการปรึกษาหรือนักเรียน ซึ่งเป็นผู้ประสบความยุ่งยากใจหรือมีความทุกข์หรือต้องการความช่วยเหลือให้เข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม มีทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหาและหาทางออก เพื่อลดหรือขจัดความทุกข์ ความยุ่งยากใจ ด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

จีน แบร์. (๒๕๓๗) ให้ความหมาย กระบวนการที่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อาศัยการสื่อสารแบบสองทาง ระหว่างบุคคลหนึ่งในฐานะผู้ให้การปรึกษา ซึ่งทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้อีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งเป็นผู้รับการปรึกษาได้ค้นหาและเข้าใจสิ่งที่เป็นปัญหาและแสวงหาหนทางแก้ไขปัญหานั้นได้ด้วยตนเอง

สรุป การให้คำปรึกษา คือ เป็นกระบวนการสร้างสัมพันธ์ระหว่างกัน โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้ค้นหาและเข้าใจสิ่งที่เป็นปัญหาและแสวงหาหนทางแก้ไขปัญหานั้นได้

๒. คุณลักษณะของครูผู้ให้คำปรึกษา

ครูผู้ที่จะทำหน้าที่ให้คำปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพควรมีลักษณะส่วนตัว ดังต่อไปนี้ (จิ้น แบรี , ๒๕๓๘)

1. รู้จัก และยอมรับตนเอง
2. อุดมคติ ใจเย็น
3. จริงใจ และตั้งใจช่วยเหลือผู้อื่น
4. มีท่าทีที่เป็นมิตร และมองโลกในแง่ดี
5. ไวต่อความรู้สึกของผู้อื่น และช่างสังเกต
6. ใช้คำพูดได้เหมาะสม
7. เป็นผู้รับฟังที่ดี

จิ้น แบรี (๒๕๓๗) กล่าวถึงลักษณะเฉพาะของการให้คำปรึกษาไว้ว่า ในกระบวนการให้คำปรึกษา จะต้องมีการพบกันของบุคคลอย่างน้อยสองคน ที่มีความสามารถติดต่อสื่อสารกันด้วยวาจาและกิริยาท่าทาง โดยทั้งสองฝ่ายรับรู้ถึงสถานการณ์ของการปรึกษา และมีความตั้งใจที่จะติดต่อกันโดยวิชาชีพ ดังนั้นการให้คำปรึกษาจึงมีลักษณะที่แตกต่างจากการให้บริการอื่นๆ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, ๒๕๔๐)

๑. เป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่คนปกติในเรื่องส่วนตัว สังคม อาชีพการงาน และการศึกษา โดยเน้นในเรื่องของความคิด ความเชื่อ อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคลที่ต้องการความช่วยเหลือ

๒. มีหลักการให้คำปรึกษาที่เน้นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ การยอมรับศักยภาพของผู้อื่นว่าสามารถตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง

๓. มีทฤษฎี กระบวนการและเทคนิคการให้คำปรึกษาให้ได้เลือกใช้ได้ ตามความเหมาะสมกับลักษณะของปัญหาและธรรมชาติของนักเรียน

๔. เป็นกระบวนการที่มีความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง โดยมีขั้นตอนของความช่วยเหลือ และแต่ละขั้นตอนมีวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันออกไป ขั้นตอนอาจเรียงตามลำดับหรือไม่ก็ได้ บางขั้นตอนอาจต้องทำซ้ำหลายครั้ง จนกว่าจะแก้ไขปัญหาได้เป็นที่น่าพอใจ

๕. เน้นสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูผู้ให้และนักเรียนผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความรู้สึกไว้วางใจและกล้าเปิดเผยตนเอง ซึ่งจะช่วยให้การให้คำปรึกษาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ใช้การสนทนาหรือการสื่อสารสองทางระหว่างครูกับนักเรียน เป็นเครื่องมือสำคัญของการให้คำปรึกษา

๖. เน้นปัจจุบัน เพื่อให้นักเรียนอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง และสามารถหาแนวทางแก้ไขที่เป็นไปได้ในปัจจุบัน

๗. ไม่มีคำตอบสำเร็จรูปตายตัว เพราะการให้คำปรึกษาเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ วิธีการแก้ปัญหาในแต่ละกรณีจะไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสภาพปัญหา โดยนักเรียนจะเป็นผู้ตัดสินใจเลือกแนวทางแก้ปัญหาด้วยตนเอง

๘. ครูผู้ให้คำปรึกษาต้องให้เกียรติ และยอมรับนักเรียนที่มาขอรับคำปรึกษาอย่างไม่มีเงื่อนไข ไม่ตัดสิน ไม่ประณิน และไม่วิพากษ์วิจารณ์ หรือตำหนินักเรียน

๓. หลักการสำคัญของการปรึกษา

๑. ปฏิบัติต่อผู้รับการปรึกษาในฐานะที่เป็นบุคคลหนึ่งที่มีคุณค่าและมีศักดิ์ศรี (Warm and Caring) และให้การยอมรับ ให้ความเข้าใจ (Empathy)

๒. ให้ผู้รับการปรึกษาเป็นจุดศูนย์กลางในการช่วยเหลือ ให้ผู้รับการปรึกษามีอิสระในการแสดงออก และตัดสินใจด้วยตนเอง (Client-Centered)

๓. ให้การยอมรับผู้รับการปรึกษาอย่างไม่มีเงื่อนไข ไม่ยึดค่านิยมของครูให้การปรึกษามาตัดสินหรือประณินผู้รับการปรึกษาว่าอะไรดี หรือไม่ดี (Positive Regard and Non Judgment)

๔. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

๑. การสร้างสัมพันธภาพ และตกลงการบริการ

สัมพันธภาพในการปรึกษา เป็นหัวใจสำคัญที่จะทำให้กระบวนการปรึกษานั้นประสบผลสำเร็จหรือไม่ ทั้งผู้รับการปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความไว้วางใจและยอมรับซึ่งกันและกัน โดยผู้รับการปรึกษาไว้วางใจ ให้ข้อมูลที่เป็นความจริง ส่วนผู้ให้คำปรึกษาต้องมีจรรยาบรรณในการรักษาความลับ สร้างความสัมพันธในเชิงวิชาชีพ (Professional Relationship) และคำนึงถึงประโยชน์อันจะเกิดแก่ผู้รับคำปรึกษาเป็นอันดับแรก

การตกลงการบริการเป็นการสร้างความเข้าใจแก่ผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ทราบถึงแนวทาง วัตถุประสงค์ ขอบเขตในการปรึกษา และบทบาทของผู้รับคำปรึกษาในการมีส่วนร่วม เพื่อให้การช่วยเหลือสัมฤทธิ์ผล รวมทั้งระยะเวลา และเงื่อนไขในการยุติการปรึกษา

๒. การสำรวจปัญหา

เพื่อแก้ไขปัญหาได้ ผู้รับการปรึกษาต้องเข้าใจสิ่งที่เป็นปัญหาอยู่เสียก่อน บางครั้งผู้รับคำปรึกษาอาจมีความสับสนซึ่งเกิดจากอารมณ์และความรู้สึกในขณะนั้น ทำให้ไม่สามารถมองเห็นสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่เป็นเหมือนผู้ช่วย โดยใช้ทักษะทางด้านจิตวิทยา ทำให้ผู้รับการปรึกษาได้ทบทวน ที่มาและสาเหตุของปัญหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ รวมถึงผลกระทบที่มีต่ออารมณ์ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาเอง

๓. การทำความเข้าใจปัญหา

ในกระบวนการสำรวจปัญหาในเบื้องต้นนั้น จะทำให้ได้ข้อมูลสำคัญถึงประเด็นที่เป็นปัญหา การสร้างความเข้าใจปัญหาจะเป็นการนำข้อมูลต่าง ๆ มาประมวลและเชื่อมโยงเข้าด้วยกัน ทำให้ผู้เข้ารับคำปรึกษามองเห็นสาเหตุปัญหา ความต้องการของตนเองในการแก้ไขปัญหา และเป้าหมาย เพื่อวางแผนการแก้ไขปัญหาต่อไป

๔. การวางแผนเพื่อแก้ไขปัญหา

เมื่อได้ข้อมูลเกี่ยวกับประเด็นปัญหามากพอสมควรแล้ว ลำดับต่อไปคือการตั้งเป้าหมาย โดยทำร่วมกันระหว่างผู้รับการปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งผู้รับการปรึกษาต้องมีแรงจูงใจและความพยายามในการแก้ปัญหาโดยใช้ศักยภาพของตนเอง โดยอาจมีขั้นตอน ดังนี้

- ๑) กำหนดปัญหา
- ๒) กำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหา
- ๓) พิจารณาทางเลือกต่าง ๆ ที่เป็นไปได้ ในการแก้ปัญหา
- ๔) กำหนดขั้นตอนการแก้ไขปัญหาโดยละเอียด
- ๕) ดำเนินการแก้ไขปัญหา

๕. การยุติการปรึกษา

การยุติการปรึกษามักจะทำเมื่อการปรึกษานั้นประสบผลสำเร็จ คือผู้รับการปรึกษามีความเข้าใจ สามารถจัดการ หรือพบแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับข้อตกลงในเบื้องต้น การกำหนดระยะเวลา หรือเงื่อนไขอื่น เช่น การขาดความร่วมมือจากผู้รับการปรึกษา ไม่มาตามเวลานัดหมาย ภาวะพึ่งพิงของผู้รับการปรึกษามากเกินไป หรืออาจเกินความสามารถที่จะให้คำปรึกษาด้านจิตใจเพียงอย่างเดียว การส่งต่อเพื่อประโยชน์ของผู้รับการปรึกษาเอง

โดยในขั้นตอนสุดท้าย จะมีการสรุปประเด็นการปรึกษาที่ผ่านมา ซึ่งผู้รับการปรึกษาควรเป็นผู้สรุปเอง โดยเน้นความเข้าใจทั้งในตนเองและต่อปัญหา เพื่อให้เห็นถึงแนวปฏิบัติ และสร้างความมั่นใจในตัวผู้รับการปรึกษาเองให้สามารถนำไปปฏิบัติต่อเนื่องได้จริง

ตัวอย่างการให้คำปรึกษาที่แสดงขั้นตอนและทักษะการให้คำปรึกษา

สถานการณ์ ครูที่ปรึกษาสังเกตพบว่านักเรียนในห้องคนหนึ่งมีพฤติกรรมเปลี่ยนไป คือขาดเรียนบ่อย ไม่ส่งงานและผลการเรียนลดลง จึงเรียกนักเรียนเข้าพบ

๑. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

- นักเรียน : สวัสดีค่ะครู
 คุณครู : จ๊ะ นังก่อนซิ (ยิ้ม ชี้ที่เก้าอี้ : ทักทายการใส่ใจ)
 นักเรียน : ครู ให้เพื่อนไปตามหนูมาอะไรหรือคะ
 คุณครู : ครูอยากคุยด้วยนะ เป็นยังไงบ้างช่วงนี้ สบายดีหรือเปล่า (ทักทายการใส่ใจและการถาม)
 นักเรียน : ก็สบายดีค่ะครู
 คุณครู : อ้อ ครูนึกว่าหนูไม่สบายเห็นไม่ค่อยมาโรงเรียน (ทักทายการใส่ใจ)
 นักเรียน : เอ่อ.... ที่จริงก็..ไม่ค่อยสบายนัก...
 คุณครู : ไม่ค่อยสบาย เป็นอะไรหรือ (ทักทายซ้ำความและการถาม)
 นักเรียน : คือ..ก็ไม่ได้ป่วยอะไร.. ตอนนี้..หนู...
 คุณครู :(ทักทายการเงียบ)...
 นักเรียน : คือ....หนู...
 คุณครู : เธออาจจะกำลังลังเลว่าควรเล่าหรือไม่ แล้วแต่เธอนะ แต่ถ้าเธอกลัวเรื่องการรักษาความลับ ครูรับรองว่าจะไม่นำเรื่องของเธอบอกไปเปิดเผยให้ใครฟังอย่างแน่นอน และการได้เล่าเรื่องที่เรารู้สึกไม่สบายใจให้ใครสักคนที่เป็นห่วงและหวังดีต่อเรา มันจะทำให้เรารู้สึกดีขึ้น เพราะอย่างน้อยก็มีคนรับฟัง (ทักทายการจัดการ)
 นักเรียน : หนู..ก็..มีเรื่องไม่ค่อยสบายใจนิดหน่อยนะค่ะ
 คุณครู : ที่ว่ามีเรื่องไม่ค่อยสบายใจ มีอะไรที่ครูช่วยได้ครูยินดีนะ (ทักทายการซ้ำความและทักทายการใส่ใจ)

๒. ขั้นสำรวจและทำความเข้าใจปัญหา ความต้องการของผู้รับคำปรึกษา และกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงได้

- นักเรียน : คือ..ว่าตอนนี้หนู...ไม่ค่อยสบายใจเรื่องทางบ้านค่ะ
 คุณครู : ไม่สบายใจเรื่องที่บ้าน มีอะไรหรือ (ทักทายการซ้ำความและทักทายการถาม)
 นักเรียน : คือว่า..คุณพ่อของหนูต้องไปทำงานที่ต่างจังหวัดนะคะ หนูเลยต้องอยู่บ้านกับคุณแม่ ๒ คน แต่ที่นี่ คุณแม่เป็นคนที่ชอบบอกลังคม ไม่ค่อยได้อยู่บ้าน เวลาตอนเย็นหนูกลับบ้านก็ไม่ค่อยได้เจอคุณแม่เลย ข้าวเย็นหนูก็ต้องหากินเองคนเดียว เข้ามาคุณแม่ก็ไปทำงาน
 คุณครู : แล้วหนูรู้สึกอย่างไร (ทักทายการถาม)
 นักเรียน : หนูก็..เหงา เซ็ง เบื่อ ก็เลยออกไปข้างนอกไปอยู่กับเพื่อน จะได้มีเพื่อนคุย มีเพื่อนกินข้าว
 คุณครู : ที่คุณแม่ไม่ค่อยอยู่บ้าน หนูต้องกินข้าวคนเดียวบ่อยๆ มันทำให้หนูเหงา ก็เลยต้องออกไปหาเพื่อน (ทักทายการสะท้อน)
 นักเรียน : ค่ะ
 คุณครู : ไปอยู่กับเพื่อนแล้วเป็นอย่างไรบ้าง (ทักทายการถาม)
 นักเรียน : ก็ดีค่ะ แต่บางทีหนูก็..เกรงใจเค้า แบบว่าบางทีแฟนเค้าก็มาหา หนูคิดว่าเค้าอาจจะอยากมีความเป็นส่วนตัวบ้าง แล้วเค้าก็ชอบออกไปเที่ยวกลางคืนกับแฟนเค้าด้วย เวลาเค้าไปเค้าก็ชอบชวนหนูไปด้วย หนูก็ไม่อยากไปแต่ไม่รู้ว่าจะปฏิเสธเค้ายังไง จะอยู่คนเดียวก็เหงาก็เลย

- ..ไปก็ไป พอตอนเช้าหนูก็ตื่นมาโรงเรียนไม่ไหว... แล้วเค้าก็ยังแนะนำเพื่อนของแฟนให้รู้จักกับหนู เค้าบอกหนูว่า...ให้หนูรีบมีแฟนจะได้ไม่ต้องเหงาอยู่คนเดียว
- คุณครู : แล้วหนูมีคดียังไงกับคำแนะนำของเขาจ๊ะ (ทักษะการถาม)
- นักเรียน : ก็ตื่นคะครู หนูเห็นเวลาเค้าอยู่ด้วยกันเค้าก็มีความสุขดี แต่อีกใจหนึ่งหนูก็ว่าไม่ค่อยดี.. เวลาเค้าทะเลาะกัน..น่ากลัว แบบว่า..เค้าโดนแฟนตีด้วยนะคะครู แล้วเพื่อนเค้าแต่ละคนก็แนะนำให้หนูรู้จักเนี่ย น่ากลัวกว่าแฟนเพื่อนหนูอีก หนูไม่แน่ใจว่าจะมีแฟนดีไหม
- คุณครู : จากที่หนูเล่ามาทั้งหมด หนูคิดว่าถ้าหนูใช้ชีวิตอย่างนี้ต่อไปจะเป็นยังไงจ๊ะ (ทักษะชี้ผลที่ตามมา)
- นักเรียน : ก็.....
- คุณครู : (ทักษะการเจียบ)
- นักเรียน : ก็คง...คงจะ...จะติดกลุ่มเที่ยว กินเหล้า สูบบุหรี่ ความจริงแล้วเพื่อนหนู...แต่ก่อนเค้าก็ไม่ได้เป็นแบบนี้หรอกคะ เค้าเพิ่งมาเป็นตอนคบกับแฟนคนนี้แหละ
- คุณครู : นั่นสิ ถ้าหนูยังไปหาเพื่อนคนนี้ ไปเที่ยวตอนกลางคืนแล้วก็อยู่ในกลุ่มนี้บ่อยๆ.. (ทักษะการซ้ำความ)
- นักเรียน : หนู...คง...แย่... เพราะตั้งแต่หนูไปเที่ยวกับพวกเค้า โรงเรียน..ก็ไม่ค่อยได้มา การบ้าน..งาน..ค้างเยอะไปหมด คะแนนของหนูก็แย่งแทบจะทุกวิชา
- คุณครู : ครุติใจนะที่หนูคิดได้แบบนี้ แล้วหนูคิดว่าหนูจะอย่างไรต่อไป(ทักษะการให้กำลังใจและการถาม)
- นักเรียน : หนูว่าจะเลิกไปหาเค้าที่หอ แล้วก็....อยู่บ้านแทน
- คุณครู : เป็นความคิดที่ดีมากเลย เออ..แต่ว่า หนูบอกครูว่า...ที่ออกไปหาเพื่อนเพราะว่า เหนงต้องอยู่บ้านคนเดียว แล้วถ้าหนูไม่ออกไปหาเค้า..จะอยู่บ้าน หนูจะเป็นยังไง (ทักษะการสรุปความและการถาม)
- นักเรียน : ก็คงจะเหงา..แล้วก็เหงามาก...

๓. ค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา

- คุณครู : นั่นสิ อยู่บ้านก็เหงา ไปหาเพื่อนก็ดูจะอันตราย แล้วหนูคิดว่าจะอย่างไร (ทักษะการสรุปความและการถาม)
- นักเรียน : ก็คงดูทีวี ฟังเพลง ไปตามภาษา เรื่อยเปื่อย
- คุณครู : ดูทีวี ฟังเพลง แล้วหนูคิดว่าจะหายเหงาไหม (ทักษะการทวนซ้ำและการถาม)
- นักเรียน : มันก็...ไม่หายเหงาหรอกคะครู ที่หนูไปเที่ยวผับกับเพื่อนๆ ความจริง ก็ดี หายเหงา เพื่อนเยอะดี อยู่บ้านแล้ว เซ็ง ไปค้างหอเพื่อนบ้างก็ดี
- คุณครู : ไปเที่ยวผับ แล้วก็ไปค้างหอเพื่อนต่อ ถ้าพ่อแม่กลับมา..แล้วรู้ว่าหนูไม่อยู่บ้าน..หนูคิดว่าจะเกิดอะไรขึ้น (ทักษะการซ้ำความและการชี้ผลที่ตามมา)
- นักเรียน :(เจียบ)... พ่อกับแม่คงโมโหมาก เพราะเคยบอกว่าย่าไปไหนตอนกลางคืน ไม่ให้ไปค้างบ้านคนอื่น....หากไม่ได้ขออนุญาต อ่า...ทำใจดีคะ
- คุณครู : นั่นสิ ทำใจดี (ทักษะการถาม)
- นักเรียน : ช่างเหอะ.. จะรู้มั้งว่า คนเราก็เหงา ก็กลัวเป็นเหมือนกันที่ต้องอยู่คนเดียว
- คุณครู : ฟังดูเหมือนกับว่า... ที่หนูไปเที่ยวกับเพื่อนๆ ดิๆเนี่ยนอกจากจะเหงาแล้วหนูยังกลัวที่ต้องอยู่คนเดียวตอนกลางคืน แล้วก็ประชิดคุณแม่ด้วย... (ทักษะการตีความ)
- นักเรียน :(เจียบ ก้มหน้า น้ำตาไหล)
- คุณครู : (ส่งกระดาษซับน้ำตาให้).....(ทักษะการเจียบและการใส่ใจ)
- นักเรียน : หนูเหงา...(สะอื้น) หนูอยากให้... แม่มีเวลาให้หนูบ้าง...
- คุณครู : (ส่งกระดาษซับน้ำตาให้).....(ทักษะการเจียบและการใส่ใจ).....

หนูเคยบอกหรือทำอะไรให้คุณแม่รู้ไหมคะว่า... หนูเหงาแล้วก็อยากให้เขาอยู่กินข้าวด้วยในตอนเย็น (ทักษะการถาม)

นักเรียน :ไม่ค่ะ

คุณครู : ที่ไม่บอกเนี่ยะ เพราะอะไรหรอ (ทักษะการซ้ำความและการถาม)

นักเรียน : ทำไมต้องให้บอกด้วย แม่ก็ต้องรู้สิว่า ลูกที่ไหนๆเขาก็อยากให้อแม่อยู่ด้วยทั้งนั้นแหละ....

คุณครู : เป็นไปได้ไหมที่คุณแม่จะคิดว่าหนูอยู่คนเดียวได้ เขาจึงออกงานสังคมบ่อยๆ แล้วอีกอย่าง...ตัวหนูเองก็ไม่เคยบอกหรือทำให้เขารู้ว่าอยากให้อแม่อยู่ด้วย (ทักษะการระจางความ)

นักเรียน : หนู..ไม่รู้...

คุณครู : แล้วหนูคิดยังไง ถ้าจะบอกให้คุณแม่รู้ว่า...อยากให้อบ้าน...อยู่กินข้าวด้วย (ทักษะการถาม)

นักเรียน : ไม่รู้ซี...แต่ก็...น่าจะ...ดีเหมือนกัน

๔. ขั้นวางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ

คุณครู : ถ้าดี....หนูจะลองบอกคุณแม่ดูใหม่ แล้วถ้าจะบอกหนูอยากบอกคุณแม่ว่ายังไงดีละ (ทักษะการซ้ำความและการถาม)

นักเรียน : ก็...บอกว่า .. หนูอยากให้อแม่ออกงานตอนเย็นน้อยลง อยู่บ้านกินข้าวเย็นกับหนูบ้าง แค่อาทิตย์ละ ๒-๓ วันก็พอแล้ว

คุณครู : ดีค่ะ...(ยิ้ม ผงกศีรษะ).. แล้วความรู้สึกของหนูที่ต้องอยู่บ้านคนเดียวละ จะบอกใหม่ (ทักษะการให้กำลังใจและการถาม)

นักเรียน : บอกดีไหมคะ.. บอกดีกว่า..หนูจะบอกว่า...หนูเหงาแล้วก็กลัวด้วยที่ต้องอยู่คนเดียว

คุณครู : อ้อ... ถ้าหนูพูดแบบนี้กับคุณแม่ หนูคิดว่าคุณแม่จะว่ายังไง (ทักษะการถาม)

นักเรียน : คุณแม่ก็คง...จะอยู่บ้านกับหนูมากขึ้น เพราะหนูก็ไม่ได้เรียกร้องอะไรมากมาย

คุณครู : อืม...ครูก็คิดอย่างนั้นแหละ แล้วตอนนี้รู้สึกยังไงบ้าง (ทักษะการให้กำลังใจและการถาม)

นักเรียน : ก็ดีค่ะ โลงๆดี ชอบคุณมากนะคะครู

คุณครู : ครูว่าถ้าหนูทำตามอย่างที่หนูคิด ทุกอย่างน่าจะดีขึ้น แล้วจะพูดกับคุณแม่วันไหนดีละ (ทักษะการให้กำลังใจและการถาม)

นักเรียน : เย็นนี้เลยคะครู คุณแม่กลับดึกยังงั้นหนูก็จะรอ

๕. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

คุณครู : ดีแล้วค่ะ รรอปก็ไม่มีประโยชน์อะไร ได้ผลเป็นยังไงก็มาเล่าให้ครูฟังนะ (ทักษะการให้กำลังใจและการใส่ใจ)

นักเรียน : ค่ะ... ครู ชอบคุณมากนะคะ สวัสดีค่ะ

คุณครู : ไม่เป็นไรจ๊ะ ครูยินดี

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (๒๕๔๐). คู่มือคลายเครียดด้วยตนเอง. พิมพ์ครั้งที่ ๓. นนทบุรี : โรงพิมพ์

กระทรวงสาธารณสุข.

จิน แบรี่. (๒๕๓๗). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มัลลิวีร์ อุดุลวัฒน์ศิริ.๒๕๕๔. เทคนิคการให้คำปรึกษา : การนำไปใช้. ขอนแก่น : โรงพิมพ์คลังนานา.

ลักษณะของการปรับพฤติกรรม

๑. มุ่งที่พฤติกรรมโดยตรงที่สังเกตได้ วัดได้ตรงกัน (พฤติกรรม หมายถึง สิ่งที่คุณกระทำ แสดงออก ตอบสนอง หรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยินได้ นับได้ และวัดได้ตรงกันด้วยเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าการแสดงออกหรือการตอบสนองนั้นเป็นภายในหรือภายนอกก็ตาม) เช่น การร้องไห้ การเดิน การคิด การเต้นของชีพจร การอ่านหนังสือ เป็นต้น

๒. ไม่ใช่คำที่เป็นการตีตรา เช่น ก้าวร้าว โง่ เกเร ชี้อายุ เก่ง เพราะคำเหล่านี้มีความหมายกว้าง การรวมพฤติกรรมหลายๆ ลักษณะเข้าด้วยกัน ทำให้ยากแก่การจัดโปรแกรมปรับพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้ และยังทำให้ผู้เกี่ยวข้องเกิดความอับอายได้ เช่น ตีตราเด็กว่า เป็นคนเห็นแก่ตัว

๓. พฤติกรรมย่อมเกิดจากการเรียนรู้ในอดีต จึงสามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยใช้กระบวนการเรียนรู้

๔. การปรับพฤติกรรมจะเน้นที่สภาพและเวลาในปัจจุบันเท่านั้น เพราะเงื่อนไขสิ่งเร้า และผลกระทบในสภาพปัจจุบันเป็นตัวกำหนดว่า พฤติกรรมที่เรียนรู้ในอดีตนั้น จะมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลง สามารถปรับสิ่งเร้าและผลกระทบให้เหมาะสมเพื่อจะให้พฤติกรรมดังกล่าวเปลี่ยนแปลงไปตามเป้าหมายที่ต้องการ

๓๗

๕. วิธีการปรับพฤติกรรมนั้น สามารถใช้ได้เหมาะสมตามลักษณะปัญหาของแต่ละบุคคล เพราะบุคคลที่และบุคคลนั้นมีความแตกต่างกัน การลงโทษอาจใช้ได้ผลกับคนๆ หนึ่ง แต่อาจใช้ไม่ได้กับอีกกลุ่มหนึ่ง การปรับพฤติกรรมจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

๖. การปรับพฤติกรรมจะเน้นวิธีการทางบวกมากกว่าใช้วิธีการลงโทษในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล เพราะวิธีการทางบวกมีประสิทธิภาพ และก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์น้อยกว่าการใช้วิธีการลงโทษ การลงโทษใช้เพื่อระงับพฤติกรรม หยุดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ชั่วคราวหนึ่งเพื่อจะได้มีเวลาพอที่จะเสริมพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ได้

๗. วิธีการปรับพฤติกรรมได้รับการพิสูจน์มาแล้วว่ามีประสิทธิภาพ และได้ผลโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์

หลักในการให้แรงเสริม

๑. ให้แรงเสริมทันทีที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในสถานการณ์ที่เหมาะสม และไม่ควรให้บ่อยเกินไป

๒. ควรให้แรงเสริมที่เป็นความต้องการที่นักเรียนพอใจ และควรให้แรงเสริมมากกว่า ๑ อย่างในบางโอกาส เช่น ให้คำชมเชยกับการให้รางวัล ไม่ควรให้อย่างเดียวซ้ำๆ ควรเปลี่ยนแรงเสริมไปเรื่อยๆ ถ้าเป็นสิ่งที่ไม่ควรเป็นของมีค่ามากนัก

๓. แรงเสริมที่ใส่สอดคล้องกับพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกเหมาะสมกับวัย บุคลิกภาพ เพราะแรงเสริมบางอย่าง อาจมีผลสำเร็จกับคนหนึ่งแต่อาจไม่เป็นผลกับอีกหลายๆ คน

๔. การให้แรงเสริมด้วยคำพูด ควรเป็นคำพูดที่ชัดเจนเข้าใจง่าย อาจใช้ท่าที่ประกอบ ถ้าเป็นคำชมเชยไม่ควรยกยอ หรือพูดเลยจริง ควรพูดให้ชัดเจนว่า ทำไมจึงชมเชย ทำไมจึงได้รับรางวัล

๕. ไม่สนใจหรือไม่เอาใจใส่ต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ นอกจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เป็นพฤติกรรมที่รุนแรง และทำให้ผู้อื่นบาดเจ็บ และควรเสริมแรงในทางบวกมากกว่าทางลบ เพราะได้ผลดีและคงทนกว่า วิธีการลงโทษควรเป็นวิธีการสุดท้ายเมื่อใช้แรงเสริมไม่ได้ผล และควรเป็นการลงโทษสถานเบาไม่รุนแรง

๖. พยายามให้แรงเสริมให้ทั่วทุกคน และสม่ำเสมอคงที่ ไม่ขึ้นกับอารมณ์ของครู และครูไม่ควรเป็นผู้ให้แรงเสริมคนเดียว ควรเปิดโอกาสให้เพื่อนนักเรียนมีส่วนร่วมเป็นผู้ให้แรงเสริมบ้าง

๗. ควรจัดสภาพแวดล้อมของห้องเรียน เช่น บรรยากาศ สถานที่ ให้เป็นแรงจูงใจให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และหาโอกาสให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจภายในบ้าง เช่น การกระตุ้นให้เกิดความกระตือรือร้น ต้องการความสำเร็จเกิดความพึงพอใจในการกระทำสิ่งที่ดี

เทคนิคการปรับพฤติกรรมนักเรียน

๑. การให้แรงเสริมในพฤติกรรมที่พึงประสงค์
๒. การรายงานประจำวัน ประจำสัปดาห์ รายงานผลการเรียน หรือพฤติกรรมที่ดีขึ้นของนักเรียนให้ผู้ปกครองได้รับทราบ และผู้ปกครองให้แรงเสริมต่อ
๓. การทำสัญญาระหว่างนักเรียนกับครู และนักเรียนกับผู้ปกครอง
๔. การลงโทษ โดยวิธีการแยกตัว การเรียกแรงเสริมคืน การให้คำตำหนิ ตีเตือน
๕. การใช้แบบอย่างจากบุคคล หรือภาพยนตร์
๖. การใช้เครื่องชี้แนะและคำแนะนำ เช่น เครื่องช่วยในการเรียนการสอน วิद्यุ โทรทัศน์ บทเรียนแบบโปรแกรมคอมพิวเตอร์ ประกอบกับคำแนะนำของครู
๗. การควบคุมตนเอง โดยการตั้งจุดประสงค์และการใช้แรงเสริม การสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมตนเอง การประเมินผลตนเอง การให้รางวัลตนเอง

ตัวอย่างการป้องกัน/แก้ไขปัญหาและให้คำปรึกษา

แนวทางการวิเคราะห์ปัญหานักเรียน

ตัวอย่างการศึกษารายกรณี

กรณีศึกษาที่ ๑. ตัวอย่างปัญหาด้านการเรียน

เด็กชายไก่อ อายุ ๑๔ ปี เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ มีปัญหาเรื่องการเรียนไม่ดี ไม่ทำการบ้าน ชอบหนีโรงเรียนตั้งแต่ปลายปีม.๑ แต่งชุดนักเรียนออกจากบ้านแวะไปเปลี่ยนเสื้อผ้าบ้านเพื่อน ช้อนมอเตอร์ไซด์เพื่อนไปเที่ยวสนุกสนาน เต้นสนุ่ยการค้ำ

ครูประจำชั้นได้ช่วยเหลือแก้ไขพฤติกรรมดังกล่าวแต่ไม่ดีขึ้น จึงส่งต่อครูแนะแนว เพื่อทำการศึกษารายกรณีและพาไปทดสอบเชาว์ปัญญา

ประวัติส่วนตัวและครอบครัว

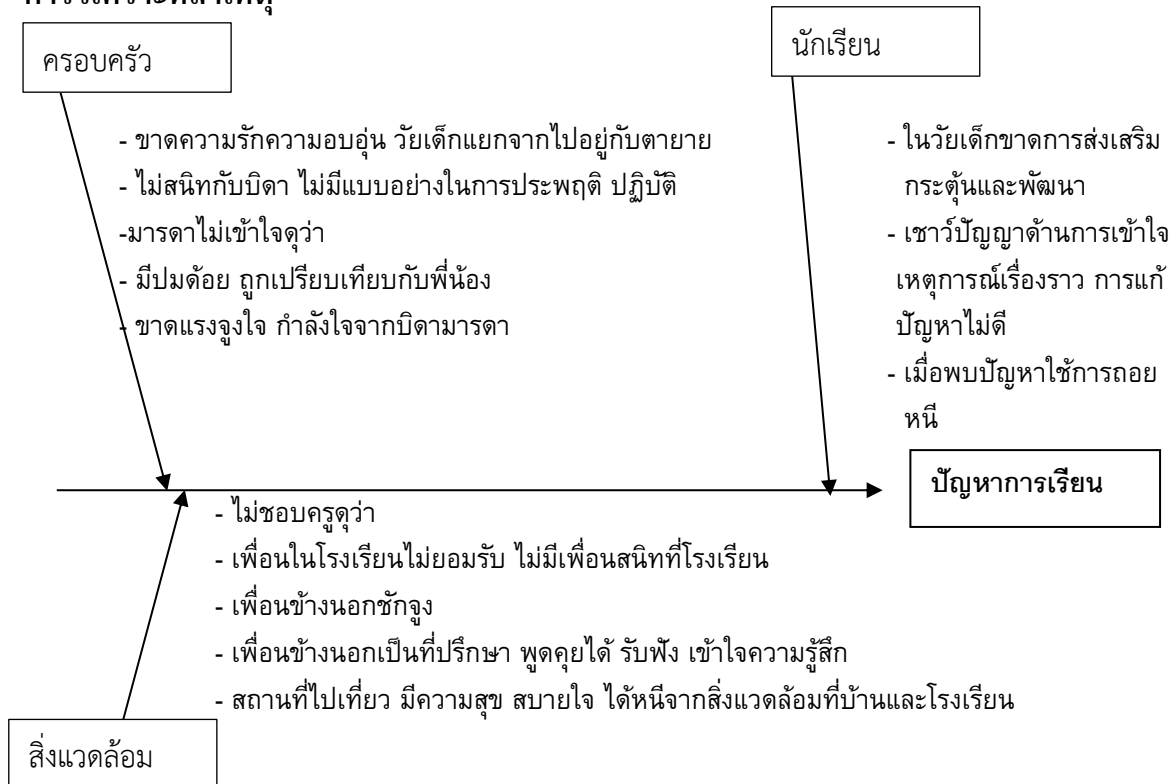
ไก่อเป็นบุตรคนที่ ๒ ใน ๓ คน พี่ชายอายุ ๑๗ ปี น้องสาวอายุ ๑๐ ปี บิดาเป็นพนักงานขายอุปกรณ์ไฟฟ้าเดินทางไปต่างจังหวัดบ่อย ไม่ค่อยอยู่บ้าน มารดามีอาชีพขายผลไม้ที่ตลาดใกล้บ้าน ช่วงวัยเด็กเมื่อไก่อายุได้ ๔ ปี มารดาคลอดน้องสาว จึงส่งไก่อไปอยู่กับตายายที่ต่างจังหวัด จนไก่อายุได้ ๗ ปี ตาของไก่อเสียชีวิต ไก่อจึงกลับมาอยู่กับมารดา

เริ่มเข้าเรียนชั้นป.๑ โรงเรียนเดียวกับพี่ชาย พี่ชายเรียนเก่ง ไก่อเรียนไม่ค่อยดี ผลการเรียนสู้พี่ชายไม่ได้ถูกมารดาดุ ว่าไม่ได้เรื่อง จบป.๖ได้เกรด ๒.๑๐ ขึ้นชั้นม.๑ ไก่อต้องซ่อมหลายวิชา เริ่มหนีเรียนหลายครั้ง อาจารย์ประจำชั้นส่งจดหมายให้มารดาทราบ มารดาลงโทษไก่อด้วยการตีและดุด่า จะส่งไปอยู่กับยายที่ต่างจังหวัดอีก

ผลการทดสอบเชาว์ปัญญา

ไก่อมีเชาว์ปัญญาอยู่ในระดับเกณฑ์เฉลี่ยค่อนข้างต่ำ IQ = ๙๐ ความสามารถด้านความจำ การเรียนรู้ที่อยู่ในรูปแบบและทักษะการกระทำพอใช้ได้ แต่ความสามารถต่ำในด้านการคิดวิเคราะห์ การเข้าใจเหตุการณ์เรื่องราว และการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า

การวิเคราะห์สาเหตุ



๑. การพบนักเรียน

๑.๑ สอบถามหาข้อมูล เรื่องการหนีโรงเรียน เรื่องการเรียน

๑.๒ ให้ระบายความรู้สึกนึกคิดต่อปัญหา การกระทำ เหตุการณ์และผลที่เกิดขึ้น (ใ้รับว่า เรียนไม่ทัน อายุเพื่อน ถูกแม่ดู ได้ไปเที่ยวมีความสุข สบายใจมากกว่า)

๑.๓ ให้คิดถึงเป้าหมายที่ต้องการในเรื่องการเรียน (อยากรเรียนจบม.๖ แล้วเรียนช่างยนต์)

๑.๔ ให้กำลังใจ มั่นใจความสามารถว่า เรียนได้ถ้าตั้งใจ ขยัน และพยายาม)

๑.๕ ให้เข้าใจ บิดามารดา บทบาท อาชีพ เวลาที่มีให้ครอบครัว ความคาดหวังความตั้งใจ ความรักของบิดามารดาที่มีต่อลูกทุกคน

๑.๖ ให้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ร่วมกับเพื่อนๆ ที่เรียนไม่ดี ให้กลุ่มเพื่อนที่เรียนเก่งและไม่มีปัญหามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในหลักสูตรการเรียนการสอนและกิจกรรมอื่นๆ ในลักษณะเพื่อนช่วยเพื่อน

๒. การพบมารดา

๒.๑ ชี้แจงให้มารดาเข้าใจปัญหา สาเหตุ

๒.๒ ให้ทราบถึงระดับเซิร์ฟปัญญาของลูกว่า อยู่ในเกณฑ์ที่สามารถเรียนได้ถ้าได้รับการสนับสนุน กำลังใจจากบิดามารดา ไม่ลงโทษ ดูว่า เมื่อทำผิด ให้ใช้การพูดคุยรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกของลูก

๒.๓ ให้เข้าใจความรู้สึกของลูก เมื่อถูกเปรียบเทียบ มีปมด้อย บทบาทของบิดามารดาในการส่งเสริมพัฒนาลูก ไม่ให้เกิดปัญหาทางพฤติกรรมและอารมณ์จิตใจ

๒.๔ ให้หาวิธีการสื่อความรัก ความเข้าใจ ให้ลูกมั่นใจ อบอุ่น มีปฏิสัมพันธ์ในทางบวกในครอบครัวมากขึ้น

ผลการช่วยเหลือแก้ไข้ปัญหา

หลังจากการพบครูสัปดาห์ละครั้ง รวม ๔ ครั้ง นักเรียนไม่มีปัญหาหนีโรงเรียน การเรียนปลายปีม.๒ เริ่มดีขึ้น บิดามารดาให้ความร่วมมือดีในการปฏิบัติตามคำแนะนำ ครูติดตามประเมินผลต่อไปเป็นระยะๆ

กรณีศึกษาที่ ๒. ตัวอย่างปัญหาด้านยาเสพติด

เด็กชายพล อายุ ๑๔ ปี เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ อาการเลื่อนลอย ง่วงเหงาหาวนอน ตาแดง น้ำตาไหลบ่อย เวลาครูถามจะตื่นเต้น พูดอ้อแอ้ ผลการเรียนตกต่ำ สอบตกหลายวิชา ขาดเรียนบ่อย

ประวัติส่วนตัวและครอบครัว

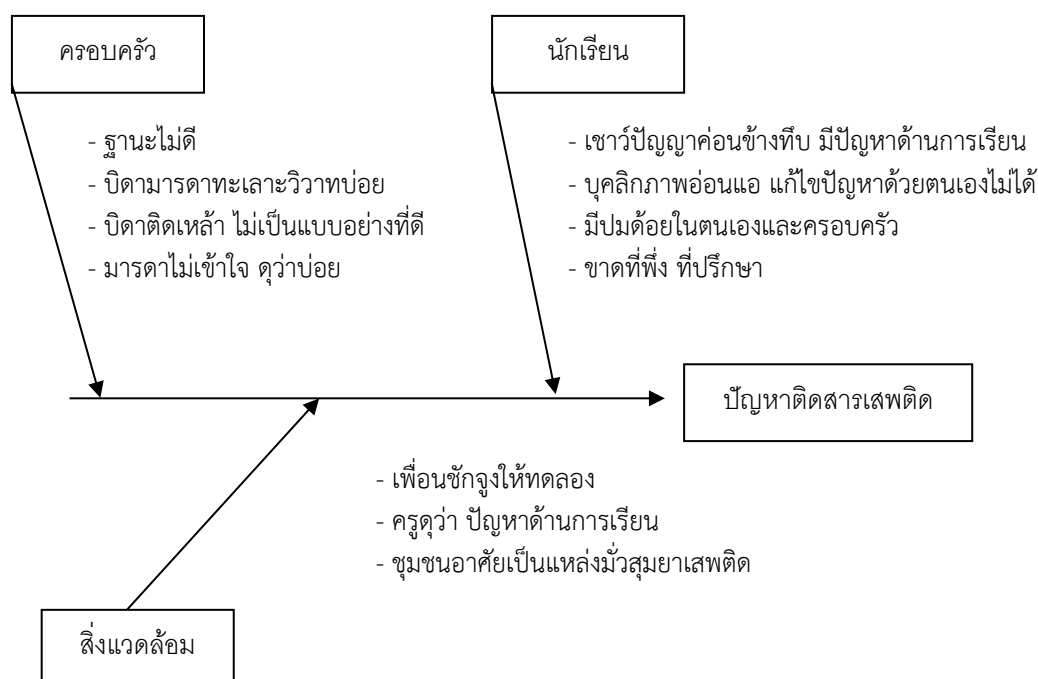
บิดามีอาชีพรับจ้างก่อสร้าง มารดาขายผักที่ตลาดเพิ่งเปิดใหม่ ครอบครัวฐานะไม่ดี บ้านอยู่ในชุมชนแออัด พลเป็นลูกคนโต น้องสาวอายุ ๑๒ ปี เรียนอยู่โรงเรียนเดียวกัน ผิดชอบดีมีเหล้า เวลาเมามากอาละวาดทุบตีมารดา พลเห็นบิดามารดาทะเลาะกันเป็นประจำ พลมักหลบออกจากบ้านไปหาเพื่อนรุ่นพี่ที่ปากซอย ซึ่งเป็นที่ตั้งวงพุดคุยจับกลุ่มกัน ต้นปีม.๑ บิดามารดาทะเลาะทุบตีกันรุนแรง พลเข้าช่วยมารดาจึงถูกบิดาตีอย่างแรง พลหนีไปหาเพื่อนขอย่อยด้วย มารดามาตาม พลบอกไม่อยากจะกลับขอย่อยต่อ ต่อมาเพื่อนชักชวนให้ทดลองดมกาว รู้สึกตัวเบาสบายเหมือนอยู่ในโลกที่อิสระ มีความสุข ลืมความทุกข์ พลจึงใช้ต่อมาเรื่อยๆ จนติดมีผลการเรียนตกต่ำลง สอบไม่ผ่านหลายวิชา ขาดเรียนบ่อย ครูที่ปรึกษาส่งต่อครูแนะแนวเพื่อส่งตัวเข้ารับการตรวจวินิจฉัยจากหน่วยงานบริการจิตเวช และขอคำแนะนำปรึกษา

ผลการทดสอบเชาว์ปัญญาและบุคลิกภาพ

พลมีระดับเชาว์ปัญญาอยู่ในขั้นตึบ IQ = ๘๙ ความสามารถในการรับรู้ เรียนรู้ในสิ่งที่เห็น รูปธรรม ทักษะทางการกระทำอยู่ในเกณฑ์พอใช้ได้ แต่ความสามารถในด้านความจำ ความคิด ความเข้าใจ การวางแผนการคาดการณ์ล่วงหน้า และการตัดสินใจค่อนข้างต่ำ

ลักษณะบุคลิกภาพ อ่อนแอ ไม่เชื่อมั่นตนเอง ต้องการที่พึ่ง ไม่สามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้ ใช้การถอยหนี มีความรู้สึกกลัวตนเองมีปมด้อยในตนเองและในครอบครัว ความสัมพันธ์กับผู้อื่นไม่ดี รู้สึกว่าบิดาไม่เป็นผู้ นำ ไม่ชอบที่บิดาตีมีเหล้าเมา รู้สึกสงสารมารดา แต่มารดาไม่เข้าใจ ปรึกษาไม่ได้ ไม่มีความสุขเมื่ออยู่บ้านมีลักษณะที่ค่อนข้างเก็บกด ไม่สามารถแสดงออกทางอารมณ์และการกระทำได้โดยตรง ขาดที่พึ่งและที่ปรึกษาที่โรงเรียนไม่กล้าปรึกษาครู ถูกครูว่าไม่ตั้งใจเรียน เรียนไม่ดี เพื่อนสนิทไม่มี

การวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา



การช่วยเหลือแก้ไข

๑. ตัวนักเรียน

๑.๑ นำนักเรียนพบแพทย์เพื่อการรักษา

๑.๒ ครูที่ปรึกษาให้ความสนใจดูแลเป็นพิเศษกว่าคนอื่น

๑.๓ ให้นักเรียนเข้าใจสถานะของครอบครัว บิดามารดา ให้นั่นใจในความรักของบิดามารดาที่มีต่อลูก

๑.๔ ชี้ให้เห็นโทษของการใช้สารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจของตนเอง ผลกระทบต่อบิดามารดาและผู้อื่นรวมทั้งผลต่อการปรับตัวทางสังคม

๑.๕ ให้กำลังใจ เรื่องการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไขตนเองในเรื่องการปรับตัวในครอบครัวกับบิดามารดา เรื่องเลิกใช้สารเสพติด ให้นั่นใจว่าสามารถแก้ไขรักษาได้

๑.๖ แนะนำการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การเข้ากลุ่มทำกิจกรรมกับเพื่อน

๒. พบบิดามารดา

๒.๑ ให้อยอมรับระดับความสามารถ และปัญหาทางอารมณ์จิตใจของลูกที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการเรียนรู้และการติดยาเสพติด

๒.๒ ให้อธิบายความเข้าใจสภาพปัญหาครอบครัว ปัญหาของบิดามารดาที่มีผลต่อความรู้สึกนึกคิดอารมณ์จิตใจของลูก ชี้ให้เห็นถึงสถานะปัญหาปัจจุบันว่า ส่งผลต่ออนาคตอย่างไร

๒.๓ แนะนำการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในครอบครัว การสร้างความสุข ความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

๒.๔ แนะนำให้บิดาไปรับการรักษาเรื่องติดเหล้า

ผลการช่วยเหลือแก้ไข

ครูพบนักเรียนกับผู้ปกครอง ตามที่สัญญากันไว้ ให้คำปรึกษา พร้อมทั้งให้นักเรียนรับบริการตรวจรักษาที่หน่วยงานของจิตเวช ๖ เดือนหลังจากช่วยเหลือแก้ไขปัญหา นักเรียนเลิกดื่มกาว สุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น สนใจการเรียนรู้ และครูติดตามประเมินผลต่อ

ตัวอย่าง Active Listening

รศ.ประไพพรรณ ภูมิพิสาร
ผศ.ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ

หลังจากโรงเรียนเลิก ลูกเดินเข้ามาหาแม่ที่กำลังทำอาหารอยู่พร้อมกับสีหน้าเศร้าวิตกกังวลแล้วพูดว่า

- ลูก “แม่ขา.....หนูไม่อยากไปโรงเรียนเลย ”
- แม่หยุดทำงานในครอบครัว เข้ามาโอบกอดลูกไว้ แล้วชวนกันเดินไปนั่งลงพร้อมกับพูดว่า
- แม่ “ หนูรู้สึกว่าคุณไม่อยากไปโรงเรียน ”
- ลูก “ ใช่..วันนี้เรียนวิชาศิลปะ แล้วคุณครูตีหนู ”
- แม่ “ หนูรู้สึกเจ็บและอายที่คุณครูตีหนู ”
- ลูก “ ค่ะ...อายมากเลย...คุณครูตีหนูต่อหน้าเพื่อนๆ ด้วย....แล้วตีหนูคนเดียวด้วย ”
- แม่ “ หนูอายเพื่อนของหนูที่หนูถูกตีคนเดียว ”
- ลูก พยักหน้าแล้วพูดว่า “ เพราะหนูลืมเอางานศิลปะที่ครูสั่งให้ทำการบ้านไปส่ง ”
- แม่ “ อ้อ...ลูกลืมส่งการบ้าน.... ”
- ลูก “ ใช่ค่ะ...นี่ถ้าหนูไม่ลืมส่งการบ้านคุณครูก็คงไม่ตีหนู ”
- แม่ “ หนูคิดว่า ถ้าหนูส่งการบ้าน ครูจะไม่ตีหนู ”
- ลูก “ ค่ะ....คราวหน้า หนูคิดว่า หนูจะไม่ลืมส่งการบ้านอีก ”
- เสร็จแล้ว ลูกวิ่งออกไปเล่นนอกบ้านด้วยความร่าเริง

แบบฟอร์มเอกสารงานครูที่ปรึกษา

แบบฟอร์ม
สำหรับการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุดรดิตถ์

- อป. ๐๑ ประวัตินักเรียนนักศึกษา
- อป. ๐๒ แบบบันทึกการเยี่ยมบ้านผู้เรียน วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุดรดิตถ์
- อป. ๐๒-๑ แบบรายงานการเยี่ยมบ้านผู้เรียนทางโทรศัพท์หรือช่องทางออนไลน์
- อป. ๐๓ บันทึกรายงานการปฏิบัติกิจกรรม HOME ROOM ของครูที่ปรึกษา
- อป. ๐๔ บันทึกการให้คำแนะนำช่วยเหลือ
- อป. ๐๕ บันทึกการให้คำแนะนำ ช่วยเหลือทางไปรษณีย์และโทรศัพท์
- อป. ๐๖-๑ บันทึกรายงานการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา ครั้งที่ ๑ (สัปดาห์ที่ ๑ - ๔)
- อป. ๐๖-๒ บันทึกรายงานการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา ครั้งที่ ๒ (สัปดาห์ที่ ๕ - ๘)
- อป. ๐๖-๓ บันทึกรายงานการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา ครั้งที่ ๓ (สัปดาห์ที่ ๑๐ - ๑๓)
- อป. ๐๖-๔ บันทึกรายงานการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา ครั้งที่ ๔ (สัปดาห์ที่ ๑๔ - ๑๘)
- อป. ๐๗ แบบบันทึกการโทรศัพท์ติดตามผู้เรียนของครูที่ปรึกษา
- อป. ๐๘ แบบบันทึกการพบครูที่ปรึกษาของผู้ปกครอง
- อป. ๐๙ แบบส่งต่อและดูแลช่วยเหลือแก่นักเรียนนักศึกษา
- อป. ๑๐ แบบรายงานแจ้งผลการช่วยเหลือแก่นักเรียนนักศึกษา
- อป. ๑๑ แบบรายงานนักเรียนนักศึกษาดีเด่น
- อป. ๑๒ หนังสือเชิญผู้ปกครองเพื่อปรึกษาหารือ
- อป. ๑๓ แบบสำรวจคัดกรองผู้เรียนรายบุคคล
- อป. ๑๔ แบบรายงานผลการสำรวจคัดกรองผู้เรียน
- อป. ๑๕ แบบฟอร์มติดตามผลการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา
- อป. ๑๖ แบบสอบถามนักเรียนนักศึกษา
- อป. ๑๗ แบบประเมินผลการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา
- อป. ๑๘ บันทึกรายงานผลการปฏิบัติงานของครูที่ปรึกษา
- อป. ๑๙ รายงานบันทึกการประชุมผู้ปกครอง นักเรียน นักศึกษา
- อป. ๒๐ แบบฟอร์มรายชื่อคณะกรรมการตัวแทนผู้ปกครอง



คู่มือครูที่ปรึกษา

Homeroom Teacher Guide Book

งานครูที่ปรึกษา
ฝ่ายพัฒนากิจการนักเรียน นักศึกษา
วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์
กระทรวงศึกษาธิการ

งานครูที่ปรึกษา

วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุตรดิตถ์