



คู่มือแนวทางการดำเนินงาน สุขภาพจิตในโรงเรียน

นายพบรมม พรหมรักษา
ตำแหน่ง นักจิตวิทยาโรงเรียน

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์
สำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

แนวทางการดำเนินงานสุขภาพจิตในโรงเรียน

1 ส่งเสริม พัฒนา สร้างภูมิคุ้มกัน

- เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ สร้างเสริมความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับจิตวิทยาและสุขภาพจิตในโรงเรียน เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต โดยเน้นส่งเสริมให้นักเรียนยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น เข้าใจและพอใจในความหลากหลายที่เกิดขึ้นภายในโรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และสังคม
- ถ่ายทอด ฝึกอบรมองค์ความรู้ เทคโนโลยีด้านสุขภาพจิต จัดทำแผนการฝึกอบรม เพื่อพัฒนาความรู้ความสามารถของนักเรียน ครู ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้อง
- สร้างเครือข่ายในการแก้ไขปัญหาเฉพาะด้านหรือเสริมสร้าง ป้องกัน และพัฒนานักเรียนร่วมกับเครือข่ายภายนอกอื่น ๆ เช่น สถานพยาบาล สถานีตำรวจ ฯลฯ
- จัดโปรแกรมเพื่อส่งเสริมให้โรงเรียนมีความปลอดภัย และมีสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- ให้ความร่วมมือกับโรงเรียนและผู้ที่เกี่ยวข้องในโรงเรียนเพื่อส่งเสริมและพัฒนานักเรียน

2 ป้องกัน แก้ไข เยียวยา

- วิเคราะห์ปัญหานักเรียนเป็นรายบุคคลหรือจากการส่งต่อด้วยวิธีการที่เหมาะสม
- ให้คำปรึกษา บำบัดและฟื้นฟูแก่นักเรียนและผู้ที่เกี่ยวข้องเป็นรายบุคคล รายกลุ่ม และครอบครัวโดยประสานงานกับครูที่ปรึกษา ผู้ปกครอง และผู้บริหาร เพื่อหาแนวทางที่มีประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหาการเรียนรู้อะไรและพฤติกรรมของนักเรียน รวมทั้งช่วยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องเข้าใจพัฒนาการของเด็กและผลกระทบที่มีผลต่อพฤติกรรมนักเรียน และเสริมสร้างความสัมพันธ์ในการท างานระหว่างครู ผู้ปกครอง และบุคลากรในชุมชนให้มีความแน่นแฟ้นมากขึ้น
- ให้การดูแลช่วยเหลือกลุ่มเด็กพิเศษ เช่น เด็กบกพร่องทางการเรียนรู้ (LD) เด็กสมาธิสั้น ออทิสติก เป็นต้น
- รับการส่งต่อการดำเนินงานจากระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- สรรหา/ พัฒนา/ สร้างนวัตกรรม เครื่องมือ หรือวิธีการใหม่ ๆ ในการแก้ปัญหาหรือพัฒนาเสริมสร้างองค์ความรู้ให้ครูและนักเรียน โดยเฉพาะทางด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น เพื่อช่วยแก้ปัญหาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลหรือปัญหาในครอบครัวที่มีผลกระทบต่อการเรียน รวมถึงให้ความช่วยเหลือโดยตรงแก่นักเรียนและครอบครัวเพื่อแก้ปัญหาในเรื่องการปรับตัวและการเรียนรู้
- ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือโรงเรียนและครอบครัวในการจัดการกับวิกฤติการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับนักเรียน เช่น การเสียชีวิต การเจ็บป่วย อุบัติเหตุ หรือภัยพิบัติต่าง ๆ เป็นต้น

3 ส่งต่อ

- ประสานการส่งต่อไปยังหน่วยงานภายนอก กรณีที่นักเรียนต้องการความช่วยเหลือเฉพาะด้านและการรับส่งกลับเข้าสู่ระบบโรงเรียน

- ส่งต่อผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางในกรณีที่ได้แก่นักเรียนมีปัญหาซับซ้อนมากจนเกินความสามารถของโรงเรียนที่จะดูแลและช่วยเหลือได้

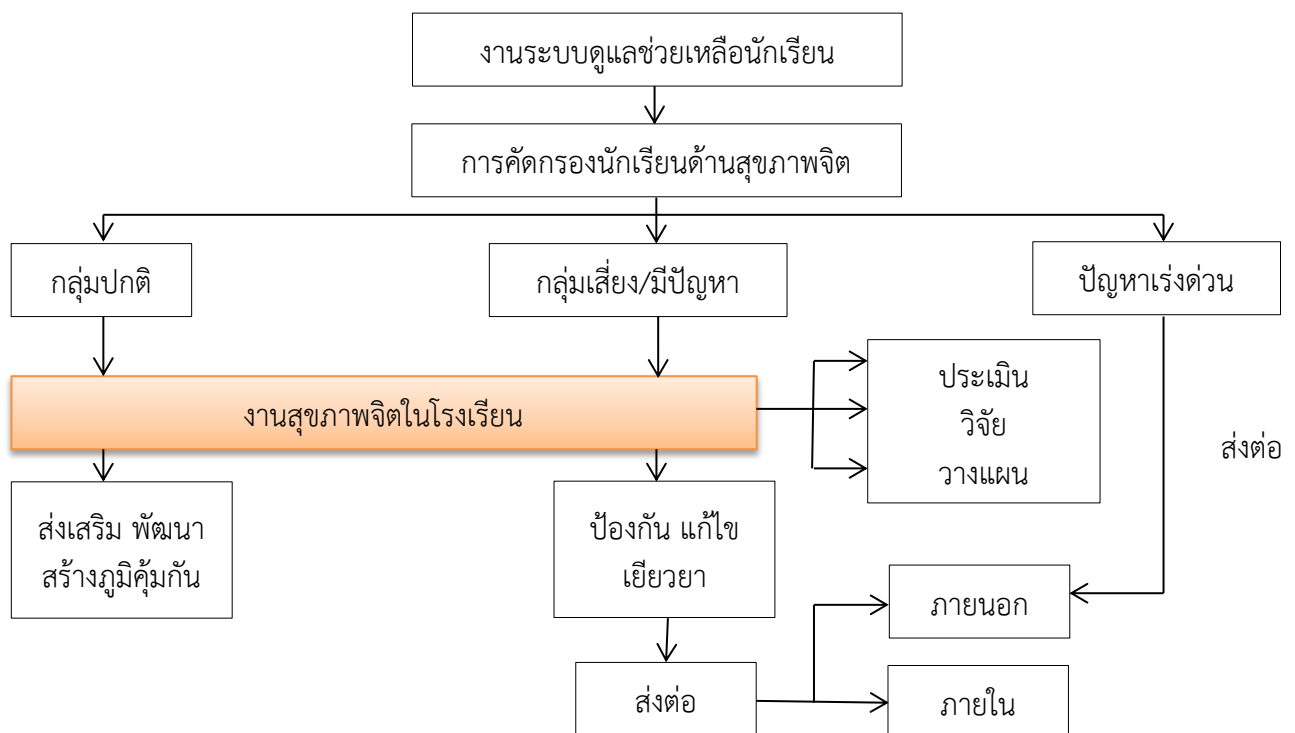
4 ประเมิน

- ติดตามและประเมินผลการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของนักเรียนร่วมกับผู้ที่เกี่ยวข้อง
- ประเมินความเหมาะสมในการจัดโปรแกรมพิเศษให้กับนักเรียน
- ทดสอบความถนัดทางด้านวิชาการและความสามารถพิเศษ
- วางแผนในการพัฒนาสุขภาวะทางจิตใจ อารมณ์และสังคม
- ประเมินสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ของนักเรียน
- สรุปรายงานผลการดำเนินงานในแต่ละปีการศึกษา
- จัดทำแฟ้มข้อมูล (Personal data) เพื่อเป็นการรวบรวมข้อมูลในการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนด้านสุขภาพจิต และใช้เป็นฐานข้อมูลในการดูแลนักเรียนต่อไป

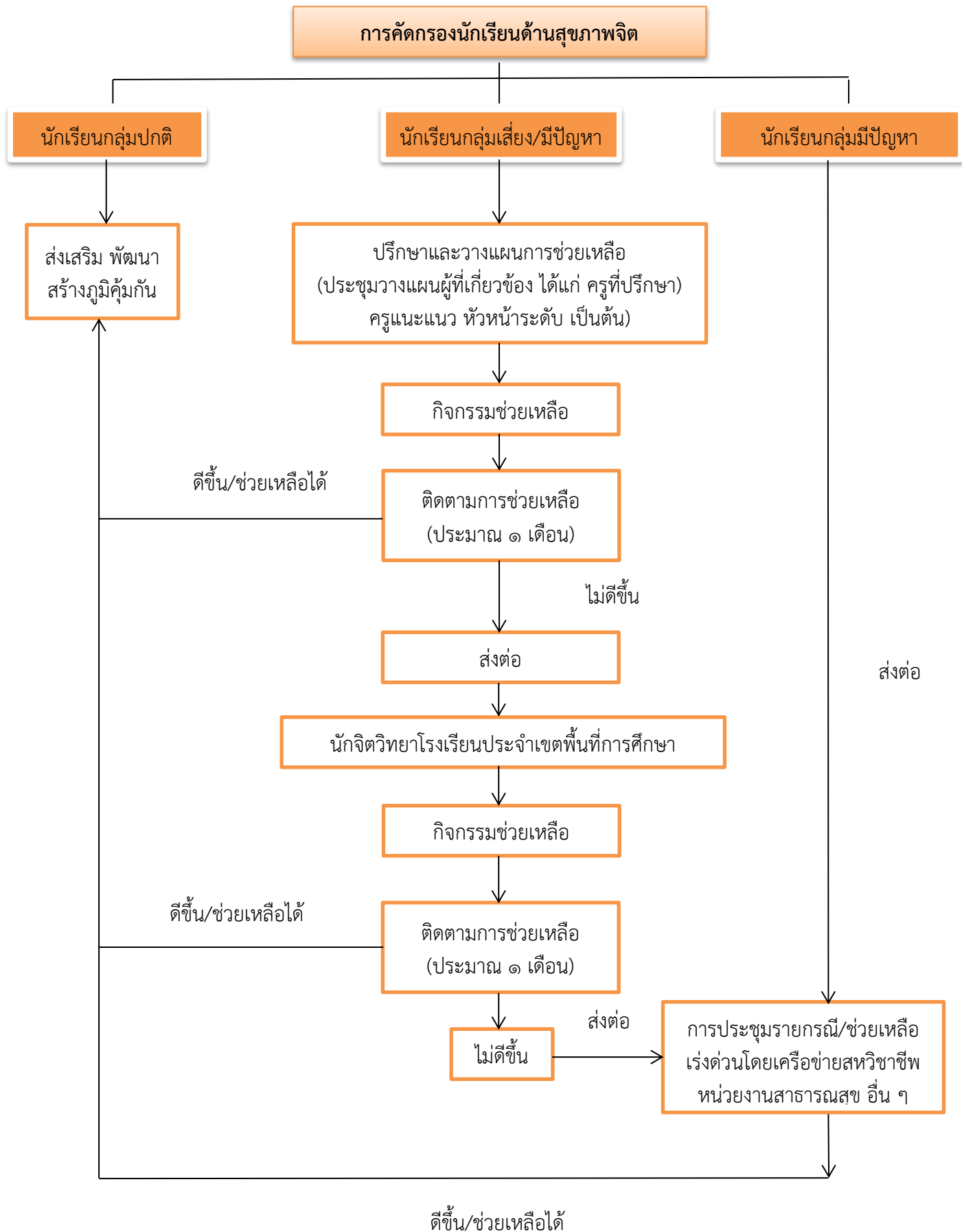
5 วิจัยและวางแผน

- ประเมินประสิทธิผลทางวิชาการและพฤติกรรมของนักเรียน
- จัดหาแนวทางในการปรับปรุงคุณภาพของโรงเรียน
- ใช้งานวิจัยที่มีหลักฐานอ้างอิงมาพัฒนาและ/ หรือเสนอแนะแนวทางใหม่ที่มีประสิทธิภาพ

6. แผนภูมิแสดงแนวทางการดำเนินงานสุขภาพจิตแบบบูรณาการในโรงเรียน

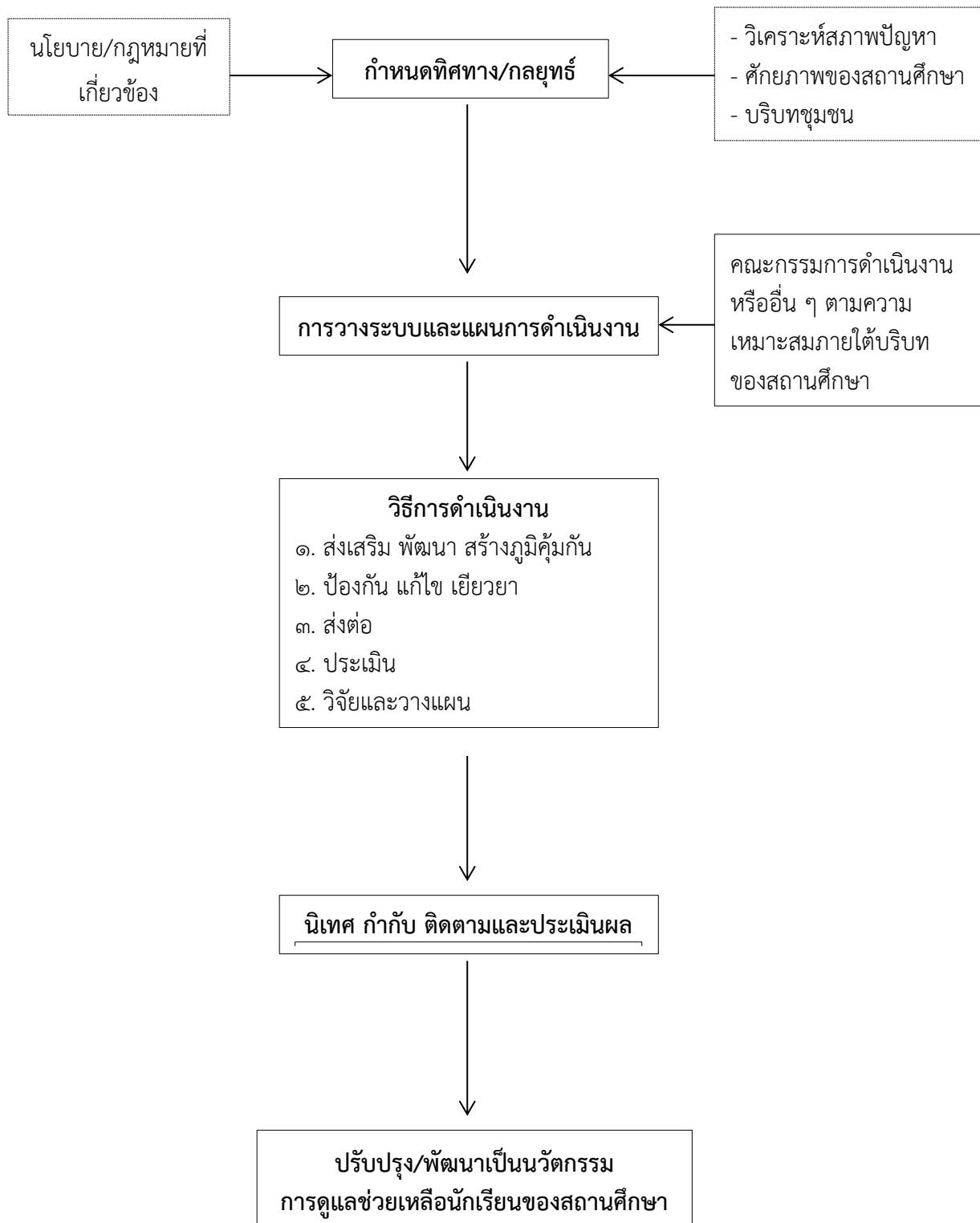


7. กระบวนการดูแลและช่วยเหลือนักเรียนโดยงานสุขภาพจิตในโรงเรียน



8. การบริหารจัดการในการขับเคลื่อนงานสุขภาพจิตแบบบูรณาการในโรงเรียน สังกัด สพม.

เพชรบูรณ์



9. วิธีการดูแลช่วยเหลือ และเครื่องมือสำหรับการประเมินและคัดกรองปัญหาวัยรุ่น

ในการขับเคลื่อนการดำเนินงานสุขภาพจิตแบบบูรณาการในโรงเรียน ครูมีบทบาทสำคัญในการดูแลเอาใจใส่นักเรียนด้านสุขภาพจิตอย่างเท่าเทียมกัน ซึ่งครูสามารถใช้ทักษะ เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการดูแลช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาให้นักเรียนได้ โดยมีครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเป็นผู้สนับสนุนองค์ความรู้ เครื่องมือ และเทคนิคการดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกับลักษณะปัญหาของนักเรียนตามความเหมาะสม

การช่วยเหลือเพื่อแก้ไขปัญหาให้กับนักเรียนนั้นมีวิธีการที่หลากหลาย ซึ่งครูจะต้องเลือกให้เหมาะสมกับแต่ละปัญหาและคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างนักเรียนแต่ละคนด้วย เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มเสี่ยงมีโอกาสกลับมาเป็นกลุ่มปกติ ไม่กลายเป็นกลุ่มมีปัญหาและนักเรียนกลุ่มมีปัญหาได้รับการดูแลตั้งแต่เบื้องต้น เพื่อป้องกันไม่ให้อาการนั้นซับซ้อนยิ่งขึ้น

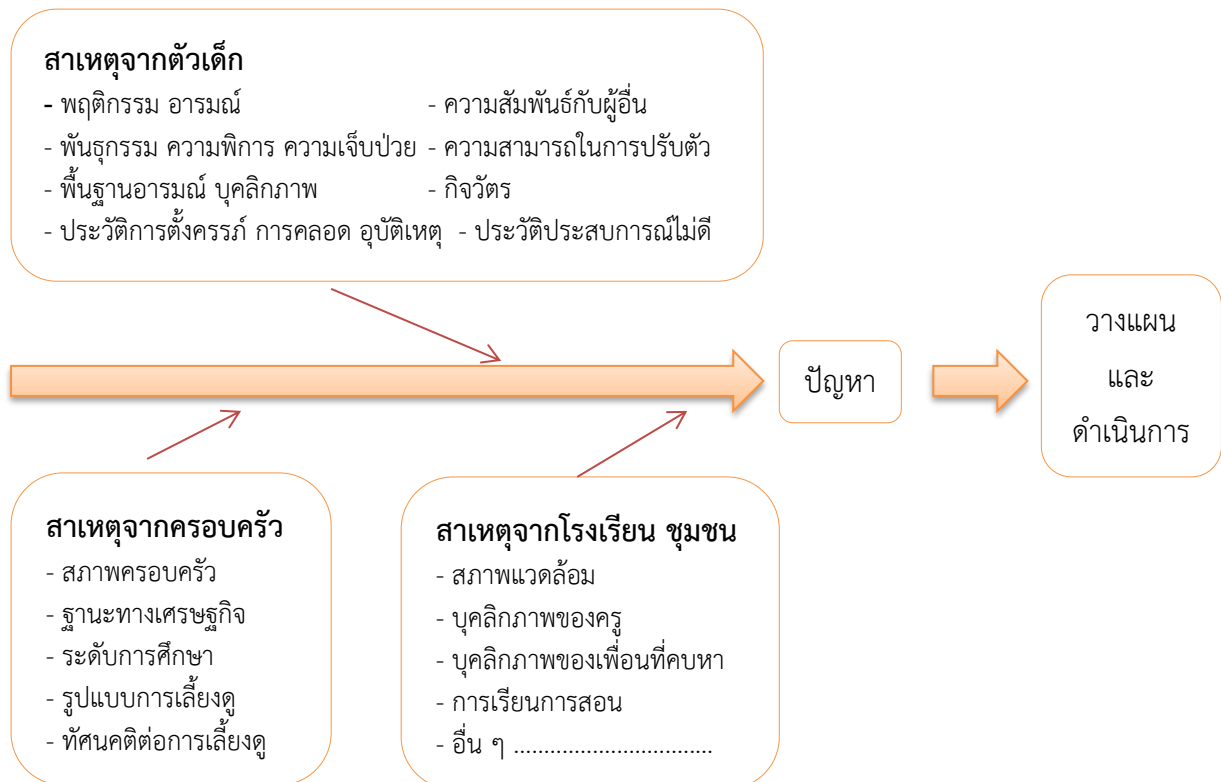
เมื่อมีการรวบรวมข้อมูลอย่างเป็นระบบแล้ว ขั้นตอนต่อไปคือ การนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์สาเหตุ และวางแผนการช่วยเหลือ แก้ไขปัญหา ดำเนินการช่วยเหลือ ติดตาม และสรุปผลการช่วยเหลือ

แนวทางและเทคนิคการวิเคราะห์ปัญหานักเรียน

1. ต้องแจกแจงลักษณะของปัญหาให้ชัดเจน เช่น ก้าวร้าว → ชอบทะเลาะกับเพื่อนในชั้นเรียน/นอกโรงเรียน พูดเสียงดัง กระชอกโยกฮอก ชอบตะตอย มีเรื่องกับเพื่อน เกียงครู
2. พิจารณาระดับความรุนแรง และความถี่ของการเกิดพฤติกรรม
3. พยายามค้นหาสาเหตุของปัญหาที่เป็นต้นเหตุที่แท้จริงของตัวปัญหา

เทคนิคการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา

ในการวิเคราะห์ปัญหาสามารถใช้กลวิธีในการวิเคราะห์ได้หลายรูปแบบ เช่น การระดมความคิด การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงบวก เชิงลบ การลำดับเหตุการณ์ตามเวลาที่เกิด การใช้แผนภูมิแกงปลา เป็นต้น ซึ่งในที่นี้จะยกตัวอย่างวิธีการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาโดยใช้แผนภูมิแกงปลา



สิ่งที่ครูหรือเจ้าหน้าที่ควรตระหนักและให้ความสำคัญ มีดังนี้

1. การรักษาความลับ

- 1.1 เรื่องราวข้อมูลของนักเรียนที่ต้องช่วยเหลือแก้ไข **ไม่ควรนำไปเปิดเผย** ยกเว้นเพื่อขอความร่วมมือในการช่วยเหลือนักเรียนกับบุคคลที่เกี่ยวข้องโดยไม่ระบุชื่อ-สกุลจริงของนักเรียน
- 1.2 หากขอความร่วมมือในการช่วยเหลือนักเรียนกับบุคคลที่เกี่ยวข้องควรเปิดเผยในลักษณะที่ไม่เกี่ยวข้องกับนักเรียน
- 1.3 บันทึกการช่วยเหลือนักเรียน ควรเก็บไว้ในที่ที่เหมาะสมและสะดวกในการเรียกใช้
- 1.4 การรายงานการช่วยเหลือนักเรียน ควรรายงานในส่วนที่เปิดเผยได้โดยไม่เปิดเผยและคำนึงถึงประโยชน์ของนักเรียนเป็นสำคัญ

2. รวบรวมข้อมูลอย่างเป็นระบบเพื่อนำมาวิเคราะห์สาเหตุและวางแผนแก้ปัญหา

เมื่อครูคัดกรองแยกนักเรียนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มมีปัญหาได้แล้ว ก่อนการดำเนินการช่วยเหลือแก้ไข ปัญหา ของนักเรียน ควรพิจารณาสาเหตุของปัญหาให้ครบถ้วนและหาวิธีการช่วยเหลือให้เหมาะสมกับสาเหตุ นั้น ๆ เพราะปัญหาไม่ได้เกิดจากสาเหตุเดียวแต่อาจจะเกิดจากหลายสาเหตุที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน

ปัญหาที่เหมือนกันของนักเรียนแต่ละคน ไม่จำเป็นต้องเกิดจากสาเหตุที่เหมือนกัน และวิธีการช่วยเหลือ ที่ประสบความสำเร็จกับนักเรียนคนหนึ่งก็อาจจะไม่เหมาะกับนักเรียนอีกคนหนึ่ง เนื่องจากบุคคลมีความแตกต่างกัน การดูแลช่วยเหลือนักเรียนโดยเฉพาะการให้คำปรึกษาจึงไม่มีสูตรสำเร็จ เพียงแต่มีแนวทางการ กระบวนการ หรือทักษะ การช่วยเหลือที่ครูแต่ละคนสามารถเรียนรู้ ผักผ่อน โดยสามารถปรึกษาและขอรับการ สนับสนุนจากครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ไปใช้ให้เหมาะสมกับแต่ละปัญหาของนักเรียนแต่ละคน

สำหรับปัญหาทั่วไปที่ไม่ซับซ้อน และไม่มีผลกระทบต่อตัวนักเรียนหรือบุคคลแวดล้อม มีแนวทาง พิจารณาปัญหาและการให้ความช่วยเหลือ ดังนี้

1. ให้ข้อมูล ในกรณีนักเรียนขาดข้อมูลประกอบการตัดสินใจ เช่น ข้อมูลเรื่องการสอบซ่อม การ เลือกรวิชาเฉพาะ เป็นต้น
2. ให้กำลังใจ ในกรณีนักเรียนมีปัญหาทางอารมณ์และขาดกำลังใจในเรื่องต่าง ๆ ที่ไม่ซับซ้อน และสามารถจัดการปัญหาได้ด้วยตนเองหากมีกำลังใจเพียงพอ เช่น การมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน เป็นต้น
3. ช่วยให้พิจารณาทางเลือก ในกรณีที่นักเรียนไม่สามารถตัดสินใจในเรื่องบางเรื่องได้ เช่น นักเรียนตัดสินใจว่า จะเลือกเรียนคณะอะไรดี ระหว่างคณะที่ตนเองชอบกับคณะที่พ่อแม่ต้องการให้เรียน เพื่อ ช่วยให้นักเรียนสามารถพิจารณาข้อดี-ข้อเสียของการตัดสินใจ และช่วยให้เกิดความสบายใจในการตัดสินใจให้ มากที่สุด
4. เสนอแนะ ในกรณีที่นักเรียนมีภาวะสับสนหรือลังเลใจมาก หรือมีระดับความสามารถทาง ปัญญา และการปรับตัวน้อย บางครั้งครูอาจต้องให้ข้อเสนอแนะเลย เช่น เด็กหญิงถูกเพื่อนชายลวนลามและไม่รู้จะทำอย่างไร ครูต้องสอนและเสนอแนะให้พุดปฏิเสธ และเสนอแนวทางในการป้องกัน
5. ช่วยในการประสานงาน ในกรณีที่นักเรียนป่วย ประสบอุบัติเหตุไม่สามารถมาสอบได้ตาม ตาราง ครูอาจต้องบันทึกขอเวลาเรียนให้เป็นกรณีพิเศษ หรือบันทึกขอมาหลังจากเวลาเข้าแถว เนื่องจากนักเรียนมี ภาระต้องช่วยงานที่บ้าน เป็นต้น

สำหรับในกรณีปัญหาซับซ้อน จำเป็นต้องใช้การศึกษารายกรณี วิเคราะห์สาเหตุของปัญหาให้ชัดเจน หาข้อมูลที่เป็นปมเหตุที่ซับซ้อนด้านจิตสังคมเกี่ยวกับกรณีปัญหานั้น ๆ รวมถึงศึกษาปัจจัยในการแก้ปัญหา ได้แก่ ระดับเขาวนปัญญา บุคลิกภาพ อารมณ์ จิตใจ ทักษะ ทักษะคิด ความรู้สึกนึกคิดต่อปัญหา และความต้องการในการแก้ไขปัญหาของนักเรียน ครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษาควรประสานงานกับครูที่เกี่ยวข้อง ผู้ปกครอง มาทำความเข้าใจและความพร้อม ในการร่วมมือกันเพื่อการช่วยเหลือต่อไป

การดูแลช่วยเหลือนักเรียนด้านสุขภาพจิต สามารถจัดกิจกรรมช่วยเหลือที่สำคัญ 7 กิจกรรม โดยพิจารณาเลือกใช้ ให้เหมาะสมกับสภาพปัญหา การดำเนินการช่วยเหลือแก้ปัญหาด้วย 7 กิจกรรม มีดังต่อไปนี้

1. การให้การปรึกษาเบื้องต้น
2. กิจกรรมในชั้นเรียน
3. กิจกรรมเพื่อนคู่หู
4. กิจกรรมสื่อสารกับผู้ปกครอง
5. กิจกรรมซ่อมเสริม
6. กิจกรรมเสริมหลักสูตร
7. กิจกรรมการเยี่ยมบ้าน

1. การให้การปรึกษาเบื้องต้น

เป็นการช่วยเหลือและป้องกันปัญหาของนักเรียนทั้งด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกและความประพฤติของนักเรียน โดยมุ่งหวังให้นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดีงามหรือพึงประสงค์

หากครูมีข้อสงสัยหรือมีอุปสรรคในการให้การปรึกษานักเรียน ให้ขอรับการสนับสนุนได้จากครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข การให้ความรู้ คำแนะนำ ข้อคิดเห็น หรือเข้ารับการฝึกอบรมทักษะที่จำเป็นเบื้องต้นได้ เพื่อให้ครูเกิดความกระฉับกระชวยในการดำเนินงานให้การปรึกษาแก่นักเรียนได้ด้วยตนเอง

2. กิจกรรมในชั้นเรียน

เป็นกิจกรรมที่จัดหรือสอดแทรกในชั้นเรียนเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยง

บางกรณีครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษาจำเป็นต้องสื่อสารถึงครูประจำวิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก เพื่อจัดกิจกรรมสอดแทรกในชั้นเรียนไปในแนวทางเดียวกัน

หากครูมีข้อสงสัยหรือมีอุปสรรคในการดำเนินการ ให้ขอรับการสนับสนุนจากครูแนะแนวหรือบุคลากรสาธารณสุข เพื่อร่วมกันพิจารณาคัดเลือกแนวทางการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับนักเรียนในแต่ละกรณี

3. กิจกรรมเพื่อนคู่หู

เป็นกิจกรรมที่ครูจัดให้นักเรียนได้ดูแลช่วยเหลือกัน ซึ่งอาจจัดเป็นคู่หรือเป็นกลุ่มก็ได้ โดยการคัดเลือกนักเรียนที่มีจุดแข็งด้านสัมพันธภาพ ซึ่งพิจารณาจากคะแนนด้านสัมพันธภาพทางสังคม จากผลการประเมิน SDQ หรือนักเรียนที่มีความมั่นคงทางอารมณ์หรือมีความเป็นผู้นำและมีความสามารถเฉพาะด้านที่จะนำไปใช้ในการดูแลช่วยเหลือเพื่อน เช่น ความสามารถในการเรียนดนตรี ศิลปะ กีฬา หรือทักษะการสื่อสาร และควรสอบถามถึงความสมัครใจของนักเรียนทั้งสองฝ่ายด้วย โดยครูควรจะได้พูดคุยเพื่อปูพื้นฐานและซักซ้อมความ

เข้าใจในภารกิจที่จะขอความร่วมมือจากนักเรียนในการดูแลช่วยเหลือเพื่อน เช่น คอยเตือนเพื่อนเมื่อลุกขึ้นเดินเพ่นพ่าน ช่วยสอนการบ้าน เป็นต้น

หากครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษามีข้อสงสัยหรือมีอุปสรรคในการดำเนินการให้ขอรับการสนับสนุนได้จากครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อพิจารณาคัดเลือกแนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนในด้านต่างๆ ให้เหมาะสมกับนักเรียนในแต่ละกรณี

4. กิจกรรมการสื่อสารกับผู้ปกครอง

เป็นการช่วยเหลือนักเรียนโดยอาศัยความร่วมมือจากผู้ปกครองด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การโทรศัพท์ สนทนา การเชิญผู้ปกครองมาพบเพื่อปรึกษาหารือกัน การส่งหนังสือแจ้งทางไปรษณีย์ จดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (E-mail) เป็นต้น ซึ่งล้วนต้องอาศัยทักษะการสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ปกครองเป็นสิ่งสำคัญ

หากครูมีข้อสงสัยหรือมีอุปสรรคในการดำเนินการให้ขอรับการสนับสนุนได้จากครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในการให้คำปรึกษา ชี้แนะหรือฝึกทักษะการสื่อสารให้มีทักษะการสื่อสารกับผู้ปกครองอย่างมีประสิทธิภาพได้

5. กิจกรรมซ่อมเสริม

เป็นกิจกรรมแก้ไขปัญหาด้านการเรียนของนักเรียน ซึ่งครูหรือผู้ที่เกี่ยวข้องจำเป็นต้องร่วมมือร่วมกันวางแผนการสอนซ่อมเสริมให้แก่เด็กนักเรียนที่เรียนอ่อน เรียนช้า หรือเรียนไม่ทันเพื่อนในรายวิชากลุ่มสาระต่าง ๆ

6. กิจกรรมเสริมหลักสูตร

เป็นกิจกรรมทั้งในและนอกสถานศึกษาที่จัดเพิ่มเติมเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้หรือศักยภาพในด้านต่าง ๆ ของนักเรียนนอกเหนือจากที่หลักสูตรกำหนดไว้ เช่น กิจกรรมชุมนุม กีฬาสี การประกวดกิจกรรมตามวันสำคัญ กิจกรรมจิตอาสา โครงการ TO BE NUMBER ONE การจัดค่ายอบรม การจัดตั้งชมรมส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต เป็นต้น โดยครูสามารถใช้เนื้อหาจากการจัดกิจกรรมโฮมรูมมาสอดแทรกได้

ทั้งนี้ ครูสามารถขอรับการสนับสนุนได้จากครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการให้ความรู้ คำแนะนำ ข้อคิดเห็น หรือเข้ารับการฝึกอบรมทักษะที่จำเป็นเบื้องต้น เพื่อให้ครูเกิดความกระฉับกระเฉงในการดำเนินงานกิจกรรม เสริมหลักสูตรแก่นักเรียนได้ด้วยตนเอง

7. กิจกรรมการเยี่ยมบ้าน

เป็นการแสดงถึงความร่วมมือระหว่างสถานศึกษากับบ้านในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนและทำให้ครูได้พบเห็นสภาพความเป็นจริงของนักเรียนในครอบครัวและชุมชน ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ครูสามารถประเมินสาเหตุของปัญหา แล้วดำเนินการช่วยเหลือให้เหมาะสม ตลอดจนหาแหล่งสนับสนุนที่จะช่วยให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

โดยจำเป็นต้องมีขั้นตอนการเตรียมการก่อนเยี่ยมบ้าน เช่น มีการนัดหมายวัน เวลา และประสานงานให้ผู้ปกครองทราบล่วงหน้า มีการเตรียมข้อมูล สัมภาษณ์นักเรียน ทำแผนภูมิครอบครัว รวมถึงประเด็นที่ต้องการสื่อสารกับผู้ปกครองในการช่วยเหลือนักเรียนไว้ก่อน และมีการลงบันทึกข้อมูลการช่วยเหลือที่ให้แก่ผู้ปกครองด้วย

ครูสามารถประสานขอความช่วยเหลือจากครูแนะแนวหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการเตรียม
คณะทำงาน วิเคราะห์ปัญหา ออกเยี่ยมบ้าน และหาแนวทางช่วยเหลือนักเรียนร่วมกันได้

การบันทึกข้อมูลด้วยแบบบันทึก

1. แบบสรุปการจัดกิจกรรมช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มมีปัญหา
2. แบบบันทึกการให้คำปรึกษาเบื้องต้น
3. แบบบันทึกการเยี่ยมบ้านนักเรียน
4. แบบบันทึกการส่งต่อภายใน
5. แบบบันทึกการจัดประชุมระดับ

แนวทางการปฏิบัติงานการให้คำปรึกษาโดยนักจิตวิทยาโรงเรียนประจำเขตพื้นที่การศึกษา

ครั้งที่ 1

- เก็บรวบรวมข้อมูลเด็กนักเรียน
 1. ศึกษาแฟ้มประวัติจากระเบียนสะสมนักเรียน
 2. พูดคุยขอข้อมูลกับครูบ้านและครูประจำชั้น

ครั้งที่ 2

- พูดคุยเพื่อสร้างสัมพันธภาพ
- สร้างพื้นที่ที่ปลอดภัย
- ให้คำปรึกษากับนักเรียน
 1. ค้นหาปัญหา
 2. ให้การช่วยเหลือคิดวิธีการแก้ไขปัญหาและให้การสนับสนุน
 3. ให้การบ้าน

ครั้งที่ 3

- ให้คำปรึกษากับนักเรียน
 1. ทบทวนเรื่องปัญหาที่พูดคุยครั้งก่อน
 2. ทบทวนการบ้านที่ให้ไว้
 3. สร้างการยอมรับระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียน
 4. แบ่งปันประสบการณ์ของตนเอง
 5. กล้าที่จะยอมรับข้อเสนอแนะจากผู้อื่น
 6. ยอมรับตัวเอง
 7. ยอมรับผู้อื่น
 8. ให้การบ้าน (Homework)

ครั้งที่ 4

- ให้คำปรึกษากับนักเรียน
 1. ทบทวนเรื่องปัญหาที่พูดคุยครั้งก่อน
 2. ทบทวนการบ้านที่ให้ไว้
 3. การรับผิดชอบ
 - 3.1. การประเมินตนเอง (Self- Assessment)
 - 3.2. ตระหนักถึงหน้าที่ของตนเอง (Recognizing Ownership)
 - 3.3 สร้างความรับผิดชอบต่อตนเอง (Building Responsibility)
 - 3.4 ให้การยอมรับซึ่งกันและกัน (Giving Respect)
 - 3.6 แบ่งปันเรื่องราวต่อกัน (Doing a Fair Share)
 4. ให้การบ้าน (Homework)

ครั้งที่ 5

- ให้คำปรึกษากับนักเรียน

1. ทบทวนเรื่องปัญหาที่พูดคุยครั้งก่อน
2. ทบทวนการบ้านที่ให้ไว้
3. แก้ไขปัญหา (Problem Solving)
4. ตัดสินใจที่จะแก้ไขปัญหา (Decision-Making)
5. นำออกไปใช้ในสถานการณ์จริง (Learning and applying information and skills to life)
6. ลงมือปฏิบัติจริง (Reality Testing)
7. ให้การบ้าน (Homework)

ครั้งที่ 6

- การปิดการให้คำปรึกษา

1. ทบทวนเรื่องปัญหาที่พูดคุยครั้งก่อน
2. ทบทวนการบ้านที่ให้ไว้
3. ให้การขอบคุณและสนับสนุนนักเรียน (Giving Support)
4. จัดการงานค้างคาใจ (Addressing Unfinished Business)
5. สิ่งที่ได้ให้และได้เรียนรู้จากการรับคำปรึกษาครั้งนี้ (Affirming and Confirming Growth)
6. กล่าวคำลา (Saying Goodbye)
7. ติดตามผล (Follow-Up)

*หมายเหตุ :จำนวนครั้งอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามระดับของความยากง่ายของปัญหา