

แบบบันทึกการเยี่ยมบ้าน

ข้อมูลเบื้องต้น

ชื่อนักเรียน (ด.ช./ด.ญ./นาย/น.ส.).....สกุล.....ชั้น...../.....เลขที่.....

ที่อยู่ บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ซอย.....ถนน.....ชื่อหมู่บ้าน.....

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....โทรศัพท์.....

ผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวข้องกับนักเรียน ☐ บิดา ☐ มารดา ☐ อื่นๆ (ระบุ).....

สถานะที่อยู่อาศัย ☐ บ้านส่วนตัว ☐ บ้านเช่า ☐ แพลต ☐ วัด ☐ หอพัก

☐ บ้านญาติ ☐ บ้านตนเอง (ที่ดินเช่า) ☐ ห้องเช่า

☐ บ้านพักคนงาน ☐ อื่นๆ (ระบุ).....

ลักษณะของที่อยู่ ☐ อาคารพาณิชย์ ☐ บ้านชั้นเดียว ☐ บ้านสองชั้น

☐ บ้านไม้ชั้นเดียว ☐ บ้านไม้สองชั้น ☐ บ้านครึ่งตึกครึ่งไม้

☐ อื่นๆ (ระบุ).....

แนวทางการสัมภาษณ์นักเรียน

- กิจกรรม/สิ่งที่นักเรียนชอบทำในช่วงนี้.....
.....
- ความคาดหวังต่อการเรียน/การประกอบอาชีพ.....
- มีพฤติกรรมสุขภาพหรือ ดื่มสุรา/เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ หรือใช้ยาเสพติดหรือไม่.....
- อาหารที่รับประทาน/ปริมาณมื้อต่อวัน.....
- ความรู้สึกปลอดภัยเวลาอยู่ที่บ้านหรือในชุมชน.....
- อารมณ์/ความรู้สึกโดยทั่วไปของนักเรียนเป็นอย่างไร.....
- สิ่งที่นักเรียนชอบในตนเอง/พฤติกรรมที่ดี.....
- สิ่งที่นักเรียนไม่ชอบ/ทำให้ไม่มีความสุข.....
- เวลาที่มีปัญหานักเรียนปรึกษาใคร.....
- พฤติกรรมที่นักเรียนควรปรับปรุงหรือพัฒนา.....
.....
- สิ่งที่นักเรียนต้องการ/ควรได้รับการพัฒนาอย่างเร่งด่วน
.....
.....
- ปัญหา/แนวทางการแก้ปัญหาร่วมกันระหว่างครูที่ปรึกษากับผู้ปกครอง
.....
.....
.....

การประเมินสุขภาวะทางจิตของนักเรียน

แบบประเมินความเครียด (ST5)

ความเครียดเกิดขึ้นได้กับทุกคน สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมีหลายอย่าง เช่น รายได้ที่ไม่พอเพียง หนี้สิน ภัยพิบัติต่างๆ ที่ทำให้เกิดความสูญเสีย ความเจ็บป่วย โรคระบาด เป็นต้น ความเครียดมีทั้งประโยชน์ และโทษหากมากเกินไป จะเกิดผลเสียต่อร่างกายและจิตใจของท่านได้

คำชี้แจง: คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของนักเรียนในช่วง ระยะ 2-4 สัปดาห์ที่ผ่านมา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและประเมินเหตุการณ์ อาการหรือความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองว่าอยู่ในระดับใด

ข้อที่	อาการหรือความรู้สึกที่เกิดในระยะ 2-4 สัปดาห์	คะแนน			
		แทบไม่มี (0)	เป็นบางครั้ง (1)	บ่อยครั้ง (2)	เป็นประจำ (3)
1	มีปัญหาการนอน นอนไม่หลับหรือนอนมาก				
2	มีสมาธิน้อยลง				
3	หงุดหงิด/กระวนกระวาย/ว้าวุ่นใจ				
4	รู้สึกเบื่อ เซ็ง				
5	ไม่อยากพบปะผู้คน				

การแปลผลและข้อแนะนำ

- **คะแนน 0-4** (กลุ่มปกติ เครียดระดับตําน้อย)

นักเรียนมีความเครียดอยู่ในระดับน้อย และหายไปได้ในระยะเวลาสั้นๆ เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน และสามารถปรับตัวกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ความเครียดในระดับนี้ถือว่ามีประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นแรงจูงใจที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้

- **คะแนน 5-7** (กลุ่มปกติ เครียดระดับปานกลาง)

นักเรียนมีความเครียดในระดับปานกลาง เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันเนื่องจากมีสิ่งคุกคามหรือเหตุการณ์ที่ทำให้เครียด อาจรู้สึกวิตกกังวลหรือกลัว ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติ ความเครียด ระดับนี้ไม่ก่อให้เกิดอันตรายหรือเป็นผลเสียต่อการดำเนินชีวิต สามารถผ่อนคลายความเครียดด้วยการทำกิจกรรมที่เพิ่มพลัง เช่น ออกกำลังกาย เล่นกีฬา ทำสิ่งที่สนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น อ่านหนังสือ ฟังเพลง ทำงานอดิเรก หรือ พูดคุยระบายความไม่สบายใจกับผู้ที่ไว้วางใจ

- **คะแนน 8-9** (กลุ่มเสี่ยง)

นักเรียนมีความเครียดในระดับมาก เป็นระดับที่ได้รับความเดือดร้อนจากสิ่งต่างๆ หรือเหตุการณ์รอบตัว ทำให้วิตกกังวล กลัว รู้สึกขัดแย้งหรืออยู่ในสถานการณ์ที่แก้ไข/จัดการปัญหานั้นไม่ได้ ปรับความรู้สึกด้วยความลำบากจะส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวัน และการเจ็บป่วย เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง นอนไม่หลับ เป็นต้น สิ่งที่ต้องรีบทำคือการคลายเครียดด้วยวิธีที่ทำได้ง่ายแต่ได้ผลดี เช่น การฝึกหายใจคลายเครียด พูดคุยระบายความเครียดกับผู้ที่ไว้วางใจ หาสาเหตุหรือปัญหาที่ทำให้เกิดความเครียดและหาวิธีแก้ไข หากไม่สามารถจัดการคลายเครียดด้วยตนเอง ควรปรึกษากับครูที่ปรึกษาหรือผู้เชี่ยวชาญ

- **คะแนน 10-15** (กลุ่มมีปัญหา)

นักเรียนมีความเครียดในระดับมากที่สุด เป็นความเครียดระดับสูงที่เกิดขึ้นต่อเนื่องหรือกำลังเผชิญกับวิกฤตของชีวิต เช่น เจ็บป่วยรุนแรง มีความพิการ สูญเสียคนรัก/ทรัพย์สิน เป็นต้น ความเครียดระดับนี้ส่งผลทำให้เจ็บป่วยทางกายและสุขภาพจิต ชีวิตไม่มีความสุข ความคิดฟุ้งซ่าน การตัดสินใจไม่ดี ยับยั้งอารมณ์ไม่ได้ ความเครียดระดับนี้ถ้าปล่อยไว้จะเกิดผลเสียทั้งต่อตนเอง และคนใกล้ชิด ควรได้รับการช่วยเหลือจากครูที่ปรึกษาหรือผู้เชี่ยวชาญโดยด่วน

แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครอง

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ชื่อผู้ปกครอง (นาย/นาง/น.ส.).....สกุล.....

อายุ.....ปี ปัจจุบันประกอบอาชีพ.....รายได้ต่อเดือน.....บาท

หมายเลขโทรศัพท์ (ที่ติดต่อได้).....

ผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวข้องกับนักเรียน ☐ บิดา ☐ มารดา ☐ อื่นๆ

(ระบุ).....

สถานภาพ ☐ สมรส/อยู่ด้วยกัน ☐ แยกกันอยู่ ☐ หย่าร้าง ☐ อื่นๆ.....

มีบุตรจำนวน.....คน

ปัจจุบันท่านได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส COVID-19 หรือไม่ อย่างไร

.....
.....

ตอนที่ 2 สภาพความเป็นอยู่และความสัมพันธ์ในครอบครัวของนักเรียน

1. นักเรียนมีพี่น้องรวม.....คน เพศชาย.....คน เพศหญิง.....คน นักเรียนเป็นบุตรคนที่.....

2. ความสัมพันธ์/บรรยากาศในครอบครัวเป็นอย่างไร.....

3. นักเรียนมีนิสัยใจคอเป็นอย่างไร.....

4. เมื่อมีเวลาว่าง นักเรียนใช้เวลาว่างทำอะไรบ้าง.....

5. เมื่อนักเรียนทำผิดหรือไม่เชื่อฟัง ผู้ปกครองลงโทษนักเรียนด้วยวิธีใด.....

6. เมื่อนักเรียนทำดีหรือทำสิ่งที่น่าชื่นชมผู้ปกครองให้รางวัลนักเรียนอย่างไร.....

7. นักเรียนมีส่วนช่วยรับผิดชอบ/ทำงานบ้าน หรือไม่ อย่างไรบ้าง.....

และมีความรับผิดชอบต่องานมากน้อยเพียงใด ☐ มาก ☐ ปานกลาง ☐ น้อย ☐ ไม่มี

8. ผู้ปกครองคาดหวัง/ได้วางแผนเกี่ยวกับอนาคตของนักเรียนไว้อย่างไร.....

9. ผู้ปกครองพบว่านักเรียนมีความสนใจอะไรเป็นพิเศษ.....

10. ปัญหาเร่งด่วนที่ผู้ปกครองต้องการให้ช่วยเหลือ คือ

.....

บันทึกข้อมูลเพิ่มเติม

.....

.....

.....

(ลงชื่อ).....ผู้ปกครอง

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี

ลงชื่อ.....ผู้เยี่ยมบ้าน

(.....)

วันที่.....เดือน.....ปี

หมายเหตุ ผู้เยี่ยมบ้านควรสรุปผลการเยี่ยมบ้านทุกครั้ง (ระบุปัญหาหรือสิ่งที่ควรช่วยเหลือ)

แบบรายงานการเฝ้าระวัง ป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตนักเรียน ก่อนเปิดภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 38

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่...../..... ครูที่ปรึกษา 1. 2. 3.

โรงเรียนศรีสำโรงชนูปถัมภ์ อำเภอศรีสำโรง จังหวัดสุโขทัย

ครูผู้คัดกรอง.....ตำแหน่ง.....เบอร์โทรศัพท์.....จำนวนนักเรียน ชาย.....คน หญิง.....คน รวมทั้งหมด.....คน

จำนวนนักเรียนทั้งหมดรายชั้น (คน)	การเยี่ยมบ้าน		สิ่งที่นักเรียนและครอบครัวต้องการให้ช่วยเหลือ				นักเรียนที่ได้รับการคัดกรองสุขภาพทางจิต (ราย)	ผลการคัดกรองสุขภาพทางจิต			กิจกรรมการดูแลช่วยเหลือนักเรียน						จำนวนนักเรียนที่ได้รับการดูแลช่วยเหลือทั้งหมด (ราย)		
	ดำเนินการแล้ว (ราย)	ยังไม่ได้ดำเนินการ (ราย)	ค่าใช้จ่ายในครัวเรือน การศึกษา หรือ อื่นๆ (ราย)	การจัดการเรียนการสอน (ราย)	สวัสดิภาพและความปลอดภัย (ราย)	อื่นๆ		กลุ่มปกติ (ราย)	กลุ่มเสี่ยง (ราย)	กลุ่มมีปัญหา (ราย)	การจัดประชุมรายกรณี (ราย)	การให้คำปรึกษารายบุคคล/กลุ่ม/ครอบครัว (ราย)	การส่งต่อ					กิจกรรมอื่นๆ (ราย)	

หมายเหตุ

1. กิจกรรมการดูแลช่วยเหลืออื่นๆ (ระบุ).....
2. การส่งต่อช่องทางอื่นๆ (ระบุ)
3. สิ่งทีนักเรียนและครอบครัวต้องการให้ช่วยเหลืออื่นๆ (ระบุ).....
4. ปัญหา/อุปสรรคที่พบ (ระบุ).....

