

สถานะทางมิติสังคมกับการสนับสนุนงานสุขภาพจิตโรงเรียน

SOCIOMETRIC STATUS WITH SUPPORTING SCHOOL MENTAL HEALTH

รัญญา จิตต์อาจหาญ  
Ranya Jltardhan

หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต กลุ่มวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์  
ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี

Faculty of Education, Valaya Alongkorn Rajabhat University under the Royal Patronage,  
Pathum Thani

E-mail: ungranya.jit@gmail.com

Received:	December 6, 2020
Revised:	February 11, 2021
Accepted:	February 24, 2021

บทคัดย่อ

เด็กวัยเรียนและวัยรุ่น เป็นช่วงวัยที่มีโอกาสได้รับผลกระทบทางด้านจิตใจจากการดำเนินชีวิตในสังคมโรงเรียนได้ง่าย ทั้งจากปัญหาด้านการเรียน และปัญหาด้านการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน อาทิ ครู อาจารย์ และโดยเฉพาะกับเพื่อนนักเรียนด้วยกัน เนื่องจากกลุ่มเพื่อนนั้นเป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญ ที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางด้านอารมณ์และสังคมสำหรับทั้งสองวัยนี้เป็นอย่างมาก การดูแลและสอดส่องปัญหาด้านการปรับตัวและการเข้าสังคมของนักเรียนผ่านระบบสุขภาพจิตโรงเรียนจึงเป็นสิ่งที่ครูต้องให้ความสำคัญ และการประเมิน “สถานะทางมิติสังคม” จะเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่ช่วยให้ครู อาจารย์ นักจิตวิทยาโรงเรียน รวมไปถึงบุคลากรที่เกี่ยวข้องสามารถทราบถึงระดับการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนของนักเรียนตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษาไปจนถึงมัธยมศึกษา ซึ่งจากงานวิจัยพบว่าการประเมินสถานะทางมิติสังคม เป็นหนึ่งในเครื่องมือที่สามารถบ่งชี้ถึงสุขภาพจิตของนักเรียนได้เป็นอย่างดี ผ่านการนำคำตอบจากนักเรียนทุกคนในชั้นเรียนมาวิเคราะห์เป็นระดับของการ ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนของนักเรียนแต่ละคน ซึ่งจะเป็นข้อมูลที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดการส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไขปัญหาของเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นในด้านสุขภาพจิตได้อย่างทัน่วงที

คำสำคัญ

สถานะทางมิติสังคม การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน สุขภาพจิตโรงเรียน

ABSTRACT

School-age children and adolescents are an age that is easily affected the psychological impact by life in the school society. On both issues, study and education issue, and school environmental adaptation issue such as teachers, and especially

fellow students because this peer group are an important environment that have an influence on emotional and social development for both ages. Taking care and Monitoring of adaptation and social skills issues of students through the school mental health services, is an important thing that teacher must focus on it, and "Sociometric status measurement" is another way to help teachers, school psychologists as well as relevant personnel can know about the level of peer acceptance of students in primary school to secondary school. The research has shown that the sociometric status measurement is one of the tools that can indicate the mental health of students quite well. Answers from all students in the class are analyzed as the level of peer acceptance of each student, which is the information that helps to support, prevent and solve issues on mental health of school-age children and adolescents immediately.

### Keywords

Sociometric Status, Peer Acceptance, School Mental Health

### บทนำ

บทบาทของครูและโรงเรียนนั้นไม่เพียงการดูแลด้านการเรียนการสอน และให้ความรู้แก่นักเรียนในชั้นเรียนเท่านั้น แต่หมายรวมถึงการดูแลความเป็นอยู่ของนักเรียนอย่างเป็นองค์รวมทั้งทางด้านการศึกษา สุขภาพกาย และสุขภาพใจ ครูถือเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อนักเรียน รองลงมาจากพ่อแม่และผู้ปกครอง เนื่องจากในแต่ละวันนักเรียนต้องใช้ชีวิตอยู่ที่โรงเรียนเป็นเวลาหลายชั่วโมง แตกต่างจากเวลาที่อยู่ที่บ้านเพียงเล็กน้อย ทำให้สถาบันศึกษามีความใกล้ชิดกับเด็กใกล้เคียงกับสถาบันครอบครัวมากที่สุด ดังนั้นครูจึงถือเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อนักเรียน รองลงมาจากพ่อแม่และผู้ปกครอง ตั้งแต่ในช่วงชั้นอนุบาลไปจนถึงระดับมัธยมศึกษา หากเปรียบพ่อแม่เป็นกุญแจสำคัญที่จะสร้างตัวตนของเด็กในรูปแบบต่าง ๆ ผ่านการเลี้ยงดูที่บ้าน ครูก็เป็นเสมือนกุญแจสำคัญอีกดอกหนึ่งที่สามารถไขเข้าไปถึงความเป็นตัวตนของเด็กคนหนึ่ง ๆ และมีอิทธิพลในการหล่อหลอมบุคลิกภาพและการมีตัวตนที่เหมาะสมของเด็กได้ไม่แพ้พ่อแม่ ดังนั้นครูจึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการดูแลสภาพจิตใจของเด็กควบคู่ไปกับการพัฒนาศักยภาพด้านความรู้เกี่ยวกับวิชาการ เพื่อให้เด็กเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีความพร้อมต่อการดูแลตนเองและสังคมส่วนรวมต่อไป

ประสบการณ์ที่เด็กตั้งแต่วัยเรียนไปจนถึงวัยรุ่นประสบในขณะที่ใช้ชีวิตในโรงเรียนมีความสำคัญต่อบุคลิกภาพในอนาคตเป็นอย่างมาก จากการศึกษาของ Vizek-Vidović, Miljković, Rijavec, & Vlahović-Štetić (2003) พบว่า ปัจจัยด้านครูและกลุ่มเพื่อนมีความสำคัญต่อวัยเด็กตอนกลางหรือเด็กวัยเรียนเป็นอย่างมาก เมื่อเด็กเริ่มเข้าสู่ระบบโรงเรียน บุคคลที่มีอิทธิพลต่อเด็กจะไม่ใช่แค่ครอบครัวเหมือนในวัยอนุบาลเท่านั้น แต่เด็กจะให้ความสำคัญกับครูและกลุ่มเพื่อนมากขึ้น เนื่องจากต้องมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมนอกบ้านมากขึ้น เด็กจึงมีความต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนไปพร้อม ๆ กับมีความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่าง ๆ ที่โรงเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะมี

ผลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ต่อตนเองของเด็กด้วย หากเด็กได้รับการยอมรับและประสบความสำเร็จ ก็จะมีมุมมองทางบวกต่อตนเอง ในขณะที่เดียวกันหากไม่ได้รับการยอมรับหรือไม่ประสบความสำเร็จ ก็จะเกิดเป็นความรู้สึกต่ำต้อยได้ (Chuthai, 1995) และสำหรับการศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นก็พบข้อมูลที่ช่วยให้เห็นความมีอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่มีผลต่อจิตใจของนักเรียนหลายการศึกษา ดังการศึกษาเชิงสาเหตุเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลทางตรงต่อสุขภาพจิตในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (Matmasan, 2008) ที่พบความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านพฤติกรรมครูและการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน เช่นเดียวกับการศึกษาของจุลจรรยาพร ศรีเพชร (2001) ที่พบข้อมูลสนับสนุนว่ากลุ่มเพื่อนเป็นหนึ่งในปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมระหว่างบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของกรมสุขภาพจิต ณ ปี 2554 (Department of Mental Health [DMH], 2012) ที่พบว่าร้อยละ 51.1 ของวัยรุ่นที่ฆ่าตัวตายเป็นวัยรุ่นที่กำลังศึกษาเล่าเรียน โดยปัจจัยที่เป็นสาเหตุของการฆ่าตัวตาย ได้แก่ ปัจจัยด้านการเรียน และสัมพันธ์ภาพกับกลุ่มเพื่อน ซึ่งทั้งสองปัจจัยนี้ล้วนเป็นปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิตที่โรงเรียนทั้งสิ้น อีกทั้งการศึกษาเกี่ยวกับสมรรถนะที่ส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตและการมีบทบาททางสังคมที่ดีของ Rychen & Salganik (2003) ยังช่วยเน้นย้ำให้เห็นอีกว่านอกจากโรงเรียนจะมีบทบาทในการเตรียมพร้อมสำหรับการทำอาชีพในอนาคตของนักเรียนแล้ว ยังมีบทบาทต่อการเตรียมความพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตในสังคมอีกด้วย ดังนั้นโรงเรียนจึงไม่ได้มีหน้าที่เพียงแค่การส่งเสริมด้านการเรียนเท่านั้น และเมื่อพิจารณาจากการศึกษาตามแนวทางและทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการก็จะช่วยให้เห็นความบทบาทที่สำคัญของโรงเรียนที่มีต่อเด็กและวัยรุ่นมากขึ้น ดังเช่นทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erikson (1968) ที่กล่าวว่าเด็กอายุ 6 - 11 ปี ซึ่งเป็นเด็กวัยเรียนที่มุ่งความสนใจเข้าหาครู และเพื่อนมากกว่าการยึดติดกับพ่อแม่เหมือนในวัยเด็กเล็ก และเด็กจะให้ความสำคัญกับการพัฒนาการปมเด่น หรือ Industry ของตนเองผ่านการทำตามมาตรฐานของครูและการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนที่โรงเรียน โดยเฉพาะเรื่องความสามารถในการเรียนและการทำกิจกรรมต่าง ๆ หากเด็กสามารถปรับตัวและก้าวผ่านอุปสรรคปัญหาต่าง ๆ ได้ดี ก็จะมีความภาคภูมิใจในตนเองและเห็นคุณค่าของความสำเร็จ ทั้งนี้การแก้ปัญหาและการปรับตัวต่าง ๆ นั้นจำเป็นจะต้องได้รับคำแนะนำและกำลังใจจากครูและพ่อแม่เป็นสำคัญ ในทางตรงข้ามหากเด็กไม่ได้รับการสนับสนุนที่ดีพอก็จะประสบปัญหาด้านสุขภาพจิตและการปรับตัว ก่อให้เกิดเป็นปมด้อยหรือ Inferiority จากความรู้สึกไร้ค่าไร้ความสามารถได้ และในวัยรุ่นที่มีอายุ 11 - 18 ปี ที่ถือเป็นช่วงแห่งการค้นหาอัตลักษณ์ หรือ Identity ของตนเองอย่างรอบด้าน เพราะต้องรับมือกับความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและอารมณ์ ไปจนถึงการเปลี่ยนแปลงด้านบทบาทและสถานภาพจากการได้รับความคาดหวังจากสังคมที่มากขึ้น วัยรุ่นจึงต้องพยายามทำความเข้าใจในบทบาทของตนเอง ส่งผลให้วัยรุ่นมีความกดดันและสับสนในตนเองสูง มีความคับข้องใจ (Identity Crisis) ได้ง่าย นอกจากนี้ยังเป็นวัยที่ให้ความสำคัญต่อการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนมาก เนื่องจากเป็นหนึ่งในพัฒนาจิตตามวัยในด้านจิตสังคม เพราะการได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อนจะช่วยให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกมั่นคง มั่นใจ และมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นตามมา (Katumarn, 2007) จากการให้น้ำหนักกับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนที่มากขึ้นจะส่งผลให้วัยรุ่นได้รับผลกระทบทางจิตใจได้ง่ายหากมีปัญหากับเพื่อน ซึ่งจะมีผลต่อการปรับตัวต่อไป ซึ่งในการสำรวจปัญหาด้านการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร พบข้อมูล

สนับสนุนทฤษฎีข้างต้นว่าเด็กวัยรุ่นตอนต้นประสบปัญหาการปรับตัวด้านโรงเรียนมากที่สุด โดยมีความกังวลเกี่ยวกับความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิงสูง (Nithichan, 1996; Palosilp, 1991) ดังนั้นหากวัยรุ่นได้รับการสนับสนุนจากพ่อแม่และครูผ่านการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ก็จะเกิดเป็นความมั่นใจที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ และสามารถผ่านวิกฤตต่าง ๆ ไปได้ด้วยดี พร้อมกับมีอัตลักษณ์ในแบบของตนเองอย่างเหมาะสม ให้ทางกลับกันหากวัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวได้ดี อันเนื่องมาจากการขาดการสนับสนุนที่มากพอ ก็จะเกิดเป็นปัญหาด้านสุขภาพจิตและการวางตัวได้

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับปัญหาของเด็กที่อยู่ในวัยเรียนไปจนถึงวัยรุ่น และการเรียนรู้ทฤษฎีทางจิตวิทยาพัฒนาการ ช่วยให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่าการเผชิญปัญหาของเด็กขณะอยู่ที่โรงเรียนมีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นที่มีโอกาสประสบปัญหาด้านสัมพันธภาพและการปรับตัวเป็นอย่างมาก ซึ่งสองปัจจัยดังกล่าวล้วนมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนในระยะยาว หากเด็กคนใดสามารถปรับตัวและก้าวผ่านวิกฤตเหล่านี้ไปได้ด้วยดี ก็จะมีประสบการณ์ในทางบวกต่อการไปโรงเรียน ส่งผลดีต่อทัศนคติในการอยู่ในระบบการศึกษา ในขณะที่เดียวกันหากเด็กคนใดประสบปัญหาด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และไม่สามารถปรับตัวหรือรับมือกับปัญหาได้ดีพอ ก็จะมีประสบการณ์ทางลบและมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการไปโรงเรียน ดังการศึกษาของ French & Corad (2001) ที่พบว่านักเรียนที่มีสถานะทางมิติสังคมแบบไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน (rejected) นั้นมีอัตราการออกจากระบบโรงเรียนกลางคันสูงกว่านักเรียนที่มีสถานะทางมิติสังคมแบบอื่น เช่นเดียวกับการศึกษาของ Berndt & Keefe (1995) ที่พบว่านักเรียนที่มีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน รายงานถึงพฤติกรรมการหยุดเรียนของตนเองที่เพิ่มมากขึ้นในระหว่างการศึกษา อีกทั้งปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครู บรรยากาศของโรงเรียน ยังสามารถทำนายถึงทักษะชีวิตของเด็ก รวมไปถึงปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้ปกครองอีกด้วย (Muadiad, 2013)

## เนื้อหา

การปรับตัวและการได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนเป็นประเด็นที่มีความสำคัญกับเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นมาก โดยเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงการเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน รวมถึงความสามารถในการเข้าหาและการรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ซึ่งจะมีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่นที่แตกต่างกันออกไปตามมา จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับผลของการวัดสถานะทางมิติสังคมในกลุ่มนักเรียน ซึ่งสามารถชี้ให้เห็นถึงการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนของนักเรียนในระบบโรงเรียน ได้พบข้อมูลที่ที่น่าสนใจหลายประการ โดยเมื่อศึกษานักเรียนในกลุ่มที่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนสูง พบว่านักเรียนมีมิตรภาพกับเพื่อนแน่นแฟ้น และมีแนวโน้มที่จะมีมนุษยสัมพันธ์ดี มีอารมณ์ขัน มีระดับความวิตกกังวล และการประสบความสำเร็จทางวิชาการสูงกว่าเด็กที่ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน (DeRosier, Kupersmidt, & Patterson, 1994; Fantuzzo, Sekino, & Cohen, 2004; Wentzel, & Erdley, 1993) เนื่องจากความสัมพันธ์ทางสังคมกับกลุ่มเพื่อนเป็นหนึ่งในปัจจัยที่สนับสนุนความสำเร็จด้านวิชาการทางอ้อมของเด็ก (Bahar, 2010) จึงช่วยให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่าเด็กในกลุ่มที่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนมีปัจจัยที่ส่งผลดีต่อสุขภาพจิตหลายประการ ในขณะที่นักเรียนในกลุ่มที่ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน อาทิ เด็กในกลุ่มที่ถูกเพื่อนปฏิเสธ (rejected) และถูกเพื่อนทอดทิ้ง (neglected) นั้นมีความสัมพันธ์กับปัจจัยที่มีผลทางลบต่อสุขภาพจิตหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นการมี

ความเสี่ยงต่อปัญหาด้านการปรับตัวในอนาคต การทำผิดกฎหมาย การเสพสารเสพติด การมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว ย้ำคิดย้ำทำ และมีภาวะซึมเศร้า (Rubin, Chen, McDougall, Bowker, & McKinnon, 1995; Sandstrom, & Zakriski, 2004) หรือในการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างสถานะทางมิติสังคมแบบได้รับความนิยม (popular) กับแบบถูกปฏิเสธ (rejected) ก็พบว่าเด็กในกลุ่มที่ถูกเพื่อนปฏิเสธจะมีพฤติกรรมก้าวร้าว ซึมเศร้า วิตกกังวลสูง และมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเด็กในกลุ่มที่ได้รับความนิยม (Newcomb et al., 1993; Ray, Cohen, Secrist, & Duncan, 1997; Zakriski, & Prinstein, 2001) และจากการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับสถานะทางมิติสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (Jitardhan, 2018) ซึ่งเป็นการศึกษาในบริบทของประเทศไทย ก็พบข้อมูลไปในทิศทางเดียวกันว่านักเรียนที่ถูกปฏิเสธและไม่เป็นที่นิยมมีคะแนนภาวะซึมเศร้า จากแบบวัด Center for Epidemiologic Studies Depression scale (CES-D) ฉบับภาษาไทย สูงกว่านักเรียนที่ได้รับความนิยมและเป็นที่ยอมรับ ในขณะที่เดียวกันก็มีคะแนน Rosenberg Self-Esteem Scale ฉบับภาษาไทย ซึ่งเป็นแบบวัดความนับถือตนเองต่ำกว่านักเรียนที่ได้รับความนิยมและเป็นที่ยอมรับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำอาจเกิดจากการที่เด็กถูกกีดกันไม่ให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จนส่งผลทางลบต่อสภาพจิตใจ เพราะเมื่อพิจารณาจากทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow (1970) จะพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ของคนเรานั้นเกิดจากการรับรู้ว่าตนเองมีความสำคัญ (significance) ได้เป็นที่รักของผู้อื่น ได้มีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้รับรู้ถึงการได้รับการยอมรับจากผู้อื่น (Coopersmith, 1981) ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมโดยเฉพาะกลุ่มเพื่อน ถือเป็นองค์ประกอบภายนอกที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีความสำคัญยิ่งในช่วงวัยรุ่นที่ให้ความสำคัญกับเพื่อนเป็นพิเศษ จากข้อมูลข้างต้นช่วยให้เห็นความแตกต่างระหว่างเด็กที่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และเด็กที่ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนอย่างชัดเจน เพราะไม่ว่าจะเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ การมีอารมณ์ความรู้สึกทางลบ หรือการมีพฤติกรรมเสี่ยง อันมีที่มาหรือมีความสัมพันธ์กับประเด็นด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนนักเรียนนั้น ล้วนแต่นำมาซึ่งปัญหาด้านสุขภาพจิตและบุคลิกภาพให้กับเด็กและวัยรุ่นในระยะยาวได้ บุคลากรที่เกี่ยวข้องจึงควรให้ความสำคัญต่อประเด็นเหล่านี้เป็นอย่างยิ่งในการสอดส่องดูแล โดยเฉพาะในเด็กและวัยรุ่นที่อยู่ในสังคมโรงเรียน

การจัดระบบสุขภาพจิตโรงเรียนที่ดีจะช่วยลดการเกิดทัศนคติทางลบต่อการอยู่ในระบบโรงเรียนและปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักเรียน ผ่านการตรวจสอบและให้ความช่วยเหลืออย่างทันท่วงทีแก่นักเรียนที่ประสบปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ เนื่องจากโรงเรียนเป็นสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับการจัดสภาพแวดล้อมที่อำนวยความสะดวกทั้งต่อการสังเกต การป้องกัน และการช่วยเหลือเมื่อพบปัญหาตั้งแต่แรกเริ่ม (Durlak, & Weissberg, & Dymnicki, & Taylor, & Schellinger, 2011) อีกทั้งยังช่วยลดอุปสรรคในการเข้าถึงการดูแลด้านสภาพจิตใจ รวมไปถึงการลดค่าใช้จ่ายและการเดินทางไปพบผู้เชี่ยวชาญในสถานพยาบาล (Weist, & Evans, 2005) โดยการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพจิตของนักเรียนจำเป็นต้องอาศัยการรักษาแบบองค์รวมผ่านการประสานงานทั้งจากจิตแพทย์ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ นักกิจกรรมบำบัด ครูการศึกษาพิเศษ ครูในรายวิชาต่าง ๆ รวมไปถึงผู้ปกครอง (Apinuntavech, & Seree, & Hassadinrat, & Wattananond, & Pornnoppadol, 2015) ซึ่งจะทำงานประสานกันเพื่อดูแลและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียน ในปัจจุบันระบบ

การศึกษาในประเทศไทยเริ่มให้ความสำคัญกับการดูแลและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักเรียนมากขึ้น จากข้อมูลของกรมสุขภาพจิตในปี 2562 พบสถิติการโทรเข้ารับคำปรึกษาจากสายด่วนสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชนอายุ 11 - 25 ปี ถึง 1 ใน 3 ของจำนวนผู้โทรทั้งหมดได้จุดประกายให้สำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐานหรือ สพฐ. เล็งเห็นว่าบรรดานักเรียนนักศึกษาที่มีความต้องการรับความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตเป็นจำนวนมาก จึงเกิดการดำเนินงานเพื่อพัฒนาการระบบสุขภาพจิตโรงเรียนผ่านการบูรณาการระหว่างทีมสุขภาพจิตของแต่ละเขตพื้นที่การศึกษาร่วมกับสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชครินทร์ในปี 2562 (DMH, 2019) การจัดให้มีระบบสุขภาพจิตโรงเรียนเพื่อตรวจสอบปัญหาทางสุขภาพจิตของเยาวชนไทยจึงเป็นประเด็นสำคัญที่สังคมควรให้ความสนใจ เพราะการสนับสนุนช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหาทางอารมณ์และจิตใจอย่างทันท่วงทีจะมีประโยชน์ต่อเด็กและวัยรุ่นไทยเป็นอย่างมาก

ทั้งนี้การจัดระบบสุขภาพจิตโรงเรียนที่มีความพร้อมสรรพของทีมสหวิชาชีพ และมีความสมบูรณ์แบบตามระบบนั้นอาจยังเกิดขึ้นได้ไม่ถนัดนักในบางโรงเรียน เนื่องจากการจัดระบบสุขภาพจิตโรงเรียนมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลากหลายประการ จากการศึกษาปัจจัยความสำเร็จในการก่อตั้งงานสุขภาพจิตโรงเรียน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร (Uengamphon, Pornnoppadol, Apinuntavech, & Pukpinyo, 2018) พบว่าปัจจัยสำคัญที่ผลักดันให้การดำเนินโครงการสุขภาพจิตโรงเรียนประสบความสำเร็จมีทั้งปัจจัยด้านบุคลากร อาทิ การมีนักจิตวิทยาโรงเรียนประจำโรงเรียน และการมีจิตแพทย์เด็กที่สามารถลงพื้นที่ในการประเมินและคัดกรอง ปัจจัยด้านการดำเนินงาน อาทิ วิธีการและการใช้เครื่องมือที่เหมาะสม การวิเคราะห์และวางแผนดูแลนักเรียนโดยทีมสหวิชาชีพ การประสานการดำเนินงานระหว่างโรงเรียน โรงพยาบาลและหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง และการปฏิบัติงานร่วมกันระหว่างครูและนักจิตวิทยาโรงเรียน และปัจจัยด้านงบประมาณสำหรับสนับสนุนการดำเนินงาน จากความไม่พร้อมในปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้อาจส่งผลให้นักเรียนในบางโรงเรียน หรือบางพื้นที่ ขาดโอกาสในการเข้าถึงการช่วยเหลือด้านอารมณ์และจิตใจ แต่หากครูสามารถตรวจสอบและสังเกตปัญหาของนักเรียนผ่านเครื่องมือทางจิตวิทยาได้ด้วยตนเอง ก็จะช่วยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้รับการช่วยเหลือได้รวดเร็วขึ้นตามหลักของการป้องกันก่อนการเกิดปัญหา (Prevention) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการสำรวจปัญหาด้านสัมพันธภาพการปรับตัว และการได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนของนักเรียนซึ่งเป็นประเด็นปัญหาที่มีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กและวัยรุ่นสูง ตามที่กล่าวไปในข้างต้น ดังนั้นการสนับสนุนให้ครูนำเครื่องมือทางจิตวิทยามาใช้ในการคัดกรองความเสี่ยงในการเกิดปัญหาด้านสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อน ก็จะช่วยให้ครูสามารถเข้าถึงปัญหาและให้การช่วยเหลือนักเรียนได้เร็วมากขึ้น โดยหนึ่งในเครื่องมือที่จะช่วยให้ครูและอาจารย์ในระดับประถมศึกษาไปจนถึงมัธยมศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการสำรวจการได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนของนักเรียนได้แก่ การวัดสถานะทางมิติสังคม (Sociometric Status Measurement) ซึ่งเป็นวิธีการวัดและประเมินถึงการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนของเด็กและวัยรุ่นวิธีการหนึ่งที่น่าสนใจ ซึ่งเริ่มมีการศึกษาตั้งแต่ปี ค.ศ.1930 ในการศึกษาทางคลินิก และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องมาจนปัจจุบัน

Sociometric Status หรือสถานะทางมิติสังคม หมายถึง สถานะที่บ่งชี้ถึงระดับของการได้รับการยอมรับจากเพื่อนของนักเรียนแต่ละคน ซึ่งได้มาจากการเสนอชื่อ (peer nominations) หรือการให้คะแนน (peer rating) ในการเป็นที่ชื่นชอบและไม่ชื่นชอบของเพื่อน และการเป็นบุคคลที่ได้รับ

ความนิยมและไม่ได้รับความนิยมจากเพื่อนในกลุ่มสังคมเดียวกัน ถือเป็นสิ่งที่สะท้อนให้เห็นถึงความสามารถในการเข้าสังคมของวัยรุ่นแต่ละคนในกลุ่มสังคมใดสังคมหนึ่ง (Jitardhan, 2018) และสามารถแบ่งประเภทได้หลายรูปแบบ อาทิ การแบ่งประเภทสถานะทางมิติสังคมออกเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ 1) บุคคลที่มีคนชื่นชอบมาก และมีคนไม่ชื่นชอบน้อย (popular) 2) บุคคลที่มีคนชื่นชอบน้อย และมีคนไม่ชื่นชอบมาก (rejected) 3) บุคคลที่มีคนชื่นชอบน้อย และมีคนไม่ชื่นชอบน้อย (neglected) 4) บุคคลที่มีคนชื่นชอบมาก และมีคนไม่ชอบมาก (controversial) และ 5) บุคคลที่ไม่เข้าเกณฑ์ของ 4 ประเภทข้างต้น (average) (Coie, Dodge, & Coppotelli, 1982; Lerner, & Steinberg, 2004) หรือการแบ่งแบบ 2 กลุ่ม ได้แก่ 1) สถานะทางมิติสังคมแบบได้รับความนิยม (popular) และ 2) สถานะทางมิติสังคมแบบไม่ได้รับความนิยม (unpopular) (Lafontana, & Cliessen, 2002) อีกทั้งยังมีการศึกษาเพิ่มเติมที่พบว่ามีการนิยามเด็กในกลุ่ม popular ที่ต่างกันออกไปในด้านบุคลิกลักษณะของบุคคล การศึกษาในอดีตพบว่าวัยรุ่นที่ได้รับความนิยมและเป็นคนที่เพื่อนชื่นชอบมากที่สุด โดยทั่วไปจะเป็นบุคคลที่มีลักษณะของพฤติกรรมเสริมสร้างสังคม (prosocial behavior) (Newcomb, Bukowski, & Pattee, 1993) แต่ในขณะเดียวกันก็พบว่าวัยรุ่นในกลุ่มที่ได้รับความนิยมที่มีบุคลิกลักษณะที่สุขุม และโดดเด่นที่สุดในกลุ่มเพื่อน จะเป็นคนที่เพื่อนชื่นชอบมากที่สุดหรือไม่ก็ได้ (Adler, & Adler, 1998) และในบางการศึกษา ยังพบอีกว่าวัยรุ่นบางคนที่มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม ก็สามารถได้รับการเสนอชื่อให้อยู่ในกลุ่มได้รับความนิยมจากกลุ่มเพื่อนได้ด้วย (Rodkin, Farmer, Pearl, & Van Acker, 2006) ดังนั้นจึงมีการแบ่งกลุ่มของเด็กที่ได้รับความนิยม ออกเป็น 2 กลุ่มย่อย (Rodkin et al., 2006) ได้แก่ 1) วัยรุ่นที่ได้รับการเสนอชื่อว่าเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อนและเป็นคนที่มีความสุข แต่ในบางเวลาก็มีพฤติกรรมก้าวร้าว (popular tough group) และ 2) วัยรุ่นที่ได้รับการเสนอชื่อว่าเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน โดยเป็นคนที่มีความสามารถทางด้านวิชาการที่ดี และไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว (popular model group) หรือการแบ่งกลุ่มออกเป็น 1) วัยรุ่นที่ได้รับการเสนอชื่อว่าเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน แต่ไม่จำเป็นว่าเพื่อนส่วนใหญ่จะชื่นชอบ (populistic) และ 2) วัยรุ่นที่ได้รับการเสนอชื่อว่าเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน และในขณะเดียวกันก็เป็นที่ชื่นชอบและได้รับการยอมรับจากเพื่อนส่วนใหญ่ (prosocial-popular) (De Bruyn, & Cillessen, 2006) นอกจากนี้ยังมีบางการศึกษาแบ่งออกเป็นโครงสร้างที่แตกต่างกัน (Lease, Kennedy, & Axelrod, 2002) ระหว่าง 1) วัยรุ่นที่เป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน และได้รับความชื่นชอบจากเพื่อนสูง (sociometric popularity) และ 2) วัยรุ่นที่เป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน แต่อาจไม่ได้รับความชื่นชอบจากเพื่อนสูง (perceived popularity)

ในด้านของวิธีการวัดและประเมินสถานะทางมิติสังคมนั้น จากการทบทวนวรรณกรรมพบวิธีการที่หลากหลายเช่นเดียวกับการแบ่งกลุ่ม เช่น วิธีการวัดและประเมินแบบเสนอชื่อ (nomination-based data หรือ the peer nomination method) (Newcomb, & Bukowski, 1984; Underwood, Kupersmidt, & Coie, 1996) ซึ่งอาศัยการให้นักเรียนเสนอชื่อเพื่อน ๆ ในประเด็นทางบวก ได้แก่ การเป็นที่ชื่นชอบมากที่สุด (like most) และประเด็นทางลบ ได้แก่ การเป็นที่ชื่นชอบน้อยที่สุด (liked least) และนำคะแนนดังกล่าวมาคำนวณหาคะแนนมาตรฐานของชั้นเรียน และคะแนนที่นักเรียนแต่ละคนได้รับ เพื่อแบ่งนักเรียนตามสถานะทางมิติสังคมประเภทต่าง ๆ และวิธีการวัดและประเมินแบบให้คะแนน (rating-based data หรือ the peer rating method)

(Asher, & Dodge, 1986; Maassen, Akkermans, & Van der Linden, 1996) ที่จะวัดสถานะทางมิติสังคมโดยให้นักเรียนให้คะแนนแก่เพื่อนร่วมชั้นในประเด็นต่าง ๆ โดยนักเรียนหนึ่งคนจะต้องให้คะแนนแก่เพื่อนร่วมชั้นทุกคน เพื่อนำคะแนนที่นักเรียนแต่ละคนได้รับมาเปรียบเทียบกับค่าเฉลี่ยคะแนนของนักเรียนทั้งชั้นเรียน เพื่อแบ่งกลุ่มสถานะทางมิติสังคมต่อไป การวัดและประเมินสถานะทางมิติสังคม (sociometric status measurement) นั้นเป็นเครื่องมือที่มีวิธีการใช้และการนิยามความหมายของสถานะทางมิติสังคมในแต่ละกลุ่มที่แตกต่างกันออกไปในแต่ละการศึกษา และมีการพัฒนารูปแบบทั้งในเชิงโครงสร้างและวิธีการวัดที่หลากหลาย ดังนั้นการนำไปใช้จึงควรพิจารณาจากบริบทของแต่ละชั้นเรียนที่จะทำการวัดและประเมินเช่นกัน สำหรับการศึกษาด้านสถานะทางมิติสังคมในประเทศไทย การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับสถานะทางมิติสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (Jitardhan, 2018) มีการแบ่งกลุ่มของนักเรียนโดยใช้โครงสร้างทางสถานะทางมิติสังคมใน 2 มิติ ได้แก่ การประเมินความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน (sociometric popularity) และการประเมินความเป็นที่นิยมในกลุ่มเพื่อน (perceived popularity) เป็นเกณฑ์ ตามแนวทางการศึกษาของ Parkhurst และ Hopmeyer (1998) โดยแบ่งกลุ่มสถานะทางมิติสังคมได้ ดังนี้ มิติ sociometric popularity แบ่งออกเป็น 1) นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบจากกลุ่มเพื่อนสูง (admired) 2) นักเรียนคะแนนความชื่นชอบจากเพื่อนแบบทั่วไป (average) และ 3) นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบจากกลุ่มเพื่อนต่ำ (rejected) มิติ perceived popularity แบ่งออกเป็น 1) นักเรียนที่มีคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนสูง (high perceived popularity) 2) นักเรียนที่มีคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนแบบทั่วไป (average) และ 3) นักเรียนที่มีคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนต่ำ (low perceived popularity) และเมื่อนำทั้ง 2 มิติมาศึกษา ร่วมกันจะสามารถแบ่งเด็กออกเป็น 5 ประเภท ได้แก่ 1) นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบและคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนสูง (admired with high perceived popularity) 2) นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบสูง แต่มีคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนต่ำ (admired with low perceived popularity) 3) นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบต่ำ แต่มีคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนสูง (rejected with high perceived popularity) 4) นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบและคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนต่ำ (rejected with low perceived popularity) และ 5) average นักเรียนที่มีคะแนนความชื่นชอบและคะแนนความโดดเด่นเป็นที่รู้จักในกลุ่มเพื่อนแบบทั่วไป

โดยการศึกษาฉบับดังกล่าวใช้วิธีการวัดแบบ The peer rating ที่ให้นักเรียนให้คะแนนความชื่นชอบ (liking scale) ที่มีต่อเพื่อนแต่ละคนเรียงตามรายชื่อของแต่ละห้องเรียน (ชอบน้อยที่สุด = 1 ไปจนถึง ชอบมากที่สุด = 10 คะแนน) สำหรับมิติ sociometric popularity และให้คะแนนความเป็นที่นิยม (popular scale) แก่เพื่อนแต่ละคนตามมุมมองของนักเรียน (โดดเด่นน้อยที่สุด = 1 ไปจนถึง โดดเด่นมากที่สุด = 10 คะแนน) สำหรับมิติ perceived popularity จากนั้นจึงรวบรวมคะแนนของนักเรียนที่ได้จากการประเมินมาหาค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ ซึ่งมีเกณฑ์การแบ่งกลุ่มสถานะทางมิติสังคมจากการกำหนดค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ ดังนี้ มิติ sociometric status กำหนดให้เปอร์เซ็นต์ไทล์ตั้งแต่ 75 ขึ้นไป หมายถึงกลุ่ม admired และเปอร์เซ็นต์ไทล์ต่ำกว่า 25 ลงไป หมายถึงกลุ่ม rejected และมิติ perceived popularity กำหนดให้เปอร์เซ็นต์ไทล์ตั้งแต่ 75 ขึ้นไป หมายถึงกลุ่ม high perceived



popularity และเปอร์เซ็นต์ไทล์ต่ำกว่า 25 ลงไป หมายถึงกลุ่ม low perceived popularity นอกจากนี้กำหนดให้เปอร์เซ็นต์ไทล์ตั้งแต่ 25 ขึ้นไปแต่ไม่เกิน 75 หมายถึงกลุ่ม average สำหรับทั้งสองมิติ และเมื่อนำทั้งสองมิติมาศึกษาาร่วมกันจะสามารถแบ่งกลุ่มได้ ดังนี้ (Jitardhan, 2018)

**ตารางที่ 1** การแบ่งกลุ่มสถานะทางมิติสังคมแบบ 2 มิติ

แบบ 2 มิติ (two – dimensional)	Percentiles	
	Sociometric popularity (liking score)	Perceived popularity (popular score)
Admired with high perceived popularity	ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป	ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงไป
Admired with low perceived popularity	ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงไป	ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป
Rejected with high perceived popularity	ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงไป	ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงไป
Rejected with low perceived popularity	สูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ขึ้นไป แต่ไม่เกินเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75	สูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ขึ้นไป แต่ไม่เกินเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75

การศึกษาการวัดและประเมินสถานะทางมิติสังคม เป็นเครื่องมือที่สามารถนำไปใช้ได้โดยง่าย เพียงมีรายชื่อของนักเรียนทุกคนในชั้นเรียน และนักเรียนมีความรู้จักหรือได้เรียนร่วมกันมานานพอสมควรที่จะสามารถให้คะแนนในมิติต่าง ๆ ต่อกันได้ดี แต่จำเป็นจะต้องชี้แจงถึงประเด็นด้านการรักษาความลับให้นักเรียนทราบเป็นอันดับแรกก่อนเริ่มการวัดประเมิน เพื่อให้ นักเรียนมีความกล้าที่จะให้คะแนนเพื่อนร่วมชั้นในแต่ละมิติอย่างตรงไปตรงมา และเป็น การป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาด้านความสัมพันธ์ในภายหลังหากนักเรียนทราบถึงคะแนนที่แต่ละคนให้กันและกัน รวมถึงสถานะทางมิติสังคมของตนเองและเพื่อน ซึ่งเครื่องมือนี้จะช่วยให้ครูและบุคลากรที่เกี่ยวข้องทราบถึงสถานการณ์ความสัมพันธ์ของนักเรียนในชั้นเรียนที่ตนเองดูแล รวมถึงแนวโน้มทักษะและความสามารถในการเข้าสังคมของนักเรียนแต่ละคนได้ และหากนำมาใช้ร่วมกับแบบวัดหรือแบบคัดกรองทางจิตวิทยาต่าง ๆ อาทิ แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบประเมินความเครียด แบบวัดภาวะซึมเศร้า หรือแบบสำรวจความรู้สึกแบบความคิดเห็น ประเภท Sentence Completion Test เป็นต้น ซึ่งเป็นเครื่องมือที่สามารถนำมาใช้ได้โดยไม่ต้องอาศัยการแปลความหมายจากผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง คุณครูและบุคลากรในโรงเรียนสามารถนำมาใช้สำรวจนักเรียนได้ทันทีด้วยตนเอง ก็จะช่วยให้มีข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับนักเรียนในความดูแลมากยิ่งขึ้น เพื่อประโยชน์ในการวางแผนส่งเสริมปัจจัยป้องกัน (protective factors) หรือค้นหาแนวทางในการลดปัจจัยกระตุ้น (precipitating factors) และปัจจัยที่ทำให้ปัญหายังคงอยู่ (perpetuating factors) ให้กับนักเรียนที่มีสถานะทางมิติสังคมที่ไม่เหมาะสมต่อพัฒนาการและสุขภาพจิตต่อไปได้ ทั้งนี้สามารถใช้ให้เกิดประโยชน์ตั้งแต่การสำรวจ

นักเรียนเพื่อการช่วยเหลือในเบื้องต้นผ่านการดูแลของครูประจำชั้นและครูแนะแนว ไปจนถึงการใช้เพื่อสนับสนุนการทำงานในระบบสุขภาพจิตโรงเรียนอย่างเต็มรูปแบบ

## สรุป

โดยสรุปจึงพบว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนจะมีแนวโน้มของการเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตค่อนข้างมาก ทั้งในด้านพฤติกรรมและจิตใจ การนำการวัดและประเมินสถานะทางมิติสังคมมาใช้ในการสำรวจประเด็นด้านสัมพันธภาพของนักเรียนจะช่วยให้ครูมองเห็นรูปแบบความสัมพันธ์ของนักเรียนในชั้นเรียนที่ดูแลมากยิ่งขึ้น เพื่อให้ครูสามารถสำรวจความสามารถในการปรับตัวหรือปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนในกลุ่มที่ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนผ่านการติดตามผลด้วยกระบวนการต่าง ๆ เช่น การพูดคุยสัมภาษณ์นักเรียนโดยตรง การสังเกตนักเรียนทั้งในและนอกชั้นเรียน การสัมภาษณ์จากครูผู้สอนในรายวิชาต่าง ๆ การสัมภาษณ์ผู้ปกครอง และการวิเคราะห์ผลการเรียน รวมไปถึงการเลือกใช้เครื่องมือทางจิตวิทยาและการศึกษาพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เป็นประโยชน์ และเมื่อพบปัญหาด้านการปรับตัวในนักเรียน ก็จะสามารถให้การช่วยเหลือได้ทันเวลา ทั้งในขอบเขตที่ครูสามารถช่วยเหลือได้เองในทันที เช่น การให้คำปรึกษาและการรับฟังเมื่อเด็กมีความเครียดหรือเศร้า การส่งเสริมทักษะการสื่อสาร การแก้ไขปัญหา และการจัดการอารมณ์ในเบื้องต้น เพื่อสร้างเกราะป้องกันในเด็กที่มีแนวโน้มจะประสบปัญหาด้านการปรับตัวเรื่องเพื่อนในอนาคต เป็นต้น รวมถึงการส่งต่อให้ผู้เชี่ยวชาญช่วยเหลืออย่างต่อเนื่องในกรณีที่พบว่านักเรียนมีปัญหาทางด้านพฤติกรรมและอารมณ์สูง ทั้งนี้การรักษาความลับและการปกปิดข้อมูลที่นักเรียนให้ในรูปแบบวัดสถานะทางมิติสังคมเป็นสิ่งที่จำเป็นต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ

## References

- Adler, P. A. & Adler, P. (1998). **Peer power: Preadolescent culture and identity**. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Apinuntavech, S., Seree, P., Hassadinrat, M., Wattananond, S., & Pornnoppadol, C. (2015). **sukkhaphāp c̄hit rōngriān: khūmū kāndulāe chuāilūā nakriān thī mī khwām̄tōngkān phiset nai rōngriān rūām sangkat Krung Thēp Mahā Nakhōn** [School Mental Health: A care guide to assist students with special needs in participating schools. Under Bangkok.]. Bangkok: Prayoosarnthai press.
- Asher, S. R. & Dodge, K. A. (1986). Identifying children who are rejected by their peers. **Developmental Psychology**. 22, 444-449.
- Bahar, H. H. (2010). The effects of gender, perceived social support and sociometric status on academic success. **Procedia Social and Behavioral Sciences**. 2, 3801–3805.
- Berndt, T. J. & Keefe, K. (1995). Friends' influence on adolescents' adjustment to school. **Child Development**. 66, 1312–1329.

- Chuthai, P. (1995). **jit-dtà-wít-tá-yaa gaan rian gaan sŏn** [Psychology of Teaching]. Bangkok: Tonaor Grammy
- Coie, J. D., Dodge, K. A. & Coppotelli, H. (1982). Dimensions and types of social status: a cross-age perspective. **Developmental Psychology**, 18, 557–570.
- Coopersmith, S. (1981). **The Antecedents of Self-esteem** (2nd ed.). Palo Alto, California Consulting Psychologist Press.
- De Bruyn, E. H. & Cillessen, A. H. N. (2006). Popularity in early adolescence: pro-social and antisocial subtypes. **Journal of Adolescent Research**. 21, 1–21.
- Department of Mental Health. (2012). **wai rian khriat sasom khā tuā tāi pī la nungroṅchetsip khon** [Stressful school age accumulates suicide 170 people per year]. Retrieved from <http://www.thairath.co.th/content/2891326>
- Department of Mental Health. (2019). **rūang nā hō wong ! phœi yoṅ dek sōpruksā sukkhaphāp čhit phung สพรุ. čhī rōngriān kæ panhā** [Worried about the number of children calling for mental health counseling is high, OBEC supports schools to cope with problems]. Retrieved from <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=29897>
- DeRosier, M. E., Kupersmidt, J. B. & Patterson, C. J. (1994). Children's academic and behavioural adjustment as a function of the chronicity and proximity of peer rejection. **Child Development**. 65, 1799–1813.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D. & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. **Child Development**. 82, 405–432.
- Erikson, E. (1968). **Identity, Youth, and Crisis**. New York: Norton.
- Fantuzzo, J., Sekino, Y. & Cohen, H. L. (2004). An examination of the contributions of interactive peer play to salient classroom competences for urban Head Start children. **Psychology in the Schools**. 41, 323–336.
- French, D. C., & Conrad, J. (2001). School dropout as predicted by peer rejection and antisocial behavior. **Journal of Research on Adolescence**. 11, 225–244.
- Jitardhan, R., (2018). **patčhai thī samphan kap sathāna thāng miti sangkhom khōng nakriān chan matthayommasuksā tōṅ ton** [Factor Associated With Sociometric Status Among Middle School Students]. Master's thesis of Science. Child, Adolescent and Family Psychology. Mahidol Univerlity.
- Katumarn, P. (2007). **phatthanākān wairun** [Adolescent Developmental]. Retrieved from [http://www.psyclin.co.th/new\\_page\\_56.htm](http://www.psyclin.co.th/new_page_56.htm).

- Lafontana, K. H., & Cliessen, A. H. N. (2002). Children's perceptions of popular and unpopular peers: A multimethod assessment. *Development Psychology*, 38(5), 635-647.
- Lease, A. M., Kennedy, C. A., & Axelrod, J. L. (2002). Children's social constructions of popularity. *Social Development*, 11(1), 87-109.
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. (2004). *Handbook of adolescent psychology* In (Vol. 2).
- Maassen, G. H., Akkermans, W., & Van der Linden, J. L. (1996). Two-dimensional sociometric status determination with rating scales. *Small Group Research*, 27, 56-78.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.
- Matmasan, C. (2008). *pat̄chai thī mī phon tō̄ suk̄khaphāp c̄hit khō̄ng nak̄riān chūāng chan thī sām chan pī thī nung nai khēt hā c̄hāngwat chāidāēn phāk tai* [The effective mental health of Matthayomsuksa 1 students in southern boundary 5 provinces zone]. Thesis of Education., Educational Measurement, Taksin University.
- Muadiad, W. (2008). *pat̄chai thī mī phon tō̄ suk̄khaphāp c̄hit khō̄ng nak̄riān chūāng chan thī sām chan pī thī nung nai khēt hā c̄hāngwat chāidāēn phāk tai* [The effective mental health of Matthayomsuksa 1 students in southern boundary 5 provinces zone]. Master's thesis of Education. Educational Measurement. Taksin University.
- Muadiad, W. (2013). *pat̄chai thī samphan kap thaksa chīwit khō̄ng nak̄riān chan prathomsuksā pī thī hok nai rōngriān sangkat thēsabān nakhō̄n c̄hāngwat song khla* [Factors Relating to Life Skills of the Students of Primary Grade 6 under Metropolitan, Songkhla Province]. Master's thesis of Education. Taksin University.
- Newcomb, A. F., & Bukowski, W. M. (1984). A longitudinal study of the utility of social preference and social impact sociometric classification schemes. *Child Development*, 55, 1434-1447.
- Newcomb, A. F., Bukowski, W. M., & Pattee, L. (1993). Children's peer relations : Meta-analytic review of popular, rejected, neglected, controversial, and average sociometric status. *Psychological Bulletin*, 113, 99-128.

- Nithichan, W. (1996). **kānsuksā panhā kān prap tuā khōng nakriān chan matthayommasuksā pī thī sām nai rōngriān sangkat krom sāmān suksā Krung Thēp Maha Nakhōn** [Three students in schools under the Jurisdiction of the Department of General Education, Bangkok Metropolis]. Master's thesis of Education. Chulalongkorn University.
- Palosilp, P. (1991). **gaan sām-rùat bpan-hāa gaan bpràp dtua nai dèk wai rùn · grung tâyp má-hāa ná-kon** [Survey of adaptation problems in adolescents Bangkok]. Thesis of Education. Chulalongkorn University.
- Parkhurst, J. T., & Hopmeyer, A. G. (1998). Sociometric popularity and peer-perceived popularity: Two distinct dimensions of peer status. **The Journal of Early Adolescence**. 18, 125–144.
- Ray, G. E., Cohen, R., Secrist, M. E., & Duncan, M. K. (1997). Relating aggressive and victimization behaviors to children's sociometric status and friendships. **Journal of Social and Personal Relationships**. 14(95), 96-108.  
doi:10.1177/0265407597141005
- Rodkin, P. C., Farmer, T. W., Pearl, R., & Van Acker, R. (2006). They're cool: social status and peer group supports for aggressive boys and girls. **Social Development**. 15, 175–204.
- Rubin, K. H., Chen, X., McDougall, P., Bowker, A., & McKinnon, J. (1995). The Waterloo Longitudinal Project: predicting adolescent internalizing and externalizing problems from early and mid-childhood. **Dev Psychopathology**. 7, 751–764
- Rychen, D. S., & Salganik, L. H. (2003). **Competencies for successful Life and Well-Functioning Society**. Hogrefe Publishing GmbH: Cambridge.
- Sandstrom, M. J., & Zakriski, A. L. (2004). **Understanding the experience of peer rejection**.
- Sripetch, C. (2001). **bpàt-jai tēe mee ìt-tí pon dtòr paa-wá seum sào nai wai rùn** [Factors Influencing Adolescent Depression]. Master's thesis of Nursing Science. Community Health Nursing. Mahidol University.
- Uengamphon, J., Pornnoppadol, C., Apinuntavech, S., & Pukpinyo, A. (2018). bpàt-jai kwaam sām-rèt nai gaan gòr dtāng ngaan sùk-kà-pāap jìt rohng rian · nai rohng rian sāng-gàt grung tâyp má-hāa ná-kon [Success factors for establishment of schoolmental health program in Bangkok metropolitan schools]. **Journal of Education Research Faculty of Education, Srinakarinwirot University**. 13(10), 33-44.

- Underwood, M. K., Kupersmidt, J. B., & Coie, J. D. (1996). Childhood peer sociometric status and aggression as predictors of adolescent childbearing. **Journal of Research on Adolescence**. 6, 201–223.
- Vizek-Vidović, V., Miljković, M., Rijavec, M., & Vlahović-Štetić, V. (Ed.) (2003). **Psihologija obrazovanja**. d.o.o.: Zagreb.
- Weist, M. D., & Evans, S. W. (2005). Expanded school mental health: Challenges and opportunities in an emerging field. **Journal of Youth and Adolescence**. 34, 3-6
- Wentzel, K. R., & Erdley, C. A. (1993). Strategies for making friends: relations to social behavior and peer acceptance in early adolescence. **Dev. Psychol.** 29, 819–826
- Zakriski, A. L., & Prinstein, M. J. (2001). Sociometric status of child inpatients in clinical and normative peer groups Is peer status in a clinical setting a useful measure of adjustment? **Applied Development Psychology**. 22, 157-173.