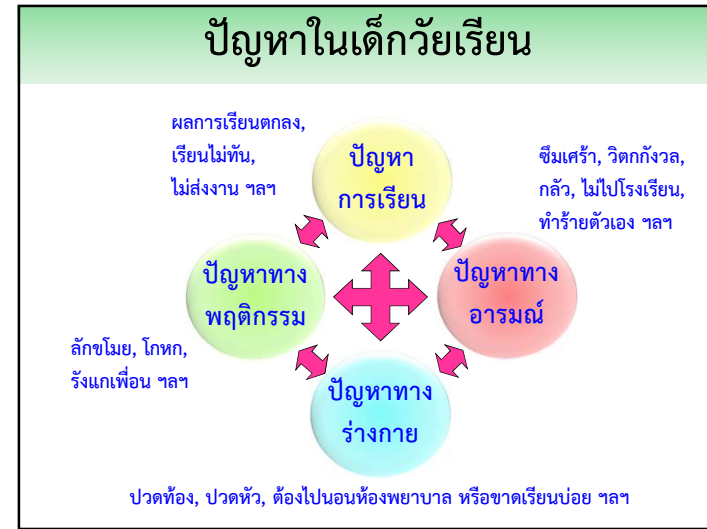


# ปัญหาทางด้าน พฤติกรรมหรืออารมณ์

นพ.ทวิศักดิ์ สิริรัตนเรขา  
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

### แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

Form ID: 1-1-2558

แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

คำชี้แจง: โปรด  มีอาการ ไม่ดี (0) ถึง  ดีเยี่ยม (4) โดยพิจารณาจากตนเอง (ผู้ตอบ) หรือจากผู้รู้ (ผู้สังเกต) โดยพิจารณาจากพฤติกรรมของเด็ก/วัยรุ่นใน 6 เดือนที่ผ่านมา (ผู้สังเกต)

ผู้ตอบ: ชื่อ: \_\_\_\_\_ อายุ: \_\_\_\_\_ ปี เพศ:  ชาย  หญิง

1. ไม่ทำตามผู้ใหญ่สั่ง	<input type="checkbox"/>	ไม่ทำ	<input type="checkbox"/>	ทำตาม	<input type="checkbox"/>	ทำตาม	<input type="checkbox"/>
2. ขวัญขี้ขลาด ไม่กล้าทำอะไร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. มีไหวพริบดี คิดเร็ว	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ไม่สนใจใคร่รู้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. มีสมาธิจดจ่อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. มีสมาธิจดจ่อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. มีสมาธิจดจ่อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ไม่สนใจใคร่รู้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ฉบับย่อ) 1-1-2558

### แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

Form ID: 1-1-2558

แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

คำชี้แจง: โปรด  มีอาการ ไม่ดี (0) ถึง  ดีเยี่ยม (4) โดยพิจารณาจากตนเอง (ผู้ตอบ) หรือจากผู้รู้ (ผู้สังเกต) โดยพิจารณาจากพฤติกรรมของเด็ก/วัยรุ่นใน 6 เดือนที่ผ่านมา (ผู้สังเกต)

ผู้ตอบ: ชื่อ: \_\_\_\_\_ อายุ: \_\_\_\_\_ ปี เพศ:  ชาย  หญิง

1. ไม่ทำตามผู้ใหญ่สั่ง	<input type="checkbox"/>	ไม่ทำ	<input type="checkbox"/>	ทำตาม	<input type="checkbox"/>	ทำตาม	<input type="checkbox"/>
2. ขวัญขี้ขลาด ไม่กล้าทำอะไร	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. มีไหวพริบดี คิดเร็ว	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ไม่สนใจใคร่รู้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. มีสมาธิจดจ่อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ขวัญขี้ขลาด ขวัญขี้ขลาดเกินไป	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. มีสมาธิจดจ่อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. มีสมาธิจดจ่อ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ไม่สนใจใคร่รู้	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. สนุกสนาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ฉบับย่อ) 1-1-2558

- แบบประเมิน SDQ ประกอบด้วยข้อคำถาม 25 ข้อ  
มีคำถามเชิงบวกและคำถามที่เป็นปัญหา แบ่งเป็น 5 หมวด ดังนี้
- 1) พฤติกรรมเกร (Conduct Problems) 5 ข้อ  
(ข้อ 5 7 12 18 22)
  - 2) พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง (Hyperactivity) 5 ข้อ  
(ข้อ 2 10 15 21 25)
  - 3) ปัญหาทางอารมณ์ (Emotional problems) 5 ข้อ  
(ข้อ 3 8 13 16 24)
  - 4) ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อน (Peer problems) 5 ข้อ  
(ข้อ 6 11 14 19 23)
  - 5) พฤติกรรมสัมพันธ์ทางสังคม (Pro-social behavior) 5 ข้อ  
(ข้อ 1 4 9 17 20)

**แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน**  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

**การให้คะแนน**  
แบ่งเป็น 5 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ คะแนนแต่ละด้านจะอยู่ระหว่าง 0-10 คะแนน  
คะแนนรวม 0 - 40 คะแนน (รวม 4 ด้าน ยกเว้นด้านสัมพันธ์ทางสังคม)

ข้อ 1	ไม่จริง	ให้	0	คะแนน
ข้อ 2	จริงบ้าง	ให้	1	คะแนน
ข้อ 3	จริงแน่นอน	ให้	2	คะแนน
ข้อ 4				
ข้อ 5				
ข้อ 6				
ข้อ 7	ไม่จริง	ให้	2	คะแนน
ข้อ 8	จริงบ้าง	ให้	1	คะแนน
ข้อ 9	จริงแน่นอน	ให้	0	คะแนน
ข้อ 10				
ข้อ 11				
ข้อ 12				
ข้อ 13				
ข้อ 14				
ข้อ 15				
ข้อ 16				
ข้อ 17				
ข้อ 18				
ข้อ 19				
ข้อ 20				
ข้อ 21				
ข้อ 22				
ข้อ 23				
ข้อ 24				
ข้อ 25				

**ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน**

**การคัดกรองเด็กกลุ่มเสี่ยง**  
SDQ (The Strengths and Difficulties Questionnaire)

เด็กปกติ	เด็กกลุ่มเสี่ยง	เด็กมีปัญหา
↓	↓	↓
ส่งเสริม พัฒนา	ป้องกัน แก้ไข	ช่วยเหลือ ส่งต่อ

**เครื่องมือในการช่วยเหลือ**  
สร้างสัมพันธภาพที่ดี

<ul style="list-style-type: none"> <li>* มีความปรารถนาดี</li> <li>* รับฟังอย่างตั้งใจ</li> <li>* มีความสม่ำเสมอ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* มีการสื่อสารทางบวก</li> <li>หลีกเลี่ยงคำว่า “ทำไม”</li> <li>I message</li> <li>การสะท้อน: ความคิดและความรู้สึก</li> <li>การประคับประคองอารมณ์ ให้กำลังใจ</li> <li>ไม่โทษกัน</li> <li>ไม่ตัดสิน</li> </ul>
--	--

**เครื่องมือในการช่วยเหลือ**  
มีข้อมูลที่จำเป็น

- \* ประวัติทั่วไปของเด็ก
- \* ประวัติครอบครัว
- \* ผลการเรียนรู้ที่ผ่านมาและปัจจุบัน
- \* ปัญหาที่เกิดขึ้นและปัจจัยที่แวดล้อมปัญหา
- \* แบบประเมินต่างๆ และผลการประเมิน
- \* การช่วยเหลือที่ผ่านมา และผลของการช่วยเหลือ
- \* ข้อมูลเกี่ยวกับสาเหตุที่เป็นไปได้

แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

พฤติกรรมอยู่นิ่ง (Hyperactivity)

- 2. อยู่นิ่งๆ นิ่งๆ ไม่ได้
- 10. อยู่นิ่งๆ วุ่นวายอย่างมาก
- 15. วอกแวกง่าย สมาธิสั้น
- 21. คิดก่อนทำ (R)
- 25. ทำงานได้จนเสร็จ มีความตั้งใจในการทำงาน (R)

สมาธิสั้น

- สมาธิสั้น
- อยู่นิ่ง
- หุนหันพลันแล่น

Attention Deficit  
Hyperactivity Disorder

แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

ปัญหาทางอารมณ์ (Emotional problems)

- 3. มักจะบ่นว่าปวดศีรษะ ปวดท้อง หรือไม่สบายบ่อย ๆ
- 8. กังวลใจหลายเรื่อง ดูวิตกกังวลเสมอ
- 13. ดูไม่มีความสุข ท้อแท้ ร้องไห้บ่อย
- 16. เครียดไม่ยอมห่างเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้น  
ขาดความมั่นใจในตนเอง
- 24. ชี้กั้ว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย

ความวิตกกังวล  
**Anxiety**

## ความวิตกกังวล

- \* ภาวะวิตกกังวล เป็นภาวะอารมณ์ที่เกิดจากความคิดที่คาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้าว่า อาจเกิดเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้น เกิดขึ้นได้ตามปกติในเด็กวัยเรียน
- \* ความกังวลที่อยู่ในเกณฑ์ปกติเป็นสิ่งที่ดี ทำให้เด็กรู้จักเตรียมพร้อม วางแผน ระวัง อันตรายที่จะเกิดขึ้น
- \* ถ้าความกังวลมีมากเกินไปจะเป็นผลกระทบให้เกิดความทุกข์ใจ ส่งผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ การเรียนในห้องเรียน ไม่มีสมาธิในการเรียน โดยเฉพาะถ้า ภาวะวิตกกังวลเป็นอยู่นานจะมีปัญหากระทบต่อการเรียนและการปรับตัวได้มาก

## ลักษณะเด็กที่วิตกกังวล

- \* มีความวิตกกังวล ครุ่นคิดเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างมาก อย่างไม่มีเหตุผล
- \* ใช้เวลามากกับการพิจารณาเรื่องที่วิตกกังวล และควบคุมความกังวลได้ยาก
- \* พยายามหลีกเลี่ยงเหตุการณ์ที่วิตกกังวล เช่น กังวลว่าครูจะดุ จะพยายามหลีกเลี่ยงการไปโรงเรียน
- \* ถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้และต้องเผชิญเหตุการณ์นำวิตกกังวล จะมีอาการแสดงทางกาย เช่น ใจเต้นแรง หายใจไม่ออก กระสับกระส่าย เหงื่อออก คลื่นไส้ ปวดหัว นอนไม่หลับ เป็นต้น
- \* การแสดงออกทางอารมณ์เครียด กระสับกระส่าย หงุดหงิด ไม่มั่นใจในความสามารถตนเอง

## การช่วยเหลือเด็กวิตกกังวล

- 1) ผู้เกี่ยวข้องเข้าใจปัญหาร่วมกัน
- 2) รวบรวมประวัติ
- 3) ให้คำปรึกษาแก่เด็กและครอบครัว
  - ปรับเปลี่ยนการเลี้ยงดู: ความคาดหวังที่เหมาะสม การให้กำลังใจ
 การเปิดโอกาสให้เด็กแก้ปัญหาด้วยตนเอง
  - ให้เด็กเห็นถึงความกังวลของตนและผลกระทบ
  - ปรับเปลี่ยนมุมมองและเผชิญความกังวลอย่างค่อยเป็นค่อยไป
  - วางแผนร่วมกัน
- 4) การติดตามผล

ความกลัว  
Fear

## ความกลัว

ความกลัว เป็นภาวะปกติที่พบได้ในเด็กวัยเรียน ความกลัวที่พบได้ทั่วไปในเด็กวัยเรียน ได้แก่ กลัวความมืด กลัวผี กลัวสัตว์ต่างๆ โดยปกติแล้วความกลัวจะลดลงตามอายุ และไม่มีผลกระทบกับการดำเนินชีวิตประจำวัน

เด็กที่มีความกลัวผิดปกติที่จำเป็นต้องได้รับการดูแล มีลักษณะ ดังนี้

1. มีสิ่งทีกลัวหรือมีสถานการณ์ที่กระตุ้นความกลัวอย่างชัดเจน เช่น กลัวการพูดหน้าชั้น กลัวแมว โดยความกลัวนั้นดูไม่สมเหตุสมผล
2. มีการหลีกเลี่ยงสิ่งที่กลัว หรือเลี่ยงสถานการณ์ที่กลัว จนมีผลกระทบกับชีวิตประจำวัน หรือการเรียน
3. ถ้าหลีกเลี่ยงสิ่งที่กลัวหรือสถานการณ์ที่กลัวไม่ได้ เมื่อต้องเผชิญหน้า เด็กจะมีอาการแสดงทางกาย ได้แก่ ตกใจกลัวอย่างมาก กรีดร้อง ร้องไห้ หายใจเร็ว กระสับกระส่ายหา และพยายามหาทางพาดตนเองออกจากสถานที่นั้น

## การช่วยเหลือเด็กที่กลัว

- 1) หลีกเลี่ยงการเอาจุดอ่อนของเด็กมาล้อเลียน ทำให้อับอาย
- 2) ไม่บังคับให้เด็กต้องเผชิญความกลัวในขณะที่ยังไม่พร้อม
- 3) ช่วยให้เด็กเห็นผลกระทบของความกลัว อาจให้เด็กลองเผชิญกับสิ่งที่กลัวทีละน้อย ไม่เร่งรัด ให้กำลังใจ
- 4) ในกรณีที่ไม่ได้ดีขึ้น มีความรุนแรง รบกวนชีวิตมาก พิจารณาส่งปรึกษา สาธารณสุข

## กลัวการไปโรงเรียน School Refusal

## กลัวการไปโรงเรียน

เด็กปฏิเสธการไปโรงเรียน เนื่องจากภาวะคับข้องทางอารมณ์วิตกกังวล หรือกลัว

- \* เด็กจะร้องไห้ งอแง ต่อต้าน ทุกๆ เช้าก่อนไปโรงเรียน
- \* เด็กมีมักมีอาการทางร่างกายเมื่อถึงเวลาไปโรงเรียน

School refusal - feel anxiety or fear towards school  
Truancy - feel angry or bored towards school

## กลั้วการไปโรงเรียน

### อาการทางร่างกาย

#### ระบบประสาทอัตโนมัติ

เวียนศีรษะ, ปวดศีรษะ, เจ็บหน้าอก, เหงื่อแตก, ตัวสั่น, ใจสั่น

#### ระบบทางเดินอาหาร

ปวดท้อง, คลื่นไส้, อาเจียน, ท้องเสีย

#### ระบบกล้ามเนื้อและข้อต่อ

ปวดหลัง, ปวดข้อ

## เด็กกลุ่มเสี่ยง

- \* เจ็บป่วยต้องหยุดเรียนมาก่อน และเป็นช่วงต้องกลับมาเรียน หรือมีประวัติหยุดเรียนบ่อยๆ
- \* มีเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในบ้าน เช่น มีบุคคลสำคัญเสียชีวิต การหย่าร้างของพ่อแม่ หรือมีความรุนแรงทำร้ายกันในครอบครัว
- \* มีภาวะเดิมอยู่ก่อน เช่น เป็นเด็กปรับตัวยาก ซ้ำกังวล ติดแม่
- \* มีประวัติครอบครัวเป็นโรควิตกกังวลหรือโรคซึมเศร้า

## สาเหตุที่เด็กกลั้วการไปโรงเรียน

- 1) เป็นการปรับตัวต่อความเครียดจากสถานการณ์บางอย่างที่ผิดปกติ
- 2) เด็กมีภาวะวิตกกังวลต่อการพลัดพราก (Separation anxiety disorder) ซึ่งจะมีอาการดังนี้ มีความกังวลว่าจะเกิดอันตรายต่อผู้ปกครองหรือตนเอง
- 3) เด็กมีภาวะซึมเศร้า
- 4) กลุ่มเด็กหนีเรียน มีปัญหาพฤติกรรม
- 5) ครอบครัวไม่ให้ความสำคัญต่อการเรียน มีปัญหาเศรษฐกิจ เก็บเด็กไว้ที่บ้าน หรือขาดการฝึกวินัย

## การช่วยเหลือเด็กกลั้วการไปโรงเรียน

- 1) เป็นภาวะที่ต้องร่วมมือกันระหว่างครอบครัว โรงเรียน และบุคลากรสาธารณสุข
- 2) หาสาเหตุ และแก้ไขในกรณีที่สามารถทำได้
- 3) วางแผนในการรับเด็กจากพ่อแม่ การดูแลเด็กระหว่างวัน การจัดหาเพื่อน การจัดเตรียมสถานที่ให้เด็กพักถ้าอยู่ในห้องเรียนไม่ไหว
- 4) ระวังการมีสิทธิพิเศษมากเกินไปที่โรงเรียน
- 5) หลีกเลี่ยงการลงโทษรุนแรง หรือพูดให้เด็กอาย
- 6) เมื่อเด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในระหว่างวัน หลีกเลี่ยงการส่งกลับบ้าน อธิบายเด็กด้วยท่าที่สงบ หนักแน่น อาจให้เด็กพักในสถานที่ที่จัดเตรียมไว้

# หนีโรงเรียน Truancy

## สาเหตุของการหนีโรงเรียน

- 1) มีปัญหาการเรียน
- 2) เปื่อหน่ายการเรียนการสอน กฎระเบียบข้อบังคับของโรงเรียน
- 3) ปรับตัวไม่ได้ ไม่เป็นที่ยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
- 4) การถูกชักจูงจากเพื่อน อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ยั่ววย จูงใจ น่าสนใจ แหล่งที่ไม่มีความสุขสนุก น่าสนใจกว่าการอยู่ในห้องเรียน
- 5) ปัญหาทางอารมณ์จิตใจ สาเหตุจากครอบครัว ไม่มีความสุข ขาดความรัก ความเข้าใจ ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ไม่ดี

## การช่วยเหลือเด็กที่หนีโรงเรียน

- 1) ศึกษาข้อมูล การเลี้ยงดู สิ่งแวดล้อม
- 2) สร้างสัมพันธ์ภาพกับเด็กเพื่อทำให้เกิดความไว้วางใจ เชื่อใจ
- 3) ประเมินว่าสาเหตุของพฤติกรรมหนีเกิดจากอะไร แสดงความเห็นอกเห็นใจ และสอบถามถึงสาเหตุของพฤติกรรมนั้น
- 4) รับฟังข้อคิดเห็น ให้เด็กประเมินการกระทำ ชี้ให้เห็นผลเสียที่เกิดขึ้น ร่วมหาทางเลือกที่เหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อตนเอง
- 5) ช่วยเหลือเด็กตามสาเหตุของพฤติกรรมหนีเรียน

## แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน

### Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

#### พฤติกรรมเกร (Conduct Problems)

5. มักจะอาละวาด หรือโมโหร้าย
7. เชื่อฟัง มักจะทำตามผู้ใหญ่ต้องการ (R)
12. มักมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเด็กอื่น หรือรังแกเด็กอื่น
18. ชอบโกหก หรือขี้โกง
22. ขโมยของของที่บ้าน ที่โรงเรียน หรือที่อื่น

## การรังแก Bullying

### การรังแก

- \* ด้านร่างกาย (Physical Bullying)
- \* ด้านวาจา (Verbal Bullying)
- \* ด้านความสัมพันธ์ (Relational Bullying)
- \* ด้านไซเบอร์ (Cyber Bullying)

Cyber Bullying พบบ่อยในระดับมัธยม นอกนั้นพบบ่อยในระดับประถม

- \* แบบเดี่ยว (Individual Bullying)
- \* แบบกลุ่ม (Collective Bullying)

## ลักขโมย Stealing

### เด็กลักขโมย

- \* พฤติกรรม “ลักขโมย” ใช้เรียกในเด็กอายุตั้งแต่ 6 ขวบ ที่หยิบขโมยสิ่งของของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยที่เข้าใจเรื่องสิทธิและสมบัติส่วนตัวได้เต็มที่แล้ว และรู้ว่าการลักขโมยเป็นสิ่งผิด
- \* พฤติกรรมลักขโมยอาจมีลักษณะการกระทำและความมุ่งหมายแตกต่างกันไปแต่ละอายุและแต่ละราย



## ลักษณะการลักขโมย

- \* เด็กที่วางแผนขโมยอย่างแยบยล /  
เด็กที่กระทำอย่างไม่มีการวางแผน
  - \* เด็กที่นานๆ ขโมยสักครั้ง ด้วยเหตุผลต่างๆ ต่าง /  
เด็กที่กระทำเป็นนิสัย
- \* เด็กที่เลือกขโมยเฉพาะสิ่งที่ต้องการ /  
เด็กที่ขโมยแบบไม่เลือกชนิดของสิ่งของ
  - \* เด็กที่จะขโมยตามกลุ่มเพื่อน /  
เด็กที่กระทำคนเดียว
- \* เด็กที่ขโมยเฉพาะของที่ขโมยง่ายๆ ไม่ต้องเผชิญหน้ากับเจ้าของ /  
เด็กที่เข้าชมชู้โดยตรงแบบโจรปล้น

## สาเหตุที่เด็กลักขโมย

- 1) เด็กที่ไม่ตระหนักถึงสิทธิการเป็นเจ้าของ ทั้งของตนเองและผู้อื่น ซึ่งอาจเกิดจากการขาดการอบรมสั่งสอน บางครอบครัวถือว่าทุกอย่างในบ้านทุกคนถือสิทธิ์ได้ หรือเด็กบางคนมาจากสภาพบ้านที่แออัด สาเหตุนี้พบตั้งแต่ในเด็กประถมต้น
- 2) เด็กมีความรู้สึกอยากได้อย่างมีสูง จากสภาพครอบครัวที่มีความขาดแคลนหรือการเลี้ยงดูที่ทำให้เด็กรู้สึกขาด ต้องการสิ่งของมาทดแทน
- 3) เด็กบางคนทำเพื่อให้ตนคงสถานะได้ในหมู่เพื่อน ให้เป็นที่ยอมรับว่ามีหรือทำเป็นเหมือนกัน มักพบในเด็กที่อาจมีปมด้อย มีทักษะในการเข้าสังคมต่ำ
- 4) มีลักษณะเป็นอาชญากร ซึ่งมักทำเป็นกลุ่มแก๊ง ขโมยของมีค่าและไม่ค่อยยอมรับหรือรู้สึกว่าเป็นพฤติกรรมที่ผิด

## การช่วยเหลือเด็กที่ลักขโมย

- 1) สืบค้นและหาหลักฐานให้แน่ชัดว่าเด็กขโมยจริง ไม่ซักถามหรือดำเนินเกินกว่าเหตุจนเด็กกลัว เพราะจะนำไปสู่การหยุดของเด็กเพื่อหลีกเลี่ยงการลงโทษ
- 2) บอกให้เด็กรับรู้ว่าการขโมยเป็นสิ่งผิด ไม่เป็นที่ยอมรับของครอบครัวและสังคม ด้วยท่าทีที่สงบ
- 3) ยืนยันอย่างหนักแน่นให้เด็กชดใช้หรือนำสิ่งของที่ขโมยไปคืนทันทีที่ทราบ
- 4) ควรไปเป็นเพื่อนเด็กในการคืนสิ่งของเพื่อให้แน่ใจว่าเด็กนำไปคืนจริง และอธิบายให้เจ้าของร้านค้าหรือเจ้าของสิ่งของเข้าใจว่าเด็กหยิบของไปโดยไม่ได้ชำระเงินหรือไม่ได้ขออนุญาตและต้องการนำสิ่งของมาคืน ช่วยไม่ให้เกิดความอับอายเกินไป และให้เด็กได้เห็นแบบอย่างการพูดและแก้ปัญหา
- 5) ไม่ควรประจานเด็กในที่ชุมนุมชนหรือหน้าชั้นเรียน เพื่อให้เด็กได้มีโอกาสและเกิดกำลังใจในการปรับปรุงตัวใหม่
- 6) หลีกเลี่ยงการบ่น วิจารณ์ หรือตราหน้าว่าอนาคตเด็กจะเป็นขโมยหรือไม่สามารถปรับปรุงตัวเองได้ เนื่องจากทำให้เด็กเกิดความโกรธแค้นมากขึ้น หรือหมกมุ่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

พูดโกหก  
Liar

## สาเหตุที่เด็กพูดโกหก

- 1) ลักษณะบุคลิกภาพแบบต่อต้านสังคม เรียกร้องความสนใจ มีความสุข ความพอใจ สนุกสนานในการสร้างเรื่องที่ไม่เป็นจริงให้ผู้อื่นเชื่อ สนใจ
- 2) การอบรมเลี้ยงดูที่ไม่ถูกต้อง รับรู้ เรียนรู้ เลียนแบบจากบุคคลในครอบครัว ผู้ใกล้ชิดที่เป็นแบบอย่าง พูดไม่จริง จนติดเป็นเป็นบุคลิกนิสัย
- 3) ประสบการณ์ที่ถูกลงโทษเมื่อพูดความจริง จึงใช้การพูดโกหก เพื่อให้พ้นผิด ไม่ถูกลงโทษ
- 4) มีปมด้อย ขาดความมั่นคงทางจิตใจ ได้รับการตำหนิจากผู้อื่น ใช้การพูดสร้างเรื่องไม่จริงให้ตนเองไม่มีปมด้อย มีคุณค่า มีความสำคัญ ได้รับการยอมรับจากผู้อื่นมากขึ้น

## การช่วยเหลือเด็กที่พูดโกหก

- 1) คุยกับเด็กอย่างจริงจัง ให้เข้าใจชัดเจนว่าไม่ต้องการให้เด็กพูดโกหก
- 2) จัดการอย่างจริงจังเมื่อเด็กพูดโกหก โดยไม่ตำหนิหรือลงโทษรุนแรงเกินไป แต่ในขณะเดียวกันต้องไม่ปล่อยผ่านเรื่องนี้ไปโดยไม่ได้รับการจัดการหรือทำคล้ายว่าเป็นเรื่องธรรมดาและไม่ใช้ความผิดเลย ทุกครั้งที่เกิดเรื่องขึ้นต้องคุยกับเด็กอย่างตรงไปตรงมา อย่าวีพากษ์วิจารณ์ หรือตำหนิตัวเด็ก แต่บอกให้ชัดเจนว่าสิ่งที่เด็กทำนั้นไม่ถูกต้อง ให้เด็กเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้น ช่วยเด็กคิดว่าวิธีการอื่นในการการแก้ไขปัญหาแทนการโกหก บางครั้งเด็กอาจโกหกเพราะเด็กไม่รู้หรือนึกวิธีการแก้ไขปัญหานั้นไม่ได้

## การช่วยเหลือเด็กที่พูดโกหก

- 3) ร่วมมือกับเด็กในการแก้ปัญหาเด็กจำเป็นต้องรับผิดชอบในสิ่งที่ทำและจัดการเรื่องที่เกิดขึ้นให้เรียบร้อย แต่ไม่ควรปล่อยให้เด็กจัดการลำพัง
- 4) อย่านำเด็กได้รับผลประโยชน์จากการโกหก
- 5) หากเด็กมีลักษณะนิสัยชอบไม่ เล่าเรื่องเกินจริง บางเรื่องก็เติมแต่งจนกลายเป็นอีกเรื่องหนึ่งไป เพื่อให้ตนเองได้รับความสนใจจากคนรอบข้าง ควรหาข้อดีที่เห็น ชื่นชม และให้ความสนใจเด็ก

ก้าวร้าว  
Violence

## เด็กก้าวร้าว

- \* เด็กเล็ก มักจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวบ้าง ไม่มากก็น้อย โดยการมีพฤติกรรมเหล่านี้เป็นครั้งคราวไม่ใช่เรื่องผิดปกติ แต่ถ้ามีบ่อยๆ และเป็นระยะเวลา ยาวนาน ก็ถือว่าเป็นเรื่องผิดปกติ และจำเป็นต้องได้รับการแก้ไข
- \* เด็กโต ความก้าวร้าวจะรุนแรงกว่าในเด็กเล็ก โดยอาจเป็นความก้าวร้าวทาง วาจา หรือความก้าวร้าวทางกาย
- \* เด็กวัยรุ่นอาจจะก้าวร้าวได้เป็นครั้งคราวเมื่อเผชิญกับความเครียด แต่ถ้าเป็น บ่อยๆ หรือมีสิ่งกระตุ้นเพียงเล็กน้อย แสดงว่าเป็นปัญหา และต้องได้รับการ แก้ไขอย่างจริงจัง

## สาเหตุของพฤติกรรมก้าวร้าว

- |                                 |                               |
|---------------------------------|-------------------------------|
| สาเหตุจากตัวเด็ก                | * วิธีการอบรมของพ่อแม่        |
| เพศ ชาย > หญิง                  | * ปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัว    |
| พื้นอารมณ์                      | * การเลียนแบบ                 |
| ปัญหาทางภาษา                    | * เป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมเกร |
| ความบกพร่องทางสมอง              | หรือบุคลิกภาพอันธพาล          |
| ความเครียด                      |                               |
| ความผิดปกติทางอารมณ์            |                               |
| ไม่มีทางระบายพลังงานที่ซ่อนอยู่ |                               |
| ความรู้สึกกลัว                  |                               |
| รู้สึกว่าตนเองประหลาด           |                               |

## การช่วยเหลือเด็กที่ก้าวร้าว

- 1) วิเคราะห์ว่าเด็กมีปัญหาหรือความเครียดด้านใด พูดคุยและช่วยเหลือในการแก้ปัญหา
- 2) ให้โอกาสเด็กได้ระบายความรู้สึก เช่น แสดงออกมาเป็นคำพูด
- 3) บอกให้ชัดเจนว่าไม่เห็นด้วยกับวิธีการก้าวร้าวที่เด็กใช้ แต่ยอมรับในตัวเอง
- 4) สอนให้ตระหนักในสิทธิของบุคคลอื่นที่ต้องเคารพ
- 5) ในกรณีที่มีความก้าวร้าวกับบุคคลอื่น ควรเข้าไปหยุดทันที ให้ความยุติธรรมกับทั้งสองฝ่าย และสอนให้สามารถตกลงกันได้ด้วยสันติวิธี

## การช่วยเหลือเด็กที่ก้าวร้าว

- 6) เมื่อเด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว หลีกเลี่ยงการตำหนิ ดุ ต่ำ บ่นหรือออกคำสั่งซ้ำๆ โดยไม่ได้ติดตามอย่างจริงจังว่าเด็กทำตามหรือไม่
- 7) วิเคราะห์กับเด็กว่าจะเกิดเหตุการณ์อะไรได้บ้างที่จะนำมาซึ่งพฤติกรรมก้าวร้าว สอนการแก้ไขปัญหาล่วงหน้า
- 8) ชมเชยเมื่อเด็กสามารถควบคุมตนเองได้ดี
- 9) ให้เด็กมีโอกาสมุ่งกิจกรรมที่แสดงถึงความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น
- 10) ให้เด็กมีโอกาสรบายพลังออกมาในทางที่สร้างสรรค์ เช่น ออกกำลังกาย
- 11) เป็นตัวอย่างที่ดี

**แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน**  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

**ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อน (Peer problems)**

- 6. ค่อนข้างแยกตัว ชอบเล่นคนเดียว
- 11. มีเพื่อนสนิท (R)
- 14. เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน (R)
- 19. ถูกเด็กคนอื่น ล้อเลียนหรือรังแก
- 23. เข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่าเด็กวัยเดียวกัน

**แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อน**  
Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

**พฤติกรรมสัมพันธ์ทางสังคม**  
(Pro-social behavior)

- 1. ห่วงใยความรู้สึกคนอื่น
- 4. เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้คนอื่น (ขนม ของเล่น ดินสอ เป็นต้น)
- 9. เป็นที่ฟังได้เวลาที่คนอื่นเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ
- 17. ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า
- 20. ชอบอาสาช่วยเหลือคนอื่น (พ่อ, แม่, ครู, เด็กคนอื่น)

**ปัญหาทางด้าน**  
**พฤติกรรมหรืออารมณ์**

นพ.ทวิศักดิ์ สิริรัตน์เรขา  
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

