

# แบบประเมินด้านจิตใจ สภาวะอารมณ์ และแรงจูงใจของผู้เรียน

## Student Psychological & Motivational Assessment Form

คำอธิบาย: แบบประเมินนี้จัดทำขึ้นเพื่อรับฟังและเข้าใจสภาวะทางจิตใจ อารมณ์ และชีวิตการเรียนของผู้เรียน โดยข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับเพื่อใช้ประโยชน์ในการดูแล สนับสนุน และช่วยเหลือผู้เรียนเท่านั้น โปรดตอบตามความเป็นจริงที่ตรงกับความรู้สึกของคุณมากที่สุด

### ส่วนที่ 1: ข้อมูลทั่วไปของผู้เรียน

ชื่อ-นามสกุล: ..... รหัสนักเรียน/นักศึกษา: .....

ระดับชั้น/แผนกวิชา: ..... วันที่ทำแบบประเมิน: ..... / ..... / .....

### ส่วนที่ 2: การประเมินตนเอง (ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา)

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความรู้สึกหรือสถานการณ์ของคุณมากที่สุด (ระดับ 1 = น้อยที่สุด/ไม่เคยเลย, 2 = น้อย, 3 = ปานกลาง, 4 = มาก, 5 = มากที่สุด/สม่ำเสมอ)

| รายการประเมิน | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---------------|---|---|---|---|---|
|---------------|---|---|---|---|---|

#### ด้านที่ 1: สภาวะอารมณ์และความเครียด

1.1 รู้สึกเครียด กังวล หรือกดดันกับการเรียน/ภาระงานที่ได้รับมอบหมาย

1.2 รู้สึกเหนื่อยล้า หมดพลัง หรือท้อแท้กับชีวิตช่วงนี้

1.3 ควบคุมอารมณ์ หงุดหงิด หรือจัดการกับความโกรธของตนเองได้ดี

#### ด้านที่ 2: แรงจูงใจและความเชื่อมั่นในตนเอง

2.1 มีเป้าหมายและความตั้งใจในการเรียนใน สาขา/สถานศึกษา แห่งนี้

2.2 เชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถในการเรียนรู้และแก้ปัญหาต่างๆ ได้

2.3 รู้สึกสนุก หรือมีความสุขในการเรียนและการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น

#### ด้านที่ 3: ความรู้สึกผูกพันกับสถานศึกษา

3.1 รู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสถานศึกษา และรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ที่นี้

3.2 ภาคภูมิใจในสถานศึกษา และมีความรู้สึ้อยากมาเรียนในทุกๆ วัน

#### ด้านที่ 4: ความสัมพันธ์และการปรับตัว

4.1 มีความสัมพันธ์ที่ดี เข้ากับเพื่อนในห้องเรียน/แผนกวิชาได้ดี

4.2 สามารถขอความช่วยเหลือหรือปรึกษาครอบครัว/ผู้ปกครองได้เมื่อมีปัญหา

4.3 สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม กฎระเบียบ หรือสังคมใหม่ได้ดี

#### ส่วนที่ 3: การสำรวจความต้องการและการช่วยเหลือ

1. ปัญหาที่คุณรู้สึกว่าส่งผลกระทบต่อจิตใจหรือการเรียนรู้ของคุณมากที่สุดขณะนี้ (เลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ เรื่องการเรียน / ผลการเรียน / งานค้างสะสม
- ☐ เรื่องการเงิน / ค่าใช้จ่ายในการเรียน / ภาระทางบ้าน
- ☐ เรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อน / การเข้าสังคม / การทำงานกลุ่ม
- ☐ เรื่องครอบครัว / ความเข้าใจในครอบครัว / สภาพแวดล้อมทางบ้าน
- ☐ เรื่องสุขภาพกาย / สุขภาพจิต (ความเครียด วิตกกังวล นอนไม่หลับ ฯลฯ)
- ☐ เรื่องเป้าหมายชีวิต / ความกังวลเรื่องอนาคตและการทำงาน
- ☐ อื่นๆ (โปรดระบุ): .....

2. คุณต้องการให้ครูผู้ดูแล / อาจารย์ที่ปรึกษา ช่วยเหลือในเรื่องใดมากที่สุด

- ☐ การรับฟังและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาชีวิต / ความเครียด
- ☐ การวางแผนการเรียน / การติดตามงานค้าง
- ☐ การจัดหาทุนการศึกษา หรือช่องทางรายได้พิเศษระหว่างเรียน
- ☐ การปรับความเข้าใจกับเพื่อน หรือครูผู้สอน
- ☐ การประสานงานส่งต่อผู้เชี่ยวชาญ / นักจิตวิทยา
- ☐ ยังไม่ต้องการความช่วยเหลือในขณะนี้ (จัดการตนเองได้)

#### ส่วนที่ 4: ข้อเสนอแนะหรือสิ่งที่อยากบอกเพิ่มเติม

มีเรื่องใดที่คุณรู้สึกกังวล เครียด หรืออยากเล่าให้ครูฟังเป็นพิเศษ หรือมีสิ่งที่ต้องการให้สถานศึกษาปรับปรุงหรือไม่?

.....

.....

.....

.....

##### เกณฑ์การสรุปผลเพื่อการคัดกรองเบื้องต้น (สำหรับครู / ผู้ประเมิน)

- **กลุ่มปกติ (สีเขียว):** คะแนนส่วนใหญ่ในด้านบวกอยู่ในระดับ 4-5 และมีระดับความเครียด/ข้อแก้ (1.1, 1.2) ในระดับ 1-2
- **กลุ่มเสี่ยง (สีเหลือง):** มีความเครียด/ข้อแก้สูง (ระดับ 4-5) หรือมีแรงจูงใจและความสัมพันธ์ต่ำ (ระดับ 1-2) ควรนัดหมายพูดคุย
- **กลุ่มช่วยเหลือเร่งด่วน (สีแดง):** ประเมินตนเองอยู่ในระดับ 1 หลายด้าน หรือเลือกข้อต้องการความช่วยเหลือเร่งด่วน/ระบุปัญหาซ้อนหลายด้าน