ISSN: 3027-8597 (Online)

JMND
Journal of MCU NakhonDhat
วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์

ปีที่ 13 ฉบับที่ 6 (มิถุนายน 2569) : Vol.13 No.6 (June 2026)
https://so03.tci-thaijo.org/index.php/JMND
pp: 334-343

บทความวิชาการ

การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา*

ADMINISTRATION OF STUDENT CARE AND SUPPORT SYSTEMS FOR PROMOTING MENTAL WELL-BEING AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS

ธีรธาร รุจางกูร[1*], เสาวณีย์ สิกขาบัณฑิต[1], ปัญญา ธีระวิทยเลิศ[2]
Theerathan Ruchangkun[1*], Sowwanee Sikkhabandit [1], Panya Theerawitthayalert[2]
[1]คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย
[1]Faculty of Education, North Bangkok University, Bangkok, Thailand
[2]คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย
[2]Faculty of Education, Chandrakasem Rajabhat University, Bangkok, Thailand
[*]Corresponding author E-mail: Theerathan.ruch@northbkk.ac.th
[*]Tel: 092-665-1593

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอแนวคิดการบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในยุคดิจิทัล เพื่อเฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา สำหรับสถานศึกษาโดยมีประเด็นสำคัญ 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิต มีสภาพปัญหาความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิตที่ขยายวงกว้างและส่งผลกระทบต่อทั้งกระบวนการเรียนรู้และคุณภาพชีวิตของเยาวชน 2) ภาวะวิกฤตทางสุขภาพจิต พบว่า เยาวชนช่วงอายุ 13 - 17 ปี มีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าสูง และมีถึงร้อยละ 17.6 ที่เคยมีความคิดหรือพฤติกรรมทำร้ายตนเอง 3) ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีลักษณะหลากหลายมิติ ครอบคลุมทั้งปัญหาด้านนโยบายและการนำไปปฏิบัติ ด้านสมรรถนะของบุคลากร และด้านการบูรณาการความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ความท้าทายเหล่านี้ ล้วนส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพการดูแลนักเรียนในสถานศึกษา และ 4) เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง มีศักยภาพสูงในการยกระดับประสิทธิภาพของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ทั้งในด้านการตรวจจับนักเรียนกลุ่มเสี่ยงล่วงหน้า การวิเคราะห์ข้อมูลหลายมิติ และการออกแบบการแทรกแซงที่ตรงเป้าหมาย ผลจากการศึกษาพบว่า การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนต้องถูกยกระดับสู่การบริหารจัดการเชิงรุก โดยมุ่งเน้นการบูรณาการความร่วมมืออย่างเป็นระบบและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่นักเรียนอย่างยั่งยืน หัวใจสำคัญในการขับเคลื่อน คือ การประยุกต์ใช้เทคโนโลยี นวัตกรรมและแพลตฟอร์มดิจิทัลมาวิเคราะห์ข้อมูลและติดตามพฤติกรรม สิ่งนี้จะช่วยลดข้อจำกัดเชิงโครงสร้าง พร้อมสนับสนุนให้ครูสามารถเฝ้าระวังให้การช่วยเหลือได้แม่นยำ รวดเร็ว และทันท่วงที ภายใต้หลักจริยธรรมและการคุ้มครองสิทธิส่วนบุคคลอย่างเคร่งครัด

คำสำคัญ: ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน, สุขภาวะทางจิต, นักเรียนระดับมัธยมศึกษา, เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง

Abstract

This academic article aims to present administrative concepts for student care and support systems that align with digital transformations to monitor and promote the mental well-being of

[*]Received May 9, 2026; Revised May 19, 2026; Accepted June 18, 2026

secondary school students. The necessity of this study is driven by key issues: 1) The escalating severity of mental health problems impacting youths' learning processes and quality of life; 2) The mental health crisis, revealing that youths aged 13-17 are at a high risk for depression, with 17.6% having experienced self-harm thoughts or behaviors; and 3) The multidimensional challenges in administering these systems, encompassing policy and implementation, personnel competencies, and multisectoral collaboration, all of which directly affect the quality of care in schools. To address these challenges, this article highlights 4) Monitoring technology, which holds high potential for elevating system efficiency through the early detection of at-risk students, multidimensional data analysis, and targeted interventions. The study concludes that the administration of student care and support systems must be elevated to a proactive management approach. This focuses on systematic collaborative integration and the sustainable strengthening of students' mental immunity. The key driver of this approach is the application of technology, innovations, and digital platforms for data analysis and behavioral tracking. This integration will mitigate accurate, rapid, and timely assistance under strict consideration of ethics and personal privacy protection.

Keywords: Student Care and Support Systems, Mental Well-Being, Secondary School Students, Monitoring Technology

บทนำ

ในบริบทของสังคมโลกที่กำลังเผชิญกับกระแสความเปลี่ยนแปลงอย่างพลิกผันจากพลวัตทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยี ความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิตในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาได้ทวีความรุนแรงขึ้นจนก้าวเข้าสู่สภาวะวิกฤตการณ์ด้านสาธารณสุขและการศึกษาที่ไม่อาจเพิกเฉยได้ วัยรุ่นซึ่งอยู่ในช่วงรอยต่อที่สำคัญยิ่งของพัฒนาการทั้งทางสรีรวิทยา สมอง และจิตวิทยา กลับต้องแบกรับแรงกดดันมหาศาลรอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นความคาดหวังด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การแข่งขันเพื่อเข้าสู่ระบบอุดมศึกษา ปัญหาความเปราะบางของสถาบันครอบครัว ตลอดจนผลกระทบเชิงลบจากการใช้ชีวิตในโลกดิจิทัล การเปรียบเทียบตนเองกับอุดมคติบนสื่อสังคมออนไลน์ และปัญหาการกลั่นแกล้งบนโลกไซเบอร์ (World Health Organization, 2022) ปัจจัยเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อมเหล่านี้ได้หล่อหลอมให้เยาวชนต้องเผชิญกับภาวะความเครียดสะสมเรื้อรัง นำไปสู่ความผิดปกติทางอารมณ์ โรคซึมเศร้า และโรควิตกกังวล ซึ่งข้อมูลเชิงประจักษ์ทางระบาดวิทยาทั้งในระดับสากลและระดับชาติได้ชี้ให้เห็นถึงอัตราการพยายามทำร้ายตนเองและการตัดสินใจจบชีวิตในกลุ่มประชากรวัยรุ่นที่พุ่งสูงขึ้นอย่างก้าวกระโดดในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา (กรมสุขภาพจิต, 2565) ความรุนแรงของวิกฤตการณ์นี้ไม่ได้หยุดอยู่เพียงแค่ความสูญเสียระดับปัจเจกบุคคลหรือความโศกเศร้าของครอบครัวเท่านั้น แต่ยังสร้างผลกระทบลูกโซ่ที่สั่นคลอนความมั่นคงของสถาบันการศึกษา และเป็นภัยคุกคามโดยตรงต่อการสูญเสียทุนมนุษย์อันเป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนการพัฒนาประเทศในอนาคต การตระหนักรู้ถึงพลวัตและความรุนแรงของปัญหานี้ จึงเป็นปฐมบทที่สำคัญยิ่งในการกำหนดทิศทางนโยบายเพื่อสกัดกั้นไม่ให้เยาวชนต้องร่วงหล่นลงไปในสภาวะแตกหักทางจิตใจที่ยากจะเยียวยา (นิศารัตน์ สุขตาม และคณะ, 2565)

เมื่อวิเคราะห์เจาะลึกลงไปถึงมิติของสุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา พบว่า สุขภาวะทางจิต (Mental Well-being) มิได้มีความหมายคับแคบเพียงแค่เป็นการปราศจากความเจ็บป่วยทางจิตเวชเท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงสภาวะความสมบูรณ์ทางจิตใจขั้นสูงที่บุคคลสามารถรับรู้และตระหนักถึงคุณค่าและศักยภาพของตนเอง มีความยืดหยุ่นทางอารมณ์ สามารถรับมือกับความเครียดและอุปสรรคในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

และสามารถจัดการกระบวนการเรียนรู้ให้เกิดประสิทธิผลสูงสุด (UNICEF, 2021) สุขภาวะทางจิตจึงเป็นเสมือนรากฐานและโครงสร้างพื้นฐานทางระบบประสาทที่ยึดโยงอยู่กับพัฒนาการทางสมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) ซึ่งมีหน้าที่โดยตรงในการควบคุมทักษะการคิดเชิงบริหาร การยับยั้งชั่งใจ และการประมวลผลทางอารมณ์ เมื่อนักเรียนมีสุขภาวะทางจิตที่เข้มแข็ง ย่อมส่งผลเชิงบวกต่อกลไกการจดจำ สมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ตลอดจนความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพทางสังคมที่เกื้อกูลกับเพื่อนและบุคลากรทางการศึกษา (ศศิพร เหลืองไพฑูรย์ และคณะ, 2568) ในทางตรงกันข้าม หากสุขภาวะทางจิตเกิดความบกพร่อง กลไกการรับรู้และการเรียนรู้จะหยุดชะงักโดยอัตโนมัติ นักเรียนมักจะแสดงพฤติกรรมถดถอย แยกตัว ก้าวร้าว หรือมีสถิติการขาดเรียนที่พุ่งสูงขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบโดยตรงต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาและการออกกลางคัน ดังนั้น การทำความเข้าใจองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิต จึงเป็นกุญแจสำคัญสำหรับผู้บริหารสถานศึกษาในการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์จากการมุ่งเน้นความเป็นเลิศทางวิชาการเพียงมิติเดียว ไปสู่การสร้างสภาพแวดล้อมทางการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการงอกงามทางจิตใจอย่างสมดุล (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา, 2567)

อย่างไรก็ตาม แม้สถานศึกษาจะตระหนักถึงความสำคัญของปัญหา แต่การจะธำรงรักษาและคุ้มครองสุขภาวะทางจิตของนักเรียนให้เกิดขึ้นจริงนั้น กลับเผชิญกับอุปสรรคเชิงโครงสร้าง ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในปัจจุบันถือเป็นคอขวดสำคัญที่บั่นทอนประสิทธิภาพของการดำเนินงานอย่างมีนัยสำคัญ แม้กระทรวงศึกษาธิการจะมีการกำหนดกรอบการทำงาน 5 ขั้นตอน ได้แก่ การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล การคัดกรอง การส่งเสริม การป้องกันและแก้ไขปัญหา และการส่งต่อ ไว้อย่างชัดเจน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2564) แต่ในทางปฏิบัติจริง ครูประจำชั้นซึ่งเป็นฟันเฟืองหลักและด่านหน้าของการดูแลผู้เรียน กลับต้องแบกรับภาระงานที่ล้นมือ ทั้งภาระงานสอนที่หนักหน่วง งานประเมินผลตัวชี้วัด และงานธุรการที่ซ้ำซ้อน ทำให้กระบวนการทำความรู้จักนักเรียนหรือการคัดกรองพฤติกรรมกลายเป็นเพียงการกรอกข้อมูลเอกสารให้ครบถ้วนตามรอบการประเมิน ขาดความละเอียดอ่อนในการประเมินสภาวะจิตใจเชิงลึก และบริบทของสถานศึกษาส่วนใหญ่ในประเทศไทยยังขาดแคลนบุคลากรที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง เช่น นักจิตวิทยาโรงเรียน ทำให้การตีความพฤติกรรมที่ซับซ้อนของวัยรุ่นเกิดความคลาดเคลื่อน ประการสำคัญที่สุด คือ กระบวนทัศน์การบริหารจัดการระบบดังกล่าวยังคงติดกับดักของการทำงานเชิงรับ ที่มักจะเริ่มกระบวนการช่วยเหลือก็ต่อเมื่อนักเรียนได้แสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบนอย่างรุนแรง หรือก้าวเข้าสู่ภาวะวิกฤตทางจิตใจไปแล้ว การขาดเครื่องมือที่เป็นมาตรฐานในการติดตามพฤติกรรมอย่างต่อเนื่อง และการขาดระบบแจ้งเตือนภัยล่วงหน้า ล้วนเป็นช่องโหว่ขนาดใหญ่ที่ทำให้เยาวชนกลุ่มเสี่ยงจำนวนมากหลุดรอดไปจากสายตาของระบบการดูแลช่วยเหลือในระดับสถานศึกษา (วิมลรัตน์ จันทร์ยาง, 2565) เพื่อก้าวข้ามขีดจำกัดของระบบการทำงานแบบดั้งเดิม และพลิกโฉมการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนไปสู่มิติใหม่ การนำเทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง (Surveillance Technology) มาประยุกต์ใช้ จึงถือเป็นนวัตกรรมและเครื่องมือทางยุทธศาสตร์การบริหารที่ตอบโจทย์ความท้าทายของการจัดการศึกษาในยุคดิจิทัล การบูรณาการเทคโนโลยีสารสนเทศ ระบบฐานข้อมูลขนาดใหญ่ และปัญญาประดิษฐ์ เข้ามาใช้ในกระบวนการจัดเก็บ วิเคราะห์ และประมวลผลข้อมูลพฤติกรรมของนักเรียนแบบเรียลไทม์ จะช่วยยกระดับกระบวนการคัดกรองให้มีความแม่นยำเป็นปรนัย และครอบคลุมนักเรียนทั้งระบบมากยิ่งขึ้น (UNESCO, 2023) เทคโนโลยีเหล่านี้สามารถทำหน้าที่จำลองแบบแผนพฤติกรรม ตรวจจับความผิดปกติเบื้องต้น เช่น อัตราการเข้าเรียนที่ลดลง พฤติกรรมการส่งงานที่เปลี่ยนแปลงไป หรือแม้แต่การวิเคราะห์แนวโน้มทางอารมณ์ผ่านแบบประเมินสุขภาพจิตดิจิทัล พร้อมทั้งมีกลไกในการส่งสัญญาณแจ้งเตือนอัตโนมัติไปยังครูที่ปรึกษาและผู้บริหารสถานศึกษาได้ทันที นอกจากนี้ การใช้แอปพลิเคชันหรือแพลตฟอร์มดิจิทัลยังช่วยสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้นักเรียนกล้าที่จะประเมินตนเองและขอรับคำปรึกษาได้อย่างเป็นส่วนตัว ลดความรู้สึกถูกตีตราทางสังคม การหลอมรวมเทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวังเข้ากับระบบงานบริหารการศึกษาจึงไม่เพียงแต่เป็นการลดภาระงานด้านเอกสารของบุคลากร แต่ยังเป็นการริเริ่มนวัตกรรมการบริหาร

เชิงรุกที่ทรงประสิทธิภาพ ซึ่งช่วยให้ผู้บริหารสามารถใช้ข้อมูลเชิงประจักษ์ในการตัดสินใจ วางแผนป้องกัน สกัดกั้นความเสี่ยง และส่งต่อความช่วยเหลือทางการแพทย์ได้อย่างทันท่วงทีก่อนที่ปัญหาจะลุกลาม (สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ, 2568)

สรุปได้ว่า จากสภาพปัญหาและข้อจำกัดของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนรูปแบบเดิม สถานศึกษาจึงจำเป็นต้องเปลี่ยนผ่านกระบวนทัศน์ไปสู่การบริหารจัดการเชิงรุก (Proactive Administration) เพื่อกำหนดทิศทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างเป็นระบบ บทความวิชาการนี้จึงได้ศึกษาและสังเคราะห์เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยบูรณาการประเด็นสำคัญ 4 ประการ เป็นกรอบทิศทางในการศึกษา ได้แก่ 1) ความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิต 2) สุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา 3) ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน และ 4) เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง (Surveillance Technology) การสังเคราะห์ข้อมูลเหล่านี้จะนำไปสู่การพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่สอดคล้องกับยุคดิจิทัล ซึ่งอาศัยเทคโนโลยีเป็นเครื่องข่ายความปลอดภัยอัจฉริยะ ควบคู่ไปกับการบริหารแบบมีส่วนร่วมที่เชื่อมโยงกับความร่วมมือจากครอบครัว โรงเรียน และชุมชน บทความเรื่อง “การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา” จึงมุ่งหวังที่จะนำเสนอเครื่องมือเชิงปฏิบัติการและแนวนโยบายที่มีประสิทธิภาพ อันจะนำไปสู่การระงับวิกฤตการณ์ เยียวยาจิตใจ และเสริมสร้างภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็งให้แก่เยาวชนได้อย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืนสืบต่อไป

ความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิตในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา

ปัญหาสุขภาวะทางจิตในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาได้ก้าวขึ้นสู่สถานะวิกฤตระดับโลกที่ไม่อาจมองข้ามได้อีกต่อไป ข้อมูลจากการศึกษาภาระโรคระดับโลกล่าสุด พบว่า ในช่วงวัยรุ่นอายุ 10 - 19 ปี เป็นช่วงที่ความผิดปกติทางจิตมีความชุกสูงเป็นพิเศษ จากการวิเคราะห์ข้อมูล Global Burden of Disease Study ปี 2019 พบว่า ในระดับโลกมีเด็กและเยาวชนอายุ 5 - 24 ปี ถึง 293 ล้านคนจากทั้งหมด 2,516 ล้านคนที่มีความผิดปกติทางจิตอย่างน้อยหนึ่งชนิด โดยความชุกในกลุ่มอายุ 15 - 19 ปี สูงถึงร้อยละ 13.96 ซึ่งหมายความว่าเกือบ 1 ใน 7 ของวัยรุ่นในช่วงมัธยมศึกษาตอนปลายทั่วโลกต้องแบกรับภาระของความผิดปกติทางจิตไว้ บนบ่า ปัญหาหลักที่พบได้แก่ ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า และความผิดปกติทางพฤติกรรม ซึ่งไม่เพียงแต่บั่นทอนคุณภาพชีวิตของผู้เรียน หากยังส่งผลให้การฆ่าตัวตายกลายเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับสี่ของเยาวชนอายุ 15 - 29 ปีทั่วโลก โดยพบว่า โรควิตกกังวลมีความชุกร้อยละ 5.3 ในกลุ่มอายุ 15 - 19 ปี และโรคซึมเศร้ามีความชุกร้อยละ 3.4 ในกลุ่มอายุเดียวกัน ขณะที่สภาพการณ์หลังการแพร่ระบาดของโควิด-19 ยิ่งทวีความรุนแรงขึ้น เนื่องจากวัยรุ่นต้องเผชิญกับการสูญเสียสภาพแวดล้อมทางสังคม การเรียนที่ขาดความต่อเนื่อง และความเครียดสะสมจากความไม่แน่นอนในชีวิต (Kieling, C. et al., 2024)

สถานการณ์ปัญหาสุขภาวะทางจิตในนักเรียนมัธยมศึกษาของประเทศไทยสะท้อนให้เห็นถึงความรุนแรงในระดับที่น่าเป็นห่วงไม่แพ้กัน ทั้งยังมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ข้อมูลจากแอปพลิเคชัน Mental Health Check-in ของกรมสุขภาพจิต ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2565 ถึงตุลาคม 2567 ชี้ให้เห็นว่าพบเด็กและเยาวชนไทยเสี่ยงทำร้ายตนเองสูงถึงร้อยละ 17.4 และเสี่ยงป่วยซึมเศร้าร้อยละ 10.28 ยิ่งไปกว่านั้น อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จในกลุ่มเยาวชนอายุ 15 - 19 ปี มีค่าสูงถึง 116.8 คนต่อประชากรแสนคน ซึ่งถือเป็นตัวเลขที่สะท้อนถึงความล้มเหลวของระบบการดูแลช่วยเหลือที่ยังเข้าไม่ถึงเยาวชนกลุ่มเสี่ยงอย่างทั่วถึง (กรมสุขภาพจิต, 2566) นอกจากนี้เมื่อพิจารณาในระดับสถานศึกษา จากการศึกษาความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาเขตอำเภอเมืองเพชรบูรณ์ พบปัจจัยเสี่ยงสำคัญ ได้แก่ ความผูกพันในครอบครัวที่อ่อนแอ ความผูกพันกับเพื่อนและการมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยที่โรงเรียนสามารถเข้าแทรกแซงได้หากมีระบบดูแล

ช่วยเหลือที่เข้มแข็งและทันการณ์ ข้อมูลเหล่านี้แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าสถานศึกษาไม่อาจนิ่งเฉยต่อวิกฤตสุขภาวะทางจิตของนักเรียนได้อีกต่อไป (วราวรรณ สุทธิประภา และคณะ, 2567)

สรุปได้ว่า จากการทบทวนประเด็นด้านความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิตในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา พบว่า ปัญหาดังกล่าวมีความรุนแรงและมีขนาดใหญ่เกินกว่าที่จะแก้ไขด้วยมาตรการเชิงรับเพียงอย่างเดียว ทั้งในระดับโลก ที่พบว่า เกือบ 1 ใน 7 ของวัยรุ่นมีความผิดปกติทางจิต และในประเทศไทย ที่พบว่า เยาวชนจำนวนมากเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมทำร้ายตนเอง สิ่งเหล่านี้ตอกย้ำถึงความจำเป็นเร่งด่วนในการวิจัยเรื่อง “ความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิตในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา” เพื่อสร้างองค์ความรู้ที่นำไปสู่การพัฒนานโยบาย ระบบ และกลไกการดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างเป็นระบบ ทั่วถึง และยั่งยืนในบริบทของสังคมไทยต่อไป

สุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

สุขภาวะทางจิต (Psychological Well-Being) ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญยิ่งต่อพัฒนาการที่สมบูรณ์ของผู้เรียน เนื่องจากวัยมัธยมศึกษาเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่บุคคลต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมอย่างรวดเร็วและพร้อมกัน ดังที่อาภากร เปรี้ยวนิ่ม และคณะ ได้กล่าวไว้ว่า สุขภาวะทางจิต ประกอบด้วย องค์ประกอบสำคัญ 6 ด้าน ได้แก่ ความเป็นอิสระแห่งตน การจัดการสภาพแวดล้อม ความเจริญงอกงามส่วนบุคคล การมีสัมพันธภาพที่ดี การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และการยอมรับตนเอง ซึ่งสุขภาวะทางจิตที่ดีจะช่วยให้นักเรียนสามารถรับรู้ถึงความสำเร็จของตนเอง เกิดความภาคภูมิใจ และมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวม (อาภากร เปรี้ยวนิ่ม และคณะ, 2566) อย่างไรก็ตาม สภาพความเป็นจริงในปัจจุบัน พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาจำนวนมากต้องเผชิญกับความเครียดและความทุกข์ทางจิตใจในระดับที่น่าเป็นห่วง จากการศึกษากลุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร จำนวน 8,345 คน จาก 35 โรงเรียน พบว่า ร้อยละ 13.02 ประสบกับความทุกข์ทางจิตใจในระดับที่มีนัยสำคัญทางสถิติ 0.5 โดยปัจจัยเสี่ยงที่สัมพันธ์กับปัญหาดังกล่าว ได้แก่ เพศหญิงและเพศทางเลือก ภาวะสุขภาพที่เปราะบาง การเรียนออนไลน์ และรายได้ครอบครัวต่ำกว่า 10,000 บาทต่อเดือน ซึ่งประเด็นเหล่านี้ล้วนชี้ให้เห็นว่าสุขภาวะทางจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาได้รับอิทธิพลจากปัจจัยแวดล้อมที่หลากหลายและซับซ้อนเกินกว่าจะแก้ไขได้ด้วยการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียนเพียงอย่างเดียว (ชัชชัย ธนโชคสว่าง และคณะ, 2567)

ความสำคัญของสุขภาวะทางจิตในฐานะปัจจัยส่งเสริมศักยภาพผู้เรียนได้รับการยืนยันจากงานวิจัยในระดับนานาชาติและระดับชาติอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในบริบทสังคมไทยที่นักเรียนต้องเผชิญกับแรงกดดันจากการศึกษาและสภาพแวดล้อมรอบด้าน จากการศึกษาปัจจัยกำหนดสุขภาวะของนักเรียนมัธยมศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย ซึ่งครอบคลุมมิติทางจิตวิทยา สังคม การรับรู้ และร่างกาย พบว่า การรับรู้ผลกระทบทางสังคมจากสถานการณ์ต่าง ๆ ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว บุคลากรในโรงเรียน และสภาพแวดล้อมทางกายภาพของสถานศึกษา ล้วนเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.1 ต่อสุขภาวะของผู้เรียน โดยปัจจัยเหล่านี้ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของสุขภาวะได้ถึงร้อยละ 45.30 ผลการวิจัยดังกล่าวตอกย้ำว่าพสุขภาวะทางจิตเป็นปัจจัยสำคัญในการส่งเสริมศักยภาพผู้เรียน โดยเฉพาะภายใต้แรงกดดันทางการศึกษา ทั้งนี้ ปัจจัยด้านสังคม ครอบครัว บุคลากร และสภาพแวดล้อมของโรงเรียน โรงเรียนจึงเปรียบเสมือน "ระบบนิเวศ" ที่ช่วยหล่อหลอมจิตใจผู้เรียน โดยองค์ประกอบที่ทำนายสุขภาวะทางจิตได้ดีที่สุด คือ ความเจริญงอกงามส่วนบุคคล รองลงมา คือ สัมพันธภาพที่ดีและการมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ซึ่งสถานศึกษาสามารถบ่มเพาะสิ่งเหล่านี้ได้ผ่านการจัดการศึกษาและระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีประสิทธิภาพ (อาภากร เปรี้ยวนิ่ม และคณะ, 2566)

สรุปได้ว่า จากการทบทวนประเด็นด้านสุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา พบว่า สุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาเป็นสภาวะที่มีความซับซ้อนและได้รับอิทธิพลจากปัจจัยหลายมิติ ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล ครอบครัว สถานศึกษา และสังคมโดยรวม ในขณะที่งานวิจัยชี้ชัดว่านักเรียนจำนวนมากยังมีสุขภาวะทางจิตที่ต้องการจะการส่งเสริมและพัฒนา การศึกษาวิจัยเรื่อง “สุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา” จึงมีความสำคัญยิ่งในเชิงวิชาการและเชิงนโยบาย เพื่อทำความเข้าใจสภาพการณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้ง อันจะนำไปสู่การพัฒนาแนวทางการส่งเสริมสุขภาวะทางจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาได้อย่างครอบคลุม เป็นระบบและยั่งยืนสืบต่อไป

ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นกลไกสำคัญที่สถานศึกษาใช้เป็นเครื่องมือในการส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหาของนักเรียนอย่างเป็นระบบ อย่างไรก็ตาม ในบริบทของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็วในยุคปัจจุบัน การบริหารจัดการระบบดังกล่าวกลับเผชิญกับความท้าทายที่ซับซ้อนและหลากหลายมิติ โดยพบว่าสภาพปัจจุบันของการส่งเสริมระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษาโดยภาพรวมยังคงอยู่ในระดับน้อย โดยเฉพาะด้านนโยบายและการจัดการที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด สะท้อนให้เห็นว่าแม้จะมีกรอบนโยบายรองรับอย่างชัดเจน แต่การแปลงนโยบายสู่การปฏิบัติจริงในสถานศึกษายังคงมีช่องว่างที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน (สุมลฑา อินทรฤทธิ์, 2568) นอกจากนี้ ความท้าทายด้านทรัพยากรบุคคลนับเป็นอุปสรรคที่สำคัญยิ่ง โดยพบว่า ครูผู้รับผิดชอบระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนส่วนหนึ่งยังคงขาดสมรรถนะที่จำเป็น เนื่องจากไม่ได้รับการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ ทำให้การดูแลนักเรียนกลุ่มเสี่ยงไม่สามารถดำเนินการได้อย่างทั่วถึงและมีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด ความท้าทายเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนมิใช่เพียงเรื่องของการออกแบบกระบวนการ หากแต่ต้องการการบริหารเชิงกลยุทธ์ที่ครอบคลุมทั้งในมิติของนโยบาย บุคลากร และทรัพยากรสนับสนุน ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนยังมีมิติที่เกี่ยวข้องกับการบูรณาการความร่วมมือระหว่างผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ทั้งในระดับสถานศึกษาและนอกสถานศึกษา โดยการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนให้มีประสิทธิภาพนั้น จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการที่เป็นระบบครบทั้ง 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การปฏิบัติตามองค์ประกอบ 5 ด้าน การนิเทศติดตาม และการแก้ไขปรับปรุง ซึ่งในความเป็นจริง พบว่า โรงเรียนหลายแห่งยังดำเนินการได้ไม่ครบถ้วน อันเนื่องมาจากภาระงานของครูที่สะสมมากเกินไปและการขาดระบบนิเทศติดตามที่มีประสิทธิภาพจากหน่วยงานต้นสังกัด นอกจากนี้ ความท้าทายในยุคดิจิทัลยังส่งผลให้ปัญหาของนักเรียนมีความซับซ้อนมากยิ่งขึ้น ซึ่งสภาพปัจจุบันของการบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนยังคงเผชิญปัญหาด้านการบริหารจัดการในหลายมิติ โดยเฉพาะการขาดรูปแบบที่ชัดเจนและเหมาะสมกับบริบทของสถานศึกษา ส่งผลให้การช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มเสี่ยงไม่สามารถดำเนินการได้อย่างทันการณ์และมีประสิทธิผล ดังนั้น การบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่ดีจึงต้องอาศัยการพัฒนาทั้งโครงสร้าง กระบวนการ และวัฒนธรรมองค์กรของสถานศึกษาไปพร้อมกัน (ธนากร จันทพันธุ์ และคณะ, 2566)

สรุปได้ว่า ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนมีลักษณะหลากหลายมิติ ครอบคลุมทั้งปัญหาด้านนโยบายและการนำไปปฏิบัติ ด้านสมรรถนะของบุคลากร ด้านกระบวนการทำงานที่ขาดความครบถ้วนสมบูรณ์ และด้านการบูรณาการความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ความท้าทายเหล่านี้ล้วนส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพการดูแลนักเรียนในสถานศึกษา ดังนั้น การศึกษาวิจัยเรื่อง “ความท้าทายในการบริหารจัดการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน” จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในเชิงวิชาการ เพื่อค้นหาแนวทางการบริหารจัดการที่สามารถรับมือกับความท้าทายเหล่านี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่การพัฒนาระบบที่เอื้อต่อการดูแลนักเรียนทุกคนได้อย่างครอบคลุม ทั่วถึง และยั่งยืน

เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง

ในยุคที่เทคโนโลยีดิจิทัลและปัญญาประดิษฐ์ ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันอย่างแยกไม่ออก การนำเทคโนโลยีมาใช้เพื่อเฝ้าระวังและติดตามพฤติกรรม สุขภาพ และความปลอดภัยในสถานศึกษาได้รับความสนใจอย่างกว้างขวางทั้งในแวดวงวิชาการและแวดวงนโยบายการศึกษา เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง (Surveillance Technology) หมายถึง ระบบและเครื่องมือดิจิทัลที่ใช้ในการรวบรวม ประมวลผล และวิเคราะห์ข้อมูลของนักเรียนเพื่อตรวจจับสัญญาณเสี่ยงและเปิดโอกาสให้สถานศึกษาสามารถเข้าแทรกแซงได้อย่างทันการณ์ จากการพัฒนาระบบ Rapid Analysis and Detection of At-risk students with AI-based Response (RADAR) ซึ่งเป็นระบบตรวจจับนักเรียนกลุ่มเสี่ยงอัตโนมัติโดยอาศัย Explainable AI ในการวิเคราะห์ข้อมูลหลายมิติ ทั้งบุคลิกภาพ ผลการเรียน และทักษะการเรียนรู้ เพื่อพยากรณ์แนวโน้มที่นักเรียนจะเผชิญกับปัญหาหรือหลุดออกจากระบบการศึกษา พบว่าระบบดังกล่าวสามารถระบุนักเรียนกลุ่มเสี่ยงได้อย่างแม่นยำและนำไปสู่การออกแบบกลไกการตอบสนองที่เหมาะสม (Embarak, O. H. & Hawarna, S., 2024) ขณะเดียวกัน จากการศึกษาทัศนคติต่อการเฝ้าระวังสื่อสังคมออนไลน์ของนักเรียนในสถานศึกษา พบว่า โรงเรียนในสหรัฐอเมริกามีการนำระบบเฝ้าระวังกิจกรรมออนไลน์ของนักเรียนมาใช้มากขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการปกป้องสุขภาพจิตและความปลอดภัยของเยาวชน แต่ยังคงมีข้อกังวลด้านความเป็นส่วนตัวและจริยธรรมที่ต้องพิจารณาอย่างรอบคอบ (Burke, C. et al., 2024)

การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวังในบริบทการศึกษาไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการตรวจสอบพฤติกรรมออนไลน์เท่านั้น หากแต่ยังครอบคลุมถึงการใช้ระบบเตือนภัยล่วงหน้า (Early Warning System) ที่ผนวกข้อมูลหลากหลายมิติของนักเรียน เช่น ผลการเรียน พฤติกรรมในชั้นเรียน การเข้าร่วมกิจกรรม และพฤติกรรมทางอารมณ์ เพื่อประเมินความเสี่ยงและวางแผนการช่วยเหลือเชิงรุก จากการพัฒนาระบบเตือนภัยล่วงหน้าสำหรับนักเรียนกลุ่มเสี่ยงโดยนำปัจจัยทางสังคมวัฒนธรรม โครงสร้างสถาบัน และปัจจัยด้านการศึกษามาบูรณาการในกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ระบบสารสนเทศการบริหารการศึกษา (Education Management Information System: EMIS) ที่เชื่อมโยงกับการขุดข้อมูลทางการศึกษา (Educational Data Mining) สามารถช่วยให้ผู้บริหารและครูตัดสินใจได้อย่างมีหลักฐานเชิงประจักษ์และตอบสนองต่อสัญญาณเสี่ยงได้อย่างเป็นระบบ อย่างไรก็ตาม การนำเทคโนโลยีเฝ้าระวังไปใช้จำเป็นต้องได้รับการพิจารณาอย่างถี่ถ้วนในมิติของจริยธรรม ความโปร่งใส และการคุ้มครองสิทธิส่วนบุคคลของนักเรียน เพื่อให้เทคโนโลยีเหล่านี้เป็นเครื่องมือที่เสริมพลังให้แก่ผู้ดูแลช่วยเหลือนักเรียน มิใช่เครื่องมือที่บั่นทอนสิทธิเสรีภาพและความไว้วางใจระหว่างสถานศึกษากับนักเรียน (Skittou, M. et al., 2024)

สรุปได้ว่า เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวังช่วยยกระดับการตรวจจับกลุ่มเสี่ยงและแทรกแซงปัญหาได้อย่างตรงเป้าหมาย ทั้งนี้ ควรเลือกใช้ระบบให้สอดคล้องกับช่วงวัย โดยระบบ RADAR และ EMIS ที่เน้นข้อมูลเชิงประจักษ์ด้านการเรียน เหมาะสำหรับการเฝ้าระวังนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ส่วนระบบเฝ้าระวังสื่อสังคมออนไลน์ที่ประเมินความเปราะบางทางอารมณ์ เหมาะกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างไรก็ตาม การใช้งานต้องคำนึงถึงสมดุลระหว่างประสิทธิผลและจริยธรรม การศึกษาเรื่อง “เทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง” จึงสำคัญต่อการพัฒนาแนวทางการใช้เทคโนโลยีอย่างรับผิดชอบ และยึดประโยชน์สูงสุดของผู้เรียนเป็นสำคัญ

การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในสภาวการณ์ปัจจุบันจำเป็นต้องยกระดับและเปลี่ยนผ่านกระบวนทัศน์ไปสู่การบริหารจัดการเชิงรุก(Proactive Administration) เพื่อให้เท่าทันต่อพลวัตและความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิตของเยาวชนที่กำลังเผชิญกับแรงกดดันรอบด้านทั้งความคาดหวังทางวิชาการและการใช้ชีวิตในโลกดิจิทัล (กรมสุขภาพจิต, 2565); (World Health Organization, 2022) ซึ่งข้อมูลเชิงประจักษ์ทางระบาดวิทยาชี้ชัดว่า เกือบ 1 ใน 7 ของวัยรุ่นช่วงมัธยมศึกษาตอนปลายทั่วโลก

ต้องแบกรับภาระความผิดปกติทางจิต (Kieling, C. et al., 2024) ขณะที่สถานการณ์ในประเทศไทยพบเด็กและเยาวชนเสี่ยงต่อพฤติกรรมทำร้ายตนเองสูงถึงร้อยละ 17.4 และเสี่ยงป่วยซึมเศร้าร้อยละ 10.28 (กรมสุขภาพจิต, 2565) ปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบลูกโซ่ต่อกระบวนการเรียนรู้และสั่นคลอนความมั่นคงของสถาบันการศึกษา (นิศารัตน์ สุขตาม และคณะ, 2565) สถานศึกษาจึงจำเป็นต้องทำความเข้าใจสุขภาวะทางจิต (Mental Well-being) ในฐานะสภาวะความสมบูรณ์ทางจิตใจขั้นสูงที่บุคคลรับรู้ถึงศักยภาพของตนเองและยืดหยุ่นทางอารมณ์ (UNICEF, 2021) ซึ่งประกอบด้วย องค์ประกอบสำคัญ 6 ด้าน ได้แก่ ความเป็นอิสระแห่งตน การจัดการสภาพแวดล้อม ความเจริญงอกงามส่วนบุคคล การมีสัมพันธภาพที่ดี การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และการยอมรับตนเอง โดยโรงเรียนเปรียบเสมือน “ระบบนิเวศ” ที่ช่วยหล่อหลอมจิตใจผู้เรียน และองค์ประกอบที่ทำนายสุขภาวะทางจิตได้ดีที่สุด คือ ความเจริญงอกงามส่วนบุคคล รองลงมา คือ สัมพันธภาพที่ดีและการมีจุดมุ่งหมายในชีวิต (อาภากร เปรี้ยวนิ่ม และคณะ, 2566) สุขภาวะทางจิตใจที่เข้มแข็งนี้จะส่งผลเชิงบวกโดยตรงต่อกลไกการรับรู้ สมาธิ และพัฒนาการทางสมองส่วนหน้าของผู้เรียน (ศศิพร เหลืองไพฑูรย์ และคณะ, 2568)

การจะธำรงรักษาและคุ้มครองสุขภาวะทางจิตของผู้เรียนให้เกิดขึ้นจริงในสถานศึกษากลับเผชิญความท้าทายเชิงโครงสร้างอย่างหนักหน่วง โดยพบว่า สภาพปัจจุบันของการส่งเสริมระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในภาพรวมยังคงอยู่ในระดับน้อย โดยเฉพาะด้านนโยบายและการจัดการที่มีช่องว่างในการนำไปปฏิบัติจริง (สุมลฑา อินทรฤทธิ์, 2568) แม้จะมีกรอบการทำงาน 5 ขั้นตอน รองรับอย่างชัดเจน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2564) แต่ในทางปฏิบัติจริง ครูประจำชั้นที่เป็นด่านหน้ากลับต้องแบกรับภาระงานที่สะสมล้นมือ ขาดระบบนิเทศติดตามที่มีประสิทธิภาพ (ธนากร จันทพันธุ์ และคณะ, 2566) อีกทั้งกระบวนทัศน์เดิมยังคงติดกับดัก "การตั้งรับ" (Reactive Approach) ที่จะช่วยเหลือก็ต่อเมื่อนักเรียนแสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบนรุนแรงหรือเข้าสู่ภาวะวิกฤตไปแล้ว (วิมลรัตน์ จันทร์ยาง, 2565) เพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดดังกล่าว การนำเทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง (Surveillance Technology) และระบบเตือนภัยล่วงหน้า (Early Warning System) มาประยุกต์ใช้ในการจัดเก็บและวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมแบบเรียลไทม์ จึงเป็นนวัตกรรมทางยุทธศาสตร์ที่ช่วยลดภาระงานและเพิ่มความแม่นยำในการคัดกรอง (วิมลรัตน์ จันทร์ยาง, 2565); (UNESCO, 2023)

การเลือกใช้เทคโนโลยีเฝ้าระวังในมิติเชิงปฏิบัติการควรพิจารณาจุดเด่นให้สอดคล้องกับพัฒนาการตามช่วงวัยของนักเรียน โดยระบบ Rapid Analysis and Detection of At-risk students with AI-based Response (RADAR) ที่อาศัย Explainable AI และระบบสารสนเทศการบริหารการศึกษา (EMIS) มีจุดเด่นในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงประจักษ์ในสถานศึกษา เช่น ผลการเรียนและพฤติกรรมในชั้นเรียน จึงเหมาะสมเป็นระบบพื้นฐานสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (Embarak, O. H. & Hawarna, S., 2024); (Skittou, M. et al., 2024) ในขณะที่ระบบเฝ้าระวังสื่อสังคมออนไลน์ มีจุดแข็งในการตรวจจับสัญญาณความเปราะบางทางอารมณ์นอกห้องเรียน จึงตอบโจทย์พฤติกรรมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีปฏิสัมพันธ์บนโลกออนไลน์สูงและเผชิญความเครียดที่ซับซ้อน (Burke, C. et al., 2024) แต่อย่างไรก็ตาม การนำเทคโนโลยีเหล่านี้มาใช้ในการบริหารจัดการผู้บริหารและครูจำเป็นต้องคำนึงถึงความสมดุลระหว่างประสิทธิผล การคุ้มครองสิทธิส่วนบุคคล และหลักจริยธรรมความโปร่งใสอย่างเคร่งครัด เพื่อให้เทคโนโลยีทำหน้าที่เป็นเครื่องมือเสริมพลังในการปกป้องดูแลและสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชนได้อย่างเป็นรูปธรรม มีความรับผิดชอบ และยั่งยืนสืบไป (Skittou, M. et al., 2024)

สรุปได้ว่า การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา หมายถึง กระบวนการบริหารจัดการสถานศึกษาเชิงรุกที่บูรณาการนวัตกรรมและเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการเฝ้าระวังเข้ามาเป็นกลไกหลักในการขับเคลื่อน เพื่อที่จะยกระดับประสิทธิภาพของการคัดกรอง ติดตาม และส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของผู้เรียนอย่างเป็นระบบ การดำเนินการดังกล่าวช่วยข้ามผ่านข้อจำกัดและความท้าทายในระบบเดิม ลดภาระงานของบุคลากร และสร้างโครงข่ายความปลอดภัยที่ไร้รอยต่อ อันจะนำไปสู่การป้องกันและ

บรรเทาความรุนแรงของปัญหาสุขภาวะทางจิต ทำให้เยาวชนสามารถเติบโตและพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างสูงสุด ภายใต้สภาพแวดล้อมทางการศึกษาที่พร้อมโอบอุ้มและปลอดภัยอย่างยั่งยืน

สรุป

การบริหารระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษามีความสำคัญอย่างยิ่งในการเป็นรากฐานเพื่อพัฒนาศักยภาพและความเจริญงอกงามของผู้เรียน ทว่าในสภาวการณ์ปัจจุบัน สุขภาวะทางจิตของเยาวชนกำลังเผชิญกับสภาวะวิกฤตทั้งในระดับสากลและระดับประเทศ ซึ่งพบว่าวัยรุ่นมีความเสี่ยงสูงต่อภาวะซึมเศร้าและการทำร้ายตนเองอันเนื่องมาจากแรงกดดันรอบด้าน เมื่อพิจารณาถึงกระบวนการดำเนินงานของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษาเพื่อรับมือกับวิกฤตดังกล่าว พบว่ายังคงเผชิญกับความท้าทายและข้อจำกัดในหลายมิติ กระบวนการทำงานส่วนใหญ่ยังคงยึดติดกับรูปแบบเชิงรับ (Reactive) ขาดความพร้อมด้านทรัพยากรบุคลากร และประสบปัญหาภาระงานของครูที่สะสมล้นมือ ส่งผลให้กระบวนการคัดกรองและการเข้าช่วยเหลือเยาวชนกลุ่มเสี่ยงเป็นไปอย่างล่าช้าและไม่ครอบคลุมปัญหาที่มีความซับซ้อน ข้อสรุปสำคัญจากการศึกษาชี้ให้เห็นว่า เพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดเชิงโครงสร้างเหล่านี้ สถานศึกษาจำเป็นต้องเปลี่ยนผ่านกระบวนทัศน์ไปสู่การบริหารจัดการเชิงรุก (Proactive Administration) โดยบูรณาการเทคโนโลยีเพื่อเฝ้าระวัง (Surveillance Technology) ระบบเตือนภัยล่วงหน้า (Early Warning System) เข้ามาเป็นกลไกหลักในการขับเคลื่อนนวัตกรรมดิจิทัลเหล่านี้ มีศักยภาพสูงในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงประจักษ์ได้หลายมิติ เพื่อตรวจจับและแจ้งเตือนความเสี่ยงของนักเรียนได้ล่วงหน้าอย่างแม่นยำ อย่างไรก็ตาม มีข้อเสนอแนะและข้อวิจารณ์ในภาพรวมว่าการขับเคลื่อนเทคโนโลยีดังกล่าวจะต้องกระทำภายใต้ความสมดุลระหว่างประสิทธิผลของระบบกับหลักจริยธรรม โดยสถานศึกษาต้องให้ความสำคัญกับความโปร่งใสและการคุ้มครองสิทธิส่วนบุคคลของนักเรียนอย่างเคร่งครัด การผสมผสานเครื่องมือทางเทคโนโลยีเข้ากับการบริหารแบบมีส่วนร่วมอย่างรับผิดชอบนี้ จะเป็นแนวทางปฏิบัติที่แข็งแกร่งในการสร้างระบบนิเวศทางการศึกษาที่ปลอดภัย และเป็นเกราะป้องกันที่ช่วยยกระดับสุขภาวะทางจิตของเยาวชนได้อย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2565). รายงานสถานการณ์สุขภาพจิตของคนไทย ประจำปี 2565. เรียกใช้เมื่อ 2 พฤษภาคม 2569 จาก https://share.google/qioPc77gymQvKqjoE

กรมสุขภาพจิต. (2566). สถานการณ์สุขภาพจิตคนไทย ผ่าน Mental Health Check In. เรียกใช้เมื่อ 2 พฤษภาคม 2569 จาก https://www.dmh-elibrary.org/items/show/1759

กระทรวงศึกษาธิการ. (2564). คู่มือการดำเนินงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษา (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การค้าของ สกสค.

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา. (2567). รายงานสถานการณ์ความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา ปี 2567. เรียกใช้เมื่อ 2 พฤษภาคม 2569 จาก https://shorturl.asia/MsmSB

ชัชชัย ธนโชคสว่าง และคณะ. (2567). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร. วารสารศาสตร์สาธารณสุขและนวัตกรรม, 1(1), 15-30.

ธนากร จันทพันธุ์ และคณะ. (2566). การพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษา. วารสารบวร สหการศึกษาและมนุษยสังคมศาสตร์, 4(1), 77-87.

นิศารัตน์ สุขตาม และคณะ. (2565). การเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ถูกกลั่นแกล้งโดยการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการรู้คิดและพฤติกรรม. วารสารจิตวิทยาพุทธศาสตร์ประยุกต์เพื่อสังคม (จพส), 8(2), 303-320.

วราวรรณ สุทธิประภา และคณะ. (2567). ความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาเขตอำเภอเมืองเพชรบูรณ์. ใน รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์.

วิมลรัตน์ จันทร์ยาง. (2565). แนวทางการพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือผู้เรียน ศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย อำเภอวาปีปทุม สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยจังหวัดมหาสารคาม. เรียกใช้เมื่อ 2 พฤษภาคม 2569 จาก https://shorturl.asia/ZgL5J

ศศิพร เหลืองไพฑูรย์ และคณะ. (2568). เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์กับการพัฒนานวัตกรรมด้านสุขภาพจิตในประเทศไทย. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์, 12(3), 210-221.

สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2568). แผนปฏิบัติการด้านดิจิทัลเพื่อการศึกษา (พ.ศ. 2566 - 2570). ฉบับทบทวนปีงบประมาณ พ.ศ. 2568. เรียกใช้เมื่อ 2 พฤษภาคม 2569 จาก https://shorturl.asia/OGa3J

สุมลฑา อินทรฤทธิ์. (2568). การส่งเสริมระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา: ความท้าทายปัจจุบันและความต้องการเพื่อการเปลี่ยนแปลง. วารสารครุพัฒนาปริทรรศน์, 2(2), 45-55.

อาภากร เปรี้ยวนิ่ม และคณะ. (2566). ผลของโปรแกรมส่งเสริมความรอบรู้สมรรถนะวัยรุ่นต่อความผาสุกทางจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง. วารสารสุขภาพและการจัดการสุขภาพ, 9(1), 161-173.

Burke, C. et al. (2024). Attitudes toward school-based surveillance of adolescents' social media activity: Convergent parallel mixed methods survey. JMIR Formative Research, 8, e46746. https://doi.org/10.2196/46746

Embarak, O. H. & Hawarna, S. (2024). Enhancing Student Success with XAI-Powered RADAR: An Automated AI-driven System for Early Detection of At-risk Students. Procedia Computer Science, 231, 151-160. https://doi.org/10.1016/j.procs.2023.12.187

Kieling, C. et al. (2024). Worldwide prevalence and disability from mental disorders across childhood and adolescence: Evidence from the Global Burden of Disease Study. JAMA Psychiatry, 81(1), 1-12. https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2023.5051

Skittou, M. et al. (2024). Development of an early warning system to support educational planning process by identifying at-risk students. IEEE Access, 12, 2260-2275. https://doi.org/10.1109/ACCESS.2023.3348091

UNESCO. (2023). Global education monitoring report 2023: Technology in education: A tool on whose terms? Retrieved April 7, 2026, from https://shorturl.asia/TxivW

UNICEF. (2021). The state of the world's children 2021: On my mind - Promoting, protecting and caring for children's mental health. Retrieved April 2, 2026, from https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021

World Health Organization. (2022). World mental health report: Transforming mental health for all. Retrieved April 2, 2026, from https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338