ประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในช่วงเปลี่ยนผ่านจากโควิด-19: การวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ

ชลนภา เหลืองรังษี[1*]
ดลดาว วงศ์ธีระธรณ์[2]
เด่นชัย ปราบจันดี[3]

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษาประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในช่วงเปลี่ยนจากโควิด-19 โดยใช้ระเบียบวิธีการวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ (Interpretative Phenomenological Analysis: IPA) ผู้เข้าร่วมคือครูแนะแนวในระดับมัธยมศึกษาจำนวน 3 คน ปัจจุบันครูทั้ง 3 คน ทำงานในโรงเรียนรัฐบาลขนาดใหญ่ แต่ก็เคยมีประสบการณ์ในการทำงานในโรงเรียนขนาดอื่นและเอกชน เป็นครูที่มีประสบการณ์ในการให้การปรึกษาและทำงานในช่วงก่อนและหลังสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ไม่น้อยกว่า 5 ปี ตามคุณสมบัติที่เหมาะสม สอดคล้องกับเกณฑ์การคัดเลือกแบบเจาะจง ผลการศึกษาพบว่า ประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาประกอบไปด้วย 4 ประเด็นสำคัญ ได้แก่ 1) การให้การปรึกษานักเรียนเป็นหัวใจของบริการแนะแนว 2) การประสานงานกับทุกภาคส่วนเป็นสิ่งจำเป็น 3) ความท้าทายของการทำงานช่วงโควิด-19 และ 4) แนวคิดที่สำคัญในการทำงานในช่วงเปลี่ยนผ่าน ข้อค้นพบนี้สะท้อนบทบาทของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาที่ต้องปรับตัวรับมือกับความเปลี่ยนแปลง ทั้งยังเชื่อมโยงกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และให้ข้อเสนอแนะเชิงประยุกต์แก่การบริการแนะแนวหลังวิกฤต

คำสำคัญ: ประสบการณ์ของครูแนะแนว, การให้การปรึกษา, ช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19

Received: September 4, 2025, **Revised:** October 24, 2025, **Accepted:** October 24, 2025

[1] นิสิตหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
*Corresponding author; email: 64920724@go.buu.ac.th
[2] ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
email: doldao@go.buu.ac.th
[3] ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. บัณฑิตศึกษานานาชาติการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา
email: denchai@go.buu.ac.th

Guidance Teachers' Experiences as Counselors During the Transition Surrounding COVID-19 Pandemic: Interpretive Phenomenological Analysis

Chonnapha Luangrangsee[1*]
Doldao Wongtheerathorn[2]
Denchai Prabjandee[3]

Abstract

This qualitative study aimed to explore the experiences of guidance teachers in their role as providers of counseling services during the transitional period before and after the COVID-19 pandemic. The research employed Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) as the methodological approach. Participants were three secondary guidance teachers. At present, all three work at large public schools but they have also had experience working in schools of different sizes and in private schools. Each teacher has at least five years of experience in counseling and has worked both before and after the COVID-19 pandemic, meeting the qualifications consistent with the purposive sampling criteria. The findings revealed four key themes: 1) counseling students as the core of guidance services, 2) collaboration with all stakeholders as a necessity, 3) challenges in working during the COVID-19 period, and 4) essential perspectives for working during the transitional phase. These findings highlight the adaptive role of guidance teachers in responding to change, connect with related literature, and offer practical recommendations for enhancing post-crisis guidance services.

Keywords: Guidance Teachers' Experiences, Counseling, Pre- and Post-COVID-19 Transition

Received: September 4, 2025, **Revised:** October 24, 2025, **Accepted:** October 24, 2025

[1] Master's Degree Student, Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University
*Corresponding author; email: 64920724@go.buu.ac.th
[2] Asst. Prof. Dr., Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University
email: doldao@go.buu.ac.th
[3] Asst. Prof. Dr., Graduate School of Human Resource Development, Burapha University
email: denchai@go.buu.ac.th

บทนำ

ตั้งแต่ต้นปี พ.ศ. 2563 ประเทศไทยประสบกับการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 กระทรวงศึกษาธิการตระหนักถึงความปลอดภัยในชีวิตของนักเรียน นักศึกษา ที่จะได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดดังกล่าว อีกทั้งเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงและลดโอกาสการแพร่ระบาดใหม่ของโรค COVID-19 จึงกำหนดแนวทางการจัดการเรียนการสอนทางเลือก เช่น การเรียนการสอนทางไกลผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์ หรือการจัดการเรียนการสอนโดยใช้ใบงานแทนการเข้าเรียน (Banlung Rohitsathien, 2021) การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลให้ครอบครัวจำนวนมากต้องปรับตัวต่อรูปแบบการเรียนการสอนใหม่ ทั้งในด้านความพร้อมด้านเทคโนโลยี สภาพแวดล้อมในการเรียน และภาวะทางจิตใจของนักเรียน ครู และผู้ปกครอง ธนาคารโลก (World Bank) ประเมินว่าวิกฤตโควิด-19 ส่งผลให้มีนักเรียนบางส่วนไม่สามารถศึกษาต่อได้ หรือได้รับคุณภาพการศึกษาลดลง อีกทั้งยังเป็นปัจจัยเพิ่มความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา (Chatchai Tuangrattanaphan, 2021)

นอกจากปัญหาด้านการเรียนรู้แล้ว นักเรียนยังเผชิญปัญหาส่วนบุคคลที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญ สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์รายงานว่า ปัญหาสุขภาพจิตที่พบมากที่สุดในวัยรุ่นที่ใช้บริการสายด่วนสุขภาพจิต 3 อันดับแรก ได้แก่ ความเครียดและความวิตกกังวล ร้อยละ 51.36 ปัญหาความสัมพันธ์เชิงรัก ร้อยละ 21.39 และภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 9.82 (Kiatipoom Wongrachit, 2020) ในบริบทดังกล่าว ครูแนะแนวต้องเผชิญความท้าทายทั้งในด้านการจัดการเรียนการสอน การรับภาระงานเอกสาร การประชุมงานหลายฝ่าย และการติดตามดูแลสุขภาพจิตนักเรียนในสภาพแวดล้อมที่ขาดการพบปะโดยตรง การให้การปรึกษาผ่านช่องทางออนไลน์จึงกลายเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียน และสนับสนุนการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และพฤติกรรม (Jetsada Maboonhom, 2015)

จากประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยในการปฏิบัติหน้าที่สอนและให้การปรึกษาในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 พบว่าครูต้องใช้เวลาเตรียมการสอนมากกว่าปกติเพื่อให้เหมาะสมกับการเรียนออนไลน์ ประชุมงานบ่อยครั้งกว่าช่วงปกติ พยายามหาช่องทางการเข้าถึงนักเรียน และรับมือกับความเหนื่อยล้าจากการใช้เทคโนโลยีอย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกันยังต้องให้การสนับสนุนนักเรียนที่เผชิญความท้าทายรุนแรงกว่าเดิม ประสบการณ์เหล่านี้สะท้อนถึงความจำเป็นในการทำความเข้าใจเชิงลึกต่อบทบาทและกลยุทธ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในสถานการณ์วิกฤต และจากการทบทวนวรรณกรรมจะเห็นถึงความท้าทายในการทำงานในหลากหลายมิติในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นว่าประสบการณ์ของครูแนะแนวที่ก้าวผ่านช่วงเวลาดังกล่าวจะสามารถเป็นแนวทางที่ครูแนะแนวท่านอื่น ๆ สามารถศึกษาและนำไปต่อยอดในบริบทของตัวเองได้ ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19 ว่าเป็นอย่างไร ผ่านการเข้าใจประสบการณ์เชิงลึกของครูแนะแนวที่มีความมุ่งมั่นในการช่วยเหลือนักเรียน

จึงเห็นว่าการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีวิจัยแบบการวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ (Interpretative Phenomenological Analysis หรือ “IPA”) มีความเหมาะสมในการทำความเข้าใจในประเด็นเชิงลึก มีจุดมุ่งหมายในการศึกษาว่าผู้คนเข้าใจหรือให้ความหมายกับเหตุการณ์หรือประสบการณ์ในชีวิตอย่างไร เพื่อเป็นแนวทางให้ครูแนะแนวในการให้การปรึกษานักเรียนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด และเป็นส่วนหนึ่งในการยกระดับวงการแนะแนวในประเทศไทยให้มีความทัดเทียมกับมาตรฐานระดับสากล

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19

ระเบียบวิธีวิจัย

รูปแบบการวิจัยและผู้เข้าร่วม

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้ระเบียบวิธีการวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ (Interpretative Phenomenological Analysis: IPA) ในการเลือกผู้เข้าร่วมนั้น ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) เนื่องจากวิธีวิจัยดังกล่าวต้องการผู้เข้าร่วมที่มีความจำเพาะและมีคุณสมบัติบางประการที่มีความคล้ายคลึงกัน ซึ่งผู้วิจัยมีเครือข่ายครูแนะแนวอยู่แล้วผ่านการอบรมโครงการ a-chieve เมื่อปี 2563 โดยที่ผู้เข้าร่วมที่ได้มาทั้ง 3 ท่าน เป็นครูแนะแนวที่มีบทบาทเป็นอย่างมากตลอดทั้งโครงการ ผู้วิจัยได้พูดคุยและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการให้การปรึกษา การสอนแนะแนวของแต่ละท่าน และได้เห็นความเคลื่อนไหวเกี่ยวกับการทำงานแนะแนวผ่าน Facebook ส่วนตัว ตลอดหลายปีที่ผ่านมา ทำให้สนใจที่จะติดต่อไปเพื่อสัมภาษณ์ผ่านทาง Facebook ส่วนตัว แต่อย่างไรก็ตาม มีครูแนะแนวอีก 2 ท่านที่ติดต่อไป แต่ไม่ได้ถูกบรรจุมาในผู้เข้าร่วม เนื่องจากมีท่านหนึ่งเมื่อติดต่อและแจ้งข้อมูลไป ท่านยินยอมให้ข้อมูล แต่หลังจากนั้น ไม่สามารถติดต่อได้ และอีกท่านได้สัมภาษณ์ 1 ครั้งแล้ว แต่พบว่ามีคุณสมบัติไม่ตรงกับเกณฑ์คัดเข้า จึงคัดเลือกออกมาเป็น 3 ท่านที่อยู่ในงานวิจัยชิ้นนี้ โดยผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัย สิทธิในการเข้าร่วมและถอนตัวโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ และผู้เข้าร่วมวิจัยทุกคนได้เซ็นเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสมัครใจ ซึ่งครูแนะแนว 3 ท่านนี้ที่เรียนจบแนะแนวมาโดยตรง เพื่อให้มั่นใจว่าผู้เข้าร่วมมีภูมิหลัง ความรู้ ความสามารถที่ใกล้เคียงกัน โดยมีหลักเกณฑ์อื่น ๆ ดังนี้

เกณฑ์การคัดเข้า

1. เป็นครูที่เรียนจบแนะแนวมาโดยตรง มีประสบการณ์ทำงานในโรงเรียนมัธยมอย่างน้อย 5 ปี และทำงานในช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19 คือตั้งแต่ก่อนปี 2019 ถึงปัจจุบัน
2. มีบทบาทในให้การปรึกษานักเรียน และยึดหลักว่าคุณค่าของงานแนะแนวคือการช่วยเหลือนักเรียน
3. สามารถให้ข้อมูลเชิงลึกได้ โดยที่ไม่มีปัญหาการนึกคิดในการให้ข้อมูล
4. แสดงความยินยอมให้ข้อมูลทั้งทางวาจาและลายลักษณ์อักษรที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย และให้ความยินยอมในการบันทึกเสียงเพื่อนำไปใช้ศึกษาในกระบวนการวิจัย

เกณฑ์การคัดออก

1. ไม่สะดวกใจในการให้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับประสบการณ์ของตนเอง
2. มีความเสี่ยงที่จะเกิดอารมณ์หรือความรู้สึกด้านลบ หลังจากให้ข้อมูล

การเก็บข้อมูลวิจัย

การเก็บข้อมูลในงานวิจัยนี้จะใช้การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) ซึ่งคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์จะเป็นคำถามปลายเปิด เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมสามารถตอบคำถามได้อย่างอิสระผ่านการเล่าเรื่อง อธิบาย ขยายความเพิ่มเติม หรือแสดงความคิดเห็นในแต่ละประเด็นได้โดยไม่มีการปิดกั้น โดยที่ผู้วิจัยจะเตรียมข้อคำถามการสัมภาษณ์ไว้ล่วงหน้าเพื่อเป็นแนวทาง และใช้คำถามที่ยืดหยุ่นเพื่อขยายความตามคำตอบของผู้เข้าร่วมวิจัย และจะให้อิสระในการตอบคำถามแก่ผู้เข้าร่วมวิจัย โดยการสัมภาษณ์แต่ละคนดำเนินการทั้งหมด 3 ครั้ง ใช้เวลาตั้งแต่ 15-81 นาที โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลอย่างต่อเนื่องควบคู่กับการเก็บข้อมูล จนพบว่าเนื้อหาที่ได้จากการสัมภาษณ์ในครั้งที่สามไม่มีประเด็นใหม่เกิดขึ้น (No new themes emerged) จึงถือว่าข้อมูลมีความอิ่มตัว (Data saturation) ตามหลักของการวิจัยเชิงคุณภาพ (Guest, Bunce, & Johnson, 2006) และเพื่อให้เข้าใจประสบการณ์ของคนหนึ่งคนได้อย่างครอบคลุมบริบทสิ่งแวดล้อมของเขา จึงจะสามารถทำความเข้าใจเชิงลึกให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ (Seidman, 2006) โดยในแต่ละครั้งมีรายละเอียดโดยสรุปดังต่อไปนี้

การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1 จะเน้นข้อมูลพื้นฐานและภาพรวม โดยเป็นการทำความเข้าใจประวัติส่วนตัว ประสบการณ์การทำงาน เหตุผลที่เลือกเป็นครูแนะแนว ภาพรวมของหน้าที่รับผิดชอบ แรงจูงใจในการทำงาน ปัญหานักเรียนที่มักพบ รวมถึงมุมมองของครูแนะแนวต่อการให้การปรึกษา และการทำงานและบทเรียนที่ได้รับในช่วงสถานการณ์โควิด-19 เพื่อให้เห็นบริบทที่แตกต่างกันในช่วงเปลี่ยนผ่าน ก่อน ระหว่าง และหลังโควิด-19 ซึ่งการสัมภาษณ์ครั้งแรกจะมีคำถามและใช้เวลามากที่สุด

การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจในเชิงลึก เป็นโอกาสให้ผู้วิจัยได้ขยายความ ยืนยันความเข้าใจ และซักถามในประเด็นที่น่าสนใจจากการสัมภาษณ์ครั้งแรก เพื่อให้เกิดความลุ่มลึกของข้อมูล

การสัมภาษณ์ครั้งที่ 3 เป็นการสัมภาษณ์เพื่อสังเคราะห์หาข้อสรุปประสบการณ์ในการให้การปรึกษาในช่วงโควิด-19 พูดคุยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในช่วงเปลี่ยนผ่าน และเปิดโอกาสให้ครูนิยามประสบการณ์โดยรวมจากการสัมภาษณ์ทั้งหมด

ตัวอย่างคำถาม

การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

- อะไรคือแรงจูงใจในการทำงานและการให้การปรึกษาในแต่ละวัน
- (ชื่อผู้เข้าร่วมวิจัย) มีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการให้การปรึกษานักเรียน ขอให้ท่านยกตัวอย่างสถานการณ์ที่ให้การปรึกษานักเรียนและผลที่เกิดขึ้น
- บทบาทครูแนะแนวของท่าน ในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 เป็นอย่างไร การให้การปรึกษามีความแตกต่างกับช่วงก่อนเกิดการแพร่ระบาดอย่างไร
- ท่านเกิดการเรียนรู้หรือการตกตะกอนใดบ้างจากการให้การปรึกษาช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19

การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 และ 3

- นอกจากประเด็นนี้ (ประเด็นสัมภาษณ์ในครั้งที่ 1) มีอย่างอื่นอีกหรือไม่ อย่างไร
- จากการสัมภาษณ์ทั้ง 2 ครั้ง ขอให้ท่านสรุป ประสบการณ์การให้คำปรึกษาในช่วงโควิด-19 ว่าเป็นอย่างไร
- ท่านคิดว่า ประสบการณ์ดังกล่าวจะเปลี่ยนแปลงหรือไม่ในยุค New Normal

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ ตามแนวทางของ Smith (2009) มี 6 ขั้นตอนหลัก ได้แก่ 1) อ่านทำความเข้าใจข้อมูล โดยการฟังและอ่านบทสัมภาษณ์ซ้ำหลายครั้งเพื่อซึมซับเรื่องราวของผู้ให้ข้อมูล 2) บันทึกประเด็นสำคัญ ทั้งด้านเนื้อหา ภาษา และแนวคิด ผ่านการจดบันทึกและขยายข้อมูลเพิ่มเติม 3) ระบุใจความสำคัญ โดยย่อข้อมูลให้กระชับแต่ชัดเจนมากขึ้น เพื่อสะท้อนความหมายของแต่ละประเด็น 4) จัดหมวดหมู่ใจความสำคัญ โดยค้นหาความสัมพันธ์ของแต่ละประเด็นและรวมเป็นกลุ่มตามความหมายร่วม 5) วิเคราะห์ข้อมูลรายอื่น โดยเริ่มกระบวนการใหม่กับผู้ให้ข้อมูลรายถัดไป พร้อมละวางอคติจากรายก่อนหน้าเพื่อรักษาความเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล และ 6) จัดหมวดหมู่ใจความสำคัญของข้อมูลทั้งหมด เพื่อหาลักษณะร่วมของข้อมูล โดยปรับหรือตัดประเด็นที่ไม่เกี่ยวข้องออกจนได้ชุดข้อมูลที่สมบูรณ์ สะท้อนความเข้าใจเชิงลึกตามหลักการของ IPA

คุณภาพของงานวิจัยนี้ยึดหลักเกณฑ์ประเมินคุณภาพในการวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ (Chomphunut Srichannil, 2019) เพื่อนำเสนอผลการวิจัยที่สะท้อนประสบการณ์ของครูแนะแนวจากมุมมองของผู้เข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยได้ละวางความรู้ความเชื่อ (Bracketing) ที่มีอยู่เดิม เพื่อสะท้อนการรับรู้ของผู้เข้าร่วมได้ตรงตามความเป็นจริง ผ่านการเขียนบันทึกและการสัมภาษณ์เพื่อละวาง เป็นการสะท้อนตนเองของผู้วิจัย (Reflexivity)

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

ผู้วิจัยได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์มหาวิทยาลัยบูรพา หมายเลขรับรอง G-HU027/2567 และดำเนินการตามกระบวนการ โดยผู้วิจัยจะเก็บรักษาข้อมูลส่วนบุคคลของผู้เข้าร่วมเป็นความลับและตามเกณฑ์จริยธรรม การเผยแพร่ผลการวิจัยจะกระทำในภาพรวมเพียงเท่านั้น

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19 โดยแบ่งเป็นสองส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลภูมิหลังและมุมมองต่อการทำงาน และส่วนที่ 2 ประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19

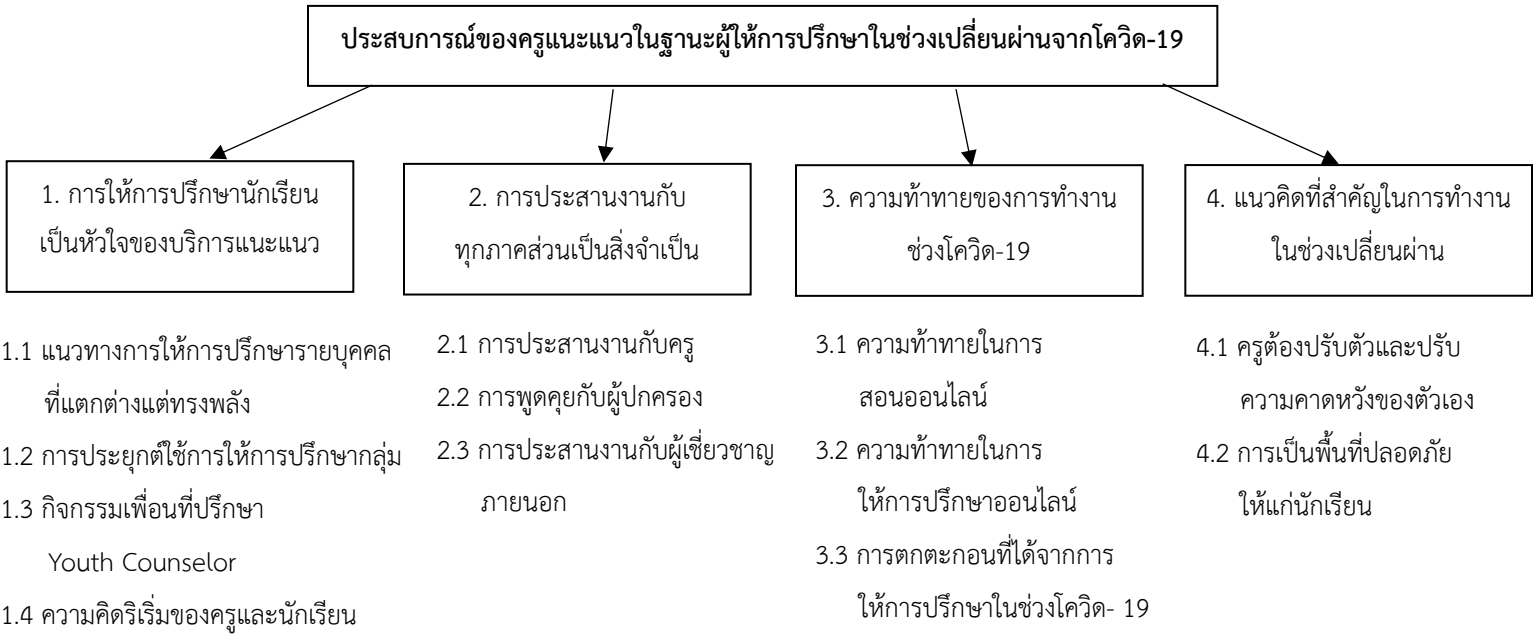
ส่วนที่ 1 ข้อมูลภูมิหลังและมุมมองต่อการทำงาน ผู้ให้ข้อมูลคือครูแนะแนว 3 ท่าน ซึ่งทั้งหมดมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเข้าของการวิจัย

ครูข้าว: ครูผู้บูรณาการ ครูเพศหญิง อายุ 31 ปี จบปริญญาตรี สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว มีประสบการณ์ทำงาน 8 ปี เคยเป็นครูอัตราจ้างอยู่ 8 เดือน ปัจจุบันทำงานในโรงเรียนขนาดใหญ่ในจังหวัดสมุทรปราการ แม้จะเผชิญอุปสรรคและความเหนื่อย แต่ครูข้าวเรียนรู้ พัฒนา เข้าใจบริบทการทำงาน และริเริ่มสร้างกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนรู้จักและพัฒนาตนเอง มีการนำเครื่องมือต่าง ๆ มาต่อยอด พร้อมแบ่งปันแนวทางแก่เพื่อนครูแนะแนว เพื่อเป็นแรงบันดาลใจแก่โรงเรียนอื่น ครูข้าวยังคงเชื่อมั่นในคุณค่าของอาชีพครูแนะแนว และยังคงมีความสุขกับการได้เป็นผู้ที่ช่วยให้นักเรียนรู้จักตัวเอง

ครูมอส: ครูผู้เป็นกันเอง ครูเพศชาย อายุ 40 ปี จบปริญญาตรี สาขาการแนะแนวและการให้การปรึกษาทางจิตวิทยา และปริญญาโท สาขาบริหารการศึกษา มีประสบการณ์ทำงาน 12 ปี ตลอดเส้นทางอาชีพ ครูมอสได้ทำงานในโรงเรียนหลากหลายขนาด โดยอยู่โรงเรียนขนาดเล็ก 5 ปี ขนาดกลาง 4 ปี และขนาดใหญ่ 3 ปี จึงเข้าใจความแตกต่างของนักเรียนแต่ละช่วงวัย และออกแบบกิจกรรมแนะแนวให้เหมาะสมกับบริบทของนักเรียนแต่ละคน แรงจูงใจสำคัญคือ “การได้ช่วยเหลือผู้อื่น” ครูมอสจึงเป็นที่พึ่งทางใจของนักเรียน และมีนักเรียนมาขอคำปรึกษาเป็นประจำทุกวัน เพราะมีบุคลิกที่เป็นกันเอง เข้าถึงได้ง่าย ตลก

ครูเฟิร์น: ครูผู้ปลอบประโลม ครูเพศหญิง อายุ 42 ปี จบปริญญาตรี สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว และปริญญาโท สาขาพัฒนาสังคมและการวิเคราะห์นโยบายและแผน มีประสบการณ์ทำงาน 19 ปี เคยทำงานในโรงเรียนเอกชน ปัจจุบันครูเฟิร์นทำงานในจังหวัดนครปฐมในโรงเรียนขนาดใหญ่ ทำหน้าที่ให้การปรึกษา ดูแลระบบช่วยเหลือนักเรียน และเป็นหัวหน้างานด้านนี้ แรงจูงใจในการทำงานคือการช่วยเหลือ นักเรียนและเห็นพัฒนาการของพวกเขา ผ่านการรับฟัง เข้าใจ และให้พวกเขาได้ระบายความรู้สึกอย่างจริงใจ ครูเฟิร์นเชื่อว่าการให้นักเรียนได้ระบายความทุกข์ก่อน จะทำให้อารมณ์คลายลง และนักเรียนจะสามารถหาแนวทางการแก้ปัญหาได้ดีขึ้นเอง

ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ของครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษาในยุคในช่วงเปลี่ยนผ่านก่อนและหลังโควิด-19



แผนภาพที่ 1 แสดงใจความสำคัญและใจความย่อย

ใจความสำคัญที่ 1 การให้การปรึกษานักเรียนเป็นหัวใจของบริการแนะแนว

การให้การปรึกษาไม่จำกัดเพียงการนั่งพูดคุยกับนักเรียน แต่สามารถทำได้หลายรูปแบบ ทั้งผ่านการให้การปรึกษากลุ่ม กิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา รวมถึงครูสามารถริเริ่มกิจกรรมใหม่ ๆ ที่ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ซึ่งกันและกัน ซึ่งคุณครูทุกท่านมีแนวทางและความถนัดในการให้การปรึกษาที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับประเด็นที่เชี่ยวชาญและสิ่งที่ให้ความสำคัญ แต่ทุกท่านต่างเห็นตรงกันว่าคุณค่าและหัวใจของบริการแนะแนวคือการให้การปรึกษานักเรียน และการรู้ข้อมูลภูมิหลังของนักเรียนสำคัญอย่างมากต่อการให้การปรึกษา เป็นข้อมูลที่ทรงพลังมากที่ครูจะครอบครองได้

“ข้อมูลเหล่านั้น เราจะรู้จักเด็กมากขึ้น ก่อนที่เราจะไปให้คำปรึกษาเขาหรือก่อนที่เราจะสอนเขา เรารู้หมดแล้ว เขาฐานะทางบ้านเป็นไง เขาเก่งอะไรไม่เก่งอะไร เพื่อนสนิทเขาเป็นใคร เขามีแฟนไหม อารมณ์รุนแรงไหม อยากบอกว่าถ้าครูแนะแนวครอบครองข้อมูลนี้ได้ อันนี้แหละคือ powerful เขาคือ the most powerful นั่นแหละคือคลังที่เราจะให้คำปรึกษาเขาได้ดี” ครูมอส, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

นอกจากนี้ มีการประยุกต์ใช้การให้การปรึกษากลุ่มที่อาจไม่ได้ตรงตามหลักการให้การปรึกษากลุ่มมากนัก แต่จะเน้นที่การปรับใช้ให้เข้ากับบริบทของโรงเรียน โดยครูข้าวก็ประยุกต์ใช้การปรึกษากลุ่มเข้ากับการให้การปรึกษาด้านการเรียนต่อ เนื่องจากนักเรียนในโรงเรียนมีปริมาณที่เยอะมาก และครูมอสใช้ข้อมูลที่มีอยู่ในมือรวบรวมนักเรียนที่มีความแตกต่างกัน เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักถึงคุณค่าที่ตนเองมีผ่านการพูดคุยแบบกลุ่ม

และมีการต่อยอดกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา Youth Counselor ซึ่งแต่เดิมเป็นหนึ่งในการแข่งขันศิลปหัตถกรรมที่จะจัดขึ้นทุกปี แต่ตั้งแต่มีการแพร่ระบาดของโควิด-19 ก็ถูกยกเลิกไปจนถึงปัจจุบัน อย่างไรก็ตาม กิจกรรมนี้เกิดประโยชน์กับนักเรียนแกนนำเกี่ยวกับการรู้จักตัวเองและสอดส่องช่วยเหลือในโรงเรียนของครูข้าวและครูเฟิร์น

“เด็กเขาก็ใช้คำว่าดีจังที่เขาได้รู้วิธีการให้คำปรึกษาเบื้องต้นแบบนี้ เพราะว่าตอนแรกเค้าไม่รู้เลยว่าที่เขาพูดให้คำปรึกษาเพื่อนมันเป็นยังไง พอก็ได้มารู้มันก็ยิ่งทำให้เขารู้สึก เออ ดี ก็มั่นใจมากขึ้นที่จะคุยกับเพื่อน ที่เข้ามาปรึกษาอะไรอย่างงี้ เข้าใจวิธีการที่มันถูกมากขึ้น” ครูข้าว, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

นอกจากนี้ ครูทุกท่านต่างมีความคิดริเริ่มในการหากิจกรรมมาพัฒนาทักษะของนักเรียน ครูเฟิร์นเองก็ได้ต่อยอดจากกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้นักเรียนแกนนำได้มีส่วนร่วมในการรับฟังผ่านกล่องรับความรู้สึกและได้พูดผ่านเสียงตามสายในโรงเรียนถึงประเด็นที่สำคัญต่าง ๆ

“ตอนนี้เราเอาผลที่เขาใส่กล่องนะคะ กล่องรับความรู้สึกที่เด็ก ๆ ทำ ก็ได้เริ่มเก็บ ก็แยกออกมาก็จะเป็นกลุ่มที่แบบว่าให้ไปตอบเสียงตามสายใน ในสถานการณ์ หรือว่าในกลุ่มที่มันตอบได้ เช่น เรื่องเพื่อนไม่คุยด้วย ไม่ชอบเพื่อน หรือว่าเรื่องของการบูลลี่ที่สามารถตอบตามเสียงตามสาย ส่วนกรณีที่แบบว่าเขียนมาแล้วรู้สึก เครียด กังวล หรือว่าอยากให้ติดต่อกลับ บางคนเขาจะทิ้ง contact ไว้สำหรับติดต่อกลับก็จะมีเด็กพี่เป็นพี่ม.6 พี่เป็น YC ที่เคยไปแข่ง แล้วก็มีทักษะการให้คำปรึกษา ส่วนหนึ่ง โทรกลับหาน้อง” ครูเฟิร์น, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2

ไม่เพียงแต่ครูเฟิร์นที่ริเริ่มกิจกรรมใหม่ ๆ กับนักเรียน แต่ครูข้าวและครูมอสต่างก็ริเริ่มกิจกรรมที่ส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเองที่เหมาะกับบริบทของโรงเรียนและความถนัดของครู ถึงแม้ว่าในรายละเอียดจะมีวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกัน แต่ในภาพรวมก็ต่างเป็นการพัฒนาศักยภาพของนักเรียน ช่วยให้นักเรียนเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น และหวังว่าจะทำให้พวกเขาอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสงบสุขมากขึ้น

ใจความสำคัญที่ 2 การประสานงานกับทุกภาคส่วนเป็นสิ่งจำเป็น

การประสานงานต้องเกิดขึ้นทั้งกับครู ผู้ปกครอง ผู้เชี่ยวชาญภายนอก เพื่อร่วมมือกันช่วยเหลือนักเรียนในหลากหลายมิติ ครูข้าวต้องรู้จักครูทั้งโรงเรียนเพื่อปรึกษาเรื่องการให้ทุน มีการช่วยเหลือกันระหว่างครูต่างโรงเรียนในการแลกเปลี่ยนวิธีการหรือเครื่องมือในการสอน รวมถึงในวันที่รู้สึกแย่ ครูเฟิร์นก็ได้รับ กำลังใจได้ว่าเราได้ทำเต็มที่แล้ว ทำให้เป็นตัวจุดประกายที่ดีในการทำงานช่วยเหลือนักเรียนต่อไป

“แต่เมื่อก่อนนี้จะเฟลนะคะ เราก็ช่วยเต็มที่แล้วทำไมเด็กเขาไม่กลับมาเรียน มันก็จะค้างอยู่อย่างงี้จนเพื่อนครูแนะแนวที่อยู่โรงเรียนอื่นเขาก็จะบอกว่า ให้เราดึงตัวเองออกจากเรื่องนี้ เพราะว่าในเมื่อทำไปแล้ว ทำเต็มที่แล้ว และสุดท้ายก็คือต้องยอมรับการตัดสินใจของเขา นั่นแหละค่ะ เดี๋ยวนี้ก็เลยไม่ค่อยเศร้าเท่าไร เห็นละ อ๋า เราก็ถือว่าเราได้ทำหน้าที่เราเต็มที่ แต่ขอให้เต็มที่ก่อนนะ” ครูเฟิร์น, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

ส่วนการทำงานกับผู้ปกครองก็จำเป็นต้องมีพื้นที่ที่สามารถพูดคุย แลกเปลี่ยนปัญหา ความรู้กับผู้ปกครองได้ เพื่อร่วมกันแก้ปัญหาของนักเรียน

“แต่สิ่งที่เป็นงานแนะแนวจริง ๆ เลยคือ เราช่วยเหลือเด็ก แก้ปัญหา ให้คำปรึกษา มันก็จะลามไปถึงการให้คำปรึกษาครูด้วยกันเองแล้วก็ผู้ปกครองด้วย เรื่องการเลี้ยงลูก เช่น เขาขาดความรู้เรื่องจิตวิทยาเชิงบวกที่ใช้กับลูกตัวเองอ่ะเราก็เติมได้” ครูมอส, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

นอกจากนี้ ในช่วงโควิด-19 ก็ต้องมีเยี่ยมบ้านออนไลน์ด้วย หรือแม้กระทั่ง การเป็นพื้นที่ปลอดภัยให้ผู้ปกครองได้ระบายปัญหาของลูกเขาก็เกิดขึ้นเช่นกัน

“อันนี้มันเป็นเคสที่เราเป็นที่ปรึกษา คุยกับผู้ปกครอง ผู้ปกครองคือใส่อารมณ์ หมายถึงว่าแชตมาระบาย ต้องมีหน้าที่รับฟัง แล้วก็ให้กำลังใจผู้ปกครอง แบบว่า ค่ะ ๆ เข้าใจนะว่าคุณแม่ เลี้ยงเดี่ยวดูแลมา ก็จะมีน้อยอกน้อยใจบ้างเวลาเด็กเขาเห็นครอบครัวทางพ่อดีกว่า” ครูเฟิร์น, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

อีกทั้ง การประสานงานกับผู้เชี่ยวชาญภายนอกก็เป็นสิ่งที่จำเป็นมาก ๆ ครูข้าวเสนอว่าโรงเรียนควรมีนักจิตวิทยาประจำโรงเรียนเพื่อทำงานด้านการให้การปรึกษานักเรียนโดยตรง ไม่ใช่ครูแนะแนว เพราะครูแนะแนวไม่ได้เรียนมาเพื่อให้การปรึกษาด้านสุขภาพจิตโดยตรง และมีหน้าที่ต้องสอนและงานอื่น ๆ ที่ต้องรับผิดชอบ ทำให้อาจไม่มีเวลาในการให้การปรึกษามากนัก ซึ่งพอไม่ได้ทำก็ส่งผลต่อความรู้สึกต่อคุณค่าของตัวเองน้อยลง หรือเคสที่มีความอ่อนไหว เช่น การล่วงละเมิดทางเพศ ก็ไม่สามารถแก้ไขปัญหาด้วยตัวครูเพียงคนเดียวได้ จำเป็นต้องมีความร่วมมือจากจิตแพทย์และนักสังคมสงเคราะห์ด้วย

“เพราะทุกคนน่ะชอบเข้าใจว่าเราคือ นักจิตวิทยาคนนึง ถ้าเจอเด็กที่มีโรคประจำตัวเนี่ย คือเราสามารถได้น้อย เราก็เลยก็รู้สึกเป็นเคสที่ยาก ไม่งั้นเราก็จะเหมือนเห็นคุณค่าของตัวเองน้อยลงนะ ในฐานะผู้ให้คำปรึกษา เพราะว่าเราสอนหนังสือไง แล้วก็เราทำงานอื่น แล้วพอเราไม่ได้ทำงานที่เป็นหัวใจสำคัญของงานแนะแนว ก็จะรู้สึกว่า เอ้า ไม่ได้ทำเลย ก็เลยรู้สึกไม่ค่อยดีเหมือนกัน” ครูข้าว, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

จะเห็นได้ว่าปัญหาของนักเรียนที่มีความท้าทายไม่สามารถแก้ไขด้วยครูแนะแนวเพียงคนเดียวได้ หากแต่ต้องประสานงานกับทุกฝ่าย ทั้งโรงเรียน ครู ผู้ปกครอง และผู้เชี่ยวชาญภายนอกเข้ามาร่วมแก้ปัญหา ซึ่งทำให้ครูแนะแนวมีแนวทางในแก้ปัญหาที่ถูกต้องและช่วยเหลือนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ใจความสำคัญที่ 3 ความท้าทายของการทำงานช่วงโควิด-19

ในช่วงโควิด-19 การสอนออนไลน์เป็นเรื่องใหม่และท้าทายของครูทุกท่าน แต่ครูข้าวกับครูมอสกลับมองความท้าทายนี้เป็นเรื่องสนุก

“แต่ก็รู้สึกว่าถ้าการสอนเนี่ย ตอนนั้นก็สนุกไปอีกแบบ เพราะว่ารู้สึกว่าได้เรียนรู้วิธีการใหม่ในการสอนว่าแบบจะต้องสอนยังไงรู้สึกว่า เออ แบบนี้ก็ดีเหมือนกัน ไม่มีหน้าห้องหลังห้อง รู้สึกว่าทุกคนเป็นเด็กหน้าห้องเท่ากัน แล้วก็เด็กบางคนที่เราไม่เห็นเขาค่อยได้พูด เขาก็จะพูดมากขึ้น” ครูข้าว, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

เมื่อโรงเรียนถูกปิด เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ที่นักเรียนจะมาขอคำปรึกษาน้อยลง เพราะการเข้าถึงครูทำได้ยากขึ้น เวลามีจำกัด จึงเป็นการพูดคุยผ่านทางข้อความ ซึ่งครูทุกคนเห็นตรงกันว่าเป็นเรื่องยาก และในขณะนั้นทุกคนต่างก็มีแต่ความเครียด

“ถ้าเป็นให้คำปรึกษาเนอะ ก็ต้องมาพร้อมกัน หลาย ๆ คน ซึ่งที่เขา call for เราเพราะมันสาหัส 10 วิชาสั่งงานพร้อมกัน เขารอดมาได้ยังไง เนี่ยคือความเครียดที่เกิดขึ้น ส่วนคุณภาพของเนื้อหา น่าจะไม่แตกต่างคือเรายังพูดคุยกับเด็กได้ไง คุณภาพของเนื้อหามันเลยเท่า ๆ กัน แต่เวลามันไม่ได้อยู่ด้วยกันแบบนี้ตลอดไป” ครูมอส, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

โดย “เนื้อหา” ที่ครูมอสกล่าว อาจหมายถึงเนื้อหาในการพูดคุยให้การปรึกษา คือไม่ว่าจะออนไลน์หรือออนไซต์การพูดคุยจะเหมือนกัน เพียงแต่พอเป็นออนไลน์ เมื่อคุยจบก็แยกย้าย ไม่ได้ใช้เวลาร่วมกันอีก ทำให้เมื่อให้การปรึกษาจบ นักเรียนอาจจะประสบกับความเครียดมากกว่า เพราะต้องกลับไปอยู่ในสภาพแวดล้อมเดิมทันที

นอกจากนี้ยังมีการสูญเสียที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เกิดขึ้นทั้งกับนักเรียนและครูเฟิร์น จึงเกิดประสบการณ์ร่วมกัน ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจกันได้อย่างลึกซึ้ง และร่วมกันผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายนี้ไปได้

“ก็เลยบอกเขาว่า ครูก็ผ่านการสูญเสียมาเหมือนกัน ก็เข้าใจ แล้วก็เสียใจด้วยอะไรอย่างนี้นะ อันนี้ถามว่ามันมีผลยังไง เราว่า มันเข้าไปมีส่วนร่วมกับอารมณ์ความรู้สึกเด็กได้มากว่า โอ้ มันผ่านมาแล้ว มันเลวร้ายจริง ๆ แล้วก็จะกล้าบอกกับเขาได้เต็มปากกว่า แต่มันต้องไปต่อเนาะ คือเหตุการณ์มันผ่านมาแล้ว ยังไงเราก็ต้องไปต่อเพราะว่า ณ วันนี้เขาก็ยังต้องอยู่ต่อ ครูก็ต้องอยู่ต่อ” ครูเฟิร์น, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

ถึงแม้ว่าการสื่อสารของครูเฟิร์นอาจไม่ได้ถูกต้องตามหลักการให้การปรึกษาที่เล่าเรื่องราวส่วนตัวของตัวเอง แต่เชื่อว่าการสื่อสารของครูเฟิร์นจะทำให้นักเรียนคนที่สูญเสียรู้สึกอบอุ่นใจขึ้นไม่มากก็น้อย การได้รับรู้ว่าเราไม่ได้กำลังผ่านเรื่องนี้คนเดียว ครูของเราก็เข้าใจเราเป็นอย่างมาก สามารถเป็นกำลังใจและที่พึ่งพาในวันที่เคว้งคว้างได้ ซึ่งครูเฟิร์นเลือกที่จะอยู่ตรงนั้นเพื่อรับฟังและอยู่เคียงข้างนักเรียนในช่วงเวลาที่เลวร้ายที่สุดของเขา

เช่นเดียวกับครูข้าว สิ่งที่ตกตะกอนได้จากการทำงานในช่วงวิกฤต คือได้ตระหนักถึงคุณค่าของงานของตัวเอง ที่ถึงแม้จะไม่เหมือนที่เรียนมาทั้งหมด แต่ก็สามารถส่งเสริมการเรียนรู้ได้จริง

“เรารู้สึกว่า วิธีการสอนมันก็เหมือนกับการให้การปรึกษากลุ่มแหละ เช่น ถามเด็กเรื่องอารมณ์ความรู้สึก มันก็คล้าย ๆ กับการให้การปรึกษากลุ่มไปในตัว ก็เลยรู้สึกว่ามันอาจจะไม่ได้ทำตามรูปแบบหรือว่าตามเทคนิควิธีการหรือกระบวนการให้คำปรึกษาที่เราเรียนมา 100% เลย แต่ว่าพอเป็นในช่วงที่ออนไลน์เนี่ย มันก็จะเปลี่ยนรูปแบบเปลี่ยนวิธีการไป แล้วก็เป็นกลุ่มมากขึ้น ก็ได้ส่งเสริมให้เขาพูดคุยถึงอารมณ์ความคิด ความรู้สึกตัวเอง ” ครูข้าว, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

การตะกอนนี้ทำให้เห็นว่าหลักการจากการเรียนด้านการให้การปรึกษากับการปฏิบัติงานจริง อาจมีแนวทางที่แตกต่างกันได้ ขึ้นอยู่กับบริบทและสถานการณ์ที่มีความเปลี่ยนแปลงไป แต่สิ่งจำเป็นที่ต้องยึดไว้คือคุณค่าในการช่วยเหลือนักเรียนให้พวกเขาก้าวข้ามวิกฤตต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างดีที่สุด

ใจความสำคัญที่ 4 แนวคิดที่สำคัญในการทำงานในช่วงเปลี่ยนผ่าน

นอกจากการปรับตัวให้เท่าทันกับความเปลี่ยนแปลงแล้ว การทำงานในช่วงโควิด-19 ครูมอสพูดถึงการปรับความคาดหวังของครู รวมถึงวิธีการให้งานและการคิดคะแนนเช่นกัน

“สิ่งที่เราต้องเข้าใจว่ามันไม่ใช่ทุกคนจะมีเน็ต มันไม่ใช่ทุกคนจะมีโทรศัพท์ คุณครูตำหนินักเรียน คุณไม่ได้รู้แบ็กกราวนด์เขาหรอ ถ้าเด็กมันไม่มีให้ทำไง นโยบายก็เป็นอย่างงั้น อันนี้คือสิ่งที่ครูต้องจัดการตัวเองให้ได้ อย่าไปคาดหวังว่าเราจะได้อย่างงั้น 100% ลดความคาดหวังต่อคนอื่นลง คาดหวังกับผลงานตัวเองให้ดีขึ้น เด็กยังต้องช่วยงานทางบ้านอยู่เลย เด็กยังมีวินัยไม่พอ แล้วคุณจะไปหวังผลสัมฤทธิ์สูงอะไร ปัจจัยพื้นฐานแบบพื้นฐานจริง ๆ เด็กยังไม่มีเลย คุณจะไปคาดหวังผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นไปไม่ได้ เพ้อ” ครูมอส, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

ยิ่งไปกว่านั้น การคิดคะแนนในเวลาที่นักเรียนไม่ส่งงานมากกว่าปกติก็เป็นโจทย์ว่าครูจะจัดการอย่างไร

“โจทย์ที่ครูต้องไปเซตว่าคะแนนมาจากไหน คือ ณ เวลาที่เด็กไม่อยู่ที่หน้าจอ เขาทำอะไรอยู่ ถ้าเราตอบตรงนี้ได้ เราก็วัดตรงนั้นได้ และที่เขาไม่เรียน แต่เขาช่วยพ่อแม่ทำงาน เราให้คะแนนอะไรเขาได้ไหม ความรับผิดชอบ ครอบครัวเขา นั่นคือเราวัดเขาได้ อยู่ที่ว่าคุณเลือกที่วัดเขารึเปล่า หรือคุณเลือกที่วัดเขาเฉพาะที่อยู่ตรงหน้าเท่านั้น” ครูมอส, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

จากคำพูดว่าของครูมอส เห็นได้ชัดว่ามีอารมณ์ไม่พอใจกับแนวคิดของครูท่านอื่นที่ไม่ยอมปรับความคาดหวังของตนเองให้เข้ากับสถานการณ์ในปัจจุบัน และทำให้รู้ได้ว่าครูมอสเข้าใจนักเรียนตามความเป็นจริง และมีข้อมูลรายบุคคลที่ทรงพลังอยู่ในมือจริง ๆ

นอกจากนี้ การมีพื้นที่ปลอดภัยเป็นสิ่งที่สำคัญมากในยุคปัจจุบัน นักเรียนหลายคนอาจไม่รู้สึกว่ามีใคร ที่เป็นที่พึ่งพิงให้ได้เลย แต่ถ้าครูสามารถเป็นพื้นที่ปลอดภัยให้แก่นักเรียนได้ จะทำให้นักเรียนจะเปิดใจ และกล้าเข้าหา ไม่ว่าเขาจะมีปัญหาเรื่องใดก็ตาม พร้อมร่วมมือแก้ปัญหาไปด้วยกัน

“เพราะว่าตอนนั้นเด็กก็เผชิญความเครียดเยอะเหมือนกันเลย พอมีวิชาแนะแนวที่ได้พอทำแบบนี้แล้ว เขาบ้าง ก็พอจะได้แบบช่วยให้เขาได้มีแรงจากวิชาอื่น อึดอัดจากการนั่งหน้าจอคอม เป็นเวลานาน ๆ ที่ต้องคุยกัน เรื่องแบบที่เป็นความรู้” ครูข้าว, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

อีกทั้ง มีกรณีที่นักเรียนโดดเรียนเพราะไม่พอใจครูเฟิร์น เมื่อครูเฟิร์นรู้ ก็ขอโทษนักเรียนได้อย่างง่ายดาย เกิดจากความคิดที่ครูเฟิร์นอยากเป็นแบบอย่างให้นักเรียนเห็น ให้เขามีความกล้าสื่อสารกับผู้ใหญ่ และมีความกล้าขอโทษเมื่อทำผิด ครูเฟิร์นจึงต้องการบ่มเพาะให้นักเรียนมีความคิดแบบนี้ผ่านการลงมือทำของครู ไม่ใช่แค่การพูดพร่ำสอน ซึ่งนับว่าเป็นวิธีการที่น่านับถือ และสร้างพื้นที่ปลอดภัยได้เป็นอย่างมาก

“ก็ถามว่า แล้วครูทำอะไรเธอไม่พอใจ ก็ครูพูดเสียงดังใส่หนู เหมือนใส่อารมณ์ เราก็เลยบอกว่า งั้นครูขอโทษ ถ้าทำให้รู้สึกไม่สบายใจ ถ้าเป็นเมื่อก่อน เราพูดโคตรพูดยากเลย แล้วรู้สึกว่าก็ไม่ได้ทำอะไรผิดนี่หว่า แต่แปลกนะ ตอนนั้นที่ฟัง เราคิดในใจว่ามันน่าจะเป็นช่วงที่เราพลาดเอง ดังนั้น อันนี้ก็จะเป็นโอกาสไปต่อก็เลยบอกว่างั้นครูขอโทษที่ทำให้เราไม่สบายใจ มาเริ่มต้นกันใหม่ได้มั้ย ค่อย ๆ ปรับปรุงไป แล้วถ้าเกิดครูพูดไม่ดีอีก ถ้าเรารู้สึกว่าครูพูดไม่ดีอีก ให้บอกครู ครูจะได้ปรับ” ครูเฟิร์น, การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2

จากแนวคิดและประสบการณ์ของครูทั้ง 3 ท่าน จะเห็นได้ว่าไม่ใช่เรื่องน่าแปลกใจที่นักเรียนจะเข้ามาพูดคุยและเล่าเรื่องราวให้ฟัง ทั้งในด้านการเรียนและชีวิตส่วนตัว การวิเคราะห์ประสบการณ์ดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยได้ตระหนักว่า การแพร่ระบาดของโควิด-19 เป็นเพียงปัจจัยหนึ่งที่เร่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลัน แต่โดยแท้จริงแล้ว การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดเวลา ครูแนะแนวจึงจำเป็นต้องปรับตัวให้สอดคล้องกับบริบทที่เปลี่ยนไปอยู่เสมอ โดยเฉพาะครูที่มีประสบการณ์มากซึ่งมักจะพบความแตกต่างของนักเรียนในแต่ละยุคสมัย อันนำมาสู่ความท้าทายสำคัญ คือ การทำอย่างไรจึงจะสามารถเข้าถึงและครองใจนักเรียน รวมทั้งให้การช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม ไม่ว่าสถานการณ์หรือสภาพสังคมจะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใดก็ตาม

อภิปรายผล

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นถึงแนวทางการช่วยเหลือนักเรียนในหลากหลายมิติ การให้การปรึกษานักเรียนมีทั้งการให้การปรึกษารายบุคคลและกลุ่ม หรือการริเริ่มกิจกรรมต่าง ๆ เช่นเดียวกับงานวิจัยที่แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบสั้น, การฝึกทักษะการควบคุมอารมณ์, การให้แรงเสริมทางบวก สามารถช่วยลดอาการวิตกกังวล ซึมเศร้า และ PTSD ได้อย่างมีนัยสำคัญ และผลลัพธ์ยังคงอยู่ต่อเนื่อง นานถึง 6 เดือนหลังจบการแทรกแซง (Cohen, 2024)และในการให้การปรึกษากลุ่ม ครูแนะแนวได้ครอบครองข้อมูลรายบุคคล จนเอื้อให้เกิดผลลัพธ์ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษากลุ่มได้ จากที่โสรีช์ โพธิแก้ว (as cited in Chutima Suraseth, 2021) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการปรึกษาแบบกลุ่มว่า เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถแก้ปัญหา (Problem solving) สอดคล้องกับความเป็นจริง ผ่านการเอื้ออำนวยของผู้นำกลุ่ม และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในกลุ่ม ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้และพัฒนามุมมองที่มีต่อโลกและชีวิต เกิดความเข้าใจในตนเอง/เข้าใจผู้อื่น มองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาที่เหมาะสมสอดคล้องกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น

ครูแนะแนวมีการประสานงานจากหลายภาคส่วน ทั้งครู ผู้ปกครอง และผู้เชี่ยวชาญภายนอก เพื่อร่วมกันดูแลช่วยเหลือนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาส่วนตัวและปัญหาสุขภาพจิต แต่เมื่อประเมินการปฏิบัติงานจริงผ่านงานวิจัยของต่างประเทศกลับพบว่าครูแนะแนว นักจิตวิทยาในโรงเรียน นักสังคมสงเคราะห์ในโรงเรียน และพยาบาลโรงเรียนไม่ถูกจัดทำงานร่วมกันแบบเป็นทีมที่มีส่วนรวม และการทำงานยังขาดระบบร่วมมือที่ชัดเจน เช่น การประชุมร่วมกรณีศึกษา การแลกเปลี่ยนข้อมูลร่วมกัน (Faith Zabek, 2022) ซึ่งก็เป็นที่ชัดเจนว่าการร่วมมือกันนี้จะเป็นโจทย์ที่สำคัญทั้งในไทยและต่างประเทศในการพัฒนาให้เกิดขึ้นจริงให้ได้ต่อไป ซึ่งจากการสัมภาษณ์ เห็นได้ชัดว่าถ้าครูแนะแนวร่วมมือกับผู้เชี่ยวชาญภายนอกส่งผลกระทบโดยตรงต่อแรงกาย แรงใจในการทำงาน และการมองเห็นคุณค่าของตัวเองผ่านการที่ครูสามารถช่วยเหลือนักเรียนได้อย่างสำเร็จ

นอกจากนี้ การทำงานช่วงโควิด-19 ก็เต็มไปด้วยความท้าทาย ทั้งด้านการสอนและการให้การปรึกษาออนไลน์ ทั้ง 3 ท่านได้ตกตะกอนและเรียนรู้ถึงความสำคัญของการปรับตัวและการจัดการเวลา สอดคล้องกับงานวิจัยที่นำเสนอแนวคิดการบริหารการศึกษาในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ว่าครูต้องปรับวิธีสอนเพื่อรองรับ "จริตการเรียนรู้" ของนักเรียนแต่ละคน เปลี่ยนรูปแบบการวัดผลให้สอดคล้องกับช่องทางที่หลากหลาย เช่น online/on-air และสร้างการประเมินผลที่ยืดหยุ่น เพื่อรับมือกับความท้าทายด้านเทคโนโลยีและบริบทของผู้เรียนที่เปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลัน (Thee Phawangkanant, 2021) นอกจากนี้ การสูญเสียที่เกิดขึ้นกับนักเรียนและครู ต่างเป็นกำลังใจให้กันและกันให้ข้ามผ่านช่วงเวลาที่เลวร้ายไปได้ เช่นเดียวกับบทความของ Nattasuda Taepan (2022) ที่พูดถึงภาวะจิตใจเมื่อสูญเสีย กล่าวว่าการที่เราจะสามารถปรับตัวเองและกลับเข้ามาสู่ภาวะปกติได้หรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับใจของเราเป็นหลัก คนรอบตัวอย่างมากก็เป็นได้เพียงกำลังใจ ซึ่งกำลังใจนี้อาจช่วยให้เรามีแรงมากขึ้นที่จะพยายาม

และสุดท้าย แนวคิดการทำงานที่สำคัญในช่วงเปลี่ยนผ่าน คือการที่ครูต้องปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลง เช่น ลดความคาดหวัง และสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้แก่นักเรียน เพื่อสนับสนุนให้นักเรียนกล้าเปิดใจและแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างเหมาะสม ตรงกับที่กุลธิดา รุ่งเรืองเกียรติ ผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษา มองว่า ปัจจัยพื้นฐานของครูแนะแนวคือ ทักษะการฟังและการมีบุคลิกภาพที่เด็กสบายใจจะเข้าหา ส่วนความรู้ทางด้านจิตวิทยาและทักษะการสื่อสารที่ดีก็สำคัญไม่แพ้กัน ทั้งนี้ เพราะครูแนะแนวจำเป็นต้องสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้ได้เสียก่อน เด็กจึงจะกล้าเข้ามาขอคำปรึกษา (Phitchaya Techalan, 2021) ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-centered Therapy) ของ Carl Rogers ที่กล่าวถึงการยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Positive Regard) คือการสนใจ ใส่ใจ และตั้งใจฟังเรื่องราว ไม่ตัดสินหรือประเมินถูก-ผิด เปิดโอกาสให้ ได้ระบายความรู้สึก และได้เปิดเผยตนเองออกมาอย่างเต็มที่ เคารพในศักยภาพของเขาอย่างจริงใจ ส่งผลให้บุคคลนั้นได้ค้นพบตนเอง (Self-actualization) ช่วยให้มีความมั่นใจมากขึ้น และเกิดแรงจูงใจที่จะทำอะไรบางอย่างเพื่อให้ตนเองไปสู่จุดที่ดีขึ้นกว่าเดิม (Nilubon Sukwanich, 2023).

การสะท้อนความเชื่อเดิมของผู้วิจัยที่เปลี่ยนแปลงไปผ่านการทำงานวิจัยเล่มนี้ (Reflexivity)

ผู้วิจัยมีประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติหน้าที่สอนในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 แม้เป็นระยะเวลาสั้น แต่ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วางประสบการณ์และความเชื่อเดิมลง เพื่อเปิดรับและรับฟังประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมอย่างตั้งใจ การรับฟังอย่างลึกซึ้งทำให้ผู้วิจัยตระหนักถึงสิ่งที่ผู้เข้าร่วมทั้งสามรายมีร่วมกัน คือ ความมุ่งมั่นในการช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งเป็นแรงขับเคลื่อนให้เกิดแนวทางและความคิดริเริ่มหลากหลายรูปแบบ พร้อมการปรับเปลี่ยนอย่างต่อเนื่องให้เหมาะสมกับนักเรียนรายบุคคลและบริบทในขณะนั้น หลายครั้งเป็นการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า หรือดำเนินการนอกเหนือจากหลักการดั้งเดิม แต่กลับสร้างการเปลี่ยนแปลงที่ทรงพลังได้

สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการวิจัยครั้งนี้ได้จุดประกายให้ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของการเป็นบุคคลที่นักเรียนสามารถเข้าถึงได้ง่าย มีศักยภาพในการสร้างการเปลี่ยนแปลง และสามารถประยุกต์แนวทางบางประการจากประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมเพื่อนำมาพัฒนาการทำงานของตนเอง นอกจากนี้ ยังเป็นการยืนยันว่าการปฏิบัติงานที่ผ่านมาของผู้วิจัยในฐานะครูเป็นไปในทิศทางที่ถูกต้อง และยังมีพื้นที่ในการพัฒนาต่อยอดให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการประยุกต์ใช้

ข้อเสนอแนะสำหรับครูแนะแนวในฐานะผู้ให้การปรึกษา

การดำเนินงานให้การปรึกษา ไม่ว่าจะอยู่ในรูปแบบใด ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญของการปฏิบัติงานแนะแนว อย่างไรก็ตาม ภาระงานด้านอื่นอาจทำให้ครูแนะแนวมีเวลาไม่เพียงพอต่อการให้การปรึกษารายบุคคล ข้อเสนอแนะประการแรกคือ ครูแนะแนวไม่ควรรู้สึกผิด หากไม่สามารถให้การปรึกษาได้ตามความคาดหวัง เนื่องจากทุกกิจกรรมหรือการปฏิบัติหน้าที่ในห้องเรียนสามารถสะท้อนบทบาทและเป็นรากฐานสำคัญต่อการให้การปรึกษาได้ เช่น การสร้างบรรยากาศแห่งการรับฟังซึ่งกันและกัน การหลีกเลี่ยงการตัดสินอย่างเร่งด่วน และการให้ข้อเสนอแนะเชิงสร้างสรรค์ ล้วนเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ส่งเสริมให้นักเรียนอยู่ร่วมในสังคมอย่างสงบสุข

นอกจากนี้ การมีข้อมูลนักเรียนรายบุคคลที่ถูกต้องและทันสมัยเป็นสิ่งจำเป็น ครูแนะแนวควรมีเครื่องมือที่เหมาะสมในการจัดเก็บข้อมูลอย่างเป็นระบบ สอดคล้องกับข้อค้นพบของ Preeyapat Srikrai (2022) ที่ระบุว่าผู้บริหารสถานศึกษาควรสนับสนุนบุคลากรให้ใช้เครื่องมือที่หลากหลายในการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในยุค New Normal

จากผลการสัมภาษณ์ครูทั้ง 3 ท่าน พบว่าครูแต่ละท่านมีการริเริ่มแนวทางและกิจกรรมหลากหลายรูปแบบในการดูแลและช่วยเหลือนักเรียน ดังนั้น จึงเสนอว่าครูแนะแนวควรทำความเข้าใจบริบทของโรงเรียนและพื้นฐานของนักเรียน ควบคู่กับการประเมินความถนัดและสไตล์การทำงานของตน เพื่อเลือกช่องทางและวิธีการใหม่ ๆ ในการส่งเสริมทักษะและทัศนคติที่เหมาะสมต่อบริบทและยุคสมัย โดยเฉพาะในสถานการณ์โควิด-19 ซึ่งเทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ ครูแนะแนวจึงควรปรับตัวและริเริ่มกิจกรรมที่เกินกรอบจากตำราหรือวิธีการดั้งเดิม เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในตัวนักเรียนอย่างสอดคล้องกับสภาพสังคมปัจจุบัน

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การเข้าใจธรรมชาติของงานแนะแนวและบทบาทของครูแนะแนวถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อการกำหนดนโยบาย ครูแนะแนวส่วนใหญ่ไม่ได้รับการฝึกฝนเพื่อจัดการกับนักเรียนที่มีภาวะปัญหาทางจิตเวชโดยตรง อีกทั้งภาระงานสอนและงานบริหารอื่น ๆ อาจจำกัดเวลาในการให้การปรึกษา การอบรมเพิ่มเติมด้านการให้การปรึกษาเพียงอย่างเดียวจึงอาจไม่ใช่แนวทางแก้ปัญหาที่ตรงจุด

ในระดับนโยบาย ควรจัดให้มีครูแนะแนวประจำทุกโรงเรียน พร้อมกำหนดอัตราส่วนครูแนะแนวต่อจำนวนนักเรียนให้เหมาะสม และจัดการเรียนการสอนแนะแนวสำหรับนักเรียนทุกระดับชั้น ไม่จำกัดเฉพาะชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 หรือ 6 เพื่อให้กระบวนการแนะแนวมีความต่อเนื่อง มีบทบาทต่อการพัฒนาการรู้จักตนเอง การสำรวจความสนใจ และการเสริมทักษะที่สอดคล้องกับการเรียนและการประกอบอาชีพในอนาคต

สำหรับนักเรียนที่ต้องการการดูแลด้านจิตใจอย่างเฉพาะเจาะจง ควรมีสหวิชาชีพเข้ามาร่วมดำเนินการ เช่น นักจิตวิทยา จิตแพทย์ หรือ นักสังคมสงเคราะห์ พร้อมทั้งจัดให้ครูแนะแนวมีช่องทางติดต่อเพื่อขอคำแนะนำหรือส่งต่อนักเรียนไปยังผู้เชี่ยวชาญได้อย่างมีระบบ

สรุปและข้อเสนอแนะ

การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง แต่การแพร่ระบาดของโควิด-19 เป็นเหตุการณ์ที่ส่งผลกระทบอย่างรุนแรงและฉับพลันต่อระบบการศึกษา ผู้วิจัยเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงครั้งนี้จะไม่ใช่ครั้งสุดท้ายที่มีผลกระทบโดยตรงต่อแวดวงการศึกษา เรื่องราวและประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมวิจัยในการก้าวผ่านช่วงเวลาดังกล่าวสามารถเป็นแบบอย่างที่มีคุณค่าสำหรับผู้ที่สนใจ ทั้งในด้านทัศนคติต่อความเปลี่ยนแปลง แนวทางการช่วยเหลือนักเรียน และกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน แม้ผลการวิจัยจะได้มาจากบริบทเฉพาะ แต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถานศึกษาที่มีลักษณะใกล้เคียงได้ทั้งโรงเรียนรัฐบาลและเอกชน ซึ่งโรงเรียนเอกชนอาจมีข้อได้เปรียบกว่าผู้เข้าร่วมในงานวิจัยนี้ที่เป็นครูโรงเรียนรัฐบาล ในแง่ที่ครูไม่ได้มีภาระงานเอกสารอื่น ๆ อาจมีเวลาและทรัพยากรในช่วยเหลือนักเรียนได้มากขึ้น งานวิจัยนี้สามารถนำไปปรับใช้ได้ไม่ว่าจะเป็นสถานศึกษาที่มีระบบงานแนะแนวอยู่แล้วแต่ต้องการปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น หรือสถานศึกษาที่ยังขาดบางแนวปฏิบัติและสามารถนำข้อค้นพบไปเสริมเพื่อแก้ปัญหาที่เผชิญร่วมกันได้

งานวิจัยนี้สามารถต่อยอดสู่การศึกษาเชิงคุณภาพในหลากหลายมิติ โดยเฉพาะการสำรวจนวัตกรรมหรือแนวปฏิบัติใหม่ ๆ ของครูแนะแนวที่ใช้ในการให้การปรึกษา เพื่อจัดทำเป็นชุดเครื่องมือที่สามารถนำไปปรับใช้กับบริบทโรงเรียนต่าง ๆ นอกจากนี้ จากข้อมูลที่ได้ ยังสะท้อนถึงความน่าสนใจในการศึกษากลุ่มนักเรียนที่ผ่านการอบรมเป็นเพื่อนที่ปรึกษา (Youth Counselor: YC) เพื่อเปรียบเทียบความเปลี่ยนแปลงก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ ซึ่งอาจนำไปสู่การพัฒนาหลักสูตรหรือกิจกรรมการเรียนรู้ด้านการให้การปรึกษาสำหรับนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

Banlung Rohitsathien. (2021). The Ministry of Education (MOE) announced the temporary closure of educational institutions under its supervision and jurisdiction in 28 provinces from January 4 to 31, 2021, due to special circumstances. Schools are instructed to conduct teaching and learning in accordance with the guidelines set by the MOE. https://www.moe.go.th/ศธ-ประกาศให้สถานศึกษาใน/

Chatchai Tuangrattanaphan. (2021). COVID-19 education disruption: How does it affect education quality? *Bangkok Biz News*. https://www.bangkokbiznews.com/columnist/966219

Chomphunut Srichannil. (2019). Interpretative phenomenological analysis: Quality criteria. *Journal of Human Sciences, 20(1)*, 189-213.

Chutima Suraseth. (2021). *Psychological counseling for teachers* (11th ed.). Chulalongkorn University Press.

Cohen, K. A. (2024). Brief school-based interventions targeting student mental health or well-being: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Adolescent Health*. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38884838/

Faith Zabek, M. D. L., Noor Alwani, Julia V. Taylor, Erica Brown-Meredith, Melinda A. Cruz, & Vickie H. Southall. (2022). Roles and functions of school mental health professionals within comprehensive school mental health systems. *Advances in School Mental Health Promotion, 15*, 1–18. https://link.springer.com/article/10.1007/s12310-022-09535-0

Jetsada Maboonhom. (2015). *Principles of guidance and student development* (4th ed.). Smile Printing and Graphic Design.

Greg Guest, Arwen Bunce and Laura Johnson (2006). *How Many Interviews Are Enough? An Experiment with Data Saturation and Variability.* Field Methods, 18(1), 59-82. https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1525822x05279903?utm

Kiatipoom Wongrachit. (2020). Open statistics: Thai adolescents seek mental health hotline 1323 consultation most often, with stress as the number one problem. *Thai Post*. https://www.thaipost.net/main/detail/56782

Nattasuda Taepan. (2022). When losing a loved one: Understanding the mental state of grief. *Faculty of Psychology, Chulalongkorn University*. https://www.psy.chula.ac.th/th/feature-articles/stage-of-depression/

Nilubon Sukwanich. (2023). "Unconditional positive regard": A useful technique in counseling love problems. *iStrong*. https://www.istrong.co/single-post/unconditional-positive-regard

Phitchaya Techalan. (2021). "School counselors": A role that schools must provide for reassurance, even if (perhaps) it does not help Thai students understand themselves. *Nisit Journal*. https://nisitjournal.press/2021/11/13/guidance-service-problems/

Preeyapat Srikrai. (2022). Administration of student support systems in the new normal era of school administrators in Educational Quality Development Network Center 3, Mueang Sripoom, under Roi Et Primary Educational Service Area Office 2. *Roi Et Journal of Educational Administration, 2*(3). http://202.29.86.169/index.php/RJGE/article/view/2043

Seidman, I. (2006). *Interviewing as qualitative research*. Teachers College Press. https://www.researchgate.net/file.PostFileLoader.html?id=563ce2da6225ff3cae8b4590&assetKey=AS%3A292843798188032%401446830810198

Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. Sage.

Thee Phawangkanant. (2021). Educational administration during the COVID-19 pandemic in the new normal era. *Journal of Borsahakan Education and Humanities and Social Sciences, 2*(2). https://so03.tci-thaijo.org/index.php/JOB_EHS/article/view/258866