**การให้คะแนนและการแปลผลแบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) ( สำหรับครู ประเมินนักเรียน )**

1. พฤติกรรมด้านอารมณ์

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 3 | มักจะบ่นว่าปวดศีรษะ ปวดท้อง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 8 | กังวลใจหลายเรื่อง ดูกังวลเสมอ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 13 | ดูไม่มีความสุข ท้อแท้ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 16 | เครียดไม่ยอมห่างเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นและขาดความมั่นใจในตนเอง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 24 | ขี้กลัว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 3 ) | เสี่ยง ( 4 ) | | มีปัญหา ( 5 – 10 ) | | |

2. ด้านพฤติกรรมเกเร

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 5 | มักจะอาละวาด หรือโมโหร้าย | | | 0 | | 1 | 2 |
| 7 | เชื่อฟัง มักจะทำตามที่ผู้ใหญ่ต้องการ | | | 2 | | 1 | 0 |
| 12 | มักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเด็กอื่น หรือรังแกเด็กอื่น | | | 0 | | 1 | 2 |
| 18 | ชอบโกหก หรือขี้โกง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 22 | ขโมยของที่บ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 3 ) | เสี่ยง ( 4 ) | | มีปัญหา ( 5 – 10 ) | | |

3. ด้านพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 2 | อยู่ไม่นิ่ง นั่งนิ่ง ๆ ไม่ได้ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 10 | อยู่ไม่สุข วุ่นวายอย่างมาก | | | 0 | | 1 | 2 |
| 15 | วอกแวกง่าย สมาธิสั้น | | | 0 | | 1 | 2 |
| 21 | คิดก่อนทำ | | | 2 | | 1 | 0 |
| 25 | ทำงานได้จนเสร็จ มีความตั้งอกตั้งใจในการทำงาน | | | 2 | | 1 | 0 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 5 ) | เสี่ยง ( 6 ) | | มีปัญหา ( 7 – 10 ) | | |

4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 6 | ค่อนข้างแยกตัว ชอบเล่นคนเดียว | | | 0 | | 1 | 2 |
| 11 | มีเพื่อนสนิท | | | 2 | | 1 | 0 |
| 14 | เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน | | | 2 | | 1 | 0 |
| 19 | ถูกเด็กคนอื่นล้อเลียน หรือรังแก | | | 0 | | 1 | 2 |
| 23 | เข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่ากับเด็กวัยเดียวกัน | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 5 ) | เสี่ยง ( 6 ) | | มีปัญหา ( 7 – 10 ) | | |

5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 1 | ห่วงใยความรู้สึกคนอื่น | | 0 | | 1 | 2 |
| 4 | เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน (ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น) | | 0 | | 1 | 2 |
| 9 | เป็นที่พึ่งได้เวลาที่คนอื่นเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ | | 0 | | 1 | 2 |
| 17 | ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า | | 0 | | 1 | 2 |
| 20 | ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อ แม่, ครู, เพื่อน, เด็กคนอื่น ๆ เป็นต้น) | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | มีจุดแข็ง ( 4 – 10 ) | | ไม่มีจุดแข็ง ( 0 - 3 ) | | |

**การให้คะแนนและการแปลผลแบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) ( สำหรับนักเรียนประเมินตนเอง )**

1. พฤติกรรมด้านอารมณ์

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 3 | ฉันปวดศีรษะ ปวดท้อง หรือไม่สบายบ่อย ๆ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 8 | ฉันขี้กังวล | | | 0 | | 1 | 2 |
| 13 | ฉันไม่มีความสุข ท้อแท้ ร้องไห้บ่อย ๆ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 16 | ฉันกังวลเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้น และเสียความมั่นใจในตนเองง่าย | | | 0 | | 1 | 2 |
| 24 | ฉันขี้กลัว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 5 ) | เสี่ยง ( 6 ) | | มีปัญหา ( 7 – 10 ) | | |

2. ด้านพฤติกรรมเกเร

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 5 | ฉันโกรธแรง และมักอารมณ์เสีย | | | 0 | | 1 | 2 |
| 7 | ฉันมักทำตามที่คนอื่นบอก | | | 2 | | 1 | 0 |
| 12 | ฉันมีเรื่องทะเลาะวิวาทบ่อย ฉันทำให้คนอื่นทำอย่างที่ฉันต้องการได้ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 18 | มีคนว่าฉันโกหก หรือขี้โกงบ่อย ๆ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 22 | ฉันเอาของคนอื่นในบ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 4 ) | เสี่ยง ( 5 ) | | มีปัญหา ( 6 – 10 ) | | |

3. ด้านพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 2 | ฉันอยู่ไม่นิ่ง ฉันนั่งนิ่ง ๆ ไม่ได้ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 10 | ฉันอยู่ไม่สุข วุ่นวาย | | | 0 | | 1 | 2 |
| 15 | ฉันวอกแวกง่าย ฉันรู้สึกว่าไม่มีสมาธิ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 21 | ฉันคิดก่อนทำ | | | 2 | | 1 | 0 |
| 25 | ฉันทำงานได้จนเสร็จ ความตั้งใจในการทำงานของฉันดี | | | 2 | | 1 | 0 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 5 ) | เสี่ยง ( 6 ) | | มีปัญหา ( 7 – 10 ) | | |

4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 6 | ฉันชอบอยู่กับตัวเอง ฉันชอบเล่นคนเดียวหรืออยู่ตามลำพัง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 11 | ฉันมีเพื่อนสนิท | | | 2 | | 1 | 0 |
| 14 | เพื่อน ๆ ส่วนมากชอบฉัน | | | 2 | | 1 | 0 |
| 19 | เด็กๆ คนอื่นล้อเลียน หรือรังแกฉัน | | | 0 | | 1 | 2 |
| 23 | ฉันเข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่ากับเด็กในวัยเดียวกัน | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 3 ) | เสี่ยง ( 4 ) | | มีปัญหา ( 5 – 10 ) | | |

5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 1 | ฉันพยายามทำตัวดีกับคนอื่น ฉันใส่ใจความรู้สึกของคนอื่น | | 0 | | 1 | 2 |
| 4 | ฉันเต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน (ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น) | | 0 | | 1 | 2 |
| 9 | ใคร ๆ ก็พึ่งฉันได้ ถ้าเขาเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ | | 0 | | 1 | 2 |
| 17 | ฉันใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า | | 0 | | 1 | 2 |
| 20 | ฉันมักจะอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อ แม่, ครู, เพื่อน, เด็กคนอื่น ๆ เป็นต้น) | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | มีจุดแข็ง ( 4 – 10 ) | | ไม่มีจุดแข็ง ( 0 - 3 ) | | |

**การให้คะแนนและการแปลผลแบบประเมินพฤติกรรมเด็ก (SDQ) ( สำหรับผู้ปกครอง ประเมินนักเรียน** )

1. พฤติกรรมด้านอารมณ์

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 3 | มักจะบ่นว่าปวดศีรษะ ปวดท้อง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 8 | กังวลใจหลายเรื่อง ดูกังวลเสมอ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 13 | ดูไม่มีความสุข ท้อแท้ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 16 | เครียดไม่ยอมห่างเวลาอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นและขาดความมั่นใจในตนเอง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 24 | ขี้กลัว รู้สึกหวาดกลัวได้ง่าย | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 3 ) | เสี่ยง ( 4 ) | | มีปัญหา ( 5 – 10 ) | | |

2. ด้านพฤติกรรมเกเร

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 5 | มักจะอาละวาด หรือโมโหร้าย | | | 0 | | 1 | 2 |
| 7 | เชื่อฟัง มักจะทำตามที่ผู้ใหญ่ต้องการ | | | 2 | | 1 | 0 |
| 12 | มักจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับเด็กอื่น หรือรังแกเด็กอื่น | | | 0 | | 1 | 2 |
| 18 | ชอบโกหก หรือขี้โกง | | | 0 | | 1 | 2 |
| 22 | ขโมยของที่บ้าน ที่โรงเรียนหรือที่อื่น | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 3 ) | เสี่ยง ( 4 ) | | มีปัญหา ( 5 – 10 ) | | |

3. ด้านพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 2 | อยู่ไม่นิ่ง นั่งนิ่ง ๆ ไม่ได้ | | | 0 | | 1 | 2 |
| 10 | อยู่ไม่สุข วุ่นวายอย่างมาก | | | 0 | | 1 | 2 |
| 15 | วอกแวกง่าย สมาธิสั้น | | | 0 | | 1 | 2 |
| 21 | คิดก่อนทำ | | | 2 | | 1 | 0 |
| 25 | ทำงานได้จนเสร็จ มีความตั้งอกตั้งใจในการทำงาน | | | 2 | | 1 | 0 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 5 ) | เสี่ยง ( 6 ) | | มีปัญหา ( 7 – 10 ) | | |

4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 6 | ค่อนข้างแยกตัว ชอบเล่นคนเดียว | | | 0 | | 1 | 2 |
| 11 | มีเพื่อนสนิท | | | 2 | | 1 | 0 |
| 14 | เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน | | | 2 | | 1 | 0 |
| 19 | ถูกเด็กคนอื่นล้อเลียน หรือรังแก | | | 0 | | 1 | 2 |
| 23 | เข้ากับผู้ใหญ่ได้ดีกว่ากับเด็กวัยเดียวกัน | | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | ปกติ ( 0 – 5 ) | เสี่ยง ( 6 ) | | มีปัญหา ( 7 – 10 ) | | |

5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ข้อ | คำถาม | | ไม่จริง | | ค่อนข้างจริง | จริง |
| 1 | ห่วงใยความรู้สึกคนอื่น | | 0 | | 1 | 2 |
| 4 | เต็มใจแบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน (ขนม, ของเล่น, ดินสอ เป็นต้น) | | 0 | | 1 | 2 |
| 9 | เป็นที่พึ่งได้เวลาที่คนอื่นเสียใจ อารมณ์ไม่ดี หรือไม่สบายใจ | | 0 | | 1 | 2 |
| 17 | ใจดีกับเด็กที่เล็กกว่า | | 0 | | 1 | 2 |
| 20 | ชอบอาสาช่วยเหลือผู้อื่น (พ่อ แม่, ครู, เพื่อน, เด็กคนอื่น ๆ เป็นต้น) | | 0 | | 1 | 2 |
| การแปลผล / จัดอยู่ในกลุ่ม | | มีจุดแข็ง ( 4 – 10 ) | | ไม่มีจุดแข็ง ( 0 - 3 ) | | |

**ตารางคะแนนการแปลผลแบบประเมินพฤติกรรมเด็ก**

**สรุปการให้คะแนนและการแปลผลในภาพรวม (นักเรียนประเมินตนเอง)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **รายการประเมิน** | **ปกติ** | **เสี่ยง** | | **มีปัญหา** |
| คะแนนรวมพฤติกรรมที่เป็นปัญหา(จากคะแนนรวมพฤติกรรม 4 ด้าน) | 0 - 16 | 17 - 18 | | 19 - 40 |
| **คะแนนรวมพฤติกรรมแต่ละด้าน** |  |  | |  |
| 1. พฤติกรรมด้านอารมณ์ | 0 – 5 | 6 | | 7 - 10 |
| 2. พฤติกรรมเกเร | 0 – 4 | 5 | | 6 - 10 |
| 3. พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง | 0 – 5 | 6 | | 7 - 10 |
| 4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน | 0 - 3 | 4 | | 5 - 10 |
| 5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม ( คะแนนจุดแข็ง ) | มีจุดแข็ง(4 – 10) | | ไม่มีจุดแข็ง (0 – 3) | |

**สรุปการให้คะแนนและการแปลผลในภาพรวม**

**( ฉบับครูประเมินนักเรียน และ ฉบับผู้ปกครองประเมินนักเรียน )**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **รายการประเมิน** | **ปกติ** | **เสี่ยง** | | **มีปัญหา** |
| คะแนนรวมพฤติกรรมที่เป็นปัญหา(จากคะแนนรวมพฤติกรรม 4 ด้าน) | 0 - 15 | 16 - 17 | | 18 - 40 |
| **คะแนนรวมพฤติกรรมแต่ละด้าน** |  |  | |  |
| 1. พฤติกรรมด้านอารมณ์ | 0 – 3 | 4 | | 5 - 10 |
| 2. พฤติกรรมเกเร | 0 – 3 | 4 | | 5 - 10 |
| 3. พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง | 0 – 5 | 6 | | 7 - 10 |
| 4. พฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน | 0 - 5 | 6 | | 7 - 10 |
| 5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพทางสังคม ( คะแนนจุดแข็ง ) | มีจุดแข็ง (4 –10) | | ไม่มีจุดแข็ง (0 – 3) | |

**การแปลผล (ด้านหลัง) สำหรับครู นักเรียน/ผู้ปกครอง**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **รายการประเมิน** | | | **ไม่เลย** | **เล็กน้อย** | **ค่อนข้างมาก** | | **มาก** |
| **\*3. ปัญหานี้ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ** | | | **0** | **0** | **1** | | **2** |
| **\*4. ปัญหานี้รบกวนชีวิตประจำวันในด้านต่าง ๆ** | | |  | | | | |
| **ข้อสำหรับการให้คะแนนของ** | | **รายการประเมิน** | **ไม่เลย** | **เล็กน้อย** | **ค่อนข้างมาก** | | **มาก** |
| **นักเรียน / ผู้ปกครอง** | **ครู** |
|  |  | ความเป็นอยู่ที่บ้าน | **0** | **0** | **1** | | **2** |
|  |  | การคบเพื่อน | **0** | **0** | **1** | | **2** |
|  |  | การเรียนในห้องเรียน | **0** | **0** | **1** | | **2** |
|  |  | **กิจกรรมยามว่าง** | **0** | **0** | **1** | | **2** |
| **สรุปการแปลผล** | | | **คะแนนรวม 0 คะแนน** | | | **ปกติ** | |
| **คะแนนรวม 1 – 2 คะแนน** | | | **เสี่ยง** | |
| **คะแนนรวม 3 – 10 คะแนน** | | | **มีปัญหา** | |

**ตารางแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 12 - 18 ปี**

เปรียบเทียบระหว่าง อายุ กับ น้ำหนัก

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **อายุ ( ปี )** | **น้ำหนัก ( กิโลกรัม )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| **12** | **ต่ำกว่า 29.50** | **29.50 - 53** | **สูงกว่า 53** |
| **13** | **ต่ำกว่า 33** | **33 - 55.50** | **สูงกว่า 55.50** |
| **14** | **ต่ำกว่า 36.50** | **36.50 - 56.50** | **สูงกว่า 56.50** |
| **15** | **ต่ำกว่า 38.50** | **38.50 - 57** | **สูงกว่า 57** |
| **16** | **ต่ำกว่า 40** | **40 - 57.50** | **สูงกว่า 57.50** |
| **17** | **ต่ำกว่า 41** | **41 - 57.50** | **สูงกว่า 57.50** |
| **18** | **ต่ำกว่า 41.50** | **41.50 - 58** | **สูงกว่า 58** |

เปรียบเทียบระหว่าง อายุ กับ ส่วนสูง

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **อายุ ( ปี )** | **ส่วนสูง ( เซนติเมตร )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| **12** | **ต่ำกว่า 139** | **139 - 160.50** | **สูงกว่า 160.50** |
| **13** | **ต่ำกว่า 143.50** | **143.50 - 162.50** | **สูงกว่า 162.50** |
| **14** | **ต่ำกว่า 147** | **147 - 163.50** | **สูงกว่า 163.50** |
| **15** | **ต่ำกว่า 148.50** | **148.50 - 164** | **สูงกว่า 164** |
| **16** | **ต่ำกว่า 149** | **149 - 164** | **สูงกว่า 164** |
| **17** | **ต่ำกว่า 149.50** | **149.50 - 164** | **สูงกว่า 164** |
| **18** | **ต่ำกว่า 150** | **150 - 164.50** | **สูงกว่า 164.50** |

เปรียบเทียบระหว่าง ส่วนสูง กับ น้ำหนัก

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ส่วนสูง ( เซนติเมตร )** | **น้ำหนัก ( กิโลกรัม )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| **130 - 135** | **ต่ำกว่า 22.50** | **22.50 - 38** | **สูงกว่า 38** |
| **136 - 140** | **ต่ำกว่า 25.50** | **25.50 - 42.50** | **สูงกว่า 42.50** |
| **141 - 145** | **ต่ำกว่า 28.50** | **28.50 - 47** | **สูงกว่า 47** |
| **146 - 150** | **ต่ำกว่า 31.50** | **31.50 - 51.50** | **สูงกว่า 51.50** |
| **151 - 155** | **ต่ำกว่า 35.50** | **35.50 - 55.50** | **สูงกว่า 55.50** |
| **156 - 160** | **ต่ำกว่า 34** | **34 - 59** | **สูงกว่า 59** |
| **161 - 165** | **ต่ำกว่า 43** | **43 - 62.50** | **สูงกว่า 62.50** |
| **166 - 170** | **ต่ำกว่า 46.50** | **46.50 - 65.50** | **สูงกว่า 65.50** |

**ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง**

**และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนคนไทย อายุ 12 - 19 ปี**

**ตารางแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 12 - 18 ปี**

เปรียบเทียบระหว่าง อายุ กับ น้ำหนัก

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **อายุ ( ปี )** | **น้ำหนัก ( กิโลกรัม )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| **12** | **ต่ำกว่า 28** | **28 - 54.50** | **สูงกว่า 54.50** |
| **13** | **ต่ำกว่า 32.50** | **32.50 - 58.50** | **สูงกว่า 58.50** |
| **14** | **ต่ำกว่า 35.50** | **35.50 - 61.50** | **สูงกว่า 61.50** |
| **15** | **ต่ำกว่า 40** | **40 - 64** | **สูงกว่า 64** |
| **16** | **ต่ำกว่า 44** | **44 - 66** | **สูงกว่า 66** |
| **17** | **ต่ำกว่า 46.50** | **46.50 - 67** | **สูงกว่า 67** |
| **18** | **ต่ำกว่า 48** | **48 - 68** | **สูงกว่า 68** |

เปรียบเทียบระหว่าง อายุ กับ ส่วนสูง

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **อายุ ( ปี )** | **ส่วนสูง ( เซนติเมตร )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| **12** | **ต่ำกว่า 135.50** | **135.50 - 164.50** | **สูงกว่า 164.50** |
| **13** | **ต่ำกว่า 141** | **141 - 170** | **สูงกว่า 170** |
| **14** | **ต่ำกว่า 147.50** | **147.50 - 173** | **สูงกว่า 173** |
| **15** | **ต่ำกว่า 153.50** | **153.50 - 176** | **สูงกว่า 176** |
| **16** | **ต่ำกว่า 158.50** | **158.50 - 177** | **สูงกว่า 177** |
| **17** | **ต่ำกว่า 160.50** | **160.50 - 177.50** | **สูงกว่า 177.50** |
| **18** | **ต่ำกว่า 161.50** | **161.50 - 179** | **สูงกว่า 179** |

เปรียบเทียบระหว่าง ส่วนสูง กับ น้ำหนัก

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ส่วนสูง ( เซนติเมตร )** | **น้ำหนัก ( กิโลกรัม )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| **130 - 135** | **ต่ำกว่า 23.50** | **23.50 - 37** | **สูงกว่า 37** |
| **136 - 140** | **ต่ำกว่า 26** | **26 - 41.50** | **สูงกว่า 41.50** |
| **141 - 145** | **ต่ำกว่า 28** | **28 - 45** | **สูงกว่า 45** |
| **146 - 150** | **ต่ำกว่า 31.50** | **31.50 - 49** | **สูงกว่า 49** |
| **151 - 155** | **ต่ำกว่า 34.50** | **34.50 - 58** | **สูงกว่า 58** |
| **156 - 160** | **ต่ำกว่า 38** | **38 - 57.50** | **สูงกว่า 57.50** |
| **161 - 165** | **ต่ำกว่า 42** | **42 - 61.50** | **สูงกว่า 61.50** |
| **166 - 170** | **ต่ำกว่า 45.50** | **45.50 - 65.50** | **สูงกว่า 65.50** |
| **171 - 175** | **ต่ำกว่า 44.50** | **44.50 - 69** | **สูงกว่า 69** |
| **176 - 180** | **ต่ำกว่า 53** | **53 - 72.50** | **สูงกว่า 72.50** |

#### ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง

#### และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนคนไทย อายุ 12 - 19 ปี

**ตารางแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 12 - 18 ปี**

**เปรียบเทียบระหว่าง อายุ กับ น้ำหนัก**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **อายุ ( ปี )** | **น้ำหนัก ( กิโลกรัม )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| 12 | ต่ำกว่า 28 | 28 - 54.50 | สูงกว่า 54.50 |
| 13 | ต่ำกว่า 32.50 | 32.50 - 58.50 | สูงกว่า 58.50 |
| 14 | ต่ำกว่า 35.50 | 35.50 - 61.50 | สูงกว่า 61.50 |
| 15 | ต่ำกว่า 40 | 40 - 64 | สูงกว่า 64 |
| 16 | ต่ำกว่า 44 | 44 - 66 | สูงกว่า 66 |
| 17 | ต่ำกว่า 46.50 | 46.50 - 67 | สูงกว่า 67 |
| 18 | ต่ำกว่า 48 | 48 - 68 | สูงกว่า 68 |

**เปรียบเทียบระหว่าง อายุ กับ ส่วนสูง**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **อายุ ( ปี )** | **ส่วนสูง ( เซนติเมตร )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| 12 | ต่ำกว่า 135.50 | 135.50 - 164.50 | สูงกว่า 164.50 |
| 13 | ต่ำกว่า 141 | 141 - 170 | สูงกว่า 170 |
| 14 | ต่ำกว่า 147.50 | 147.50 - 173 | สูงกว่า 173 |
| 15 | ต่ำกว่า 153.50 | 153.50 - 176 | สูงกว่า 176 |
| 16 | ต่ำกว่า 158.50 | 158.50 - 177 | สูงกว่า 177 |
| 17 | ต่ำกว่า 160.50 | 160.50 - 177.50 | สูงกว่า 177.50 |
| 18 | ต่ำกว่า 161.50 | 161.50 - 179 | สูงกว่า 179 |

**เปรียบเทียบระหว่าง ส่วนสูง กับ น้ำหนัก**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ส่วนสูง ( เซนติเมตร )** | **น้ำหนัก ( กิโลกรัม )** | | |
| **ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าเกณฑ์ปกติ** |
| 130 - 135 | ต่ำกว่า 23.50 | 23.50 - 37 | สูงกว่า 37 |
| 136 - 140 | ต่ำกว่า 26 | 26 - 41.50 | สูงกว่า 41.50 |
| 141 - 145 | ต่ำกว่า 28 | 28 - 45 | สูงกว่า 45 |
| 146 - 150 | ต่ำกว่า 31.50 | 31.50 - 49 | สูงกว่า 49 |
| 151 - 155 | ต่ำกว่า 34.50 | 34.50 - 58 | สูงกว่า 58 |
| 156 - 160 | ต่ำกว่า 38 | 38 - 57.50 | สูงกว่า 57.50 |
| 161 - 165 | ต่ำกว่า 42 | 42 - 61.50 | สูงกว่า 61.50 |
| 166 - 170 | ต่ำกว่า 45.50 | 45.50 - 65.50 | สูงกว่า 65.50 |
| 171 - 175 | ต่ำกว่า 44.50 | 44.50 - 69 | สูงกว่า 69 |
| 176 - 180 | ต่ำกว่า 53 | 53 - 72.50 | สูงกว่า 72.50 |

**ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง**

**และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนคนไทย อายุ 12 - 18 ปี**

**การให้คะแนนแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์**

**แบ่งเป็น 2 กลุ่มในการให้คะแนนดังนี้**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ** | | | | | | | | | | | | | | | | |  | **กลุ่มที่ 2 ได้แก่ ข้อ** | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 4 | 6 | 7 | 10 | 12 | | 14 | 15 | 17 | | 20 | 22 | | 23 | 25 | 28 |  | 2 | 3 | 5 | 8 | 9 | 11 | | 13 | 16 | | 18 | 19 | 21 | 24 |
| 31 | 32 | 34 | 36 | 38 | 39 | | 41 | 42 | 43 | | 44 | 46 | | 48 | 49 | 50 |  | 26 | 27 | 29 | 30 | 33 | 35 | | 37 | 40 | | 45 | 47 | 51 | 52 |
| แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้ | | | | | | | | | | | | | | | | |  | แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้ | | | | | | | | | | | | | |
| ตอบไม่จริง | | | | | | ให้ | | | | 1 | | | คะแนน | | | |  | ตอบไม่จริง | | | | | | ให้ | | | 4 | | คะแนน | | |
| ตอบจริงบางครั้ง | | | | | | ให้ | | | | 2 | | | คะแนน | | | |  | ตอบจริงบางครั้ง | | | | | | ให้ | | | 3 | | คะแนน | | |
| ตอบค่อนข้างจริง | | | | | | ให้ | | | | 3 | | | คะแนน | | | |  | ตอบค่อนข้างจริง | | | | | | ให้ | | | 2 | | คะแนน | | |
| ตอบจริงมาก | | | | | | ให้ | | | | 4 | | | คะแนน | | | |  | ตอบจริงมาก | | | | | | ให้ | | | 1 | | คะแนน | | |

**การรวมคะแนน**

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและ

มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้

อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ด้าน | ด้านย่อย | การรวมคะแนน | ผลรวมคะแนน / การแปลผล | | | | | |
| รวม | แปลผล | รวม | แปลผล | รวม | แปลผล |
| ดี | 1.1 ควบคุมอารมณ์ | รวมข้อ 1 ถึงข้อ 6 |  |  |  |  |  |  |
| 1.2 เห็นใจผู้อื่น | รวมข้อ 7 ถึงข้อ 12 |  |  |
| 1.3 รับผิดชอบ | รวมข้อ 13 ถึงข้อ 18 |  |  |
| เก่ง | 2.1 มีแรงจูงใจ | รวมข้อ 19 ถึงข้อ 24 |  |  |  |  |
| 2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา | รวมข้อ 25 ถึงข้อ 30 |  |  |
| 2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น | รวมข้อ 31 ถึงข้อ 36 |  |  |
| สุข | 3.1 ภูมิใจตนเอง | รวมข้อ 37 ถึงข้อ 40 |  |  |  |  |
| 3.2 พึงพอใจในชีวิต | รวมข้อ 41 ถึงข้อ 46 |  |  |
| 3.3 สุขสงบทางใจ | รวมข้อ 47 ถึงข้อ 52 |  |  |

หลังจากรวมคะแนนแต่ละด้านเสร็จแล้ว นำคะแนนที่ได้ไปทำเครื่องหมาย ลงบนเส้นประ ในกราฟความฉลาดทางอารมณ์แล้วลากเส้นให้ต่อกัน และพิจารณาดูว่ามีคะแนนด้านใดที่สูงหรือต่ำกว่าช่วงคะแนนปกติ

ผลที่ได้เป็นเพียงการประเมินโดยสังเขป **คะแนนที่ได้ต่ำกว่าช่วงคะแนนปกติ ไม่ได้หมายความว่าท่านหรือเด็กมีความผิดปกติในด้านนั้น** เพราะด้านต่าง ๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่มีการพัฒนาและมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้นคะแนนที่ได้ต่ำจึงเป็นเพียง ข้อเตือนใจให้ท่านหาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้น ๆ ให้มากยิ่งขึ้น

สำหรับรายละเอียดและแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีอยู่ในหนังสืออีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์ หรือคู่มือความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต รวมทั้งท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ทางกรมสุขภาพจิตหรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องจัดขึ้น

**เกณฑ์ปกติของคะแนน EQ รวม ดี เก่ง สุข**

**กลุ่มตัวอย่างอายุ 12 - 17 ปี**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **องค์ประกอบ EQ** | **ต่ำกว่าปกติ** | **เกณฑ์ปกติ** | **สูงกว่าปกติ** |
| **คะแนน EQ รวม** | **< 140** | **140 – 170** | **>170** |
| **1. องค์ประกอบ ดี** | **< 48** | **48 - 58** | **>58** |
| 1.1 ควบคุมอารมณ์ | < 13 | 13 - 17 | >17 |
| 1.2 เห็นใจผู้อื่น | < 16 | 16 - 20 | >20 |
| 1.3 รับผิดชอบ | < 16 | 16 - 22 | >22 |
| **2. องค์ประกอบเก่ง** | **< 45** | **45 - 57** | **>57** |
| 2.1 มีแรงจูงใจ | < 14 | 14 - 20 | >20 |
| 2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา | < 13 | 13 - 19 | >19 |
| 2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น | < 14 | 14 - 20 | >20 |
| **3. องค์ประกอบสุข** | **< 40** | **40 - 55** | **>55** |
| 3.1 ภูมิใจในตนเอง | < 9 | 9 - 13 | >13 |
| 3.2 พึงพอใจในชีวิต | < 16 | 16 - 22 | >22 |
| 3.3 สุขสงบทางใจ | < 15 | 15 - 21 | >21 |

**กราฟความฉลาดทางอารมณ์**

**0 5 10 15 20 25**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ช่วงคะแนนปกติ แต่ละด้าน** |  |  |  |  |  |  |
| 1.1 ควบคุมอารมณ์ ช่วงคะแนนปกติ = (13-17) |  | | | | | |
| 1.2 เห็นใจผู้อื่น ช่วงคะแนนปกติ = (16-20) |  | | | | | |
| 1.3 รับผิดชอบ ช่วงคะแนนปกติ = (16-22) |  | | | | | |
| 2.1 มีแรงจูงใจ ช่วงคะแนนปกติ = (14-20) |  | | | | | |
| 2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา ช่วงคะแนนปกติ = (13-19) |  | | | | | |
| 2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น ช่วงคะแนนปกติ = (14-20) |  | | | | | |
| 3.1 ภูมิใจในตนเอง ช่วงคะแนนปกติ = ( 9-13) |  | | | | | |
| 3.2 พึงพอใจในชีวิต ช่วงคะแนนปกติ = (16-22) |  | | | | | |
| 3.3 สุขสงบทางใจ ช่วงคะแนนปกติ = (15-21) |  | | | | | |

**หมายเหตุ หมายถึงคะแนนช่วงปกติ**