

Research Article

THE NEEDS FOR POSITIVE BODY IMAGE DEVELOPMENT IN ADOLESCENTS  
THROUGH ACADEMIC MANAGEMENT IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS  
ความต้องการจำเป็นของการพัฒนาภาพลักษณ์ทางร่างกายเชิงบวกในวัยรุ่น  
ผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา

Received: April 19, 2025

Revised: May 30, 2025

Accepted: June 6, 2025

Natnicha Wangdee<sup>1\*</sup> and Panya Akkaraputtapong<sup>2</sup>

ณัฐนิชา หวังดี<sup>1\*</sup> และปัญญา อัครพุทธิพงษ์<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Faculty of Education, Chulalongkorn University

<sup>1,2</sup>คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

\*Corresponding Author, E-mail: 6580049227@student.chula.ac.th

Abstract

This research aimed to investigate the needs for Positive Body Image development in adolescents through academic management in educational institutions. The study was based on data collected from 342 secondary schools, which were selected through stratified sampling. Data were gathered using a five-point Likert scale questionnaire with high reliability ( $\alpha \geq .90$ ). The data were analyzed using mean, standard deviation, percentage, and the Modified Priority Needs Index (PNI<sub>modified</sub>). The findings indicated that, in terms of promoting positive body image, the highest priority need was Body self-care, followed by Broadly conceptualizing beauty, Resilience to body image threats, and Body appreciation and acceptance, respectively. Regarding academic administration development, assessment and evaluation emerged as the highest priority area, followed by learning management, curriculum development, and student guidance. Specifically, within the domain of assessment and evaluation, the most critical need was the utilization of assessment data to support decision-making and enhance learning management. In this context, Resilience to body image threats was identified as most urgently needed aspect of positive body image.

**Keywords:** Positive Self Image, Academic Administration, Educational Leadership, Secondary School,

Teenagers

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาความต้องการจำเป็นของการพัฒนาภาพลักษณ์ทางร่างกายเชิงบวกในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา ตัวอย่างที่ศึกษา คือ โรงเรียนมัธยมศึกษาจำนวน 342 แห่ง สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ที่มีค่าความเที่ยงระดับสูงมาก ( $\alpha \geq .90$ ) แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหา

ค่าเฉลี่ยค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละ และค่าดัชนีความต้องการจำเป็น ผลการศึกษา พบว่า ในการส่งเสริมภาพลักษณ์ทางร่างกายเชิงบวกในภาพรวม ด้านที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด คือ การดูแลตนเองทางร่างกาย รองลงมา คือ การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย และการเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย ตามลำดับ เมื่อพิจารณาการพัฒนางานบริหารวิชาการโรงเรียนมัธยมศึกษาภาพรวม พบว่า ด้านที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด คือ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ รองลงมา คือ การจัดการเรียนรู้ การพัฒนาหลักสูตร และการแนะแนว ตามลำดับ เมื่อพิจารณารายข้อ ด้านการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ พบว่า ประเด็นที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด คือ การนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้ โดยภาพลักษณ์ทางร่างกายเชิงบวก ด้านที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุดประเด็นนี้ คือ ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย

**คำสำคัญ:** ภาพลักษณ์เชิงบวกของตนเอง การบริหารวิชาการ ความเป็นผู้นำทางการศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา เยาวชน

## บทนำ (Introduction)

วัยรุ่น หมายถึงบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 10-24 ปี (Orben et al., 2020) ซึ่งเป็นช่วงวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจริยธรรม (Pisuttipaisan & Tangpattanakit, 2021) วัยนี้เป็นช่วงที่มีความเสี่ยงสูงต่อการเจ็บป่วยทางจิต โดยพบว่าร้อยละ 50 ของปัญหาสุขภาพจิตในผู้ใหญ่มีจุดเริ่มต้นก่อนอายุ 14 ปี (WHO, 2021; McGorry) ดังนั้น สุขภาวะของวัยรุ่นจึงเป็นตัวชี้วัดความสำคัญของการจัดการศึกษา (OECD, 2015) และควรได้รับการส่งเสริมอย่างเป็นระบบ เพื่อวางรากฐานให้พวกเขาเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต (WHO, 2021)

การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self-Esteem) เป็นหนึ่งในสาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น โดยวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักสูญเสียความมั่นใจ มองว่าตนเองด้อยค่าและไร้ความสามารถ ส่งผลต่อการใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุข (Rungsang, 2017) ภาวะนี้ยังนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิตอื่น ๆ เช่น ภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวล โดยเฉพาะเมื่อต้องเผชิญวิกฤติในชีวิต ซึ่งวัยรุ่นมักโทษตนเองและรู้สึกว่าตัวเองไม่ดีพอ (National Alliance on Mental Illness [NAMI], 2016) นอกจากนี้ วัยรุ่นที่เผชิญกับการถูกเปรียบเทียบ การกลั่นแกล้ง หรือแรงกดดันจากตนเอง มีแนวโน้มที่จะเกิดความไม่พอใจต่อรูปร่างและลักษณะภายนอกของตนเองมากขึ้น (Rodgers et al., 2015) หากไม่ได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม ความไม่พอใจดังกล่าวพัฒนาเป็นทัศนคติเชิงลบต่อร่างกาย ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพจิต เช่น ภาวะซึมเศร้าหรือความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่าง จากการศึกษางานวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำเป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ภาวะโรคซึมเศร้าได้ถึงร้อยละ 35.4 (Dullaphan, 2018) และการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับผลการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Arshad et al., 2015) ข้อมูลเหล่านี้สะท้อนถึงความจำเป็นในส่งเสริมสุขภาวะทางจิตของผู้เรียนวัยรุ่น โดยมุ่งเน้นที่การเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าที่อาจส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ โดยหนึ่งในแนวทางที่มีศักยภาพ คือ การส่งเสริมให้พวกเขาเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้นผ่านการส่งเสริมภาพลักษณ์ทางร่างกายเชิงบวก

ภาพลักษณ์ทางร่างกายเชิงบวก (Positive Body Image) หรือ PBI หมายถึง ความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมเชิงบวกที่บุคคลมีต่อลักษณะทางกายภาพของตนเอง และผู้อื่นอย่างเหมาะสม จากการสังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง (Andrew et al., 2016; Frisén & Holmqvist, 2010; Gattario & Frisén, 2019; Halliwell et al., 2017; Maes et al., 2021; Menzel & Levine, 2011; Tylka, 2018; Tylka & Wood-Barcalow, 2015) มีองค์ประกอบ 4 ประการ ได้แก่ 1) การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย (Body appreciation and acceptance) หมายถึง ความชอบ ความรัก การเคารพ การชื่นชม ความเอาใจใส่และความภาคภูมิใจในรูปลักษณ์ทางร่างกายตนเอง โดยให้ความสำคัญกับคุณสมบัติความสามารถการทำงานของร่างกายมากกว่ารูปลักษณ์ภายนอก และเคารพรูปลักษณ์ตามเอกลักษณ์ของตนเองและผู้อื่น 2) การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย (Broadly conceptualizing

beauty) หมายถึง การชื่นชมและยอมรับความงามตามรูปลักษณ์ที่หลากหลาย ทั้งรูปลักษณ์ที่ปรับเปลี่ยนได้ เช่น ทรงผม การแต่งหน้า การแต่งกาย และรูปลักษณ์ที่เปลี่ยนไม่ได้ เช่น ขนาด น้ำหนัก ส่วนสูง รูปร่าง รวมทั้งพิจารณาคุณลักษณะภายใน เช่น ความมั่นใจ ความเอื้ออาทร เป็นความงามอย่างหนึ่ง โดยไม่จำกัดอยู่ภายใต้บรรทัดฐานความงามของสังคม 3) การดูแลตนเองทางร่างกาย (Positive body self-care) หมายถึง การปฏิบัติในทางที่ดีต่อร่างกายผ่านการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายอย่างสนุกสนาน การรับประทานอาหารอย่างเพลิดเพลินและการช่วยเหลือผู้อื่น การปรับกิจกรรมทางกายให้สอดคล้องเหมาะสมกับความต้องการจำเป็นอย่างถูกต้อง และ 4) ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย (Resilience to body image threat) หมายถึง การกลั่นกรองและรับมือกับข้อมูลเกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์ทางร่างกาย โดยการยอมรับข้อมูลเชิงบวกและปฏิเสธความคิดเห็นเชิงลบจากอิทธิพลของบุคคล ทั้งจากตนเอง บุคคลรอบตัว บุคคลสาธารณะ และอิทธิพลของสื่ออุดมคติ

เมื่อศึกษาทิศทางนโยบายการดูแลสุขภาวะผู้เรียน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ให้ความสำคัญกับสุขภาวะของผู้เรียนทุกคน โดยส่งเสริมให้มีระบบและการดูแลความปลอดภัยจากโรคภัยและภัยคุกคามทุกรูปแบบ (Office of the Basic Education Commission, 2021) อย่างไรก็ตาม ปัญหาด้านสุขภาพจิตของวัยรุ่นไทยยังคงมีแนวโน้มสูงขึ้น ดังจะเห็นได้จากผลการประเมินสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ปี พ.ศ. 2565 - 2566 ที่พบว่า วัยรุ่นอายุ 10 - 15 ปี และ 16-18 ปี มีความเสี่ยงซึมเศร้าอยู่ ร้อยละ 12.55 และร้อยละ 13.13 ตามลำดับ (Ministry of Public Health, 2023) สถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนว่าผู้เรียนวัยรุ่นไทยซึ่งรวมถึงผู้เรียนมัธยมศึกษาในสังกัด สพฐ. ยังคงต้องการการป้องกันและดูแลสุขภาพจิตอย่างเร่งด่วน ทั้งนี้ ควรมีการกำหนดเป้าหมายไปในทิศทางเดียวกันจากทุกภาคส่วน เพื่อสนับสนุนการมีสุขภาวะที่ดีทุกช่วงวัย (Ministry of Tourism & Sports, 2017) การส่งเสริม PBI ในผู้เรียนจะเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยลดปัญหาสุขภาพจิตดังกล่าวได้ เนื่องจากจะทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย นำไปสู่การยกระดับสุขภาวะของผู้เรียน อันเป็นเป้าหมายตามนโยบายที่ สพฐ. ที่มุ่งยกระดับคุณภาพผู้เรียนผ่านการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) ส่งผลต่ออารมณ์และการปรับพฤติกรรมความสำเร็จทางวิชาการ และผลลัพธ์ที่สำคัญทางการศึกษาอื่น ๆ (Lohan & King, 2016)

ด้วยเหตุดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงนำ PBI มาเป็นกรอบในการส่งเสริมคุณลักษณะทางด้านร่างกายและจิตใจวัยรุ่นผ่านการพัฒนาการบริหารวิชาการ โดยการบริหารวิชาการมีขอบข่ายงานที่สำคัญ 4 ประการ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดนี้ได้แก่ การพัฒนาหลักสูตร การจัดการเรียนรู้ การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ และการแนะแนว (National Education Act B.E. 2542 and amendments (No. 2) B.E. 2545 (1999), 2002; Chaemchoi, 2022) เนื่องจากการบริหารวิชาการเป็นงานสำคัญและเป็นงานหลักของสถานศึกษาที่มีจุดมุ่งหมายในการจัดการเรียนรู้ และการจัดกิจกรรมทุกอย่างทุกอย่างในโรงเรียนที่เกี่ยวข้องกับผู้เรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และสามารถดำรงชีวิตในสังคมยุคปัจจุบันได้อย่างมีความสุข (Nuanchom, 2020; Thongma, 2017) โดยการพัฒนาการบริหารวิชาการสามารถช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต ส่งผลถึงการเป็นอยู่ที่ดีให้กับผู้เรียนผ่านระบบการศึกษา (Sommerville, 2024) ทั้งเป็นกระบวนการบริหาร พัฒนาการเรียนการสอน ให้เกิดประสิทธิภาพและประโยชน์สูงสุดกับผู้เรียน (Udommana, 2018) การส่งเสริม PBI ผ่านการบริหารวิชาการในสถานศึกษา จึงเป็นก้าวสำคัญในการพัฒนาแนวคิดที่ดีเกี่ยวกับร่างกายและสุขภาพจิตใจที่มั่นคงในวัยรุ่นให้มีความเข้าใจร่างกายและอารมณ์ของตนเอง มีความเห็นคุณค่าตนเอง สามารถปรับตัวและเผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสม

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยศึกษาคุณค่าดัชนีความต้องการจำเป็น (PNI) เพื่อจัดลำดับความสำคัญของการบริหารวิชาการทั้ง 4 องค์ประกอบ ในการส่งเสริม PBI ข้อมูลดังกล่าวมีประโยชน์ในการกำหนดนโยบายและแนวปฏิบัติที่เกี่ยวข้องต่อไป

## วัตถุประสงค์ (Objectives)

1. เพื่อศึกษาความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI 4 องค์ประกอบในวัยรุ่น ได้แก่ การดูแลตนเองทางร่างกาย การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย การมีมโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย และความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ ผ่านการพัฒนางานบริหารวิชาการ

2. เพื่อศึกษาความต้องการจำเป็นในการพัฒนารายด้านของการบริหารวิชาการ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การพัฒนาหลักสูตร การจัดการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ และการแนะแนว ตามแนวคิด PBI

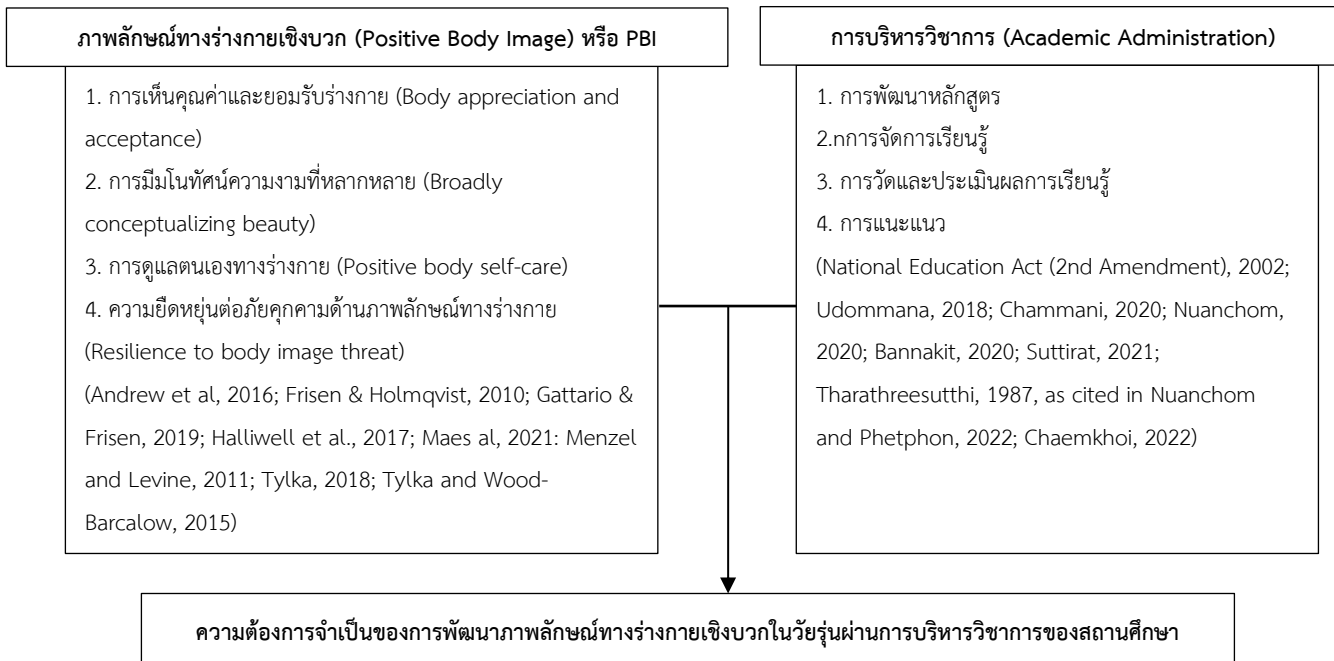
## กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)

การวิจัยเรื่อง ความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา โดยผู้วิจัย กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยนี้ จากการสังเคราะห์แนวคิดด้าน PBI และแนวคิดด้านการบริหารวิชาการ โดยเชื่อมโยงการส่งเสริม PBI ทั้ง 4 องค์ประกอบ เข้ากับการบริหารวิชาการแต่ละด้าน แสดงดัง Figure 1

Figure 1

Conceptual Framework

กรอบแนวคิดในการวิจัย



## วิธีดำเนินการวิจัย (Methodology)

การดำเนินงานวิจัยครั้งนี้ใช้การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เพื่อศึกษาความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา ซึ่งมีวิธีการดำเนินการ ดังนี้

1. ประชากร คือ โรงเรียนมัธยมในสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน 62 เขต ซึ่งประกอบด้วย 2,360 แห่งทั่วประเทศไทย (Office of the Basic Education Commission, 2022)

2. ตัวอย่าง คือ โรงเรียนมัธยมศึกษาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จำนวน 342 แห่ง กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรการคำนวณของ Yamane (1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Sampling) โดยแบ่งเป็นภูมิภาค 4 ภูมิภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคใต้ ภาคกลาง (รวมภาคตะวันตกและตะวันออก) และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จากนั้นแบ่งตามขนาดโรงเรียน ได้แก่ ขนาดใหญ่พิเศษ ใหญ่ กลาง เล็ก โดยมีผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย คือ บุคลากรจำนวน 5 คน ต่อโรงเรียนตัวอย่าง 1 แห่ง ประกอบด้วยผู้อำนวยการสถานศึกษา รองผู้อำนวยการสถานศึกษา ฝ่ายวิชาการ ครูแนะแนว ครูประจำชั้น และครูกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่งบุคลากรกลุ่มดังกล่าวเป็นผู้ที่มีบทบาทส่งเสริม PBI

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 2 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง ประสบการณ์การทำงาน และระดับการศึกษาปัจจุบัน โดยลักษณะข้อคำถามเป็นแบบสอบถามชนิดตรวจสอบรายการ (Check Lists) จำนวน 9 ข้อ

ตอนที่ 2 ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัจจุบัน และสภาพที่พึงประสงค์ ของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา โดยลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) จำนวน 40 ข้อ และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบริหารวิชาการโรงเรียนมัธยมศึกษาตามแนวคิด PBI โดยลักษณะข้อคำถามเป็นคำถามปลายเปิด (Open-ended Questions) จำนวน 4 ข้อ

ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้ติดต่อขอความอนุเคราะห์ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาวัยรุ่น 1 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านบริหารการศึกษา 1 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขศึกษาและพลศึกษา 1 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการศึกษา 1 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านการแนะแนวและให้คำปรึกษา 1 คน ซึ่งบุคลากรกลุ่มดังกล่าวเป็นผู้เชี่ยวชาญงานบริหารวิชาการและการส่งเสริม PBI ในวัยรุ่น เพื่อพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ความชัดเจนของภาษา ความเหมาะสม ความครอบคลุมความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์งานวิจัย ผลการตรวจสอบ พบว่า ข้อคำถามทั้งหมดมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ช่วงระหว่าง 0.60 – 1.00 จากนั้นนำข้อคำถามไปใช้กับกลุ่มทดสอบ (Try Out) จำนวน 30 ตัวอย่าง พบว่า มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาสำหรับข้อคำถามด้านสภาพปัจจุบัน และสภาพที่พึงประสงค์เท่ากับ 0.96 และ 0.98 ตามลำดับ ซึ่งถือว่ามีความเที่ยง (Reliability) อยู่ในระดับดีมาก (Hinton et al., 2004) สามารถนำไปใช้ได้

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการตามแผนวิจัย ดังนี้

ผู้วิจัยติดต่อทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลจากสาขาวิชาบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์จากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา 62 เขต ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นเก็บข้อมูลวิจัยจากผู้ให้ข้อมูลในโรงเรียนตัวอย่างโดยส่งแบบประเมินและแบบสอบถามช่องทางออนไลน์ไปยังสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา 62 เขต ทางไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ โดยให้ตอบแบบสอบถามทาง Google form ผ่านการสแกน QR Code ที่แนบไปพร้อมกับหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลวิจัย โดยเก็บโรงเรียนกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสิ้นจำนวน 342 แห่ง มีผู้ให้ข้อมูลโรงเรียนละ 5 คน ใช้เวลาเก็บข้อมูล 30 วัน (1 ตุลาคม - 31 ตุลาคม 2567) แล้วผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมแบบสอบถามคืนจากโรงเรียน ได้การตอบรับจากโรงเรียนตัวอย่าง 240 แห่ง คิดเป็นร้อยละ 70.18

5. การวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งสถิติข้อมูลการวิจัยเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าการแจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) และค่าร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลสภาพปัจจุบัน และสภาพที่พึงประสงค์ของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา ตามแนวคิด PBI โดยการหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) เถลไถลในการแปลความหมายของ

ค่าเฉลี่ยโดยหาการแจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) และวิเคราะห์การจัดลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็น โดยใช้วิธีการหาค่าดัชนีความต้องการจำเป็น (Modified Priority Needs Index:  $PNI_{Modified}$ )

โดยค่า  $PNI_{Modified}$  ที่สูงสุดของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา มีค่ามากกว่าค่า  $PNI_{Modified}$  รายองค์ประกอบของ PBI เพียงอย่างเดียว ถือว่าเป็นค่าที่แสดงให้เห็นถึงความต้องการจำเป็นในการปฏิบัติในอนาคต และต้องได้รับความสนใจในการพัฒนามากกว่าประเด็นที่มีค่า  $PNI_{Modified}$  ที่น้อยกว่า

## ผลการวิจัย (Results)

ผลการวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา สามารถสรุปผลเป็น 2 ตาราง ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI 4 องค์ประกอบในวัยรุ่น ได้แก่ การดูแลตนเองทางร่างกาย การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย และความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ ผ่านการบริหารวิชาการภาพรวม

2. ผลการวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นในการพัฒนารายด้านของการบริหารวิชาการ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การพัฒนาหลักสูตร การจัดการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ และการแนะแนว ตามแนวคิด PBI

**Table 1**

*Overall Analysis of Priority Needs for Positive Body Image (PBI) Development in Adolescents through Academic Administration (n = 240)*

*ผลการวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการภาพรวม (n = 240)*

ส่งเสริม PBI ผ่านการบริหารวิชาการ	สภาพปัจจุบัน			สภาพที่พึงประสงค์			$PNI_{Modified}$	ลำดับที่
	$\bar{X}$	SD	แปลผล	$\bar{X}$	SD	แปลผล		
1. การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.84	0.738	มาก	4.55	0.596	มากที่สุด	0.185	3
2. การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.81	0.728	มาก	4.54	0.611	มากที่สุด	0.193	2
3. การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.84	0.725	มาก	4.59	0.580	มากที่สุด	0.194	1
4. ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.82	0.704	มาก	4.56	0.597	มากที่สุด	0.193	2
<b>รวม</b>	<b>3.83</b>		<b>มาก</b>	<b>4.56</b>		<b>มากที่สุด</b>		

จาก Table 1 พบว่า ค่าดัชนีความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการภาพรวม องค์ประกอบที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด ได้แก่ การดูแลตนเองทางร่างกาย ( $PNI_{Modified} = 0.194$ ) รองลงมาเท่ากันสองอันดับ คือ ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ ทางร่างกายและการมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย ( $PNI_{Modified} = 0.193$ ) และ ( $PNI_{Modified} = 0.193$ ) และที่มีความต้องการจำเป็นต่ำสุด คือ การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย ( $PNI_{Modified} = 0.185$ )

Table 2

Analysis of Priority Needs for the Development of Each Component of Academic Administration Based on the Positive Body Image (PBI) Framework (n = 240)

ผลการวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นในการพัฒนารายองค์ประกอบของการบริหารวิชาการตามแนวคิด PBI (n = 240)

การบริหารวิชาการ	สภาพปัจจุบัน				ลำดับที่	สภาพที่พึงประสงค์			ลำดับที่	PNI <sub>Modified</sub>	ลำดับที่
	$\bar{X}$	SD	แปลผล			$\bar{X}$	SD	แปลผล			
1. การพัฒนาหลักสูตร (PNI <sub>Modified</sub> = 0.183)	3.83	0.691	มาก		3	4.54	0.657	มากที่สุด	3	0.183	3
1.1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานและความต้องการจำเป็น	3.85	0.686	มาก		2	4.54	0.508	มากที่สุด	2	0.179	2
1.1.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.85	0.682	มาก	(2)		4.50	0.507	มากที่สุด	(4)	0.170	(3)
1.1.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.89	0.691	มาก	(1)		4.53	0.521	มากที่สุด	(3)	0.165	(4)
1.1.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.84	0.756	มาก	(3)		4.60	0.496	มากที่สุด	(1)	0.199	(1)
1.1.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.83	0.611	มาก	(4)		4.54	0.506	มากที่สุด	(2)	0.184	(2)
1.2 การกำหนดแนวทางการจัดการเรียนรู้หรือประสบการณ์การเรียนรู้	3.87	0.661	มาก		1	4.56	0.526	มากที่สุด	1	0.178	3
1.2.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.87	0.661	มาก	(2)		4.56	0.539	มากที่สุด	(2)	0.178	(2)
1.2.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.87	0.648	มาก	(2)		4.54	0.534	มากที่สุด	(3)	0.174	(3)
1.2.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.88	0.670	มาก	(1)		4.60	0.508	มากที่สุด	(1)	0.185	(1)
1.2.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.86	0.668	มาก	(3)		4.54	0.523	มากที่สุด	(4)	0.178	(2)
1.3 การกำหนดวิธีการวัดประเมินผลตามหลักสูตร	3.78	0.703	มาก		3	4.50	0.544	มากที่สุด	3	0.192	1
1.3.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.76	0.732	มาก	(3)		4.39	0.559	มาก	(4)	0.168	(4)
1.3.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.75	0.755	มาก	(4)		4.49	0.577	มาก	(3)	0.199	(2)
1.3.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.79	0.651	มาก	(2)		4.59	0.502	มากที่สุด	(1)	0.207	(1)
1.3.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.80	0.673	มาก	(1)		4.54	0.520	มากที่สุด	(2)	0.193	(3)

การบริหารวิชาการ	สภาพปัจจุบัน				ลำดับที่	สภาพที่พึงประสงค์			ลำดับที่	PNI <sub>Modified</sub>	ลำดับที่
	$\bar{X}$	SD	แปลผล			$\bar{X}$	SD	แปลผล			
2. การจัดการเรียนรู้ (PNI <sub>Modified</sub> = 0.190)	3.85	0.681	มาก		2	4.58	0.528	มากที่สุด	2	0.190	2
2.1 การออกแบบกิจกรรมและการจัดเตรียมประสบการณ์การเรียนรู้	3.88	0.638	มาก		1	4.59	0.495	มากที่สุด	1	0.183	2
2.1.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.89	0.646	มาก	(2)		4.60	0.464	มากที่สุด	(3)	0.184	(3)
2.1.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.84	0.627	มาก	(3)		4.55	0.533	มากที่สุด	(4)	0.185	(2)
2.1.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.93	0.645	มาก	(1)		4.62	0.473	มากที่สุด	(1)	0.177	(4)
2.1.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.82	0.637	มาก	(4)		4.61	0.505	มากที่สุด	(2)	0.207	(1)
2.2 การสนับสนุนทรัพยากรการเรียนรู้ที่เหมาะสม เช่น หนังสือ สื่อ	3.82	0.723	มาก		2	4.57	0.561	มากที่สุด	2	0.197	1
2.2.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.82	0.766	มาก	(2)		4.57	0.557	มากที่สุด	(2)	0.199	(2)
2.2.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.78	0.730	มาก	(4)		4.55	0.585	มากที่สุด	(4)	0.203	(1)
2.2.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.87	0.706	มาก	(1)		4.60	0.531	มากที่สุด	(1)	0.190	(4)
2.2.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.81	0.688	มาก	(3)		4.55	0.570	มากที่สุด	(3)	0.195	(3)
3. ด้านการวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ (PNI <sub>Modified</sub> = 0.212)	3.72	0.727	มาก		4	4.51	0.578	มากที่สุด	4	0.212	1
3.1 กำหนดรูปแบบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้	3.75	0.731	มาก		1	4.51	0.578	มากที่สุด	2	0.204	3
3.1.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.73	0.766	มาก	(3)		4.52	0.580	มากที่สุด	(3)	0.213	(1)
3.1.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.73	0.723	มาก	(3)		4.48	0.595	มาก	(4)	0.200	(3)
3.1.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.78	0.720	มาก	(1)		4.54	0.558	มากที่สุด	(1)	0.201	(2)
3.1.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.77	0.716	มาก	(2)		4.53	0.647	มากที่สุด	(2)	0.201	(2)
3.2 การออกแบบเครื่องมือและกำหนดเกณฑ์การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้	3.70	0.727	มาก		3	4.49	0.619	มาก	3	0.213	2
3.2.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.70	0.736	มาก	(2)		4.49	0.616	มาก	(2)	0.214	(2)
3.2.2 การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย	3.68	0.735	มาก	(4)		4.47	0.643	มาก	(3)	0.216	(1)

การบริหารวิชาการ	สภาพปัจจุบัน				ลำดับที่	สภาพที่พึงประสงค์			ลำดับที่	$PNI_{Modified}$	ลำดับที่
	$\bar{X}$	SD	แปลผล	$\bar{X}$		SD	แปลผล				
3.2.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.75	0.728	มาก	(1)	4.54	0.583	มากที่สุด	(1)	0.211	(4)	
3.2.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.69	0.711	มาก	(3)	4.47	0.635	มาก	(4)	0.212	(3)	
<b>3.3 การนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้</b>	<b>3.71</b>	<b>0.724</b>	<b>มาก</b>	<b>2</b>	<b>4.52</b>	<b>0.556</b>	<b>มากที่สุด</b>	<b>(1)</b>	<b>0.219</b>	<b>1</b>	
3.3.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.73	0.748	มาก	(1)	4.52	0.572	มากที่สุด	(2)	0.212	(4)	
3.3.2 การมีทัศนคติความงามที่หลากหลาย	3.69	0.715	มาก	(4)	4.49	0.571	มาก	(3)	0.217	(2)	
3.3.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.71	0.724	มาก	(2)	4.52	0.555	มากที่สุด	(2)	0.216	(3)	
3.3.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.70	0.714	มาก	(3)	4.55	0.526	มากที่สุด	(1)	0.230	(1)	
<b>4. ด้านการแนะแนว (<math>PNI_{Modified} = 0.180</math>)</b>	<b>3.93</b>	<b>0.671</b>	<b>มาก</b>	<b>1</b>	<b>4.64</b>	<b>0.491</b>	<b>มากที่สุด</b>	<b>1</b>	<b>0.180</b>	<b>4</b>	
4.1 การป้องกันและแก้ไขปัญหาให้ผู้เรียนรู้จักตนเองและพัฒนาตนเอง โดยการจัดบริการแนะแนว	<b>3.93</b>	<b>0.660</b>	<b>มาก</b>	<b>2</b>	<b>4.64</b>	<b>0.496</b>	<b>มากที่สุด</b>	<b>2</b>	<b>0.181</b>	<b>1</b>	
4.1.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.95	0.647	มาก	(1)	4.65	0.472	มากที่สุด	(1)	0.176	(4)	
4.1.2 การมีทัศนคติความงามที่หลากหลาย	3.90	0.666	มาก	(4)	4.63	0.494	มากที่สุด	(3)	0.188	(1)	
4.1.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.93	0.665	มาก	(2)	4.64	0.498	มากที่สุด	(2)	0.180	(3)	
4.1.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.92	0.666	มาก	(3)	4.63	0.522	มากที่สุด	(3)	0.181	(2)	
<b>4.2 การส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเองและพัฒนาตนเอง โดยการจัดบริการแนะแนว</b>	<b>3.94</b>	<b>0.681</b>	<b>มาก</b>	<b>1</b>	<b>4.65</b>	<b>0.485</b>	<b>มากที่สุด</b>	<b>1</b>	<b>0.179</b>	<b>2</b>	
4.2.1 การเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย	3.96	0.691	มาก	(1)	4.67	0.472	มากที่สุด	(1)	0.179	(2)	
4.2.2 การมีทัศนคติความงามที่หลากหลาย	3.93	0.692	มาก	(3)	4.64	0.487	มากที่สุด	(3)	0.183	(1)	
4.2.3 การดูแลตนเองทางร่างกาย	3.96	0.691	มาก	(1)	4.65	0.487	มากที่สุด	(2)	0.176	(4)	
4.2.4 ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย	3.94	0.653	มาก	(2)	4.63	0.498	มากที่สุด	(4)	0.177	(3)	

จาก Table 2 พบว่า ความต้องการจำเป็นของการพัฒนาการบริหารวิชาการของสถานศึกษาตามแนวคิด PBI องค์ประกอบที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด คือ การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ ( $PNI_{Modified} = 0.212$ ) รองลงมา คือ การจัดการเรียนรู้ ( $PNI_{Modified} = 0.190$ ) การพัฒนาหลักสูตร ( $PNI_{Modified} = 0.183$ ) และการแนะแนว ( $PNI_{Modified} = 0.180$ ) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยการประเมินผลการเรียนรู้ที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด คือ ประเด็นการนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้ ( $PNI_{Modified} = 0.219$ ) รองลงมา คือ การออกแบบเครื่องมือและกำหนดเกณฑ์การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ ( $PNI_{Modified} = 0.213$ ) และการกำหนดรูปแบบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ ( $PNI_{Modified} = 0.204$ ) ตามลำดับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเด็นการประเมินผลการเรียนรู้ที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด คือ ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านสภาพลักษณะทางร่างกาย ( $PNI_{Modified} = 0.230$ ) รองลงมา คือ การมีมีโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย ( $PNI_{Modified} = 0.217$ ) การดูแลตนเองทางร่างกาย ( $PNI_{Modified} = 0.216$ ) และการเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย ( $PNI_{Modified} = 0.212$ ) ตามลำดับ

## อภิปรายผล (Discussions)

จากผลการวิจัยเรื่องความต้องการจำเป็นของการพัฒนา PBI ในวัยรุ่นผ่านการบริหารวิชาการของสถานศึกษา สามารถอภิปรายผลแบ่งออกเป็น 3 ประเด็น มีรายละเอียดดังนี้

### 1. ความต้องการจำเป็นการดูแลตนเองทางร่างกาย

เมื่อพิจารณา ความต้องการจำเป็นของการพัฒนางานบริหารวิชาการภาพรวมในสถานศึกษา พบว่า การดูแลตนเองทางร่างกายมีความต้องการจำเป็นสูงสุด แสดงให้เห็นว่าผู้บริหารและครูตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมการดูแลตนเองทางร่างกายของผู้เรียน แต่อาจขาดการดูแลสุขภาพและช่วยเหลือผู้เรียนอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งอาจทำให้ผู้เรียนมีปัญหาด้านสุขภาพ โดยองค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ได้ประมาณการว่ากิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอเป็นปัจจัยเสี่ยงของโรคเรื้อรัง (NCDs) หลายประเภท เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็งลำไส้ใหญ่ โรคเบาหวาน และโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งในบริบทของประเทศไทย การขาดกิจกรรมทางกายที่เพียงพอเป็นสาเหตุของโรคลำดับที่ 9 ส่งผลให้เกิดการสูญเสียปีสุขภาวะ (DALY : disability-adjusted life year) หากโรงเรียนมีการส่งเสริมผู้เรียนด้านสุขภาพที่ดีจะสามารถช่วยยกระดับการเรียนรู้ของผู้เรียนได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Cueto and Chinen (2008) พบว่า ผู้เรียนที่ได้รับการดูแลด้านร่างกายจากโรงเรียนมีแนวโน้มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหรือมีผลกระทบทางบวกต่อการเรียนรู้ โดยเฉพาะในด้านความจำระยะสั้น การเรียนคณิตศาสตร์ การอ่านอย่างเข้าใจ มากกว่าผู้เรียนที่ไม่ได้รับการดูแลดังกล่าว การที่โรงเรียนขาดการส่งเสริมด้านการดูแลตนเองทางร่างกายอย่างเพียงพอมีส่วนทำให้เด็กวัยรุ่นไม่ได้รับการพัฒนาด้านนี้ สอดคล้องกับการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยตรวจร่างกาย ครั้งที่ 6 พ.ศ. 2562-2563 (Ekpalakorn, 2021) ที่พบว่า กลุ่มวัยรุ่นอายุระหว่าง 15 - 29 ปี กินอาหารไม่ครบมื้อ ดื่มแอลกอฮอล์ หรือใช้สารเสพติด และมีภาวะซึมเศร้า ขาดการส่งเสริม PBI ด้านการดูแลตนเองทางร่างกาย ทำให้วัยรุ่นขาดโอกาสในการพัฒนาร่างกายและจิตใจให้เจริญเติบโตเหมาะสมกับช่วงวัย มีผลให้คุณภาพการเป็นอยู่และการเรียนรู้ของวัยรุ่นถดถอยลง ดังนั้น การบริหารวิชาการโดยการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 สามารถช่วยส่งเสริมเจตคติ เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง สามารถคิดตัดสินใจแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตและสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม (Chatchatsupakul et al., 2011)

### 2. ความต้องการจำเป็นในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้เพื่อส่งเสริม PBI

เมื่อพิจารณา PBI ในภาพรวม พบว่า การบริหารวิชาการด้านที่มีความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสูงสุด ได้แก่ การวัดและการประเมินผลการเรียนรู้ สะท้อนให้เห็นว่าผู้บริหารสถานศึกษาและครู รับรู้ถึงการนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการจัดการเรียนรู้มีความสำคัญต่อการส่งเสริม PBI ให้กับผู้เรียนอย่างมีประสิทธิภาพ แต่ในทางปฏิบัติยัง

ดำเนินการน้อย สอดคล้องกับ Naunchome (2020) ที่ศึกษาพบว่า การวัดและประเมินผล มีความต้องการจำเป็นสูงสุดในการพัฒนาการบริหารวิชาการโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานครตามแนวคิดคุณลักษณะการคิดเชิงบวก และประเด็นที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุดในด้านนี้ คือ การนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้ ทั้งนี้การขาดการนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้ อาจทำให้มีข้อมูลน้อยหรือไม่เพียงพอต่อการตัดสินใจ ส่งผลให้ขาดทิศทางการวางแผนเพื่อพัฒนาผู้เรียนอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับแนวปฏิบัติการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (Office of the Basic Education Commission, 2011) ที่แนะนำให้โรงเรียนรายงานผลการประเมินการเรียนรู้ เพื่อให้ครูใช้ในการวางแผนและดำเนินการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาผู้เรียน ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาการจัดการเรียนการสอน ครูแนะแนวให้คำปรึกษาผู้เรียนตามความต้องการ ผู้บริหารสถานศึกษา ใช้สำหรับพัฒนากระบวนการจัดการเรียนของสถานศึกษา วางแผนการบริหารจัดการศึกษาด้านต่าง ๆ รวมถึงข้อเสนอของ Punlummooon (2022) ที่กล่าวว่า การประเมินผลการเรียนรู้เป็นข้อมูลสำคัญในการตัดสินใจทางการศึกษาซึ่งส่งผลโดยตรงต่อพัฒนาการของผู้เรียนทั้งในปัจจุบันและอนาคต โดยหนึ่งโครงการประเมินผลผู้เรียนนานาชาติ (PISA) ของ Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD, 2019) เป็นการประเมินที่ช่วยยกระดับคุณภาพการศึกษาให้ประเทศต่าง ๆ สามารถเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนในด้านความรู้และทักษะที่จำเป็นในชีวิตจริง ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนแนวปฏิบัติที่ดี และสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพผ่านการเรียนรู้ และจากการผลการวิจัยที่ครูสุขศึกษาและพลศึกษาได้นำเกณฑ์การประเมินเจตคติ ซึ่งพัฒนาขึ้นโดยกลุ่มวิจัยเชิงปฏิบัติการ (An action research study team: ARST) ไปใช้ในรายวิชาพลศึกษา พบว่า เครื่องมือดังกล่าวช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนรู้เชิงบวกในชั้นเรียน และมีแนวทางการให้คะแนนที่ชัดเจนสำหรับพฤติกรรมทางสังคม เช่น มารยาท ความยุติธรรม การสื่อสารกับเพื่อนและครู อีกทั้งยังเปิดโอกาสให้ผู้เรียนสามารถประเมินตนเองได้ ซึ่งส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักถึงพฤติกรรมของตนเอง และสามารถใช้ผลการประเมินดังกล่าวเป็นแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับความคาดหวัง (Gallo, 2003)

นอกจากนี้ ผลการวิจัย ยังพบว่า ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย เป็น PBI ด้านที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุดในการส่งเสริมผ่านการนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้ สะท้อนถึงความสำคัญของการส่งเสริมเจตคติ และการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจและอารมณ์ให้กับผู้เรียนในการรับมือกับมาตรฐานความงามที่เป็นอุดมคติและอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์ โรงเรียนควรมีมาตรการสนับสนุนด้านเจตคติให้กับผู้เรียน สามารถเผชิญกับแรงกดดันเหล่านี้ได้อย่างเหมาะสม โดยอาจดำเนินการผ่านการจัดการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการรู้คิดและพฤติกรรม ซึ่งมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนสามารถปรับเปลี่ยนมุมมอง ทศนคติและวิถีคิดที่เป็นจริง กล้าเผชิญกับปัญหาและมีแนวทางแก้ไขได้อย่างเหมาะสม มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น (Pawasenang et al., 2023) ทั้งนี้ผู้บริหารงานวิชาการของโรงเรียน อาจจัดการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการรู้คิดและพฤติกรรมเป็นกิจกรรมหนึ่งของงานแนะแนวได้ เนื่องจากการแนะแนวเป็นกระบวนการทางจิตวิทยาที่มีเป้าหมายให้บุคคลรู้จัก เข้าใจ รักและเห็นคุณค่าตนเองและผู้อื่น สามารถตัดสินใจเลือกสิ่งต่าง ๆ อย่างมีเหตุผล รู้จักป้องกันปัญหา สามารถวางแผนและพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพ เพื่อการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม (Office of the Basic Education Commission, 2016) หลังสิ้นสุดกิจกรรมการปรึกษากลุ่มโรงเรียนควรมีการประเมิน PBI ของผู้เรียนเป็นรายบุคคล โดยใช้มาตรวัดทางจิตวิทยา เช่น The Positive Body Image among Adolescents Scale (Maes et al., 2021) ในมาตรวัดนี้สามารถวัดความยืดหยุ่นควบคู่กับการวัด PBI องค์ประกอบด้านอื่น ซึ่งจะทำได้ข้อมูลสำหรับวางแผนพัฒนาผู้เรียนแต่ละคนได้อย่างเหมาะสม ซึ่งบทบาทของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาสามารถส่งเสริมสุขภาพจิตของเด็ก ผ่านการพัฒนาเจตคติ โดยการจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน เป็นการจัดและดำเนินการควบคุมดูแลแก้ไข ปรับปรุงเพื่อส่งเสริม สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ภายในโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะและสนับสนุนการเรียนรู้ของผู้เรียน แบ่งเป็น 1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ อุปกรณ์การเรียน สภาพห้องเรียน 2) สิ่งแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ บุคลากรที่อยู่ในโรงเรียน ครู เพื่อน และ

3) สิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรม ได้แก่ ระเบียบวินัย ค่านิยม การมีศรัทธาต่อโรงเรียน ขวัญและกำลังใจของเด็ก (Jetchamnonuch, 2013)

### 3. ความไม่สอดคล้องของความต้องการจำเป็นด้านการดูแลตนเองทางร่างกายในการส่งเสริม PBI ผ่านการบริหารวิชาการ

การแนะแนว โดยเฉพาะอย่างยิ่งประเด็นการส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเองและพัฒนาตนเอง โดยการจัดการแนะแนว เป็นการบริหารวิชาการด้านที่มีความต้องการจำเป็นต่ำสุดในการพัฒนาเพื่อส่งเสริม PBI แสดงให้เห็นว่าการแนะแนวของโรงเรียนมีการปฏิบัติที่ดีพอสมควร ซึ่งอาจเป็นเพราะโรงเรียนมีการดำเนินการแนะแนวในระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน ตามเกณฑ์การประเมินของ สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (Office for National Education Standards and Quality Assessment, 2024) ในมาตรฐานที่ 2 ตัวชี้วัดที่ 9 ที่กำหนดให้โรงเรียนมีการรู้จักผู้เรียนเป็นรายบุคคล มีข้อมูลสารสนเทศที่เป็นปัจจุบัน มีการคัดกรองผู้เรียนและประเมินความเสี่ยง เพื่อช่วยเหลือส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับโอกาสในการพัฒนาตามความถนัดและความสนใจของตนเอง มีระบบให้คำปรึกษาแนะแนว (Royal Thai Government Gazette, 2003) ตามความต้องการและความสนใจของผู้เรียน การป้องกันและแก้ไขปัญหาของผู้เรียนทุกคนอย่างทั่วถึง และมีกระบวนการส่งต่อผู้เรียนกรณีที่มีความจำเป็น เมื่อพิจารณา PBI รายข้อ พบว่า การดูแลตนเองทางร่างกาย มีความต้องการจำเป็นต่ำสุดในการส่งเสริมผ่านการพัฒนาการแนะแนวในประเด็นการส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเองและพัฒนาตนเอง โดยการจัดการแนะแนว ซึ่งขัดแย้งกับความต้องการจำเป็นของการพัฒนาการบริหารวิชาการในภาพรวม ซึ่งการดูแลตนเองทางร่างกายมีความต้องการจำเป็นสูงสุด (ดังประเด็นอภิปรายข้อ 1) ทั้งนี้เมื่อพิจารณาในรายละเอียดจะเห็นได้ว่าค่า PNI ของการดูแลตนเองทางร่างกาย ในประเด็นการส่งเสริมพัฒนาให้ผู้เรียนรู้จักตนเองฯ ผ่านการแนะแนว มีค่าน้อยกว่า PNI อันดับสูงสุด เท่ากับ 0.007 ซึ่งมีความแตกต่างกันน้อยมาก นอกจากนี้ หากพิจารณาประเด็นการบริหารวิชาการทุกประเด็นที่ค่า PNI ของการดูแลตนเองทางร่างกายไม่ได้อยู่ในอันดับสูงสุด จะพบว่า การดูแลตนเองทางร่างกายมีค่า PNI น้อยกว่าค่า PNI อันดับสูงสุด เฉลี่ยเท่ากับ 0.013 ซึ่งถือว่ามีความแตกต่างกันค่อนข้างน้อย จึงเป็นไปได้ว่าการส่งเสริมการดูแลตนเองทางร่างกายผ่านการบริหารวิชาการภาพรวม จะมีความต้องการจำเป็นสูงสุด ในขณะที่ PBI ด้านที่มีความต้องการจำเป็นสูงสุด ของประเด็นการบริหารวิชาการรายข้อบางส่วนเป็นด้านอื่น

### ข้อเสนอแนะ (Recommendations)

#### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ระดับปฏิบัติการ (ครู) ผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาควรส่งเสริมให้ครูได้รับการพัฒนาการวัดและประเมินผลที่สามารถสะท้อนถึงสภาพปัญหาด้านภาพลักษณ์ทางร่างกายของผู้เรียนได้อย่างครอบคลุมชัดเจน รวมถึงมีการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการประเมินอย่างเป็นระบบ เพื่อการตัดสินใจปรับปรุงแนวทางการจัดการเรียนรู้ และพัฒนา PBI ของผู้เรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเสริมสร้างความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย โดยการจัดการปรึกษากลุ่ม

1.2 ระดับบริหาร (ผู้บริหารโรงเรียน) ผู้บริหารผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาควรสนับสนุนและสร้างระบบบริหารวิชาการที่เน้นการใช้ผลการประเมินผู้เรียนในการตัดสินใจเชิงวิชาการ เช่น การปรับแผนการจัดการเรียนรู้ การจัดกิจกรรมส่งเสริม PBI และการให้คำปรึกษาเชิงลึกในงานแนะแนว ควรเน้นย้ำความสำคัญของการออกแบบเครื่องมือวัดที่เหมาะสมกับเป้าหมายทั้งในเชิงพฤติกรรม เจตคติ และการดูแลตนเองทางร่างกาย ตลอดจนส่งเสริมให้ครูทุกกลุ่มสาระมีส่วนร่วมในการจัดทำเกณฑ์การวัดประเมินที่ครอบคลุมทั้งความสามารถทางวิชาการและการพัฒนาตนเองตามหลัก PBI

1.3 ระดับนโยบาย (เชิงนโยบาย) ต้นสังกัดสถานศึกษาควรมีนโยบายส่งเสริมการพัฒนาระบบการประเมินผลผู้เรียนที่ครอบคลุมทั้งด้านวิชาการและด้านเจตคติ ที่เกี่ยวข้องกับ PBI เช่น ความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคาม การเห็นคุณค่าในตนเอง

และการดูแลสุขภาพกายและใจอย่างเหมาะสม โดยควรจัดทำ คู่มือ มาตรฐานกลาง หรือหลักสูตรฝึกอบรม สำหรับครูและผู้บริหาร ในประเด็นการใช้ข้อมูลประเมินผลเพื่อวางแผนพัฒนาผู้เรียนในมิติที่ลึกซึ้งและรอบด้านมากขึ้น

## 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ศึกษาแนวทางการพัฒนาการบริหารวิชาการเพื่อส่งเสริมการดูแลตนเองทางร่างกาย เช่น แนวทางในการบูรณาการการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างทัศนคติเชิงบวกเกี่ยวกับร่างกายหรือโปรแกรมการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียนในแต่ละพื้นที่

2.2 ศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อภาพลักษณ์ทางร่างกายของผู้เรียน เช่น อิทธิพลจากตนเอง เพื่อน ครอบครัว บุคคลสาธารณะ และสื่อสังคม

2.3 การพัฒนาโปรแกรมดูแลสุขภาพผู้เรียนวัยรุ่นโดยบูรณาการร่วมกับวิชาวิทยาศาสตร์หรือสุขศึกษาในโรงเรียนมัธยมสำนักงานสังกัดคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.)

2.4 แนวทางการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพของผู้เรียนในบริบทพื้นที่ห่างไกล เมือง และโรงเรียนขนาดเล็ก

## สรุป

ผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาควรส่งเสริมให้ผู้เรียนมี PBI เนื่องจากการส่งเสริมสุขภาพผู้เรียนช่วยให้มีแนวโน้มผลกระทบทางบวกการเรียนรู้ โดยสามารถทำได้ผ่านการบริหารวิชาการ ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งในการขับเคลื่อนให้เกิดการพัฒนาผู้เรียนให้มีสุขภาพและเรียนรู้ที่ดีขึ้น งานวิจัยนี้สำรวจความต้องการจำเป็นในการพัฒนา PBI ผ่านการบริหารวิชาการของโรงเรียนมัธยมศึกษา ในสังกัดคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จากความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาและครู โดยใช้แบบสอบถามและการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ผลวิจัยสะท้อนว่าการบริหารวิชาการของโรงเรียนมัธยมศึกษาส่งเสริม PBI อย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการดูแลตนเองทางร่างกาย รองลงมา คือ การมีมโนทัศน์ความงามที่หลากหลาย และความยืดหยุ่นต่อภัยคุกคามด้านภาพลักษณ์ทางร่างกาย และการเห็นคุณค่าและยอมรับร่างกาย ตามลำดับ และการบริหารวิชาการโรงเรียนมัธยมศึกษาควรให้ความสำคัญการประเมินผลการเรียนรู้ ในประเด็นการนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากการประเมินไปใช้ในการตัดสินใจและพัฒนาปรับปรุงการจัดการเรียนรู้ ซึ่งผู้วิจัยได้อภิปรายถึงสาเหตุของความต้องการจำเป็นดังกล่าวไว้ข้างต้น โรงเรียนมัธยมสำนักงานสังกัดคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) สามารถนำข้อมูลดังกล่าวไปเป็นข้อมูลในการดำเนินการพัฒนาการบริหารวิชาการให้ตรงตามความต้องการได้

## References

- Alice McCarthy Sommerville, T. M. P. (2024). Nurturing Flourishing Agents of Change: Developing Human-Centred Education Systems for the Wellbeing of All. *Social Science Research and Innovations (SSRI)*. <https://ssrijournal.com/download/nurturing-flourishing-agents-of-change-developing-human-centred-education-systems-for-the-wellbeing-of-all/>
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2016). Positive body image and young women's health: Implications for sun protection, cancer screening, weight loss and alcohol consumption behaviours. *Journal of Health Psychology, 21*(1), 28-39. DOI: 10.1177/1359105314520814
- Arshad, M., Zaidi, S. M. I. H., & Mahmood, K. (2015). Self-esteem & academic performance among university students. *Journal of education and practice, 6*(1), 156-162.

- Chaemchoi, S. (2022). *Academic administration that responds to changes in the changing world*. Chulalongkorn University Press. [in Thai]
- Chatchatsupakul, K., et al. (2011). *Guidance teacher training manual*. Chulalongkorn University Press. [in Thai]
- Cueto, S., & Chinen, M. (2008). Educational impact of school breakfast program in rural Peru. *International Journal of Educational Development*, 28, 132-148.
- Dullaphan, K. (2018). *Social Networking Usage Behavior and Mental Factor as a Predictor of Depression*. (Master's thesis, National Institute of Development Administration). [in Thai]
- Ekpalakorn, W. (Editor.), *The 6th National Health Examination Survey 2019-2020*. <https://online.fliphtml5.com/bcbgj/znee/> [in Thai]
- Frisén, A., & Holmqvist, K. (2010). What characterizes early adolescents with a positive body image? A qualitative investigation of Swedish girls and boys. *Body Image*, 7(3), 205-212. DOI: 10.1016/j.bodyim.2010.04.001
- Gattario, K. H., & Frisén, A. (2019). From negative to positive body image: Men's and women's journeys from early adolescence to emerging adulthood. *Body Image*, 28, 53-65. DOI: 10.1016/j.bodyim.2018.12.002
- Gallo, A. M. (2003). Assessing the affective domain. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74(4), 44-48. DOI: 10.1080/07303084.2003.10609202
- Halliwell, E., Jarman, H., Tylka, T., & Slater, A. (2017). Adapting the Body Appreciation Scale-2 for Children: A psychometric analysis of the BAS-2C. *Body Image*, 21, 97-102. DOI: 10.1016/j.bodyim.2017.03.005
- Hinton, P. R., McMurray, I., & Brownlow, C. (2004). *SPSS explained*. Routledge.
- Jetchamnonuch, W. (2013). *School mental health: Instructional material for course teaching*. Department of Educational Research and Psychology, Faculty of Education, Chulalongkorn University. [in Thai]
- Lohan, A., & King, F. (2016). Self-esteem: Defining, measuring and promoting an elusive concept. *REACH-Journal of Special Needs Education in Ireland*, 29(2), 116-127.
- Maes, C., Trekels, J., Tylka, T. L., & Vandenbosch, L. (2021). The Positive Body Image among Adolescents Scale (PBIAS): Conceptualization, development, and psychometric evaluation among adolescents from Belgium. *Body Image*, 38(September), 270-288. DOI: 10.1016/j.bodyim.2021.05.004
- McGorry, P. (2011). 21st Century Mental Health Care: What It Looks Like and How to Achieve It. *Australasian Psychiatry*, 19(1), 5-11. DOI: 10.3109/10398562.2010.528987
- Menzel, J. E., & Levine, M. P. (2011). Embodying experiences and the promotion of positive body image: The example of competitive athletics. In S. T.-D. R. Calogero, & J. K. Thompson (Ed.), *Self-objectification in women: Causes, consequences, and counteraction* (pp. 163-186). American Psychological Association. DOI: 10.1037/12304-008
- Ministry of Education. (2011). *Guidelines for measurement and evaluation of learning outcomes according to the Basic Education Core Curriculum B.E. 2008*. Cooperative Printing House of Thailand Limited. [in Thai]
- Ministry of Public Health. (2023). *Mental health assessment data for children and adolescents under 18 years of age*. <https://checkin.dmh.go.th/dashboards/dash07> [in Thai]

- Ministry of Tourism and Sports. (2017). *Sixth national sports development plan (2017-2021)*. Office of Printing Affairs, the War Veterans Organization of Thailand. [in Thai]
- National Alliance on Mental Illness [NAMI]. (2016). *Why Self-Esteem Is Important for Mental Health*. <https://www.nami.org/family-member-caregivers/why-self-esteem-is-important-for-mental-health/>
- National Education Act B.E. 2542 and amendments (No. 2) B.E. 2545 (1999). *Royal Gazette*. 119(12), 16-21. [in Thai]
- National Education Act (No. 2) B.E. 2545 (2002). December 13. *Royal Gazette*. 119(23), 19. [in Thai]
- Naunchome, T. (2020) *Approaches for Developing Academic Management of Secondary Schools Bangkok Base on The Concept of Student's Positive Thinking Characteristics* ( Master's thesis, Chulalongkorn University). [in Thai]
- Office of the Basic Education Commission. (2011). *Educational management manual for developing student quality*. The Transport and Parcel Organization Printing House. [in Thai]
- Office of the Basic Education Commission. (2021). Policies and Focus Points of the Office of the Basic Education Commission for Fiscal Year 2023. 1-3. <https://www.obec.go.th/about/นโยบายสพฐ-ปีงบประมาณ-พ-ศ-2566> [in Thai]
- Office of the Basic Education Commission. (2022). *List of schools under the Office of the Basic Education Commission*. [http://www.bopp.go.th/?page\\_id=878](http://www.bopp.go.th/?page_id=878) [in Thai]
- Office of the Basic Education Commission. (2016). *School guidance system*. Cooperative Printing House of Thailand Limited. [in Thai]
- Office for National Education Standards and Quality Assessment (Public Organization). (2024). Manual: Preparation and review of reports and supporting documents for external quality assurance (B.E. 2567–2571) for external assessors, supervisory units, and supervisors at the basic education level. <https://www.onesqa.or.th/th/content-view/1168/3560/> [in Thai]
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S.-J. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(8), 634-640. DOI: 10.1016/S2352-4642(20)30186-3
- Organization for Economic Co-operation and Development. (2015). *Skills for social progress: The power of social and emotional skills*. DOI: 10.1787/9789264226159-en
- Organization for Economic Co-operation and Development. (2019). PISA 2018 results (Volume I): What students know and can do. OECD Publishing. DOI: 10.1787/5f07c754-en
- Pawasenang,S., Rattanapolsan, C., Suttiniam, K., & Kongkham, C. (2023). The Effects of Group Counselling Based on Cognitive-behavioral Theory for Enhancing Self-esteem in Secondary 3 Students at Wat Suttharam Secondary School in Bangkok. *Journal of MCU Humanities Review*, 9(2), 140-155. [in Thai]
- Pisuttipaisan, L., & Tangpattanakit, J. (2021). Factors Affecting Depression of Adolescence in Chonburi Provinc, *Humanity and Social Science journal*, 12(1), 45-65. [in Thai]

- Punlummoon, T. (2022). The importance of assessment of learning outcomes in content 6: Sports for excellence for sports schools under the Institute of Physical Education. *Academic Journal of Thailand National Sports University*, 6(1), 183-194. [in Thai]
- Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology*, 51(5), 706-713. DOI: 10.1037/dev0000013
- Royal Thai Government Gazette. (2003). *Child Protection Act B.E. 2546 (2003)*. Volume 120, Part 102 G. <https://www.ttwschool.ac.th/wp-content/uploads/พรบ.คุ้มครองเด็ก.pdf> [in Thai]
- Rungsaung, P. (2017) *The Effect of Group Counseling on Self-esteem of Middle-School Victims of Cyberbullying*. (Master's thesis, Chulalongkorn University). [in Thai]
- Thongma, S. (2017). *Leadership styles influencing the effectiveness of academic administration of school administrators under the Office of the Basic Education Commission* (Doctoral dissertation, Ubon Ratchathani Rajabhat University). [in Thai]
- Tylka, T. L. (2018). *Overview of the Field of Positive Body Image*. Cambridge University Press.
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). *The Body Appreciation Scale-2: item refinement and psychometric evaluation*. *Body Image*, 12, 53-67. DOI: 10.1016/j.bodyim.2014.09.006
- Udommana, S. (2018). *Academic Management Strategies of Private School Based on The Concept of Productive Pedagogy for Diverse Learners* (Doctoral dissertation, Chulalongkorn University). [in Thai]
- World Health Organization [WHO]. (2002). *The world health report 2002: reducing risks, promoting healthy life*. World Health Organization. <https://shorturl.asia/CMj4p>
- World Health Organization [WHO]. (2021). *Comprehensive mental health action plan 2013–2030*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/345301/9789240031029-eng.pdf?sequence=1>
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis* (3rd ed.). Harper & Row.