

ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2

ปริญญาณิพนธ์
ของ
สุมาลี สิงห์เกิด

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

พฤษภาคม 2553

ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2

ปริญญาณิพนธ์

ของ

สุมาลี สิงห์เกิด

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

พฤษภาคม 2553

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2

บทคัดย่อ
ของ
สุมาลี สิงห์เกิด

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

พฤษภาคม 2553

สุมาลี สิงห์เกิด. (2553). *ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากทมเขต 2*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์, อาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ.

การวิจัยในครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่อศึกษาความสัมพันธ์และค่าน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากทมเขต 2 จำนวน 594 คน ซึ่งได้มาด้วยวิธีการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two-Stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ประกอบด้วย แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน แบบสอบถามการพึ่งตนเอง แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91, 0.87, 0.82, 0.84, 0.86 และ 0.76 ตามลำดับ การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรพหุนาม (Multivariate Multiple Regression: MMR)

ผลการวิจัย พบว่า

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในภาพรวม มีค่าเท่ากับ 0.64 (MMR=.64) ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน มีค่าเท่ากับ 0.53 และ 0.56 ตามลำดับ ซึ่งกลุ่มตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ตัวแปร ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในแต่ละด้านได้ร้อยละ 27 และร้อยละ 31 ตามลำดับ

2. ค่าน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

2.1 ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัย ได้แก่ ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเท่ากับ 0.25, 0.21 และ 0.15 ตามลำดับ

ส่วนตัวแปรอัตลักษณ์แห่งตน และการพึ่งตนเอง ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 คำนี้นักความสำคัญของตัวแปรปัจจัย ได้แก่ การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเท่ากับ 0.15, 0.27, 0.13 และ 0.22 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอัตลักษณ์แห่งตน ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

SOME FACTORS RELATED TO SELF-SUFFICIENCY OF MATHAYOMSUKSA 2
STUDENTS OF SCHOOL AREA IN BANGKOK ZONE 2

AN ABSTRACT
BY
SUMALEE SINGKERD

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Educational Research and Statistics
at Srinakharinwirot University

May 2010

Sumalee Singkerd.. (2010). *Some Factors Related to Self-Sufficiency of Mathayomsuksa 2 Students of School Area in Bangkok Zone 2*. Master Thesis, M.Ed. (Educational Research and Statistics). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof Nipa Sripairot, Mr. Chawalit Ruayajin.

The main purpose of this study were to investigate the relationship between beta weights of the factors of Self-identity, Self-reliance, Future orientation, Influence of parents/guardians and Media exposure affecting the two areas of Self-sufficiency in daily life activity and in learning. The samples were 594 *Mathayomsuksa 2 Students Of School Area In Bangkok Zone 2*. Administration in the second semester of 2009 academic year, selected by two-stage random sampling. The instruments used in research were the questionnaires about Self-sufficiency, Self-identity, Self-reliance, Future-orientation, Influence of parents/guardians and Media exposure with the reliabilities of 0.91, 0.87, 0.82, 0.84, 0.86 and 0.76 respectively. The data were analyzed by using Multivariate Multiple Regression (MMR).

The results of the study were:

1. Factors of Self-identity, Self-reliance, Future orientation, Influence of parents/guardians and Media exposure. and dependent variable on Self-sufficiency, analyzed by MMR, revealed mutually related with statistical significance at the level of .01(MMR = .64). The Multiple correlations between all factors and self-sufficiency consisted of two factors which were Mission in life and The study were 0.53 and 0.56 with statistical significance at .01 level respectively.

2. The beta weights of factors contributed to each factors of self-sufficiency

- 2.1 The beta weights of factors contributed to each factors of Self-sufficiency in daily life activity were factor of Future-orientation, Influence of parents/guardians and Media exposure to all Self-sufficiency in daily life activity with statistical significance at .01 level, with 0.25, 0.21 and 0.15. While factor of Self-identity and Self-reliance which contributed to each self-sufficiency were found not statistically significance difference.

- 2.2 The beta weights of factors contributed to each factors of Self-sufficiency in learning were factor of Self-reliance, Future-orientation, Influence of parents/guardians and Media exposure to all Self-sufficiency in learning with statistical significance at .01 level, with

0.15, 0.27, 0.13 and 0.22. While factor of Self-identity which contributed to each Self-sufficiency were found not statistically significance difference.

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย

จาก

งบประมาณแผ่นดิน ประจำปีงบประมาณ 2552

ปีการศึกษา 2551

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย

จาก

กองทุนสนับสนุนการวิจัยอาจารย์ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ

ปริญญาานิพนธ์

เรื่อง

ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2

ของ

สุมาลี สิงห์เกิด

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

วันที่..... เดือน..... พ.ศ. 2553

คณะกรรมการควบคุมปริญญาานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

..... ประธาน

..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์)

(อาจารย์ ดร. สุวพร เข้มเฮง)

..... กรรมการ

..... กรรมการ

(อาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ)

(รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์)

..... กรรมการ

(อาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์วิบูลญา วิศาลาภรณ์)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณา ความเมตตา เอาใจใส่ ให้คำปรึกษาและความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากรองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์ ประธานควบคุมปริญญาานิพนธ์ อาจารย์ชวลิต รวยอาจิน กรรมการควบคุมปริญญาานิพนธ์ ที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่า แนะนำการทำงานวิจัยทุกขั้นตอนจนเสร็จสมบูรณ์ พร้อมทั้งแก้ไขโดยละเอียดทุกขั้นตอน

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. สุวพร เข้มแสง และรองศาสตราจารย์วิญญา วิศาลาภรณ์ ที่กรุณาเป็นกรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปริญญาานิพนธ์ และได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมที่เป็นประโยชน์ ทำให้ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นและที่สำคัญยิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ในภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษาทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนและประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันเป็นพื้นฐานสำคัญในการวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. สุวิมล กฤษณกุลหาสน์ อาจารย์ ดร. รณิดา เขยชุม อาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง อาจารย์ ดร. พนา จินดาศรี และนางสุนันทา สมใจ ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา และขอบคุณพี่ ๆ และน้องของผู้วิจัยที่กำลังกำลังใจ ปลอดภัยและเป็นขวัญกำลังใจ และคอยให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ด้วยดี

ขอขอบคุณพี่ ๆ และ เพื่อน ๆ สาขาวิชาการวิจัยและสถิติการศึกษา และสาขาวิชาการวัดผลทางการศึกษา รุ่นปี 49 และรุ่นปี 50ทุกท่านที่คอยให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ด้วยดีตลอดมา

ท้ายสุดนี้คุณประโยชน์ของปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบอบแต่ พระคุณครู อาจารย์ บิดา มารดา และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่ได้ให้ความช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจด้วยดีเสมอมาจนผู้วิจัยสำเร็จการศึกษา

สุมาลี สิงห์เกิด

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	3
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
สมมติฐานในการวิจัย.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพอเพียง.....	12
ความหมายของความพอเพียง.....	12
แนวคิดเกี่ยวกับความพอเพียง.....	14
เงื่อนไขเพื่อให้เกิดความพอเพียง เป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง.....	20
ทฤษฎีใหม่ 3 ชั้น กับเศรษฐกิจพอเพียง.....	22
ข้อเปรียบเทียบระหว่างคนที่สามารถพอเพียงกับคนที่ไม่สามารถพอเพียง....	23
การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง.....	25
การปฏิบัติตนตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง.....	27
การจัดการศึกษาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง.....	28
ตัวอย่างกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเพื่อสร้างการเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างพอเพียง.....	33
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน.....	35
ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน.....	35
ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน.....	37
องค์ประกอบของอัตลักษณ์แห่งตน.....	48
อัตลักษณ์แห่งตนกับวัยรุ่น.....	49

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
ปัญหาของวัยรุ่นในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน.....	50
การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน.....	51
การวัดอัตลักษณ์แห่งตน.....	54
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง.....	56
ความหมายของการพึ่งตนเอง.....	56
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง.....	59
องค์ประกอบสำคัญของการพึ่งตนเอง.....	62
พฤติกรรมที่แสดงออกของผู้ที่พึ่งตนเองได้ทางการเรียน.....	63
ประโยชน์ของแนวคิดการพึ่งตนเอง.....	64
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต.....	64
ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต.....	64
ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต.....	65
ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต.....	66
การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต.....	67
ความเกี่ยวข้องระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง...	68
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง.....	69
ความหมายของพ่อแม่/ผู้ปกครอง.....	69
ความสำคัญของพ่อแม่.....	69
บทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครอง.....	70
ทฤษฎีที่เกี่ยวกับบทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครอง.....	71
ความเกี่ยวข้องระหว่างอิทธิพลของพ่อแม่กับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง.....	72
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับสื่อ.....	73
ความหมายของการเปิดรับสื่อ.....	73
วัตถุประสงค์ของการเปิดรับสื่อ.....	74
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับสื่อ.....	76
อิทธิพลของสื่อมวลชนต่อการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมไทย.....	79

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
ผลกระทบของสื่อมวลชนที่มีต่อสังคมไทย.....	80
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพอเพียง.....	81
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	85
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	85
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	90
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	105
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	106
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	106
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	112
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	112
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	113
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	113
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	120
สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย.....	120
สรุปผลการวิจัย.....	121
อภิปรายผล.....	121
ข้อเสนอแนะ.....	129
บรรณานุกรม.....	131
ภาคผนวก.....	143
ภาคผนวก ก.....	144
รายนามผู้เชี่ยวชาญพิจารณาคุณภาพของเครื่องมือ.....	145

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ภาคผนวก (ต่อ)	
ภาคผนวก ข.....	146
คุณภาพเครื่องมือเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	147
ภาคผนวก ค.....	150
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	151
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	162

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แนวทางปฏิบัติตนตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในระดับต่าง ๆ	18
2 ข้อเปรียบเทียบระหว่างคนที่สามารถพอเพียงกับคนที่ไม่สามารถพอเพียง.....	24
3 จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 โดยจำแนกตามขนาดของโรงเรียนจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	86
4 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามขนาดโรงเรียน และห้องเรียน.....	89
5 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรปัจจัยอัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.....	114
6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ อย่างง่ายระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง.....	115
7 ค่าการทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์พหุคูณที่วิเคราะห์แบบตัวแปรพหุนาม และตัวแปรเอคนาม.....	116
8 ค่าน้ำหนักความสำคัญ และอันดับที่ส่งผลของตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยที่ส่งผล ต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน.....	117
9 ค่าน้ำหนักความสำคัญ และอันดับที่ส่งผลของตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยที่ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน.....	118
10 สรุปค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัย ทั้ง 5 ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิต แบบพอเพียงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในแต่ละด้าน	118
11 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และแบบสอบถามการดำเนินชีวิต แบบพอเพียงด้านการเรียน.....	147
12 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ.....	148
13 ค่าดัชนีอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามในการวิจัย.....	149

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
2 สรุปปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง.....	15
3 ทฤษฎีใหม่ 3 ขั้น กับเศรษฐกิจพอเพียง.....	23
4 ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	97

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ประเทศไทยได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมตะวันตกต่างๆเข้ามาซึ่งมีบทบาทอย่างมากในการดำรงชีวิตไม่ว่าจะเป็นเรื่องการแต่งกาย ของใช้ส่วนตัว เครื่องมือสื่อสาร การรับประทานอาหารและรวมถึงในเรื่องการทำธุรกิจ ซึ่งสังเกตได้จากการวางกรอบการพัฒนาประเทศในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 6 และฉบับที่ 7 ที่เน้นเรื่องอัตราการขยายตัวทางเศรษฐกิจของตนเองให้เจริญเติบโตอย่างรวดเร็วโดยไม่ได้คำนึงถึงฐานะความเป็นอยู่ของตนเองทำให้ขาดความมั่นคง การไม่รู้จักรูปแบบและความไม่รอบคอบในการทำงานจึงทำให้เกิดความล้มเหลว ในการทำธุรกิจเช่นเดียวกับค่านิยมต่างชาติที่เข้ามาอย่างไม่มีการกลั่นกรอง ซึ่งอาจจะทำให้เกิดความเสื่อมเสียของจริยธรรม วัฒนธรรมและจากการขยายตัวทางเศรษฐกิจที่รวดเร็ว เพื่อให้เท่าทันกับนานาชาตินั้น จึงทำให้เกิดเหตุการณ์วิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ ซึ่งเหตุการณ์ที่สะท้อนให้เห็นชัดถึงวิกฤตทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและเลวร้ายมีผลกระทบต่อคนส่วนใหญ่ คือวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจในปลายปี พ.ศ.2539 ต่อเนื่องและร้ายแรงในปี พ.ศ. 2540 ซึ่งในขณะนั้นทุกฝ่ายได้ร่วมแรงร่วมใจเพื่อแก้ปัญหาเศรษฐกิจ และแนวทางที่เหมาะสม คือ การนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต โดยโครงการวิจัยเศรษฐกิจพอเพียง (โครงการวิจัยเศรษฐกิจพอเพียง: ออนไลน์) ได้กล่าวถึง การดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตและวิถีปฏิบัติที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมี พระราชดำรัสชี้แนะแก่ พสกนิกรชาวไทยมานานกว่า ๓๐ ปี ดังจะเห็นได้ว่า ปรากฎความหมายเป็นเชิงนัยเป็นครั้งแรกใน พระบรมราชาบาทและพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในปี ๒๕๑๗ ที่พระองค์ได้ทรงเน้นย้ำแนวทางการพัฒนา บนหลักแนวคิดพึ่งตนเอง เพื่อให้เกิดความพอมี พอกิน พอใช้ของคนส่วนใหญ่ โดยใช้หลักความพอประมาณ การคำนึงถึง การมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว และทรงเตือนสติ ประชาชนคนไทยไม่ให้ประมาท ตระหนักถึงการพัฒนาอย่างเป็นขั้นเป็นตอนที่ต้องทำตามหลักวิชา และการมีคุณธรรมเป็นกรอบในการปฏิบัติและการดำรงชีวิต รัฐบาลตระหนักถึงความสำคัญในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนในสังคมไทยอย่างเป็นระบบ ด้วยการกำหนดนโยบาย ด้านการศึกษา โดยนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการศึกษาทุกระดับ ใช้คุณธรรม เป็นพื้นฐานของกระบวนการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงความร่วมมือระหว่าง สถาบันการศึกษา สถาบันครอบครัว ชุมชน สถาบันทางศาสนา ให้มีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ทักษะ และเจตคติ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างสมดุล และยั่งยืน

จากการศึกษา พบว่า มีตัวแปรปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงซึ่งจะเป็นแนวทางในการปลูกฝังส่งเสริมและพัฒนาให้เด็กมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง และเป็นประชากรที่มีคุณภาพซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไปในอนาคต ซึ่งมาร์เซีย (จริยกุล ตริสุวรรณ. 2542: 8; อ้างอิงจาก Marcia. 1980) ได้กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตนในลักษณะโครงสร้างแห่งตนว่าเป็นสิ่งที่เกิดภายในตัวบุคคลมีการเปลี่ยนแปลงไปตามแรงขับ ความสามารถ ความเชื่อ และประวัติความเป็นมาในการปรับตัวของแต่ละคน ถ้าบุคคลมีโครงสร้างของพัฒนาการที่ดีก็จะทำให้มีความเป็นตัวของตัวเอง รู้ถึงความเหมือนและความแตกต่างของตนกับผู้อื่น เข้าใจจุดเด่นและจุดด้อยของตน ส่วนความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนด้านเนื้อหานั้นประกอบด้วย จุดมุ่งหมาย ค่านิยม และความเชื่อที่บุคคลได้ตกลงใจอย่างไม่มีข้อสงสัย การตกลงใจนี้ต้องมีพัฒนาการที่ต่อเนื่องเป็นเวลานานแล้ว จึงเลือกจุดมุ่งหมายและความเชื่อที่นั้นอย่างเหมาะสมกับแนวทางวัตถุประสงค์และวิถีชีวิตของตน นอกจากนี้เนวลละออ สุภาพล (2527: 77-97) ยังกล่าวถึง ทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน ซึ่งได้เสนอขั้นพัฒนาการ 8 ขั้นของชีวิต ซึ่งในขั้นที่ 5 เป็นขั้นพัฒนาการของวัยรุ่น ได้กล่าวถึงการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนว่าเป็นขั้นพัฒนาความรู้สึกในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเองและผ่านพ้นความรู้สึกสับสนในตนเองไปได้-รับรู้ตนตามความจริง โดยจะอยู่ในช่วงอายุ 13-17 ปี องค์ประกอบสำคัญของการสร้างความรู้สึกเป็นเอกลักษณ์ของตนเองและผ่านพ้นความรู้สึกสับสนใจตนเอง มีดังนี้ 1. การเลือกและการสับสนในบทบาท เป็นการเข้าใจในเอกลักษณ์ของตนเองช่วยให้วัยรุ่นเกิดความเข้าใจปัญหาต่าง ๆ และช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคต ความรับผิดชอบเป็นเอกลักษณ์สำคัญของวัยนี้ ซึ่งความรับผิดชอบนี้ มีรากฐานมาจากการอบรมของพ่อแม่ และความรู้สึกไว้วางใจและความมั่นใจในตนเอง 2. การแสวงหาสถานภาพทางสังคม เด็กวัยรุ่นจะค่อย ๆ พัฒนาความเป็นตัวของตัวเองขึ้นอย่างช้า ๆ เพื่อพัฒนาเป็นระดับมาตรฐานของตนเอง เขาจะแสวงหาตนตามอุดมคติ ซึ่งจากทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน และอัตลักษณ์แห่งตนตามแนวคิดของมาร์เซีย อัตลักษณ์แห่งตนจึงมีความเกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต และอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง อัตลักษณ์แห่งตนนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเองตามทฤษฎีอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของชัลลิเวน (นิภา นิธยาณ. 2530: 50-51; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953) ที่ได้กล่าวว่า ความสัมพันธ์ระหว่างกันและกันนี้เอง คือ รากฐานของบุคลิกภาพ เพราะว่าทันทีที่คนเราเกิดมาในโลก เราไม่สามารถจะอยู่ลำพังตนเองได้ อย่างน้อยคนเราก็เริ่มมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วหนึ่งคนคือผู้ให้กำเนิดเลี้ยงดูเรา จากนั้นเราก็ต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพิ่มขึ้นอยู่เรื่อย ๆ ตลอดชีวิต เมื่อคนเราต้องเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นเพิ่มขึ้นอยู่เรื่อย ๆ ตลอดชีวิต เราก็ต้องมีการสร้างความสัมพันธ์กันทางสังคมที่เราได้อยู่ร่วมกัน โดยการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมนั้น เดอเฟออร์ (Defleur. 1980) ได้กล่าวไว้ในทฤษฎีความสัมพันธ์ทางสังคมว่า ความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างผู้รับสารกับบุคคลอื่นในสังคมในลักษณะของกลุ่มปฐมภูมิหรือ

กลุ่มทุติยภูมิ โดยกลุ่มปฐมภูมิเป็นความสัมพันธ์ใกล้ชิดในหมู่เพื่อนสนิท เพื่อนร่วมงานหรือในครอบครัว และวงศาณญาณดีนี้มีอิทธิพลต่อผู้รับสารมากกว่ากลุ่มทุติยภูมิ ข่าวสารต่าง ๆ ที่ได้รับจากสื่อมวลชนมักจะถูกรับรู้หรือตีความโดยมีอิทธิพลของกลุ่มหรือกลุ่มบุคคลในกลุ่มเข้ามาเกี่ยวข้องเสมอ ได้แก่ การที่ปัจเจกบุคคลจะเชื่อข่าวสารจากโฆษณาใดหรือไม่ก็นั้นมักจะได้รับอิทธิพลจากการปรึกษาหารือ ใต้อาณัติเพื่อนฝูงหรือผู้ใกล้ชิด อิทธิพลที่มีต่อการรับรู้ข่าวสารในลักษณะนี้เราเรียกว่า “อิทธิพลของบุคคล”

จากที่กล่าวข้างต้น สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่ามียุทธศาสตร์หลายประการที่น่าจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการอันได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อว่าจะมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 หรือไม่ มากน้อยเพียงใด มีปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งจะเป็นแนวทางให้แก่ พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ในการปลูกฝังส่งเสริมและพัฒนาให้เด็กมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง และเป็นประชากรที่มีคุณภาพ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2 โดยมีความมุ่งหมายของการวิจัยเฉพาะดังนี้

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน
2. เพื่อศึกษาค่าน้ำหนักความสำคัญระหว่างตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ได้แก่ ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ จะทำให้ทราบปัจจัยบางประการ คือ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ มีความสัมพันธ์และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงมากน้อยเพียงใด อันจะเป็นประโยชน์สำหรับครูผู้สอน พ่อแม่/ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาในการที่จะพัฒนาปัจจัยเหล่านี้เพื่อมาส่งเสริมและพัฒนาจัดการเรียนการสอนให้

เป็นไปตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อที่จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน จากผลการศึกษาวิจัยนี้ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการอบรมปลูกฝังให้นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง และยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจทำการศึกษาวิจัยในเรื่องความพอเพียงต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 ของโรงเรียนในสังกัดเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 จำนวน 35 โรงเรียน จำนวนห้องเรียน 454 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 22,449 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 มีจำนวนโรงเรียน 6 โรงเรียน จำนวนห้องเรียน 16 ห้องเรียน ซึ่งเลือกมาโดยวิธีการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two-Stage Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง 594 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรปัจจัย แบ่งเป็นดังนี้
 - 1.1 อัตลักษณ์แห่งตน
 - 1.2 การพึ่งตนเอง
 - 1.3 ลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.4 อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
 - 1.5 การเปิดรับสื่อ
2. ตัวแปรตาม

การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

 - 2.1 ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน
 - 2.2 ด้านการเรียน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง หมายถึง การปฏิบัติตนด้วยความพอเพียงอย่างมีผลในการดำเนินชีวิต ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ้งเฟ้อ มีความประหยัด อุดม รู้จักคุณค่าของเงิน ไม่โลภไม่เบียดเบียนผู้อื่น และไม่ตามกระแสของวัตถุนิยม สามารถทำกิจการใด ๆ ได้สำเร็จตามเป้าประสงค์ โดยไม่ต้องพึ่งพา

อาศัยความร่วมมือจากบุคคลอื่น การปฏิบัติตามแบบพอเพียงนั้นสามารถปฏิบัติได้ในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

1.1 การปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน หมายถึง การที่นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันให้สำเร็จ โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น โดยไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่น และดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ นั้นอยู่บนความพอเพียง ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันนั้น คือ การใช้จ่าย การวางแผนการใช้จ่าย การใช้สิ่งของ การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข หรือการปฏิบัติกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันซึ่งอยู่บนความพอเพียง อันได้แก่ ความประหยัด อุดมอม ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่ฟุ้งเพื่อรู้จักใช้จ่ายอย่างคุ้มค่า ไม่โลภ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ซื่อสัตย์สุจริต ช่วยเหลือเอื้ออาทรซึ่งกันและกันระหว่างตนเอง และบุคคลอื่นไม่ตามกระแสของวัตถุนิยมมากเกินไป และยังรวมถึงการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน

1.2 การเรียน หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนที่ใฝ่รู้ใฝ่เรียนอย่างต่อเนื่อง มีความขยันหมั่นเพียร มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัยสนใจใฝ่รู้ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีการเตรียมตัวและเตรียมความพร้อมในการเรียน และมีสมาธิในการเรียน โดยที่นักเรียนปฏิบัติตนอยู่บนความพอดี คือ มีการปฏิบัติตนที่ไม่มากเกินไป และไม่น้อยเกินไป มีการปรึกษาหารือระหว่างนักเรียนกับกลุ่มเพื่อน มีจิตสำนึกที่ดี และมีคุณธรรมจริยธรรมที่ดี

2. ปัจจัยบางประการ หมายถึง ตัวแปรต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ประกอบด้วย

2.1 อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง คุณลักษณะของนักเรียนที่เป็นผลรวมของนิสัย ความรู้สึก นึกคิด และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรู้จัก และเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และมั่นใจในตนเอง ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการที่นักเรียนมีความไว้วางใจตนเอง และผู้อื่น มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดริเริ่ม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2.1.1 การรู้จักและเข้าใจตนเอง หมายถึง การที่นักเรียนทราบว่าตนเองเป็น คนอย่างไร มีอุปนิสัย มีความรู้สึก และพฤติกรรมในส่วนที่ดี และส่วนที่ไม่ดีของตนเอง และรู้จักปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับสังคม

2.1.2 การยอมรับตนเอง หมายถึง การที่นักเรียนรู้จักเห็นคุณค่าในตนเอง และพึงพอใจในความสามารถเท่าที่กำลังของตนจะทำได้ ไม่คิด และรู้สึกในทางลบกับตนเอง ได้แก่ ภูมิใจที่ตนเองมีส่วนร่วมในการทำงาน ไม่คิดว่าตนไร้ความสามารถ รู้สึกว่าตนเอง ทำสิ่งใดก็สามารถทำสำเร็จ เช่นเดียวกับผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองเข้มแข็ง และกล้าเผชิญความผิดพลาด พร้อมแก้ไขตนเอง

2.1.3 ความมั่นใจในตนเอง หมายถึง การที่นักเรียนกล้าคิด และทำสิ่งต่าง ๆ ตามความตั้งใจ ไม่ลังเล ในการตัดสินใจเลือกทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยไม่กลัวความผิดพลาด และกล้าเผชิญกับ

ความผิดพลาด ได้แก่ กล้าแสดงความคิดเห็นกับครู เพื่อน และคนอื่น กล้าชี้แจง ถ้าใครกล่าวถึงตนเองในทางไม่ดี กล้าแสดงออก กล้าเป็นผู้นำ กล้าตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง

2.1.4 ความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น หมายถึง การที่นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น โดยไม่คิดระแวง หรือเป็นกังวลในความปลอดภัย เมื่อต้องอยู่คนเดียวหรืออยู่ร่วมกับผู้อื่นได้แก่ ไม่กลัวว่าใครจะมารังแก และเอาเปรียบ หรือไม่คอยคิดว่าผู้อื่นที่อยู่ร่วมด้วยจะนินทาใส่ร้าย

2.1.5 ความคิดริเริ่ม หมายถึง การที่นักเรียนสามารถคิดวางแผน และทำสิ่งใหม่ ๆ หรือทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง ได้แก่ ดัดแปลงเศษวัสดุเหลือใช้ นำมาประดิษฐ์ของใช้ประโยชน์ได้ การทำตารางวางแผนก่อนการทำงาน เป็นผู้ชอบคิดค้นออกแบบงานประดิษฐ์อยู่เสมอ

2.2 การพึ่งตนเอง หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนที่ใช้ความรู้ของตนเอง หรือการแสดงออกถึงความพยายามในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ โดยการตัดสินใจด้วยตนเอง โดยไม่ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นก่อน หากสามารถกระทำด้วยตนเองได้ มีความเข้าใจในปัญหา และมีวิธีแก้ไขปัญหา โดยใช้ศักยภาพและความสามารถของตนเอง มีความรับผิดชอบตลอดจนเชื่อมั่นในผลการกระทำใด ๆ ที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตนเอง โดยพฤติกรรมของบุคคลที่มุ่งกระทำสิ่งต่าง ๆ นั้นกระทำด้วยตนเอง ซึ่งมักจะมีลักษณะดังนี้ ได้แก่ ปฏิบัติงานที่ต้องรับผิดชอบโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ตัดสินใจในสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมั่นใจ กล้าเผชิญปัญหาและปฏิบัติตนในโอกาสและสถานที่ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม เป็นต้น

2.3 ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง การมองอนาคตของบุคคล การคาดการณ์ไกล การวางแผนเพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมายในอนาคตที่เลือกอย่างเหมาะสม มีความเพียรพยายาม รู้จักวิธีการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เพื่อจะบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ รู้จักอดทนรอเพื่อความสำเร็จในอนาคต เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการทางด้านการศึกษา หรืออาชีพที่ต้องการตามที่ใจปรารถนา และมุ่งหวังดังรายละเอียด ดังต่อไปนี้

2.3.1 ความสามารถในการคาดการณ์ไกล หมายถึง ความคิด และการกระทำที่บ่งบอกถึงความสามารถคาดการณ์ไกลที่จะก่อให้เกิดผลดี มีประโยชน์เกี่ยวกับการศึกษา และการประกอบอาชีพในอนาคตตามที่นักเรียนมุ่งหวัง

2.3.2 การแก้ปัญหาและวางแผนการดำเนินการ หมายถึง การกระทำที่บ่งบอกถึงการแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น และการวางแผนดำเนินการเพื่อให้เกิดผลดีมีประโยชน์ต่อเป้าหมายเกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคตตามที่นักเรียนมุ่งหวัง

2.3.3 การรู้จักเลือกกระทำ การรอคอย มีความพยายามเพื่อความสำเร็จ หมายถึง ความคิด และการกระทำที่บ่งบอกถึงการเป็นบุคคลที่รู้จักคิด รู้จักเลือกกระทำ รู้จักอดทน มีความเพียร

พยายาม รู้จักรอคอยผลที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคตเกี่ยวกับการศึกษา และการประกอบอาชีพ ในอนาคต เพื่อประสบผลตามที่นักเรียนมุ่งหวัง

2.4 อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง หมายถึง การที่นักเรียนได้รับแบบอย่างของพ่อแม่/ผู้ปกครองในการกระทำ ความคิด ความรู้สึก ตลอดจนการเรียนรู้ โดยได้รับการถ่ายทอด ความเชื่อ ทัศนคติ วิธีการดำเนินชีวิต การกระทำบุคลิกภาพ จากการชักจูง และโน้มน้าวจากพ่อแม่/ผู้ปกครอง

2.5 การเปิดรับสื่อ หมายถึง ลักษณะของบุคคลที่พึงพอใจ เต็มใจ ชอบในการรับข่าวสารด้าน การศึกษา และการดำเนินชีวิตประจำวันของนักเรียนตามที่สนใจจากสื่อมวลชนประเภทต่าง ๆ ได้แก่ โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ สื่อนิยายสารหรือวารสาร สื่อโปสเตอร์ แผ่นพับ ป้ายประกาศต่าง ๆ คอมพิวเตอร์ และสื่ออิเล็กทรอนิกส์

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า การดำเนินชีวิตแบบ พอเพียงเป็นความสามารถในการดำรงชีวิตไปอย่างไม่ได้เดือดร้อน กำหนดความเป็นอยู่อย่างประมาอด ตามตามฐานะ ตามอัตภาพ ไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพไม่พันธนาการ อยู่กับสิ่งใด (สุเมธ ตันติเวชกุล. 2543: 2) และกรมการปกครองได้กล่าวถึง การนำแนวพระราชดำริ เศรษฐกิจพอเพียง มาอธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ ทรงมุ่งเน้นให้คนไทยพึ่งพาตนเองได้ โดยช่วยเหลือตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก เริ่มต้นที่การพัฒนาเกษตรกรรมใช้ทรัพยากร ในดินที่พอมืออยู่เป็นทุนในการเริ่มต้นรู้จักผลิตเพื่อใช้บริโภคแล้วค่อยนำจำหน่ายยึดหลักเกษตรกรรม ตามทฤษฎีใหม่ มีการวางแผนการผลิตที่ดี และรู้จักใช้พื้นที่พัฒนาที่ดินทำกิน ยึดถือหลักกรรมชาติ เกื้อกูลซึ่งกันและกัน และพึงมีความพอเพียงในสิ่งเบื้องต้น 3 ประการ ดังนี้ 1. พอเพียงในความเป็นอยู่ 2. พอเพียงในความคิด 3. พอเพียงในจิตใจ (กรมการปกครอง. 2543: 4) เช่นเดียวกับสมศักดิ์ คงเที่ยง (2550: 9) ที่ได้กล่าวถึง การศึกษาหรือการเรียนรู้ คือ เครื่องมือของการพัฒนา ดังนั้นการพัฒนาประเทศ กำหนดทิศทางไปสู่สังคมแห่งความพอเพียง ระบบการศึกษาจึงต้องนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไป ประยุกต์ใช้ในการจัดการศึกษาได้อย่างเหมาะสม โดยการจัดการศึกษาจะมุ่งปลูกฝังจิตสำนึกพอเพียง เกิดขึ้นในเด็ก เยาวชน โดยสอนให้นักเรียน ตระหนักถึงความพอประมาณในการดำเนินชีวิต ไม่โลภ ไม่ฟุ้งเฟ้อ มีการตัดสินใจบนพื้นฐานของเหตุผล ฝึกให้มีการมองไปข้างหน้า และเตรียมตัวให้พร้อมรับ ต่อความผันผวนของเหตุการณ์ต่าง ๆ อย่างรู้เท่าทัน รวมถึงการหมั่นแสวงหาความรู้เพื่อให้เกิดความรอบรู้ ในด้านต่าง ๆ ฝึกฝนตนเองให้มีความรอบคอบและระมัดระวังโดยใช้สติปัญญาในการทำงานและ ดำเนินชีวิต ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกตัวแปรปัจจัยที่คิดว่าน่าจะมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง มีดังนี้

อัตลักษณ์แห่งตน ผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกตัวแปรมาจากทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน นวลละออ สุภาพล (2527) ที่ได้กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตนเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพที่ทำให้แต่ละคนไม่เหมือนกัน หากการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนในช่วงวัยรุ่นนี้เป็นไปได้ด้วยดี จะทำให้วัยรุ่นมีความเข้าใจและรู้จักตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง เรียนรู้บทบาทต่าง ๆ ในสังคม รวมไปถึงบทบาทในการดำเนินชีวิตของตนเองด้วย

การพึ่งตนเอง ผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกจากทฤษฎีอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของ ซัลลิแวน (Sullivan) (นิภา นิธยาณน. 2530; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953) โดยได้กล่าวถึงความปรารถนาของมนุษย์ที่สำคัญในชีวิตมีอยู่ 2 อย่าง ได้แก่ ความสุขทางกายและความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยซึ่งเป็นการรู้สึกทางจิต ซึ่งทั้งสองอย่างนี้จะเกิดขึ้นได้จากความสัมพันธ์ระหว่างกันและกัน ซึ่งทฤษฎีอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของซัลลิแวน คือ รากฐานของบุคลิกภาพ เพราะว่าวันที่ที่คนเราเกิดมาในโลก เราไม่สามารถจะอยู่ลำพังตนเองได้ อย่างน้อยคนเราก็เริ่มมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วหนึ่งคนคือผู้ให้กำเนิดเลี้ยงดูเรา จากนั้นเราก็ต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพิ่มขึ้นอยู่เรื่อย ๆ ตลอดชีวิต เมื่อคนเราต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่น และสังคมมากขึ้นตลอดเวลา ยิ่งเรามีประสบการณ์มากขึ้นเพียงไร เราก็ยิ่งสะสมหน่วยพฤติกรรมมากมาย เมื่อหน่วยพฤติกรรมที่มากมายซับซ้อนเหล่านี้รวมกันเข้าก็กลายเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตของคนแต่ละคน

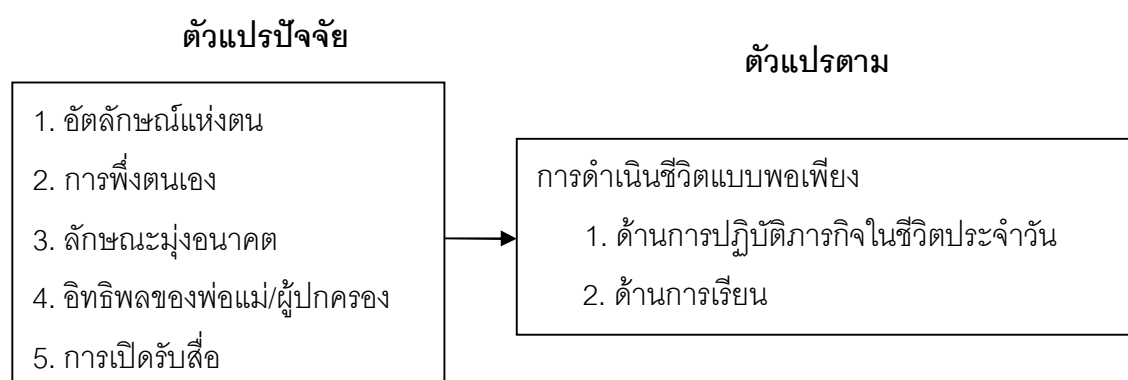
ลักษณะมุ่งอนาคต ตามแนวคิดของมิเชล (Mischel. 1974: 287) ที่ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถในการคาดการณ์ไกล และเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่าหรือมากกว่าผลที่ได้รับในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผน เพื่อปฏิบัติต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ซึ่งการดำเนินการปฏิบัติตามแผนนี้เป็นระยะเวลาสั้นกว่าจะบรรลุผลหรือจะต้องทำเป็นจำนวนหลายครั้ง ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่างในระยะเวลาหนึ่งจนกระทั่งได้ผลตามต้องการ

อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง ครอบครัวนับว่าเป็นสถาบันแรกที่มีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล เพราะครอบครัวเป็น จุดเริ่มแรกในการสร้างบุคลิกภาพทุกอย่างในตัวบุคคล ไม่ว่าจะเป็นทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม และความประพฤติด้านต่าง ๆ ที่บุคคลยึดถือ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า เด็กจะได้รับการถ่ายทอดลักษณะต่าง ๆ มาจากครอบครัวหรือพ่อแม่แทบทั้งสิ้น มธุรส ชำนาญทัศน์ (2532) และเพชร เพชรสวัสดิ์ (2549: 33) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการเรียนรู้ และการตอบสนองความต้องการของเด็ก/เยาวชน และสามารถส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเปลี่ยนวิถีชีวิตของเด็ก/เยาวชนได้ คือ 1.) ผู้ใหญ่ในครอบครัว 2.) โรงเรียน 3.) สื่อมวลชน ฉะนั้นสื่อจะต้องสร้างกระแสให้เด็กได้เข้าใจถึงคุณค่าของการอยู่อย่างพอเพียงด้วยว่า ไม่ใช่เรื่องของผู้ใหญ่หรือ

บุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นเรื่องของทุกคนในสังคมไทย ซึ่งทุกคนสามารถนำแนวคิดนี้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตนได้

การเปิดรับสื่อ ทฤษฎีความแตกต่างระหว่างบุคคลของเดอเฟลอร์ (Defleur. 1980) ได้กล่าวไว้ว่า เป็นทฤษฎีที่ชี้ให้เห็นว่าผู้รับสารแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกันในทางจิตวิทยา เช่น ทักษะ ค่านิยม และความเชื่อ ทำให้คนสนใจในการเปิดรับข่าวสาร หรือตีความหมายข่าวสารจากสื่อมวลชนแตกต่างกัน หลักการพื้นฐานเกี่ยวกับทฤษฎีความแตกต่างระหว่างปัจเจกบุคคล มีดังนี้ 1.มนุษย์เรามีความแตกต่างกันมากในองค์ประกอบทางจิตวิทยาส่วนบุคคล 2. ความแตกต่างนี้มีบางส่วนมาจากลักษณะแตกต่างทางชีวภาคหรือทางร่างกายของแต่ละบุคคล แต่ส่วนใหญ่แล้วมาจากความแตกต่างที่เกิดจากการเรียนรู้ 3.มนุษย์ซึ่งถูกชุบเลี้ยงภายใต้สถานการณ์ต่าง ๆ จะเปิดรับความคิดเห็นแตกต่างกันไป 4.การเรียนรู้สิ่งแวดล้อมทำให้เกิดทัศนคติ ค่านิยมและความเชื่อที่รวมเป็นลักษณะทางจิตวิทยาส่วนบุคคลที่แตกต่างกันไป ความแตกต่างดังกล่าวนี้ได้กลายเป็นสภาวะเงื่อนไข (Conditioning) ที่กำหนดการรับรู้ข่าวสารจากสื่อมวลชน

จากการสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง โดยจำแนกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ การปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และการเรียน ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

จากแนวคิดและทฤษฎีที่ศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยจึงกำหนดสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน
2. มีตัวแปรปัจจัยอย่างน้อยหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียน ในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพอเพียง
 - 1.1 ความหมายของความพอเพียง
 - 1.2 แนวคิดเกี่ยวกับความพอเพียง
 - 1.3 เงื่อนไขเพื่อให้เกิดความพอเพียง เป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง
 - 1.4 ทฤษฎีใหม่ 3 ชั้น กับเศรษฐกิจพอเพียง
 - 1.5 ข้อเปรียบเทียบระหว่างคนที่สามารถพอเพียงกับคนที่ไม่สามารถพอเพียง
 - 1.6 การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง
 - 1.7 การปฏิบัติตนตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง
 - 1.8 การจัดการศึกษาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
 - 1.9 ตัวอย่างกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเพื่อสร้างการเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างพอเพียง
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน
 - 2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน
 - 2.2 ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน
 - 2.3 อัตลักษณ์แห่งตนกับวัยรุ่น
 - 2.4 ปัญหาของวัยรุ่นในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน
 - 2.5 การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน
 - 2.6 การวัดอัตลักษณ์แห่งตน
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง
 - 3.1 ความหมายของการพึ่งตนเอง
 - 3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง
 - 3.3 องค์ประกอบสำคัญของการพึ่งตนเอง
 - 3.4 พฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคลที่พึ่งตนเองได้ทางการเรียน
 - 3.5 ประโยชน์ของแนวคิดการพึ่งตนเอง
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต
 - 4.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

- 4.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต
- 4.3 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต
- 4.4 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต
- 4.5 ความเกี่ยวข้องระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง
5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
 - 5.1 ความหมายของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
 - 5.2 ความสำคัญของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
 - 5.3 บทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
 - 5.4 ทฤษฎีเกี่ยวกับบทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
 - 5.5 ความเกี่ยวข้องระหว่างอิทธิพลของพ่อแม่กับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง
6. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับสื่อ
 - 6.1 ความหมายของการเปิดรับสื่อ
 - 6.2 วัตถุประสงค์ของการเปิดรับสื่อ
 - 6.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับสื่อ
 - 6.4 อิทธิพลของสื่อต่อการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมไทย
 - 6.5 ผลกระทบของสื่อที่มีต่อสังคมไทย
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพอเพียง

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพอเพียง

1.1 ความหมายของความพอเพียง

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 2-3) ได้กล่าวถึงความหมายของความพอเพียงตามพระราชดำรัส เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2541

“...คำว่าพอเพียงมีความหมายกว้างออกไปอีก ไม่ได้หมายถึงการพอมีพอใช้สำหรับใช้ของตนเอง มีความหมายว่าพอมีพอกิน...พอมีพอกินนี้ก็แปลว่า เศรษฐกิจพอเพียงนั่นเอง...” “...พอเพียงนี้ให้หมายความว่ามีกินมีอยู่ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่หรูหรา แต่ก็พอ แม้บางอย่างอาจจะดูฟุ้งเฟ้อ แต่ก็ทำให้มีความสุข ถ้าทำได้ก็สมควรที่จะทำสมควรที่จะปฏิบัติ...”

“Self-sufficiency นั้นหมายความว่า ผลิตอะไรมีพอที่จะใช้ ไม่ต้องไปขอยืมคนอื่นอยู่ได้ด้วยตนเอง....”

“...คนเรากล้าพอในความต้องการ มันก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าประเทศใดมีความคิดอันนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข...”

มุนญ มุกข์ประดิษฐ์ (2542: 6) ได้ให้ความหมายของความพอเพียงในความหมายตามแนวคิดที่ได้พระราชทานไว้ว่ามีความหมายมากกว่าการที่มีข้าวอยู่ในยุ้งฉาง ผักและปลาอยู่ในไร่นาเพียงพอสำหรับการบริโภคในครัวเรือนเท่านั้นแต่ยังกินความหมายลุ่มลึกและผูกพัน สอดประสานไปถึงปรัชญาและแนวคิดในการดำรงชีวิตของผู้คน ชุมชนและสังคมไทยในภาพรวมอีกด้วย

อภิชัย พันธเสน (2542: 8) ได้กล่าวถึงความพอเพียง (Self-sufficiency) ว่าหมายถึง สามารถบรรลุเป้าหมายหรือสำเร็จวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเองโดยไม่จำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่นหรือภายนอก

กรมประชาสัมพันธ์ (2549: ออนไลน์) ให้คำนิยาม ความพอเพียงว่าจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะพร้อม ๆ กันดังนี้

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไปโดยไม่เบียดเบียนตนเองและมีการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผลโดยปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่มีความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

กรมการปกครอง(2543: 4) ได้นำแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง มาอธิบายเพิ่มเติมไว้ว่าเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ ทรงมุ่งเน้นให้คนไทยพึ่งพาตนเองได้ โดยช่วยเหลือตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก เริ่มต้นที่การพัฒนาเกษตรกรรม ใช้ทรัพยากรในดินที่พอมีอยู่เป็นทุนในการเริ่มต้นรู้จักผลิตเพื่อใช้บริโภคแล้วค่อยนำจำหน่ายยึดหลักเกษตรกรรม ตามทฤษฎีใหม่ มีการวางแผนการผลิตที่ดี และรู้จักใช้พื้นที่พัฒนาที่ดินทำกิน ยึดถือหลักธรรมชาติเกื้อกูลซึ่งกันและกัน และพึงมีความพอเพียงในสิ่งเบื้องต้น 3 ประการ ดังนี้

1. พอเพียงในความเป็นอยู่ หมายถึง พอมีพอกินสามารถพึ่งตนเองได้โดยเหมาะสมตามอัตภาพ ทั้งบุคคล ครอบครัว และชุมชน

2. พอเพียงในความคิด หมายถึง มีการปรึกษาหารือระหว่างบุคคล ครอบครัว ชุมชน และคิดในสิ่งที่พึงกระทำได้

3. พอเพียงในจิตใจ หมายถึง รู้จักพอ ไม่โลภมาก ช่วยเหลือเอื้ออาทรซึ่งกันและกัน ในระหว่างบุคคลในครอบครัว และชุมชน และมีจิตใจรักชุมชนถิ่นตนเอง

ประเวศ วะสี (2542) เศรษฐกิจพอเพียงหมายถึง พอเพียงในอย่างน้อย 7 ประการด้วยกัน คือ 1) พอเพียงสำหรับทุกคน 2) จิตใจพอเพียง 3) สิ่งแวดล้อมพอเพียง 4) ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง 5) ปัญหาพอเพียง 6) อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง 7) มีความมั่นคงพอเพียง

สุนทร กุลวัฒนวงษ์ (2544: 55) กล่าวถึง แนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงนั้น อาจมองได้สองลักษณะใหญ่ ๆ คือ ลักษณะที่หนึ่งหมายถึงความสามารถของชุมชนเมือง รัฐ ประเทศ หรือภูมิภาคหนึ่ง ๆ ในการผลิตสินค้า และบริการทุกชนิดเพื่อเลี้ยงสังคม นั้น ๆ ได้โดยไม่ต้องพึ่งพาปัจจัยต่าง ๆ ที่เราไม่ได้เป็นเจ้าของ และลักษณะที่สองคือ ความสามารถในการดำรงชีวิตได้อย่างไม่เดือดร้อน มีความเป็นอยู่อย่างประมาณตนตามฐานะ ตามอัตภาพที่สำคัญไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่พันนาการอยู่กับสิ่งใด

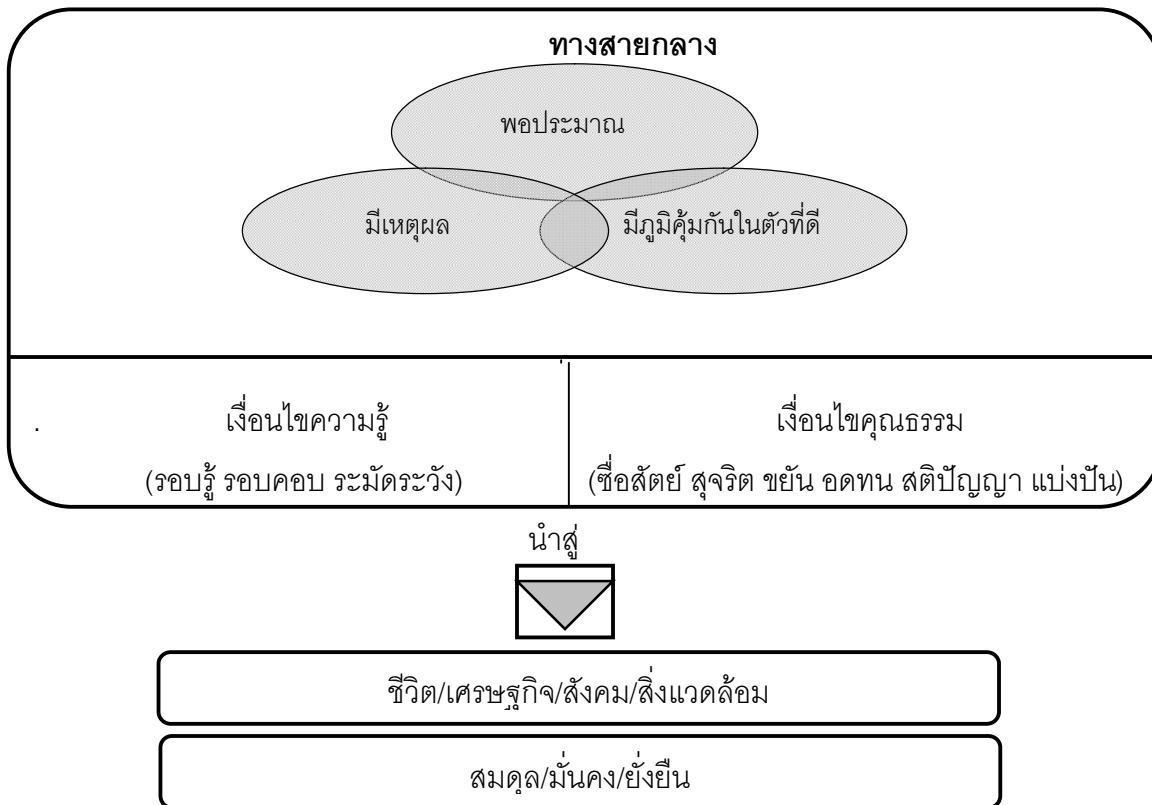
ชาโรณี ล้อมงคล (2549: 26) ได้กล่าวถึงแนวปฏิบัติสู่ความเป็นอยู่อย่างพอเพียง ได้แก่ การลดรายจ่าย การออม การผลิตเพื่อการบริโภค การพึ่งพาตนเองและการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ ในชุมชน ซึ่งนำไปสู่ความเข้าใจชีวิต รู้จักตนเองมากขึ้น รู้เท่าทันสิ่งเร้าภายนอก ทำให้เกิดปัญหาในการดำรงชีวิตและนำไปสู่การขยายการเรียนรู้

กล่าวโดยสรุปได้ว่าความพอเพียง หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตไปอย่างไม่เดือดร้อนผู้อื่น มีความประหยัด อุดหนุน ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่โลภมาก ไม่หุนหัน ใช้จ่ายอย่างคุ้มค่า และมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น ซึ่งลัดยศสุจริต มีความขยัน อุตุน มีความขยันหมั่นเพียรและมีความเป็นอยู่อย่างประมาณตนตามฐานะตามอัตภาพไม่หลงไหลไปตามกระแสวัตถุนิยม

1.2 แนวคิดเกี่ยวกับความพอเพียง

ปรียานุช พิบูลสรารุช (2550: 5-7) ได้กล่าวถึง เศรษฐกิจพอเพียง คือ หลักคิดและหลักปฏิบัติ เพราะคำว่าปรัชญาแปลว่าหลักคิด ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตน เพื่อให้เราก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ถ้าเราใช้ความพอเพียง เป็นหลักคิดและหลักปฏิบัติ เราก็จะสามารถอยู่ได้อย่างรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ปรับตัว และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงได้ โดยต่อไปนี่จะเป็นแผนภาพสรุปปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่า ความพอเพียงนั้นมีหลักการประกอบด้วยอะไรบ้างและมีเงื่อนไขอะไรบ้างที่ก่อให้เกิดความพอเพียง ดังภาพประกอบ 2

สรุปปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง



ภาพประกอบ 2 สรุปปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา: ปรียานุช พิบูลสรวุฑ. พัฒนาเทคนิคศึกษา. (2550, ตุลาคม-ธันวาคม). เศรษฐกิจพอเพียงกับการศึกษา. วารสารทางการศึกษาเพื่อมวลชน. p. 6.

จากภาพประกอบ 2 หลักของความพอเพียง ประกอบด้วยความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว จากผลกระทบที่จะเกิดขึ้น จากทั้งภายนอกและภายใน ภายนอกกระทบเข้ามาภายในก็เปลี่ยนแปลงด้วย จะพอเพียงได้ต้องคำนึงถึงหรือหวังถึงใน 3 เรื่อง คือ เราคิดและทำอะไรอย่างพอประมาณ พอเหมาะ พอควรกับอัตภาพของเราหรือไม่ เราใช้หลักเหตุหลักผลในการวางแผนและการตัดสินใจอย่างถูกต้องตามหลักความเป็นจริงหรือหลักวิชาการต่าง ๆ หรือไม่ และการทำอะไรก็ตามเราประมาทไหม เรายอบคอบเตรียมความพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ แค่นั้น อย่างไร กล่าวคือ เราได้สร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีให้กับชีวิต ครอบครัวหรือองค์กรแล้วหรือยัง และก็ต้องพอเพียงในทุก ๆ ด้าน มีพระราชดำรัสองค์หนึ่งว่า “พูดจาก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง”

ดังนั้น สามารถสรุปนิยามของความพอเพียงได้ดังนี้

- ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ โดยดูปัจจัย คือ ปัจจัยภายในพอประมาณกับความชอบของคุณ ศักยภาพของคุณ และทรัพยากรที่มีอยู่ของคุณ ปัจจัยภายนอก คือ พอประมาณกับภูมิสังคม สิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ในแต่ละขณะ ในหลักสัปปริสธรรม 7 สอนไว้ว่าจะสร้างความพอดีให้เกิดขึ้นได้จะต้อง รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้ประมาณ รู้กาล รู้ชุมชน รู้บุคคล ความพอประมาณ จึงครอบคลุมความพอเหมาะพอควรกับทุก ๆ เรื่อง

- ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผลถูกต้องตามความเป็นจริง และหลักวิชาการ โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

- การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การไม่ประมาท ไม่เสี่ยงเกินไปในการตัดสินใจใด ๆ และเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบ และความเสียหายจากการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ให้พอเพียงที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า หลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นหลักคิดและหลักปฏิบัติที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตน เพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ คือถ้าเราใช้ความพอเพียงเป็นหลักคิดและหลักปฏิบัติ เราก็จะสามารถอยู่ได้อย่างรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ปรับตัว และพร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นได้

นฤมล นิราทร; อรศรี งามวิทยาพงศ์; และ ชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์ (2550: 33-34) สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ได้เสนอว่าปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้นควรครอบคลุมแนวคิดพื้นฐานที่สำคัญ 5 ข้อ ดังนี้

ความพอเพียง คือ การบริโภคและการผลิตที่อยู่บนพื้นฐานของความพอประมาณ และเหตุผล ไม่ขัดสน แต่ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่นิยมกิจกรรมหรือการลงทุนที่มีความเสี่ยงสูง

ความสมดุล คือ การพัฒนาอย่างเป็นองค์รวม มีความสมดุลระหว่าง โลกาภิวัตน์ (Globalization) และอภีวัตน์ท้องถิ่น (Localization) มีความสมดุลระหว่างภาคเศรษฐกิจกับการเงินและคนกับสังคม มีเสถียรภาพทางเศรษฐกิจ โครงสร้างการผลิตที่สมดุล มีการผลิตหลากหลาย และกลมกลืน มีความยั่งยืน ใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

ยั่งยืน คือ พอเพียงอย่างต่อเนื่องในทุกด้าน โดยเฉพาะด้านทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม มีภูมิคุ้มกันที่ดี ระบบเศรษฐกิจกับสังคมมีความยืดหยุ่นที่สามารถก้าวทันและพร้อมรับต่อกระแสโลกาภิวัตน์ ตลอดจนปรับตัวให้สามารถแข่งขันได้ในตลาดโลก มีการบริหารจัดการที่ดีซึ่งสามารถป้องกัน และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว (วิกฤต) ได้

ภูมิคุ้มกันก้าวทันโลก หมายถึง มีความระมัดระวังในการนำความรู้และวิชาการมาใช้ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีความรอบคอบและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงจากสิ่งแวดล้อมภายนอก และสามารถป้องกันหรือลดผลกระทบอันเกิดจากความผันผวน หรือความผกผันของโลกภายนอก

กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ (2550: ออนไลน์) ได้กล่าวถึง “เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นปรัชญา ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิต แก่พสกนิกรชาวไทยมา โดยตลอดนานกว่า 30 ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ และเมื่อภายหลังได้ทรงเน้นย้ำ แนวทางการแก้ไขเพื่อให้รอดพ้น และสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง และยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ และความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนของประชาชนใน ทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนิน ไปใน **ทางสายกลาง** โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผลรวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งจะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการ ทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจ ในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่ เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุล และ พร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และ วัฒนธรรม จากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

นฤมล นิราทร; อรศรี งามวิทยาพงศ์; และ ชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์ (2550: 34-36) สคช.ยังได้ นำเสนอแนวทางการปฏิบัติบางประการในระดับบุคคล/ครอบครัว/ชุมชน และระดับภาคเอกชนไว้ ดังตาราง 1 ดังนี้

ตาราง 1 แนวทางปฏิบัติตนตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในระดับต่าง ๆ

แนวคิดพื้นฐาน	ระดับครอบครัว/ชุมชน	ระดับธุรกิจ
ทางสายกลาง	<ul style="list-style-type: none"> * ดำรงตนอยู่ในความไม่ประมาท เน้นการพึ่งตนเองก่อนเป็นหลัก 	<ul style="list-style-type: none"> * ไม่ดำเนินการลงทุนจนเกินตัว พึ่งพาเงินออมของตนเองให้มาก * มีการผลิตที่เหมาะสม โดยเลือกประเภท วิธีการและขนาดการผลิตที่เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น แล้วจึงขยายการผลิตอย่างเป็นลำดับขั้นต่อไป * ใช้วัตถุดิบและบุคลากรในท้องถิ่น
ความสมดุล	<ul style="list-style-type: none"> * ความสมดุลระหว่างรายได้ รายจ่าย ส่งเสริมให้มีการออม * ความสมดุลระหว่างการทุ่มเทให้กับกิจการงาน เมื่อเปรียบเทียบกับความอยู่ดี กินดี ความสงบสุข และความอบอุ่นของครอบครัว * ความสมดุลระหว่างวัตถุ สิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในชีวิต กับความสงบสุข และความพึงพอใจของสมาชิกในครอบครัว 	<ul style="list-style-type: none"> * ความสมดุลในการดำเนินการไม่ว่าจะเป็นด้านการผลิต การบริหารจัดการ ต้องมีความสมดุลโดยมีหลักปฏิบัติดังนี้ * มีความสมดุลในกระบวนการผลิตทุกขั้นตอน คือ ดำเนินการผลิตไปพร้อมกับนำปัจจัยทุกด้านที่เกี่ยวข้องเข้ามาพิจารณาโดยไม่เน้นด้านใดด้านหนึ่งมากเกินไป * เลือกใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุดอย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม * มีการจัดการเรื่องทุนอย่างเหมาะสม โดยสร้างความสมดุลระหว่างสัดส่วนหนี้ต่อทุนที่คำนึงถึงความสามารถในการชำระหนี้การหารายได้และสภาพคล่องของธุรกิจ โดยเฉพาะเรื่องเงินทุนหมุนเวียน

ตาราง 1 (ต่อ)

แนวคิดพื้นฐาน	ระดับครอบครัว/ชุมชน	ระดับธุรกิจ
ความพอเพียง	<ul style="list-style-type: none"> * ไม่โลภ ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น * รู้จักประมาณ รู้จักพอ * ไม่สนับสนุนหรือยึดติดกระแสวัตถุนิยม บริโภคนิยม 	<ul style="list-style-type: none"> * เน้นเป้าหมายในการดำเนินธุรกิจอย่างยั่งยืน โดยมุ่งแสวงหากำไรในระดับที่เหมาะสม โดยเฉพาะการคำนึงถึงความสามารถในการใช้หนี้
ภูมิคุ้มกัน และก้าวทันโลก	<ul style="list-style-type: none"> * ประหยัด สร้างนิสัยการออม เพื่อให้เกิดความมั่นคงในชีวิต * เตรียมพร้อมรับความเสี่ยงต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น พัฒนาความรู้และทักษะในการเลี้ยงชีพอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถปรับตัวได้ทัน เมื่อสิ่งแวดล้อมภายนอกเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว * เสริมสร้างความเข้มแข็งของจิตใจ ส่งเสริมการปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ เพื่อสร้างความเข้มแข็ง ขณะเดียวกันมีความยืดหยุ่น 	<ul style="list-style-type: none"> * ดำเนินธุรกิจด้วยความรอบคอบ มีการเตรียมความพร้อมและปรับตัวเพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และผลกระทบที่มาจากภายนอก และสามารถก้าวทันโลก * การบริหารจัดการที่ดี คำนึงถึงความโปร่งใส ตรวจสอบได้ เช่น การจัดทำบัญชีที่ได้มาตรฐาน * มีเงินทุนสำรองสำหรับการหมุนเวียนของธุรกิจ * มีการบริหารความเสี่ยง ทั้งวัตถุดิบ แหล่งเงินทุน และการตลาด มีการทำประกันภัยเพื่อลดความเสี่ยง * สร้างเครือข่ายธุรกิจ เพื่อเพิ่มอำนาจการต่อรอง แลกเปลี่ยนข้อมูล ลดค่าใช้จ่ายในกิจกรรมที่ทำร่วมกันได้ * ใช้เทคโนโลยีที่ช่วยให้สามารถพึ่งตนเองได้มากที่สุด * ปรับตัว สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง
การเสริมสร้างจิตใจคน	<ul style="list-style-type: none"> * รักษาศีลธรรมตามหลักศาสนา * รับผิดชอบ มีความเพียร 	<ul style="list-style-type: none"> * รับผิดชอบต่อลูกค้า และสังคม เพื่อการดำเนินธุรกิจอย่างยั่งยืน โดยคืนกำไรให้แก่สังคม

ตาราง 1 (ต่อ)

แนวคิดพื้นฐาน	ระดับครอบครัว/ชุมชน	ระดับธุรกิจ
การเสริมสร้างจิตใจคน (ต่อ)	* มีคุณธรรม ซื่อสัตย์สุจริตต่อ ครอบครัว ชุมชน * พึงพอใจที่จะพัฒนาความรู้ใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนา คุณภาพชีวิตอย่างต่อเนื่อง	* แสวงหากำไรในระดับที่เหมาะสม* มีการผลิตที่ได้คุณภาพ มาตรฐาน คำนึงถึงผู้บริโภคและสภาพแวดล้อม

ที่มา: นฤมล นิราทร; อรศรี งามวิทยาพงศ์; และชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์. (2550). เศรษฐกิจ
นอกระบบทางการในเขตเมือง เพื่อขับเคลื่อนแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง. p. 34 – 36.

1.3 เงื่อนไขเพื่อให้เกิดความพอเพียง เป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

ปรียานุช พิบูลสรวาท (2550: 7-11) ในความพอเพียงนั้น มีเงื่อนไขเพื่อให้เกิดความพอเพียง
คือ เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ดังนั้นการตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้พอเพียง
ต้องอาศัยทั้งความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐานดังนี้

- เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน
ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และความ
ระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

- เงื่อนไขคุณธรรม จะต้องเสริมสร้างให้เป็นทั้งพื้นฐานของจิตใจและการดำเนินชีวิต
ประกอบด้วย การตระหนักในคุณธรรม เช่น มีความซื่อสัตย์สุจริต ความอดทน ความเพียร ใช้สติปัญญา
ในการดำรงชีวิต รู้จักแบ่งปัน เป็นต้น

เป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

เราดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปเพื่ออะไร ก็ต้องไปดูว่าเป้าหมายของเศรษฐกิจ
พอเพียงที่พระองค์ท่านพระราชทานมา ในคำนิยามเป็นอย่างไร

ในพระปฐมบรมราชโองการ “เพื่อประโยชน์สุขแห่งมหาชนชาวสยาม” ประโยชน์ก็ต้องเกิด
ความสุขก็ต้องมี แต่เวลาคุยกันเรื่องความสุข บางครั้งคำนิยามอาจจะต่างกัน หรือวิธีที่จะสร้างความสุข
และประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับครอบครัว กับชุมชน กับองค์กร กับประเทศชาติ ก็อาจจะต่างกัน แล้ว
ประโยชน์สุขตามหลักพอเพียงจะวัดได้จากที่ไหน ก็มาดูตรงเป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง ที่ได้
พระราชทานไว้ว่า มุ่งให้เกิดความสมดุลงและพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง กล่าวคือ สมดุลทั้ง

ด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม ประโยชน์สุขของคนส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นได้อย่างแท้จริง ก็ต่อเมื่อการพัฒนาในทุกระดับต้องสมดุลอย่างมั่นคงและยั่งยืน

การที่เราต้องพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง หรือมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวนั้น อาจพิจารณาได้จาก หลักพระธรรมคำสอนในศาสนาพุทธที่ให้มองโลกว่าเป็นอนิจจัง ทุกอย่างมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา จะรู้ได้อย่างไรว่า ถ้าเราออกจากห้องนี้เดินออกไปข้างนอกจะไม่ถูกรถชน ถ้าเราไม่มีเงินเก็บออมหรือ การทำประกันสุขภาพเตรียมไว้ในยามฉุกเฉิน เมื่อถึงคราวจำเป็นก็อาจจะเกิดปัญหาจนถึงกับเกิดวิกฤต ในชีวิตได้ ฉะนั้นการที่จะสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี คือ ต้องไม่ประมาท ต้องคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในอนาคต คือต้องรักษาสมดุลทั้งในปัจจุบันและในอนาคตด้วย นายแพทย์ประเวศ วะสี ได้กล่าวไว้ว่า ทฤษฎีพอเพียงนั้นสอดคล้องกับทฤษฎีพระมหาชนก คือ ถ้าเราทำให้ชีวิตวันนี้พอเพียงได้แล้ว ก็ต้องมี ความเพียงพออย่างต่อเนื่อง

การรักษาสมดุลทางด้านเศรษฐกิจ ในระดับบุคคล หมายถึง การดำเนินชีวิตโดยรายได้ สมดุลกับรายจ่าย จะใช้จ่ายอย่างไรพอเพียงได้อย่างไร รายจ่ายพอประมาณกับรายได้ใหม่ มีเหตุ มีผลในการใช้จ่าย ใช้ของเพราะความจำเป็นหรือฟุ่มเฟือย การใช้จ่ายอย่างไรพอเพียง ต้องมีภูมิคุ้มกัน สำหรับอนาคตด้วย คือ ออมบ้าง การซื้อประกันชีวิต ประกันสุขภาพ หรือสวัสดิการในบริษัทก็เป็น ภูมิคุ้มกันอย่างหนึ่ง เพราะฉะนั้นสมดุลทางเศรษฐกิจ คือ ทำอย่างไรจะรักษาสมดุลรายรับรายจ่าย มีเงินออม มีประกันด้วย

สมดุลทางด้านสังคม หมายถึง การที่ทุกคนช่วยเหลือกัน แบ่งปันกันทั้งกำลังทรัพย์ กำลัง กาย กำลังใจ และกำลังความรู้ เมื่อมีการใช้จ่ายเงินทองอย่างสมดุลทางเศรษฐกิจ ต้องคำนึงถึงการใช้จ่าย เพื่อสร้างสมดุลทางสังคมให้เกิดขึ้นด้วยการแบ่งปัน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน ตรงนี้ถึง จะอยู่ร่วมกัน ได้อย่างมีความสุข การอยู่ร่วมกันนั้น บางครั้งก็สามัคคี บางครั้งก็ไม่ลงรอยกัน มีการเปลี่ยนแปลงไป อย่างต่อเนื่อง ฉะนั้น จะคิด พูด ทำอะไร จึงต้องรอบคอบ ระมัดระวัง มีความเพียร ความอดทน มีน้ำใจ ในการรักษาความพอเพียงในสังคม ใช้สติ ปัญญา ความรอบคอบ ในการเตรียมพร้อมรับ การเปลี่ยนแปลง

สมดุลด้านสิ่งแวดล้อม การจัดทรัพยากรทางธรรมชาติให้สามารถใช้ประโยชน์ได้อย่าง ยั่งยืน เช่น ไม่ตัดไม้ทำลายป่า จำเป็นใหม่ที่เราต้องรักษาสมดุลทางสิ่งแวดล้อม จำเป็นเพราะทุกอย่าง ที่เราเป็น เราใช้ เรามี มาจากธรรมชาติสิ่งแวดล้อม ถ้าเราไม่รักษาไว้ใช้ได้นาน ๆ เราจะ อยู่อย่างไร เรา ต้องเห็นความจำเป็นของการอยู่ร่วมกับระบบนิเวศน์วิทยาอย่างสมดุล องค์การสหประชาชาติรณรงค์ ให้เกิดการพัฒนายั่งยืน หมายความว่า การพัฒนาต้องสามารถทำให้คนรุ่นต่อไป ดำเนินชีวิต อย่างมีคุณภาพในระดับเดียวกับคนรุ่นปัจจุบัน หลักเศรษฐกิจพอเพียง ชี้ให้เห็นถึงว่าในการใช้ ใช้จ่ายหรือดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจในด้านต่าง ๆ ของแต่ละคน แต่ละองค์กรนั้น ให้พยายามรักษา

สมดุลทางสิ่งแวดล้อม ให้เกิดขึ้นในคราวเดียวกันด้วย จึงจะเรียกได้ว่า พอประมาณกับทรัพยากรที่มีอยู่บนพื้นฐานของความรอบคอบตามหลักวิชาการ และเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันด้วย

สมดุลด้านวัฒนธรรม หากศึกษาพระราชดำรัสและพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในเรื่องวัฒนธรรมจะพบว่า พระองค์ทรงเน้นย้ำมาโดยตลอดให้ปลูกฝังเด็กและเยาวชนไทยให้เห็นคุณค่าในความเป็นไทย เอกลักษณ์ไทย เห็นประโยชน์และคุณค่าของภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่มีกระแสโลกาภิวัตน์เข้ามา การเสริมสร้างความพอเพียงทางวัฒนธรรม จะเป็นเสมือนภูมิคุ้มกันทางวัฒนธรรมที่จะทำให้เด็กไทย คนไทยอยู่รอดได้ในยุคโลกาภิวัตน์ ดำรงตนอยู่ได้อย่างมีศักดิ์ศรีท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ การปลูกฝังให้เด็กเยาวชน โดยเฉพาะเด็กรุ่นใหม่ ๆ มีความภูมิใจในความเป็นไทยจึงมีความจำเป็น เด็กจะได้รู้จักรากเหง้าประวัติศาสตร์และความเป็นมาของประเทศ ภูมิใจในความเป็นไทย และเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมในชาติตน และรู้จักเลือกรับและแยกแยะวัฒนธรรมอื่น ๆ ที่ไหลเข้ามาสู่ตนในยุคโลกาภิวัตน์ได้เป็นอย่างดี

จากเป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ว่า การดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้นมีเป้าหมายตามในพระปฐมบรมราชโองการ “เพื่อประโยชน์สุขแห่งมหาชนชาวสยาม” อันได้แก่มุ่งให้เกิดความสมดุลและพร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลง กล่าวคือ สมดุลทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม เป็นต้น

1.4 ทฤษฎีใหม่ 3 ขั้น กับเศรษฐกิจพอเพียง

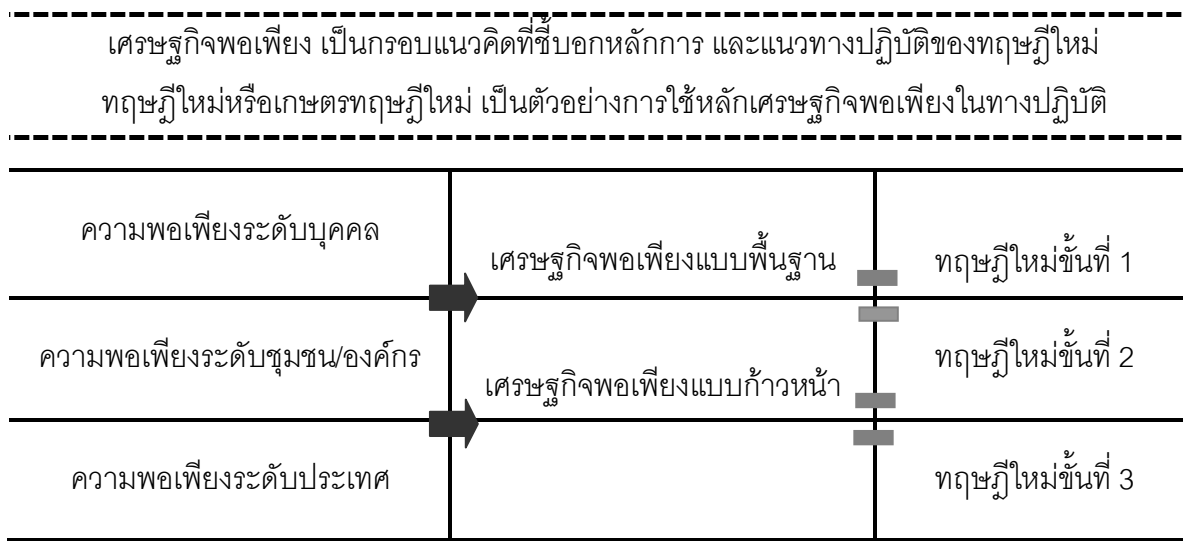
ทฤษฎีใหม่นั้นมี 3 ขั้น ส่วนมากเวลาพูดถึงเศรษฐกิจพอเพียง มักจะนึกถึงทฤษฎีใหม่ ขั้นที่ 1 โดยเฉพาะด้านเกษตรเท่านั้น แต่ที่แท้จริงแล้ว ทฤษฎีใหม่ ซึ่งเป็นตัวอย่างการใช้หลักใน ทางปฏิบัติของเศรษฐกิจพอเพียง มี 3 ขั้น คือ

ขั้นที่ 1 เป็นการจัดการทรัพยากรที่แต่ละคนมีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อคนเหล่านั้นสามารถพึ่งตนเองได้อย่างเข้มแข็งและยั่งยืน (ทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 นี้ เทียบได้กับเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน)

ขั้นที่ 2 เป็นการรวมกลุ่มกันของคนที่มีความเข้มแข็งและสามารถพึ่งตนเองได้แล้วในระดับต่าง ๆ เพื่อร่วมมือกันช่วยเหลือกันในกิจกรรมต่าง ๆ (ทฤษฎีใหม่ในขั้นที่ 2 นี้ เทียบได้กับเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า)

ขั้นที่ 3 เป็นความร่วมมือกันในระดับเครือข่าย ระดับประเทศ ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ดังภาพประกอบ 3

เศรษฐกิจพอเพียง และทฤษฎีใหม่...



ภาพประกอบ 3 ทฤษฎีใหม่ 3 ขั้น กับเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา: ปรียานุช พิบูลสรวุฑ. พัฒนาเทคนิคศึกษา. (2550, ตุลาคม-ธันวาคม). เศรษฐกิจพอเพียงกับการศึกษา. วารสารทางการศึกษาเพื่อมวลชน. p. 11.

จากทฤษฎีใหม่ 3 ขั้นกับเศรษฐกิจพอเพียงดังกล่าว สรุปได้ว่า ทฤษฎีใหม่ คือ ตัวอย่างของการใช้หลักในทางปฏิบัติของเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งมี 3 ขั้น คือ ขั้นที่ 1 เป็นการจัดการทรัพยากรที่แต่ละคน มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด (ทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 เทียบได้กับเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน) ขั้นที่ 2 เป็นการรวมกลุ่มกันของคนที่มีความเข้มแข็งและสามารถพึ่งตนเองได้แล้วในระดับต่าง ๆ เพื่อร่วมมือกันช่วยเหลือกันในกิจกรรมต่าง ๆ (ทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 2 เทียบได้กับเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า) และขั้นที่ 3 เป็นความร่วมมือในระดับเครือข่าย ระดับประเทศ เช่น เครือข่ายสันติอโศก สำนักรักษำบ้านเกิดของดีแทค เป็นต้น

1.5 ข้อเปรียบเทียบระหว่างคนที่สามารถพอเพียงกับคนที่ไม่สามารถพอเพียง

ปรีชา ธรรมมา (2543: 40-41) ได้กล่าวถึง ข้อเปรียบเทียบของคนที่มีความพอเพียงกับไม่มีความพอเพียง โดยได้นำแนวคิดของเพอร์ซิวัล เอ็ม ซิมมอนส์ (Percival M. Symonds) ศาสตราจารย์ทางจิตวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยโคลัมเบีย ซึ่งมีแนวทางเปรียบเทียบให้เห็นว่าคนที่สามารถพอเพียงกับคนที่ไม่สามารถพอเพียงแตกต่างกันใน ด้านต่าง ๆ ประการใดเกี่ยวกับการทำหน้าที่การทำงาน ดังตาราง 2

ตาราง 2 แสดงข้อเปรียบเทียบระหว่างคนที่สามารถพอเพียงกับคนที่ไม่สามารถพอเพียง

ภาระงาน	คนสามารถพอเพียง	คนไม่สามารถพอเพียง
1. การเผชิญกับปัญหาอุปสรรค	สามารถเอาเข้าประสงค้อนมาแทน เข้าประสงคที่มีอุปสรรคขัดขวาง	แสดงอาการโกรธเคือง เอะอะวอยวาย
2. การเผชิญกับความวิตกกังวล	สามารถแสดงกลวิธีในรูปแบบ ต่าง ๆ	สู้ หรือ หนี เพียงอย่างเดียว
3. การเผชิญกับสิ่งเย้ายวนใจ	สามารถอดทนรอได้ คอยได้	มีแรงผลักดันให้ได้สิ่งที่ตอบสนอง ความพอใจในทันทีทันใด
4. การประเมินสภาพความเป็นจริง	สามารถปรับตัวหรือพฤติกรรมให้ เหมาะสมกับแต่ละสถานการณ์หรือ แต่ละบุคคล	ยอมจำนนต่อสถานการณ์หรือบุคคล ที่มีพลังหรืออำนาจเหนือกว่า
5. การเผชิญกับความผิดพลาด	สำนึกผิดและแก้ไขสิ่งผิด	สำนึกผิดน้อย พยายามหลบเลี่ยงให้ พ้นผิด
6. การควบคุมตนเอง	ควบคุมตนเองได้ขณะที่ไม่มีการ ควบคุมจากภายนอก	สับสนวุ่นวายในทันทีที่ไม่มี การควบคุมจากภายนอก
7. การเผชิญกับความตื่นเต้นเร้าใจของกลุ่มบุคคล	ไม่ด่วนตอบสนองต่อความตื่นเต้น เร้าใจภายในกลุ่ม	เสียการควบคุมตนเอง เมื่อมีเหตุการณ์ ตื่นเต้นเกิดขึ้น
8. การรับรู้สภาพแท้จริงของระเบียบกฎเกณฑ์ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน	ไม่รู้สึกรู้ว่าได้รับความเสียหายจาก ระเบียบ กฎเกณฑ์และข้อปฏิบัติ	เห็นว่าระเบียบ กฎเกณฑ์ ข้อปฏิบัติ ต่าง ๆ เป็นอันตรายต่อตนเอง
9. การเผชิญกับความล้มเหลวความสำเร็จและความผิดพลาดต่างๆ	สามารถแก้ไขข้อผิดพลาด ภาคภูมิใจกับความสำเร็จ	ถือว่าความผิดพลาดเป็นการแสดงถึง ความรู้ไร้คุณค่าความสำเร็จแสดงถึง ความมีคุณค่าอย่างเด็ดขาด
10. การสร้างบูรณาการแห่งตน	แสดงออกถึงค่านิยมของตนเองและ ไม่สูญเสียค่านิยมของตน เมื่อร่วม กิจกรรมกับกลุ่ม	ยอมจำนนต่ออิทธิพลของกลุ่มอย่าง ง่ายดาย

ที่มา: ปรีชา ธรรมา. (2543). สารานุกรมศึกษาศาสตร์: p40 -41.

นอกจากความพอเพียงด้านความสามารถแล้ว ยังมีส่วนที่เป็นความเข้มแข็งของตนซึ่งประกอบด้วย ความสามารถที่จะตอบสนองต่อความกดดันของสิ่งแวดล้อมได้เป็นผลสำเร็จ ความสามารถในการทำหน้าที่การงานต่าง ๆ ในเชิงสังเคราะห์ให้ประสมประสานกันโดยปราศจาก

ความขัดแย้ง ความสามารถในการปฏิบัติตามกฎกติกา คำมั่นสัญญาที่ให้ไว้กับตนเอง และการปฏิบัติ ได้ลุล่วงตามแผนการที่วางไว้ตลอดทั้งการมีทัศนคติที่ดีและการเคารพ ต่อตนเอง

1.6 การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2547: 79-80) ได้กล่าวถึงการจะนำความเป็นอยู่อย่างพอเพียงไปประยุกต์ใช้ให้ได้ผลในการดำเนินชีวิตจำเป็นต้องเริ่มต้นจากการมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องว่าความเป็นอยู่อย่างพอเพียงหมายถึงอะไร และมีหลักการสำคัญอะไรบ้างที่จะนำไปใช้ เป็นแนวทางในภาคปฏิบัติตลอดจนเห็นถึงประโยชน์จากการที่จะนำความเป็นอยู่อย่างพอเพียงไปประยุกต์ใช้ จึงจะเกิดความสนใจที่จะนำความเป็นอยู่อย่างพอเพียงใช้ในการดำเนินชีวิต หลังจากที่มีความเข้าใจอย่างถูกต้องแล้วก็จำเป็นต้องทดลองนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองทั้งในชีวิตประจำวัน และการดำเนินชีวิตต่าง ๆ ร่วมกับผู้อื่น โดยคำนึงถึงการพึ่งตนเองเป็นเบื้องต้น การทำอะไรมากเกินไป ไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจและ การกระทำต่าง ๆ การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในด้านต่าง ๆ เพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และไม่ทำอะไรมากเกินไป จนทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างเดือดร้อนในภายหลัง การใฝ่รู้อย่างต่อเนื่อง และใช้ความรู้ด้วยความรอบคอบและระมัดระวัง ความซื่อสัตย์ ความไม่โลภ ความรู้จักพอ ความขยันหมั่นเพียร การไม่เบียดเบียนกัน การรู้จักแบ่งปัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งการใช้ชีวิตอย่างพอดีและรู้จักระดับของความพอเพียงนั้น จะนำไปสู่การประกอบสัมมาชีพหาเลี้ยงตนเองอย่างถูกต้อง ไม่ให้อดอยากถึงกับต้องเบียดเบียนตนเอง หรือไม่เกิดความโลภจนเบียดเบียนผู้อื่น แต่มีความพอเพียงที่จะคิดเผื่อแบ่งปันไปยังคนอื่น ๆ ในชุมชนหรือองค์กรและสังคม

รังสรรค์ เครือคำ (2549: 36) กล่าวถึงการดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียงว่าประกอบด้วยความพอประมาณหมายถึง ความพอดี ไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ ความมีเหตุผลหมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ และภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีหมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

ชัชพล ทรงสุนทรวงศ์ (2549: 37-38) กล่าวถึงการดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียงว่าประกอบด้วยความพอประมาณ หมายถึง ความพอดี ไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ ความมีเหตุผลหมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ และภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง

การเตรียมตัวให้พร้อมทั้งกับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

เดชา ศิริสุทธิเดชา (2550: 12) ได้กล่าวถึง การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียงนั้นประกอบด้วยความพอประมาณ หมายถึง ต้องรู้จักประมาณตน ต้องรู้จักตนเองก่อนต้องรู้จักขีดความสามารถของตนในการที่จะประกอบกิจการงานใด ๆ ก็แล้วแต่จะต้องมีการรู้จักประมาณตนเอง ความมีเหตุผลหมายถึงรู้จักใช้เหตุผลในการเลือกทางเดิน อย่าใช้กระแสของโลกใบนี้ ต้องดูตัวเองก่อน เช่น ทุกประเทศ ทุกคนมีทางเดินที่แตกต่างกันไปไม่เหมือนกัน ซึ่งทางเดินที่ว่านี้ต้องสอดคล้องกับตัวเอง สอดคล้องกับคนในประเทศ และภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีหมายถึงต้องมีความระมัดระวังอยู่ตลอดเวลา ไม่ประมาท ไม่ทำอะไรที่เสี่ยงเกินไป

พิพัฒน์ ยอดพฤติการ (2550: 34-58) กล่าวถึง การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียงว่าประกอบด้วยความพอประมาณ หมายถึง ความเหมาะสมของการดำเนินงาน ทั้งในแง่ของขนาดที่ไม่เล็กเกินไปหรือไม่ใหญ่จนเกินตัว แต่เป็นไปตามอัตรากับสิ่งแวดล้อม และในแง่ของจังหวะเวลาที่ไม่เร็วเกินไปหรือไม่ช้าจนเกินไป แต่รู้จักทำเป็นขั้นตอนเพื่อให้การดำเนินงานมีความก้าวหน้าโดยไม่ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ความมีเหตุผลหมายถึง การพิจารณาที่จะดำเนินงานใด ๆ ด้วยความถี่ถ้วนรอบคอบ ไม่ย่อท้อ ไร้อคติ คำนึงถึงเหตุและปัจจัยแวดล้อมทั้งหมด เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างถูกต้องดีงาม เกิดประสิทธิผล เกิดประโยชน์และความสุข โดยปราศจากการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีหมายถึงการจัดองค์ประกอบของการดำเนินงานให้มีสภาพพร้อมรองรับผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายในได้อย่างดี

อารีย์ เชื้อเมืองพาน (2550: 66) กล่าวถึง การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียงว่าประกอบด้วยความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไปโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ และภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

แสงสุรีย์ ทศนพูนชัย (2550: 128) กล่าวถึง การดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียงว่าประกอบด้วยความพอประมาณ หมายถึง การใช้หลักการเดินทางสายกลาง (มัชฌิมา) ตั้งอยู่บนพื้นฐานของการพึงตนเอง พอมีพอกิน พอมีพอใช้ ทำอะไรพอประมาณไม่น้อยเกินไปหรือมากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ตรวจดูศักยภาพของตนก่อนแล้วจึงค่อยพัฒนา ข้อสำคัญอย่าทำเกินความพอประมาณ ความมีเหตุผล หมายถึง จะตัดสินใจทำอะไรต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล

โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง และคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นอย่างรอบคอบ อย่าตื่นเต้นทำไปเพราะต้องการตามกระแส และภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง ทำอะไรให้มีภูมิคุ้มกันที่ดีอยู่ตลอดเวลา เตรียมตัวให้พร้อมที่จะรับผลกระทบหรือการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้และไกล และตระหนักถึงการพัฒนาตามลำดับขั้นตอนที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของคุณธรรมและจริยธรรม

1.7 การปฏิบัติตนตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543: 4) ได้กล่าวถึงการปฏิบัติตนตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง ดังนี้

1. ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้านที่ไม่จำเป็น ลดละความฟุ่มเฟือย ในการดำรงชีพก็ตาม ดังพระราชดำรัส “ความเป็นอยู่ที่ดีต้องไม่ฟุ้งเฟ้อ ต้องประหยัดไปในทางที่ถูกต้อง”
 2. ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้อง สุจริต แม้จะตกอยู่ในภาวะขาดแคลน ในการดำรงชีพก็ตาม ดังพระราชดำรัส “ความเจริญของคนทั้งหลาย ย่อมเกิดมาจากการประพฤติชอบ และการหาเลี้ยงชีพชอบเป็นหลักสำคัญ”
 3. ละเลิกการแก่งแย่งผลประโยชน์และแข่งขันกันในทางการค้าขายประกอบอาชีพแบบต่อสู้กันอย่างรุนแรงดังอดีต ซึ่งมีพระราชดำรัสเรื่องนี้ว่า “ความสุขความเจริญอันแท้จริงนั้น หมายถึง ความสุขความเจริญที่บุคคลแสวงหามาได้ด้วยความเป็นธรรมทั้งในเจตนาและการกระทำ ไม่ใช่ได้มาด้วยความบังเอิญ หรือด้วยการแก่งแย่งเบียดบังมาจากผู้อื่น”
 4. ไม่หยุดนิ่งที่จะหาทางใช้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ยากครั้งนี้ โดยต้องขวนขวายใฝ่หาความรู้ให้เกิดมีรายได้เพิ่มพูนขึ้นจนถึงขั้นพอเพียงเป็นเป้าหมายสำคัญ พระราชดำรัสตอนหนึ่งที่ทำให้ความชัดเจนว่า “การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้ และสร้างตนเองให้มั่นคงเพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้า ที่มีความสุข พอมีพอกิน เป็นขั้นหนึ่งและขั้นต่อไปก็คือให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วยตนเอง”
 5. ปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ลดละสิ่งชั่วให้หมดสิ้นไป ในครั้งนี้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้พระราชทานพระราชโอวาท “พยายามไม่ก่อความชั่วให้เป็นเครื่องทำลายตัว ทำลายผู้อื่น พยายามลดพยายามละความชั่วที่ตัวเองมีอยู่ พยายามก่อความดีให้แก่ตัวอยู่เสมอ พยายามรักษาและเพิ่มพูนความดีที่มีอยู่นั้นให้งอกงามสมบูรณ์ขึ้น”
- ธวัชชัย พีชผล (2549: 132) ได้อธิบายถึงแนวความคิดการดำเนินชีวิตตามแนวทางความเป็นอยู่อย่างพอเพียง ว่าเราสามารถยึดเป็นหลักในการปฏิบัติได้กับทุกอาชีพนั้นคือ

1. การจะทำงานอะไรต้องเริ่มต้นด้วยการเรียนรู้ก่อน ต้องมีสติจึงจะเกิดปัญญา

2. ต้องมีความอดทนมุ่งมั่น ยึดหลักธรรมะ ความถูกต้องจะทำให้เราสามารถที่จะเผชิญหน้ากับทุกสิ่งทุกอย่างได้โดยไม่หวาดกลัว
3. ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตน เรียบง่ายและประหยัด
4. ทำงานโดยมุ่งประโยชน์ส่วนรวมเป็นหลัก ไม่หวังผลอันใด เมื่องานนั้นสำเร็จลุล่วง สิ่งที่เราจะได้รับก็คือ ความสุขในการที่เราทำเพื่อผู้อื่นนั่นเอง
5. ต้องรับฟังความคิดเห็นและเคารพความคิดเห็นของผู้อื่นบ้าง เพื่อไม่ให้เกิดการทะเลาะเบาะแว้งกัน
6. ควรมีความขยันหมั่นเพียร และมีความตั้งใจจริงในการทำงานเพื่อที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ
7. ต้องมีความสุจริตและมีความกตัญญูซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด
8. ควรฟังตนเองให้ได้ก่อนที่จะฟังคนอื่น และส่งเสริมคนเก่ง คนดี ไม่โอ้อวดเพื่อนร่วมงาน
9. ทำอย่างใดมาจะได้ผลอย่างนั้นตอบแทน ทรงสอนว่าถ้าปลูกมะม่วงก็จะได้มะม่วง ถ้าปลูกความดีก็จะได้รับความรักกลับมา
10. ต้องมีความเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกัน ครอบคลุม สังคมและประเทศชาติจึงอยู่รอดได้

1.8 การจัดการศึกษาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

สมศักดิ์ คงเที่ยง (2550: 9) ได้กล่าวถึง การศึกษา คือ เครื่องมือของการพัฒนา ดังนั้น เมื่อการพัฒนาประเทศกำหนดทิศทางไปสู่สังคมแห่งความพอเพียง ระบบการศึกษาจึงต้องนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการจัดการศึกษาให้ได้เหมาะสม การจัดการศึกษานบนพื้นฐานของเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งปลูกฝังจิตสำนึกพอเพียงให้เกิดขึ้นในเด็ก เยาวชน โดยสอนให้นักเรียน นักศึกษา ตระหนักถึงความพอประมาณในการดำเนินชีวิต ไม่โลภ ไม่ฟุ้งเฟ้อ มีการตัดสินใจบนพื้นฐานของเหตุผล ฝึกให้มีการมองไปข้างหน้า และเตรียมตัวให้พร้อมรับต่อความผันผวนของเหตุการณ์ต่าง ๆ อย่างรู้เท่าทัน รวมถึงการหมั่นแสวงหาความรู้เพื่อให้เกิดความรอบรู้ในด้านต่าง ๆ ฝึกฝนตนเองให้มีความรอบคอบและระมัดระวังโดยใช้สติปัญญาในการทำงานและดำเนินชีวิต

สุวัฒน์ วิวัฒนานนท์ (2550: 30) ได้กล่าวถึง การศึกษาพอเพียงตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง มีหลักการหรือจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. การศึกษาเพื่อการพัฒนาสร้างองค์ความรู้ ความคิดเป็นพื้นฐานอันสำคัญของบุคคลและสังคม ที่จะพัฒนาองค์ความรู้เป็นพื้นฐานรองรับการพัฒนาที่สูงขึ้น การสร้างองค์ความรู้ ความคิดจะต้องไม่แยกส่วนต้องบูรณาการในความรู้ ความคิดของวิชาต่าง ๆ เข้าด้วยกันอย่างเหมาะสม สอดคล้องกับสภาพการณ์ การพัฒนาองค์ความรู้ ความคิดนั้น จะต้องให้ครอบคลุม 1)ความรู้วิชาการ ด้วยการเรียนรู้ หลักการทฤษฎี ทักษะปฏิบัติ ความรู้ในความคิดของเหตุผลไปสู่การปฏิบัติงานนั้น 2)ความรู้ปฏิบัติการมีทักษะในการทำงานการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข 3)ความรู้ในการรู้จักตนเอง

ควบคุมตนเอง องค์ความรู้ความคิดใหม่ที่เกิดขึ้นได้รับการสร้างสรรค์พัฒนาจะเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการพัฒนาตนเองและสังคมต่อไปในอนาคต

2. การศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นรากฐานที่จำเป็นของบุคคลเพื่อให้มีชีวิตที่เป็นสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจด้วยการรู้จักการจัดการตนเอง สร้างความรู้ความเข้าใจมีเจตคติที่ดี นำความรู้ ทักษะไปพัฒนาส่งเสริมศักยภาพและสมรรถภาพของตน เพื่อดำรงชีวิตที่มีคุณภาพที่ดี ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

3. การศึกษาเพื่อพัฒนาศักยภาพ เป็นการเตรียมความพร้อมให้บุคคลมีความมั่นใจ ค้นพบตนเองได้มีวิธีดำเนินชีวิตที่เหมาะสมแก่สภาพและฐานะความแตกต่างของแต่ละบุคคลอย่างเพียงพอและเตรียมความพร้อมปัจจัยด้านความรู้ ความคิด คุณธรรม จริยธรรมและคุณสมบัติที่เป็นทักษะที่สำคัญและจำเป็นในการดำรงชีวิตอันเป็นพื้นฐานนำไปสู่การปฏิบัติที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวมตามศักยภาพของตนในอนาคต

4. การศึกษาเพื่อพัฒนาสมรรถภาพ เป็นการเสริมสร้างความสามารถของบุคคลโดยการนำความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ ที่เป็นศักยภาพ มีอยู่ในตัวบุคคลให้รู้จักประยุกต์บูรณาการความรู้ ความคิด ทฤษฎี แนวปฏิบัติต่าง ๆ ตลอดทั้งทักษะโดยใช้ความสามารถของตนที่มีอยู่และได้รับการพัฒนามาสู่การปฏิบัติบนพื้นฐานของคุณธรรมจริยธรรมที่สอดคล้องเหมาะสมเพื่อประโยชน์ของส่วนตัวและส่วนรวม

5. การศึกษาเพื่อพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เป็นการเสริมสร้าง หล่อหลอมวางรูปแบบให้บุคคลได้มีความรู้ ความคิด ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดีเหมาะสมมีเหตุผล เชิงจริยธรรม คัดเลือกแยกปฏิบัติเพื่อแสดงออกทางพฤติกรรมในการควบคุมตนเองปรับตัวได้ เป็นคุณสมบัติของบุคคลที่ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์นั้น อันได้แก่การรู้จักผิดชอบชั่วดี ละอายความชั่วเกรงกลัวต่อบาป มีความซื่อสัตย์สุจริตทั้งทางกาย วาจา ใจ มีความกตัญญูรู้คุณต่อผู้มีอุปการะคุณและแผ่นดิน ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอาเปรียบผู้อื่น มีความตั้งใจปรารถนาดี มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีความขยันหมั่นเพียรประกอบกิจการงานด้วยความจริงจังจริงจังอย่างต่อเนื่อง

ที่สำคัญแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงยังเน้นให้นักเรียน นักศึกษา มีคุณธรรม จริยธรรม มีความอดทน ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์สุจริต ไม่เบียดเบียนผู้อื่น แบ่งปันและช่วยเหลือซึ่งกันและกันเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต

สุวัฒน์ วิวัฒน์านนท์ (2550: 37-39) ได้กล่าวถึง การจัดการศึกษาพอเพียงตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียงมีวิธีหรือเหตุแนวทาง ดังนี้

1. การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริมการแก้ปัญหาและแสวงหาข้อเท็จจริง เนื่องด้วยการดำรงชีวิตและการปฏิบัติงานต่าง ๆ ของบุคคลจะต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ปัญหาเหล่านี้จะมีเหตุเป็นปัจจัยทำให้เกิดผลต่อเนื่องตามมา การแสวงหาข้อเท็จจริงอันเป็นเหตุและผลของปัญหาจะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ รู้หลักการวิเคราะห์และแนวทางการแก้ปัญหาด้วยการใช้ปัญญา การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริม ฝึกทักษะกระบวนการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบด้วยหลักการความรู้หลักเหตุผล ข้อเท็จจริงและหลักธรรมจะทำให้บุคคลมีความสามารถในการแสวงหาความรู้ข้อเท็จจริงอย่างมีเหตุผล มีระบบวิธีคิด นำมาปฏิบัติใช้ในการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ ทั้งในการดำรงชีวิต เพื่อความสุข และการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพที่จะส่งผลต่อการพัฒนาประเทศในที่สุด

2. การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริมการบูรณาการองค์ความรู้ เนื่องด้วยความรู้ต่าง ๆ จะเปลี่ยนแปลงพัฒนาไปตามสภาวะการณ์ของโลกมีองค์ความรู้ใหม่เกิดขึ้นแต่มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์ในพื้นฐานของความรู้เดิม การนำองค์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ของบุคคลเพื่อส่วนตัวหรือโดยรวมให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต้องรู้จักบูรณาการองค์ความรู้ต่าง ๆ เข้าด้วยกัน การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริมการบูรณาการองค์ความรู้ด้วยการให้บุคคลได้ฝึกฝนอบรม การคิด วิเคราะห์ อธิบาย ความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงของสรรพสิ่งต่าง ๆ ทำให้รู้จักการแสวงหาความรู้ ข้อมูล จัดระบบหมวดหมู่ ความสำคัญเป็นองค์ความรู้ที่หลากหลายเป็นสหวิทยาการ บูรณาการแล้วเลือกนำมาประกอบกันใช้อย่างมีเหตุผลบนพื้นฐานของคุณธรรมอย่างมีประสิทธิภาพบังเกิดผลและประโยชน์ร่วมกันทั้งส่วนตนและโดยรวม

3. การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริมการประยุกต์สู่การปฏิบัติ เนื่องด้วยบุคคลเป็นผู้ที่มีความรู้เป็นคนฉลาดมีปัญญาและเป็นผู้ที่มีความสามารถจะมีแต่ความรู้ทฤษฎีอย่างเดียวไม่ได้ การดำเนินชีวิตหรือปฏิบัติงานจะต้องมีความรู้ความสามารถในการปฏิบัติงานต่าง ๆ ได้ดีด้วยการจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริมการประยุกต์ แนวคิดทฤษฎีทั้งเก่าและใหม่ด้วยการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างหลากหลาย แล้วจัดกิจกรรมให้ได้ฝึกคิดพิจารณาเรียนรู้ด้วยตนเองหาเหตุผลความเหมาะสมแล้วฝึกฝนทำการปฏิบัติทดลอง เพื่อพิจารณาเลือกแนวทางที่เหมาะสมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ

การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริมทักษะการปฏิบัติจริง เนื่องด้วยการดำเนินชีวิตหรือการปฏิบัติงานของบุคคลอย่างมีประสิทธิภาพจะต้องเป็นคนรอบรู้มีความคิดสร้างสรรค์ เลือกแนวปฏิบัติที่ถูกต้องมีทักษะดัดแปลงทฤษฎีได้เหมาะสม การจัดการศึกษาด้วยการส่งเสริม ฝึกฝนทักษะการปฏิบัติจริงจะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ ความชำนาญ มีความเชื่อมั่น รู้จริง ลึกซึ้งเชื่อมโยงเป็นความสามารถพิเศษที่จะเลือกไปชี้แนะหรือเป็นทักษะการทำงานเป็นระบบที่เหมาะสมเพื่อปฏิบัติให้เกิดผลมากที่สุด

4. การจัดการศึกษาด้วยการเสริมสร้างคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เนื่องด้วยบุคคลจะมีชีวิตดำรงอยู่ได้อย่างมีความสุขไปไม่เป็นภาระต่อสังคม สร้างสรรค์เศรษฐกิจ เสริมสร้างความเจริญมั่นคงของชาติบ้านเมืองได้ การจัดการศึกษาต้องเสริมสร้างคุณสมบัติของบุคคลให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่สำคัญเกิดขึ้นด้วยการให้ความรู้ความเข้าใจ ให้เจตคติที่ดีและฝึกฝนการให้เป็นผู้มีเหตุผลเชิงจริยธรรม เกี่ยวกับความรู้ผิดชอบ ละอายความชั่ว ซื่อสัตย์สุจริต ความกตัญญู ไม่เห็นแก่ตัว มีความจริงใจ เอื้อเฟื้อต่อกันและประการที่สำคัญ คือ ความซนหมั่นเพียรคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่เป็นคุณธรรม เหล่านี้เป็นองค์ประกอบของการศึกษาที่สำคัญและจำเป็นยิ่งเป็นการศึกษาที่สมบูรณ์สร้างคนให้เต็มคนและก่อให้เกิดความสุขแก่ตนเองพัฒนาสังคมประเทศชาติให้เจริญรุ่งเรืองในที่สุด

ปริญานุช พิบูลสรวาฐ (2550: 11-13) ได้กล่าวถึง การจัดการศึกษาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง เป็นส่วนหนึ่งของการสร้างกระบวนการเรียนรู้ และการปลูกฝังจิตสำนึกเกี่ยวกับความพอเพียงในระบบการศึกษา โดยมีเป้าหมายสำคัญ คือ การปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนรู้จักการใช้ชีวิตที่พอเพียงเห็นคุณค่าของทรัพยากรต่าง ๆ ทั้งของตนเอง ของสังคมและของมวลมนุษยชาติ คือ ธรรมชาติ โดยการบ่มเพาะอุปนิสัยให้คิดและสามารถพึ่งตนเองได้ในระดับพื้นฐาน ฝึกการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และแบ่งปัน โดยไม่คิดเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มีจิตสำนึกรักษ์สิ่งแวดล้อม ตลอดจนเห็นคุณค่าของการมีรากเหง้าวัฒนธรรมและภูมิปัญญาในค่านิยม เอกลักษณะ/ความเป็นไทย ที่สืบทอดมายาวนาน

การจัดการศึกษาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สามารถดำเนินการได้ใน 2 ส่วน ได้แก่

1.) การบริหารสถานศึกษาในด้านต่าง ๆ อย่างพอเพียง โดยนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการกำหนด นโยบายและแนวทางในการจัดการสถานศึกษา โดยใช้เป็นหลักในการบริหารจัดการและประสานกับทุกภาคส่วนในการใช้ทรัพยากรการบริหารทั้งด้านบุคลากร งบประมาณ สภาพแวดล้อมอย่างคุ้มค่า เป็นประโยชน์สูงสุด เพื่อให้สถานศึกษาเป็นแหล่งเรียนรู้ที่มีคุณภาพ และสามารถพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้

2.) การจัดการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งประกอบด้วย การสอดแทรกสาระเศรษฐกิจพอเพียงในหลักสูตรและสาระเรียนรู้ในห้องเรียน และการประยุกต์หลักเศรษฐกิจพอเพียงในการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนนอกห้องเรียน

- ในส่วนของการเรียนรู้ในห้องเรียนนั้น เนื่องจากสาระเศรษฐกิจพอเพียงได้รับการบรรจุอยู่แล้วในสาระเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม (สาระที่ 3 เศรษฐศาสตร์) ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยมีมาตรฐานเรียนรู้ที่เน้นให้เข้าใจระบบและวิธีการของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้ นอกจากนี้แล้วยังได้มีการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงบรรจุไว้ในหลักสูตรระดับอาชีวศึกษา และการศึกษานอกโรงเรียน การสร้างกระบวนการเรียนรู้ในห้องเรียนจึงเน้นการบูรณาการหลักคิดและหลักปฏิบัติพอเพียงสู่การเรียนการสอน ในทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้

ของทุกระดับ เพื่อให้ผู้เรียนและบุคลากรด้านการศึกษา มีความรู้ความเข้าใจในหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และสามารถนำหลักคิดหลักปฏิบัติตามหลักปรัชญา มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตภายใต้สถานการณ์ต่าง ๆ ได้

- สำหรับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เน้นการจัดกิจกรรมให้แก่ผู้เรียนทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อปลูกฝังจิตสำนึกพอเพียง ให้เด็กและเยาวชน โดยการผ่านการทำกิจกรรม เช่น กิจกรรมช่วยเหลือสังคม รักษาสีสิ่งแวดล้อม สืบสานภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นต้น อันจะทำให้เด็กและเยาวชนดำเนินชีวิต โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างเกิดประโยชน์และมีความสุข และอยู่ร่วมกับนิเวศวิทยาได้อย่างสมดุลและยั่งยืน ทั้งนี้กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ควรมีความหลากหลายของเนื้อหา แล้วแต่ตามสภาวะภูมิสังคมของแต่ละโรงเรียน แต่ที่สุดแล้วต้องปลูกฝังให้เด็กและเยาวชน มีวิถีคิด อุบิสัยและพฤติกรรมที่สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญ เพื่อให้ผู้เรียน รวมไปถึงผู้สอนตลอดจนทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง เห็นประโยชน์ของการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง จึงมุ่งเน้นกิจกรรมที่นำไปสู่ความก้าวหน้าไปพร้อมกับความสมดุลทางเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมของโรงเรียนและสามารถขยายผลออกสู่ชุมชนได้ในที่สุด และเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ยั่งยืน จึงเน้นกิจกรรมที่ดำเนินการหลักโดยนักเรียน โดยมีครูเป็นผู้นำหรือผู้สนับสนุน มีนักเรียน ครู ที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ ไม่น้อยกว่า 25 % ของจำนวนบุคลากรทั้งหมดของโรงเรียน นักเรียนและครูที่ร่วมทำกิจกรรม ควรมีความประพฤติดี สมารถที่จะเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในระดับปานกลางถึงดี และลักษณะของกิจกรรมควรสอดคล้องกับหลักการความพอเพียง (3 หลักการ 2 เงื่อนไข) ดังนี้

- พอประมาณกับภูมิสังคม สอดคล้องกับความต้องการ/ความจำเป็น ของโรงเรียน/คนในชุมชนและเหมาะสมกับภูมิประเทศ สภาพแวดล้อม และความคิด ความเชื่อ วิถีชีวิต

- สมเหตุสมผล มีหลักคิดและหลักปฏิบัติของกิจกรรม ที่สอดคล้องกับหลักวิชาการที่เกี่ยวข้องรายละเอียดของกิจกรรมแสดงถึงความรอบคอบของการวางแผนดำเนินกิจกรรม

- ภูมิคุ้มกันที่ดี การวางแผนกิจกรรมที่ไม่ประมาท คำนึงถึงความเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นในการดำเนินกิจกรรม โดยมีข้อเสนอทางเลือกในการดำเนินการ หากมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้น และใช้คุณธรรมเป็นพื้นฐานในการดำเนินกิจกรรมทุกขั้นตอน

- ส่งเสริม ความรู้และคุณธรรมของผู้เข้าร่วมกิจกรรม : กิจกรรมต่าง ๆ ต้องส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมมีความรอบรู้มากยิ่งขึ้น เปิดโอกาสให้ได้มีการพัฒนาทักษะในด้านต่าง ๆ ส่งเสริมการมีคุณธรรม (เช่น ความมีระเบียบวินัย มีสัมมาคารวะ ซื่อสัตย์สุจริต มีความกตัญญูตเวที มีสติปัญญา แยกแยะถูกผิด ควรไม่ควร มีความขยันหมั่นเพียร อดทน สนใจใฝ่รู้ มีจิตสำนึกเห็นประโยชน์ของการช่วยเหลือผู้อื่น และทำตัวให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม)

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การจัดการศึกษาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างกระบวนการเรียนรู้ และการปลูกฝังจิตสำนึกเกี่ยวกับความพอเพียงในระบบการศึกษา โดยมีเป้าหมาย คือ การปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนรู้จักการใช้ชีวิตที่พอเพียง เห็นคุณค่าของทรัพยากรต่าง ๆ ทั้งของตนเอง ของสังคมและของมวลมนุษยชาติ โดยผ่านการบ่มเพาะอุปนิสัยให้คิดและสามารถพึ่งตนเองได้ในระดับพื้นฐาน ฝึกการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และแบ่งปัน โดยไม่เบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่น มีจิตสำนึกที่ดี และเห็นคุณค่า ภูมิใจในศิลปวัฒนธรรมของไทย

1.9 ตัวอย่างกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเพื่อสร้างการเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างพอเพียง

ปรียานุช พิบูลสรารุท (2550: 13) ได้กล่าวถึงตัวอย่างกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเพื่อสร้างการเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างพอเพียง ไว้ดังนี้

- การจัดการ การผลิต/การบริโภค ในโรงเรียน/ชุมชน ให้เกิดความพอเพียง และสมดุล-กินพอดี อยู่พอดี เช่น โครงการอาหารกลางวัน การส่งเสริมการผลิตเกษตรอินทรีย์/เกษตรผสมผสาน บนพื้นฐานของการพึ่งตนเอง การรักษาสมดุลของสังคม และธรรมชาติ

- การพัฒนาอาชีพ/สร้างรายได้เสริม โดยประยุกต์ทรัพยากรท้องถิ่นให้เกิดประโยชน์สูงสุด หรือโดยการพัฒนาเทคโนโลยีที่เหมาะสม หรือต่อยอดกับภูมิปัญญาท้องถิ่น

- การจัดการ และการจัดระบบองค์การความร่วมมือ ทางการเงิน การผลิต การตลาด เช่น การทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย การจัดตั้งสหกรณ์รูปแบบต่าง ๆ การจัดตั้งธนาคารโรงเรียน เป็นต้น

- การจัดการ (รักษา/ฟื้นฟู) ทรัพยากรธรรมชาติ/สิ่งแวดล้อม/ขยะ ทั้งในโรงเรียนและในชุมชน อย่างยั่งยืน โดยใช้หลักวิชาการ ความประหยัด ความรอบคอบ

- การจัดระบบพลังงานของโรงเรียน/ชุมชน ให้สามารถพึ่งตนเองได้มากขึ้น (ประหยัดผลิตเอง/ทดแทน)

- การอนุเคราะห์เกื้อกูล ช่วยเหลือ คนยากจน ผู้ด้อยโอกาส (เช่น ผู้ป่วยเอดส์ เด็กกำพร้า เด็กยากจน) ในสังคม ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

- การสร้างจิตสำนึก รักท้องถิ่น/รักชุมชน เช่น การรักษา/ฟื้นฟูประเพณี/วัฒนธรรมไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น สถานที่ทางประวัติศาสตร์/โบราณสถาน การสร้างความรู้สึกรักเป็นเจ้าของ/มีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน

- การสร้างจิตสำนึกรักชาติ-ศาสน์-กษัตริย์ เช่น รณรงค์การเห็นคุณค่าของสินค้าไทย การเรียนรู้ประวัติความเป็นมาของชาติ ความสำคัญของสถาบันพระมหากษัตริย์ การเข้าร่วมในกิจกรรมทางศาสนาต่าง ๆ การเรียนรู้คำสอนในศาสนา การฝึกปฏิบัติธรรม เป็นต้น

สมศักดิ์ คงเที่ยง (2550: 11-12) ได้กล่าวไว้ว่า หลังจากที่ครูได้ค้นหากิจกรรมที่จะปลูกฝังแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงแล้ว ครูควรจะต้องตั้งเป้าหมายการสอนก่อนว่าครูจะสอนเด็กให้รู้จัก

พัฒนาตนเองได้อย่างไร โดยอาจเริ่มต้นสอนจากกิจกรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่สามารถเริ่มต้นจากตัวเด็กแต่ละคนให้ได้ก่อน เช่น การเก็บขยะ การประหยัดพลังงาน ฯลฯ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ถึงความเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยที่ตนเองมีต่อสิ่งแวดล้อมภายนอกในด้านต่าง ๆ 4 มิติ

ในส่วนของการเข้าถึงนั้น เมื่อครูเข้าใจแล้ว ครูต้องคิดหาวิธีที่จะเข้าถึงเด็ก พิจารณาดูก่อนว่าจะสอดแทรกกิจกรรมการเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงเข้าไปในวิถีคิดและในวิชาการต่าง ๆ ได้อย่างไร ทั้งนี้อาจจัดกิจกรรมกลุ่มให้นักเรียนได้ร่วมกันคิด ร่วมกันทำ รู้จักแบ่งหน้าที่กันตามความสามารถของเด็กในแต่ละช่วงชั้น เช่น ในกิจกรรมการเก็บขยะเพื่อรักษาความสะอาดของโรงเรียนนั้น ครูอาจจัดกิจกรรมสำหรับมาตรฐานการเรียนรู้ มีวัตถุประสงค์ให้ทุกช่วงชั้นเข้าใจหลักเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถประยุกต์ใช้ได้ แต่ถ้ามาตรฐานเรียนรู้ของทุกช่วงชั้นเหมือนกันหมดก็จะมีปัญหาทางปฏิบัติจึงต้องกำหนดขอบเขตที่ชัดเจนในการเรียนการสอนของแต่ละช่วงชั้น และแต่ละชั้นปี ดังนี้

ช่วงชั้นที่ 1 เน้นให้เด็กพึ่งตนเองได้ หรือใช้ชีวิตพอเพียงระดับบุคคลและครอบครัว เช่น ประถม 1 ช่วยเหลือคุณพ่อคุณแม่ล้างจานซาม เก็บขยะไปทิ้ง กวาดบ้าน จัดหนังสือไปเรียนเอง แบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน กินอาหารให้หมดจาน ประถม 2 วิเคราะห์รายจ่ายของครอบครัว จะมีเป็นตารางกรอกค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ของครอบครัว คุณแม่ซื้ออะไรบ้าง คุณพ่อซื้ออะไรบ้าง เด็กจะได้รู้พ่อกำลังหาเงินมายากแค่ไหน เช่น ยาสีฟันหลอดละ 46 บาท จะต้องไม่เอามาบิบเล่นจะต้องสอนให้เด็กเห็นคุณค่าของสิ่งของ ให้เด็กตระหนักถึงคุณค่าของเงินทอง จะได้ฝึกนิสัยประหยัด ครอบครัวมีรายได้และรายจ่ายเท่าไร เด็กจะได้ฝึกจิตสำนึกและนิสัยพอเพียงมีหลายโรงเรียนทำแล้ว ประถม 3 สอนให้รู้จักช่วยเหลือครอบครัวอย่างพอเพียง และรู้จักแบ่งปัน ช่วยเหลือผู้อื่น มีส่วนร่วมสร้างครอบครัวพอเพียง

ช่วงชั้นที่ 2 ฝึกให้เด็กรู้จักประยุกต์ใช้หลักความพอเพียงในโรงเรียน สามารถวิเคราะห์วางแผนและจัดทำบันทึกรายรับ-รายจ่ายของตนเองและครอบครัวอย่างมีประสิทธิภาพ มีส่วนร่วมในการสร้างความพอเพียงระดับโรงเรียน และชุมชนใกล้เคียง โดยเริ่มจากการสำรวจทรัพยากรต่าง ๆ ในโรงเรียนและชุมชน มีส่วนร่วมในการดูแลบำรุงรักษาทรัพยากรต่าง ๆ ทั้งด้านวัตถุ สิ่งแวดล้อม ภูมิปัญญาวัฒนธรรม และรวบรวมองค์ความรู้ต่าง ๆ มาเป็นข้อมูลในการเรียนรู้วิถีชีวิตของชุมชนและเห็นคุณค่าของการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

ช่วงชั้นที่ 3 ประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงกับชุมชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน สามารถสำรวจและวิเคราะห์ความพอเพียงในระดับต่าง ๆ และในมิติต่าง ๆ ทั้งทางวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมในชุมชนใกล้เคียง เห็นคุณค่าของการใช้หลักพอเพียงในการจัดการชุมชน และในที่สุดแล้วสามารถนำหลักการพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของแต่ละคน จนนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสู่ความพอเพียงได้ในที่สุด

ช่วงชั้นที่ 4 เตรียมคนให้เป็นคนที่ดีต่อประเทศชาติ สามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมได้ ต้องเริ่มเข้าใจความพอเพียงระดับประเทศและการพัฒนาประเทศภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ เช่น การวิเคราะห์สถานการณ์การค้าระหว่างประเทศ หรือการศึกษาสถานการณ์สิ่งแวดล้อม สภาพปัญหา ด้านสังคมเป็นอย่างไร แยกแยะหรือสามัคคี เป็นต้น

กิจกรรมทั้งหมดนี้สำคัญคือต้องเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของทุกฝ่าย โดยสถานศึกษา ควรตั้งเป้าให้เกิดการจัดการศึกษาตามแนวทางของเศรษฐกิจพอเพียง สอดแทรกเข้าไปในกระบวนการเรียนรู้สอนให้เด็กพึ่งตนเองให้ได้ก่อนจนสามารถเป็นที่พึ่งของคนอื่น ๆ ในสังคมต่อไป

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน

2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน (Self Identity)

ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน (Self Identity) ได้มีผู้ให้ความหมายที่สำคัญ ๆ ดังนี้

อีริกสัน (Erikson, 1968: 157) กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความสามารถของบุคคล ช่วงวัยรุ่นในการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในตน ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลกับ ลักษณะภายนอกคือประสบการณ์จากสังคมรอบด้าน แล้วสามารถประเมินหรือตัดสินใจด้วยตนเองได้ว่าตนเองนั้นคือใคร มีความสามารถอะไร ควรจะมีความเชื่อ และดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด ซึ่งลักษณะดังกล่าวมีความเป็นลักษณะเฉพาะตัว และลักษณะที่เหมือนกับบุคคลอื่นผสมกลมกลืนอยู่

มาร์เซีย (จรัญกุล ตรีสุวรรณ, 2542: 8; อ้างอิงจาก Marcia, 1980) กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตน ในลักษณะโครงสร้างแห่งตน (Self-Structure) ว่าเป็นสิ่งที่เกิดภายในตัวบุคคลมีการเปลี่ยนแปลงไปตาม แรงขับ ความสามารถ ความเชื่อ และประวัติความเป็นมาในการปรับตัวของแต่ละคน ถ้าบุคคลมีโครงสร้าง ของพัฒนาการที่ดีก็จะทำให้มีความเป็นตัวของตัวเอง รู้ถึงตรงความเหมือนและความแตกต่างของตนกับ ผู้อื่น เข้าใจจุดเด่นและจุดด้อยของตนทำให้เกิดการกำหนดแนวทางของตนเอง ถ้ามีโครงสร้างพัฒนาการ ที่ไม่ดีทำให้เกิดความสับสนในตนเอง ส่วนความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนด้านเนื้อหานั้นประกอบด้วย จุดมุ่งหมาย ค่านิยม และความเชื่อที่บุคคลได้ตกลงใจอย่างไม่มีข้อสงสัย การตกลงใจนี้ต้องมีพัฒนาการ ที่ต่อเนื่องเป็นเวลานานแล้ว จึงเลือกจุดมุ่งหมายและความเชื่อนั้นอย่างเหมาะสมกับแนวทางวัตถุประสงค์ และวิถีชีวิตของตน

ออฟเฟอร์ และคนอื่น ๆ (เนาวรัตน์ เหลืองรัตนเจริญ, 2541: 16; อ้างอิงจาก Offer; & others, 1981: 11) ได้สรุปความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนว่าเป็นการที่วัยรุ่นมีความเข้าใจต่อตนเองและผู้อื่น และเรียนรู้ว่าจะเชื่อมความสัมพันธ์กับคนอื่นขณะที่ต้องการความเป็นตัวของตัวเองและอิสระ โดยอาศัยประสบการณ์จากกระบวนการทางสังคม และวัฒนธรรมในวัยเด็ก

แฟรเกอร์ และแฟดิแมน (Frager; & Fadiman. 1984: 159) ได้สรุปความหมายและปัจจัยในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนว่า อัตลักษณ์แห่งตนเป็นการให้คุณค่าและการฝึกความอดทน สร้างจากพื้นฐานทางสังคม การสนับสนุนจากคนรอบข้าง มีความแตกต่างกันไปในแต่ละสังคม

วอเตอร์แมน (อุษา ศรีจินดารัตน์. 2533: 15; อ้างอิงจาก Waterman. 1988) กล่าวถึงอัตลักษณ์แห่งตนในความหมายของอีริคสัน หมายถึง ความเชื่อ ค่านิยม จุดมุ่งหมายและการแสดงตนในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ยอมรับว่าตนเองแตกต่างจากบุคคลบางคนและเหมือนกับบุคคลอื่นในบางเรื่อง

อุษา ศรีจินดารัตน์ (2533: 16) ได้สรุปว่า อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความเข้าใจในตนเองว่าตนเป็นใคร มีความคิดในเรื่องการแสดงออกของตนเอง เพื่อการดำเนินชีวิตในแนวทางใดทางหนึ่ง ยอมรับในความแตกต่างและความเหมือนกันของบุคคลในเรื่องต่าง ๆ อัตลักษณ์แห่งตนพิจารณาจากความหมายแบ่งออกเป็นสองด้าน คือ ด้านโครงสร้างแห่งตนที่พัฒนาได้ดี ทำให้บุคคลปรับตัวได้และบรรลุอัตลักษณ์แห่งตน ส่วนโครงสร้างแห่งตนที่พัฒนาไม่ดี ทำให้บุคคลปรับตัวไม่ได้ก็จะเกิดความสับสนทางอัตลักษณ์แห่งตน และด้านที่สอง คือ ด้านเนื้อหาที่บุคคลได้รับจากประสบการณ์ในช่วงชีวิตที่ผ่านมา ทำให้บุคคลแสดงออกอย่างเหมาะสมตามช่วงชีวิตแล้วบุคคลก็จะบรรลุอัตลักษณ์แห่งตน

เสาวภา เบ็ญจพันธุ์ทวี (2540: 9) ได้สรุปความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนว่า หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด และการรับรู้เกี่ยวกับตนเองว่าตนเป็นใคร มีร่างกาย นิสัย อารมณ์ ค่านิยม ความเชื่อ และในการแสดงออกของตนแตกต่างหรือเหมือนกับบุคคลอื่นในเรื่องใด และถ้าบุคคลมีโครงสร้างแห่งตนที่พัฒนาดีจะทำให้บุคคลปรับตัวได้ และบรรลุอัตลักษณ์แห่งตน ส่วนโครงสร้างแห่งตนที่พัฒนาไม่ดี ทำให้บุคคลปรับตัวไม่ได้ก็จะเกิดความสับสนในอัตลักษณ์แห่งตน

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2541: 14) กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตนในความหมายของอีริคสัน หมายถึง โครงสร้างของบุคลิกภาพของบุคคลที่เกิดจากการรู้จักตนและการยอมรับตนว่ามีลักษณะที่คงที่และต่อเนื่องมาตั้งแต่เด็กจนถึงผู้ใหญ่ ในขณะที่เดียวกันบุคคลก็เข้าใจในบทบาทหน้าที่ของตนตามที่สังคมและวัฒนธรรมของตนกำหนดไว้ และมองเห็นว่าลักษณะความรู้ ความสามารถ และความต้องการของตนนั้นสอดคล้องกับความต้องการของสังคมและคนรอบข้าง ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถ “ทำทุกอย่างได้ดี” ตามมาตรฐานของตนเองและสังคมไปพร้อมกัน โครงสร้างของอัตลักษณ์แห่งตนมีหลายองค์ประกอบหรือหลายด้านที่สำคัญคือ ด้านอาชีพการงาน ด้านศาสนา ด้านการเมือง ด้านบทบาททางเพศ และทางด้านค่านิยมอื่น ๆ

จริยกุล ตรีสุวรรณ (2542: 8) ได้ให้ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนว่า หมายถึง โครงสร้างของบุคลิกภาพของบุคคลที่เกิดจากการรู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และมั่นใจในตนเองซึ่งมีพื้นฐานมาจากการมีความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดริเริ่ม และมีความขยันหมั่นเพียร

จตุรพร ลิ้มมันจริง (2544: 249) ได้ให้ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนว่า หมายถึง การให้คำจำกัดความของตนเองของบุคคล ในฐานะที่แยกแต่ละบุคคลออกมาจากบทบาท ทักษะคติ และความเชื่อและความปรารถนา โดยเกิดมาจากการสังเคราะห์เกี่ยวกับความต้องการในการปรับตัวทางด้านชีววิทยา จิตวิทยา และสังคม

ระพีพันธ์ ฉายวิมล (2545: 58) กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความสามารถในการจัดระบบของความต้องการ ความสามารถ ความเชื่อของบุคคลแต่ละคน เพื่อแสดงถึงภาพพจน์ของตนเองซึ่งจะเกี่ยวข้องกับกระบวนการเลือก และตัดสินใจเกี่ยวกับความสนใจในอาชีพ บทบาททางเพศ และปรัชญาการดำเนินชีวิต

เนาวรัตน์ อิมลิ้มธาร (2546: 39) ได้ให้ความหมายของสภาวะทางอัตลักษณ์แห่งตนว่า หมายถึง สภาวะที่บุคคลให้คำจำกัดความของตนเองในบทบาท ทักษะคติ ความเชื่อและความปรารถนาเป็นสภาวะที่คงอยู่เป็นรูปแบบของความต้องการภายใน ความสามารถ เป็นการรับรู้ในตนเองและทักษะทางการเมือง สังคม รู้ว่าตนเป็นใคร เป็นคนชนิดใด รู้ถึงวิถีทางการดำเนินชีวิต รู้ว่าต้องการอะไรจากชีวิต ต้องการเป็นบุคคลแบบใด มีความเชื่อทางศาสนา ค่านิยม และทัศนคติอย่างไร โดยเกิดจากการสังเคราะห์เกี่ยวกับความต้องการในการปรับตัวทางด้านชีววิทยา จิตวิทยา และสังคมที่บูรณาการมาจากการที่ได้เห็นได้ยินและเข้าไปมีส่วนร่วมทั้งสังคม ทำให้เกิดการคัดเลือกลงและสะสมบุคลิกภาพที่ตนต้องการ แยกได้เป็น 2 ด้านคือ สภาวะอัตลักษณ์แห่งตนในมโนภาพ ได้แก่ มโนภาพทางอาชีพ การเมือง ศาสนา และปรัชญาในการดำเนินชีวิต และสภาวะอัตลักษณ์แห่งตนระหว่างบุคคล ได้แก่ รูปแบบการมองบทบาททางเพศ สัมพันธภาพ กิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ

ปรีชา ธรรมมา (2548: 49) กล่าวว่า อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง ลักษณะอันเป็นเอกภาพภายในตนของบุคคลอันเนื่องมาจากผลของการบูรณาการของพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของบุคคลในแต่ละระดับอายุ อัตลักษณ์แห่งตนเปลี่ยนแปลงไปตามวัยและประสบการณ์ และสะท้อนให้เห็นถึงบุคลิกภาพของบุคคลนั้น

จากความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนดังกล่าวสรุปได้ว่า อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง โครงสร้างของบุคลิกภาพของบุคคลในการรู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและเป็นตัวของตัวเอง รู้ว่าตนเองเป็นใคร มีความสามารถ ค่านิยม ความเชื่อ และมีเป้าหมายในชีวิตอย่างไร มีบทบาทหน้าที่ทางสังคมอย่างไร ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลที่จะทำสิ่งที่ดีตามมาตรฐานของตนเองให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมและสังคมที่ตนอาศัยอยู่

2.2 ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน

โสภา ชูพิกุลชัย (2529: 172) ได้กล่าวถึง นักจิตวิทยาหลายคนได้ให้ความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการทางบุคลิกภาพ เพื่อให้เข้าใจถึงการเกิดความรู้สึกที่การเปลี่ยนแปลงและความแปรปรวน

ของบุคลิกภาพ รวมทั้งระบบโครงสร้างและองค์ประกอบต่าง ๆ ของบุคลิกภาพว่าทำงานร่วมกันอย่างไร มีพัฒนาการอย่างไรและในที่สุดก็ได้สรุปเป็นทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพขึ้นหลายทฤษฎีด้วยกัน เช่น ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์ ทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะนิสัย ซึ่งผู้วิจัยจะเสนอเฉพาะทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยดังต่อไปนี้

2.2.1 ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Personality Theory)

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์นี้มีแนวคิดการก่อรูปของอัตลักษณ์ของปัจเจก โดยวางบนรากฐานของอัตลักษณ์ทางเพศจากกล่าวได้ว่า อัตลักษณ์และพัฒนาการของบุคลิกภาพในทฤษฎีของฟรอยด์จึงมีศูนย์กลางอยู่ที่อัตลักษณ์ทางเพศ การก่อรูปของอัตลักษณ์และบุคลิกภาพดำเนินไปภายในโครงสร้าง 3 ระดับของจิตใจดังนี้

1. Id เป็นพลังผลักดันที่จะขจัดความทุกข์ และแสวงหาความสุขให้กับตนเองและเติมไปด้วยการเรียกร้องไม่ฟังเสียงใครและไม่ประนีประนอมใด ๆ ทั้งสิ้น
2. Ego เป็นผลแห่งการที่คนเรารู้จักปฏิบัติโดยการยึดหลักแห่งความจริง ซึ่งจะเกิดขึ้นได้เนื่องจากการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ โดยอาศัยการรับรู้ ความคิดและความจำ
3. Superego เป็นผลิตผลแห่งสังคม เป็นสิ่งที่สังคมหยิบยื่นให้แก่คนเรา ด้วยการอบรมสั่งสอนให้คนเรามีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมประเพณีและศีลธรรม

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (2546: 131) ได้กล่าวถึง Ego ไว้ว่า สำหรับบุคลิกภาพอันพึงประสงค์ก็คือ การที่บุคคลมี Ego ที่เข้มแข็งสามารถอดทนต่อความเครียดหรือการตอบสนองความสุขของตนโดยอาศัยหลักแห่งความจริงเป็นที่ตั้ง และสามารถโน้มน้ำหนักคุณธรรมและมโนธรรมต่าง ๆ ให้เข้าสู่หลักแห่งความจริง เพื่อให้เกิดการประสานงานกันอย่างราบรื่น ซึ่งจะช่วยบุคคลนั้นให้สามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

2.2.2 ทฤษฎีจิตสังคม (Psychosocial Personality Theory)

นวลละออ สุภาผล (2527: 77-97) ได้กล่าวถึง ทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน ได้เสนอขั้นพัฒนาการ 8 ขั้น ของชีวิต โดย 5 ขั้นแรกจะเป็นขั้นพัฒนาการของเด็กอย่างละเอียด และในขั้นที่ 5 ซึ่งเป็นขั้นพัฒนาการของวัยรุ่น ได้กล่าวถึง การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน ซึ่งการที่จะมีอัตลักษณ์แห่งตนที่เหมาะสมนั้นจะเกี่ยวข้องกับพัฒนาการ ในขั้นที่ 1-4 คือ ถ้าพัฒนาการในระยะต้น ๆ เป็นไปอย่างราบรื่นก็จะทำให้การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนทำได้ง่ายขึ้น โดยรายละเอียดของพัฒนาการทั้ง 8 ขั้น ของชีวิตตามแนวคิดของอีริคสัน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นมีพัฒนาการความรู้สึกไว้วางใจพื้นฐานซึ่งทำให้ผ่านพ้นความรู้สึกไม่ไว้วางใจไปได้ ความหวังเกิดขึ้น (Acquiring a Sense of Basic Trust while Overcoming a Sense of Basic Mistrust a Realization of Hope) พัฒนาการขั้นนี้มีระยะเวลาตั้งแต่เกิดจนถึงอายุ 1 ขวบ พัฒนาการ

ขั้นแรกนี้นับว่าเป็นรากฐานสำคัญของพัฒนาการขั้นต่อไป Erikson ได้อธิบายถึงธรรมชาติของพัฒนาการในระยะนี้ว่า เมื่อทารกคลอดจากครรภ์มาสู่สิ่งแวดล้อมใหม่มีความต้องการ 2 ประการเกิดขึ้น คือ ความต้องการทางกาย ซึ่งหมายถึง ความต้องการอาหาร ความอบอุ่นทางร่างกาย เป็นความรู้สึกต้องการให้รับสิ่งที่ร่างกายต้องการ และความต้องการอีกอย่างหนึ่ง คือ ความต้องการที่จะได้รับการตอบสนองทางด้านจิตใจ ซึ่งหมายถึง การได้รับความรัก ความรู้สึกอบอุ่น มั่นคงที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ถ้าทารกได้รับการตอบสนองจากสิ่งต่าง ๆ ที่เขาต้องการอย่างเพียงพอ ก็จะเป็นผลให้พัฒนาการความรู้สึกไว้วางใจในประสบการณ์ที่เขาได้รับ ซึ่งความรู้สึกไว้วางใจที่เกิดขึ้นในระยะนี้เป็นพื้นฐานของการสร้างความรู้สึกไว้วางใจต่อบุคคลหรือสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ในระยะเวลาต่อมา แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าทารกไม่ได้รับความสุขสบายทั้งร่างกายและใจ ย่อมทำให้ทารกรู้สึกหวาดกลัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ต่อไปในอนาคต

ขั้นที่ 2 ขั้นพัฒนาการความรู้สึกเป็นอิสระซึ่งตรงข้ามกับความรู้สึกไม่แน่ใจและความละอาย การรับรู้ในความสามารถ (Acquiring a Sense of Autonomy while Combating a Sense of Doubt and Shame a Realization of Will) พัฒนาการขั้นนี้มีช่วงตั้งแต่ 1-3 ขวบ ในขั้นนี้เป็นระยะที่เด็กกำลังเติบโตมากขึ้น เขาจึงค้นพบว่า เขาสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ซึ่งถือว่าการค้นพบความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง ในขณะที่เดียวกันก็มีความรู้สึกลังเลไม่แน่ใจในความสามารถและอิสระของเขา และทำให้ต้องคอยพึ่งพาอาศัยคนอื่นเสมอ ทำให้เกิดความขัดแย้งในตัวเด็กในการค้นหาถึงสิทธิและความสามารถของตัวเอง เด็กต้องการคำแนะนำ ความเห็นใจและความเข้าใจจากผู้ใหญ่เพื่อการค้นหาตนเอง

ขั้นที่ 3 ขั้นพัฒนาการความรู้สึกของความคิดริเริ่มซึ่งทำให้ผ่านพ้นความรู้สึกผิด-การตั้งความมุ่งหมาย (Acquiring a Sense of Initiative and Overcoming a Sense Guilt – A Realization of Purpose) เป็นระยะอายุ 3-5 ปี เด็กวัยนี้ร่างกายมีความสามารถและช่วยตัวเองได้มากขึ้นกว่าเดิม แต่ก็ยังอยู่ในวงจำกัด ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์พัฒนาขึ้น เมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ท้าทายความสามารถของเขา สิ่งแวดล้อมมีส่วนผลักดันให้เด็กเกิดความคิดสร้างสรรค์ขึ้นมาได้ สิ่งแวดล้อม ดังกล่าวคือ ความสามารถภายในตัวเด็กเอง ของเล่น สัตว์เลี้ยง รวมถึงญาติพี่น้องด้วย เด็กวัยนี้ชอบพูดและตั้งคำถาม ช่างซักถาม ช่างสงสัย และจินตนาการความคิดต่าง ๆ ขึ้นมาในขณะที่กำลังทำกิจกรรมนั้น ๆ อยู่ เด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองจะมีความคิดคัดค้าน หรือความรู้สึกผิดเกิดขึ้นเนื่องจากเขาไม่สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จดังใจ เป็นความรู้สึกที่สืบเนื่องมาจากพัฒนาการความรู้สึกผิดขึ้น เนื่องจากความสามารถของเขาถูกรีดรอนหรือขัดขวางความคิดริเริ่ม หรือความรู้สึกผิดจะเกิดสะสมในตัวเด็กในระยะนี้

ขั้นที่ 4 ขั้นพัฒนาการความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและขจัดความรู้สึกเป็นปมด้อย-ความสามารถเกิดขึ้น (Acquiring a Sense of industry and Finding off a Sense or Inferiority—a Realization of Competence) อายุ 6-12 ปี พัฒนาการขั้นนี้เป็นช่วงวัยเด็กตอนปลาย เป็นระยะที่เด็กมีความเจริญเติบโตและมีความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น การเสาะแสวงหาสิ่งต่าง ๆ ทำให้เด็กมีประสบการณ์ใหม่ ๆ มากมาย เขาคิดว่าสิ่งใดที่เขาต้องการจะต้องแสวงหาให้ได้ตามความปรารถนา เนื่องจากในวัยเด็กที่ผ่านมาเขารู้สึกว่าไม่สามารถกระทำสิ่งใด ๆ ได้ด้วยตนเอง เพราะมีผู้ใหญ่คอยบังคับและควบคุม ดังนั้นเมื่อถึงระยะนี้เขาจึงต้องการที่จะแสดงความคิดเห็นและการแก้ปัญหาต่าง ๆ เพื่อแสดงความเป็นผู้ใหญ่ จุดสำคัญของพัฒนาการในระยะนี้คือ การแสดงออกว่าเขาโตแล้ว การสะท้อนกลับของกิจกรรมต่าง ๆ ที่เขาได้กระทำไปจะทำให้เขารู้สึกว่าประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว ความรู้สึกล้มเหลวจะทำให้เกิดความภาคภูมิใจ เห็นความสำคัญของตนเอง และเห็นความสามารถของตนกับเพื่อนวัยเดียวกัน ทำให้เกิดกำลังใจที่จะปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น ระยะนี้สังคมชี้แนวทางในการดำเนินชีวิต เพราะเป็นระยะที่เด็กเริ่มไตร่ตรองถึงอนาคต การที่เด็กได้พิสูจน์ว่ามีความสามารถในการกระทำต่าง ๆ ในขอบเขตของเขาทำให้เด็กวัยนี้มีความเชื่อมั่นว่า เขาจะประสบความสำเร็จในอนาคต

ขั้นที่ 5 ขั้นพัฒนาการความรู้สึกในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเองและผ่านพ้นความรู้สึกสับสนในตนเองไปได้-รับรู้ตนตามความจริง (Acquiring a Sense of Identity while Overcoming a Sense of Identity diffusion—a Realization of Fidelity) ระยะเวลาอายุ 13-17 ปี องค์ประกอบสำคัญของการสร้างความรู้สึกเป็นเอกลักษณ์ของตนเองและผ่านพ้นความรู้สึกสับสนใจตนเอง มีดังนี้

5.1 การเลือกและการสับสนในบทบาท (Role Selection and Role Diffusion) การเข้าใจในเอกลักษณ์ของตนเองช่วยให้อายุรุ่นเกิดความเข้าใจปัญหาต่าง ๆ และช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคต เช่น การเลือกอาชีพ การเลือกคู่ครอง เป็นต้น ความรับผิดชอบถือเป็นเอกลักษณ์สำคัญของวัยนี้ ซึ่งความรับผิดชอบนี้มีรากฐานมาจากการอบรมของพ่อแม่ และความรู้สึกไว้วางใจและความมั่นใจในตนเอง ในวัยนี้เด็กวัยรุ่นจะเกิดความสงสัยในตนเอง เช่น เกิดปัญหาถามตนเองว่า “ฉันคือใคร” หรือ “ฉันทำอะไรดี” เนื่องจากวัยรุ่นเป็นระยะที่มีความสับสน ขาดความมั่นใจ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ปัญหาของเด็กวัยรุ่นนี้มักเป็นไปในทำนองที่ว่า “ฉันไม่รู้ว่าจะทำอะไร ฉันไม่รู้ว่าจะไปทางไหน และฉันไม่รู้ว่าจะฉันเป็นใคร” ดังนั้นกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน การยอมรับจากกลุ่มศาสนาและวัฒนธรรมจึงมีผลต่อการปรับตัวอย่างยิ่ง

5.2 การแสวงหาสถานภาพทางสังคม (Acquisition of Social Status) เด็กวัยรุ่นจะค่อย ๆ พัฒนาความเป็นตัวของตัวเองขึ้นอย่างช้า ๆ เพื่อพัฒนาเป็นระดับมาตรฐานของตนเอง เขาจะแสวงหาตนตามอุดมคติ (Ego-ideal) และค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองเพื่อบทบาทใหม่ในสังคม Erikson

กล่าวว่ามีเด็กวัยรุ่นตอนปลายอีกจำนวนมากที่ยังไม่เป็นตัวของตัวเอง และยังไม่พบเอกลักษณ์ในตัวเอง ซึ่งวัยรุ่นเหล่านี้เมื่อมีปัญหาจะแก้ปัญหาแบบ “หนีเสือปะจระเข้” หรือหลบหนีปัญหาหนีไป อย่างไรก็ตามวัยรุ่นแต่ละคนย่อมต้องการเวลาในการปรับตัวเอง เพื่อการเข้าสู่การเป็นผู้ใหญ่และให้สังคมยอมรับ Erikson ได้เสนอการปรับตัวที่สำคัญอยู่ 7 ชั้น ในแต่ละชั้นถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ย่อมทำให้เกิดความล้มเหลวในเรื่องนั้น การปรับตัวของวัยรุ่นทั้ง 7 ชั้น มีดังนี้

1. สัดส่วนของเวลาตรงข้ามกับความสับสนของเวลา (Time Perspective VS Time Diffusion) หมายถึง เด็กวัยรุ่นต้องการเวลาที่เหมาะสมเพื่อการเตรียมตัว และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

2. ความเชื่อมั่นในตนเองตรงข้ามกับความเฉยเมยท้อแท้ (Self Certainty VS Apathy) ความมั่นใจในตนเองหมายถึง การแสวงหาเอกลักษณ์แห่งตนอย่างถูกต้อง มีความสนใจเกี่ยวกับตนเองและความคิดของคนอื่นที่มีต่อตน

3. การตรวจสอบบทบาทตรงข้ามกับการมีเอกลักษณ์ที่ไม่ถูกต้อง (Role Experimentation VS Negative Identity) ในวัยเด็กจะมีการแสวงหาบทบาทที่เหมาะสมกับตัวเองมากที่สุด วัยรุ่นอาจจะทดลอง หรือตรวจสอบหลาย ๆ บทบาทจนกว่าจะพบบทบาทที่ตนเองพอใจ

4. การคาดการณ์ล่วงหน้าในผลสัมฤทธิ์ตรงข้ามกับความชะงักงันในการทำงาน (Anticipation of Achievement VS Work Paralysis) การทำงานใด ๆ เด็กวัยรุ่นต้องการที่จะให้งานนั้นประสบความสำเร็จลงด้วยดี ดังนั้นก่อนที่จะลงมือทำงานเขาจะคาดการณ์ล่วงหน้าในผลสำเร็จที่เกิดขึ้น การคาดหมายว่างานประสบผลสำเร็จจะเป็นแรงกระตุ้นให้เขาเกิดความพึงพอใจ มีความสนใจและมีความเพียรพยายามเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น ๆ การคาดการณ์ล่วงหน้าในผลสัมฤทธิ์จึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่จะพัฒนาความมั่นใจในตนเองและความเป็นตัวของตัวเอง

5. เอกลักษณ์ทางเพศตรงข้ามกับความสับสนทางเพศ (Sexual Identity VS Bisexual Diffusion) วัยรุ่นต้องการประสบการณ์ที่จะทำให้เขารู้ในบทบาททางเพศของตนเองให้ถูกต้องเป็นที่ยอมรับของสังคม ขณะเดียวกันก็ต้องการที่จะเป็นเพื่อนกับเพศตรงข้าม

6. ความเป็นผู้นำตรงข้ามกับความสับสนในอำนาจ (Leadership Polarization VS Authority Diffusion) ความสามารถในการเป็นผู้นำหรือผู้ตามเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน และสถานภาพทั้ง 2 ลักษณะนี้เป็นตัวชี้ให้เห็นถึงอำนาจของตัวเองในสังคม เด็กวัยรุ่นควรได้รับการฝึกให้เป็นตัวของตัวเอง มีความมั่นใจในตนเอง ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมให้เขาพัฒนาการเป็นผู้นำให้เกิดขึ้น

7. อุดมคติตรงข้ามกับความสับสนในอุดมคติ (Ideological Polarization VS Diffusion of Ideals) วัยรุ่นจะเลือกปรัชญาหรืออุดมคติเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจซึ่งจะนำทางให้เขาอยู่ในสังคมได้ นอกจากนี้การมีอุดมคติและมีปรัชญาชีวิต จะช่วยให้เขาไปสู่การมีเอกลักษณ์ของตนเอง

และเขาจะมีแนวทางชีวิตของเขาว่าจะจะเป็นอะไรต่อไป เมื่อมีสิ่งที่ไม่ถูกต้องกับอุดมคติของเขา เขาจะไม่ยอมรับหรือต่อต้านกับสิ่งนั้น

ขั้นตอนทั้ง 7 ขั้นนี้จะมีผลต่อพัฒนาการความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง และมีประโยชน์ต่อตัวเขาเองโดยตรง เป็นการได้เผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างค่อยเป็นค่อยไป เปรียบเทียบสังคมของผู้ใหญ่กับตัวเอง ซึ่งทำให้เขาเกิดความพร้อม ถ้าเด็กวัยรุ่นไม่พร้อมหรือปรับตัวไม่ได้หรือประสบการณ์ล้มเหลวจะเกิดความรู้สึกที่รุนแรงและมีผลต่อบุคลิกภาพ นอกจากนั้นวัยรุ่นจะคัดเลือกผู้ใหญ่ที่ไม่ใช่พ่อแม่ มาเป็นบุคคลที่มีความหมายและเป็นที่ยอมรับของเขา วัยรุ่นจะมองคุณค่าของวัฒนธรรม ศาสนา และอุดมคติว่าเป็นสิ่งที่ดีงาม และเป็นสิ่งที่สนับสนุนส่งเสริมพัฒนาการและการค้นหาอัตลักษณ์แห่งตนของเขา

ขั้นที่ 6 ขั้นพัฒนาความรู้สึกสัมพันธ์ภาพและเป็นมิตรกับบุคคลอื่นโดยเฉพาะเพื่อนต่างเพศ และหลีกเลี่ยงความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้าง – ความรักเกิดขึ้น (Acquiring a Sense of Intimacy and Solidarity and Avoiding a Sense of Isolation—a Realization of Love) ช่วงอายุ 18–24 หลังจากผ่านขั้นที่ 5 มาแล้ว สามารถหาเอกลักษณ์ของตนเองได้ รู้ว่าตนคือใคร มีความเชื่ออย่างไร ต้องการอะไรในชีวิต เขาก็จะเกิดความรู้สึกต้องการมีเพื่อนสนิทที่จะรับรู้รับฟังสิ่งต่าง ๆ ที่ตนเองมีอยู่ ต้องการแลกเปลี่ยนสิ่งที่ตนมีอยู่กับผู้อื่น ความรู้สึกกับผู้อื่นจึงพัฒนาขึ้น แต่ถ้าบุคคลไม่สามารถพัฒนาความใกล้ชิดกับบุคคลได้ มีความต้องการแข่งขันชิงดีชิงเด่นหรือชอบทะเลาะวิวาทกับผู้อื่นก็จะนำไปสู่ความโดดเดี่ยวอ้างว้าง

ขั้นที่ 7 ขั้นพัฒนาความรู้สึกที่จะเป็นผู้ให้กำเนิดและสร้างสรรค์สังคม และหลีกเลี่ยงความรู้สึกที่ค้ำใจถึงแต่ตัวเอง–การดูแลเอาใจใส่เกิดขึ้น (Acquiring a Sense of Generativity and Avoiding a Sense of Self-absorption—a Realization of care) ช่วงอายุ 22-40 ปี วัยกลางคนเป็นวัยที่สร้างประโยชน์ในสังคม ถ้าพัฒนาการของบุคคลในขั้น ๆ ต้นเป็นไปด้วยดี รู้ว่าตนเองมีเอกลักษณ์อย่างไร มีความต้องการอย่างไรในชีวิต ตลอดจนการสร้างสัมพันธ์ภาพ กับผู้อื่น และเมื่อมาถึงขั้นนี้ก็พร้อมที่จะทำประโยชน์ให้แก่สังคม มีความรู้สึกต้องการมีบุตรต่อไปข้างหน้า

ขั้นที่ 8 ขั้นพัฒนาความรู้สึกมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิตและหลีกเลี่ยงความรู้สึกสิ้นหวังท้อถอยในชีวิต (Acquiring a Sense of Intergenerativity and Avoiding a Sense of Despair—a realization of wisdom) อายุ 40 ปีขึ้นไป พัฒนาการขั้นสุดท้ายมีพื้นฐานมาจากการปรับตัวในขั้นแรก ๆ ของชีวิต วัยนี้มีการปรับตัวมีการแสวงหาความอบอุ่นมั่นคงภายในจิตใจ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อเขาสามารถพัฒนาผ่านขั้นต่าง ๆ มาได้อย่างดี แต่ในทางตรงข้าม ถ้าเขาปรับตัวในขั้นต่าง ๆ ที่ผ่านมาไม่ได้จะเกิดความรู้สึกท้อแท้ และเหนื่อยหน่ายต่อชีวิตของตนเอง วัยชราเป็นวัยสุดท้ายของชีวิต บุคคลควรจะมี ความ

พึงพอใจในชีวิต รู้สึกหาความสุข ความสงบในชีวิต พอใจกับการมีชีวิตของตนในวัยชรา ไม่รู้สึก
เดียวดายเวลาที่ผ่านไป ยอมรับสภาพความเป็นอยู่ของตนในปัจจุบัน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530: 54) ได้กล่าวว่า จากพัฒนาการ 8 ขั้นของชีวิต ดังที่กล่าวมาข้างต้น
จะเห็นได้ว่า ขั้นที่ 5 เป็นช่วงระดับของวัยรุ่นซึ่งภารกิจที่สำคัญก็คือ การพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน ซึ่งการที่
วัยรุ่นจะสามารถพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนได้สำเร็จนั้นย่อมจะต้องมีพื้นฐานมาจากในวัยทารกและวัยเด็ก
และเอกลักษณ์แห่งตนเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพที่ทำให้แต่ละคนไม่เหมือนกัน หากการ
พัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนในช่วงวัยรุ่นนี้เป็นไปได้ด้วยดี จะทำให้วัยรุ่นมีความเข้าใจและรู้จักตนเอง
มีความมั่นใจในตนเอง เรียนรู้บทบาทต่าง ๆ ในสังคม มีอุดมคติ ในทางตรงข้าม หากการพัฒนาเป็นไป
ในทางลบจะเกิดการพัฒนารสับสนในบทบาท วัยรุ่นจะมีความสับสนไม่เข้าใจในบทบาทของตนเอง

ฮามเชค (กาญจนา พึ่งเนตร. 2537: 18; อ้างอิงจาก Hamchek. 1988) ได้ศึกษา และสรุป
ลักษณะของวัยรุ่นที่มีอัตลักษณ์ตามทฤษฎีของอีริคสัน พึ่งมีลักษณะพฤติกรรมและทัศนคติต่อไปนี้

1. มีนิยามเกี่ยวกับตนเองที่ค่อนข้างมั่นคง ไม่แปรผันง่ายตาย
2. ไม่หวั่นไหวคล้อยตามคำชักจูงและอิทธิพลของเพื่อน ๆ
3. มีเหตุผลและระดับของการยอมรับตนเองสูง
4. ตัดสินใจได้ ไม่โลเล
5. มองโลก บุคคลอื่น ๆ และตนเองในแง่ดี
6. เชื่อว่าตนสามารถรับผิดชอบต่อสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเองได้ ไม่ว่าจะสิ่งนั้นจะดีหรือเลว
7. ยอมรับตนเองได้อย่างที่ตนเป็นอยู่
8. ใกล้เคียงสนิทสนมกับใคร ๆ ได้ โดยไม่กลัวว่าจะสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง
9. มีความคิดที่ยืดหยุ่นความคิดเห็นที่มีต่อตนเองไม่จำเป็นต้องตั้งอยู่บน “ความถูกต้อง”

เสมอไป

10. สามารถนำประสบการณ์และจุดมุ่งหมายในชีวิตในระยะ 1-2 ปีข้างหน้า มาใช้เป็น
ประโยชน์ในการวางแผนการชีวิตระยะยาวได้

วัยรุ่นที่ยังสับสนในเอกลักษณ์ (Identity Confusion) คือ ผู้ที่รู้จักตนเองได้ไม่ดีเท่าที่ควร
ไม่แน่ใจว่าตนคือใครแน่ ไม่รู้ว่าตนต้องการอะไร ไม่รู้ว่าตนมีสาระสำคัญของชีวิตอย่างไรบ้าง วัยรุ่น
ที่สับสนในอัตลักษณ์ จะมีพฤติกรรมและทัศนคติตามความคิดของฮามเชค ดังนี้

1. มีนิยามเกี่ยวกับตนเองที่ไม่แน่นอน สามารถเปลี่ยนแปลงขึ้นลงไปในทิศทางตรงกันข้าม
ได้ง่าย

2. เคลือบเคลิ้มคล้อยตามคำชักจูงและอิทธิพลของเพื่อน ๆ
3. มีระดับของการยอมรับตนเองต่ำ

4. มีความยุ่งยากในการตัดสินใจ กลัวว่าจะตัดสินใจผิด
5. มองตนเอง บุคคลอื่น ๆ และชีวิตในแง่ไม่ดี
6. เชื่อว่าสิ่งใด ๆ เกิดขึ้นกับตนเองนั้นยิ่งใหญ่เกินกว่าที่ตนเองจะควบคุมได้เป็นเรื่องของโชคชะตามากกว่า
7. ยอมรับตนเองได้ด้วยการทำตัวเองให้เป็นอย่างที่คนอื่นต้องการ
8. ค่อนข้างลำบากที่จะสนิทสนมกับใคร ๆ โดยมากมักจะสนิทสนมแบบประเภทค่อยตามหรือขึ้นอยู่กับบุคคลอื่นมากเกินไป
9. มีความคิดยึดติดอยู่กับ “ความถูกต้อง”
10. ถึงแม้จะมีจุดหมายหมายของชีวิตในระยะ 1-2 ปี ข้างหน้า แต่ไม่สามารถนำมาใช้ในการวางแผนชีวิตระยะยาวได้

2.2.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับลักษณะนิสัย (Trait Theory)

กอร์ดอน อัลพอร์ต (Gordon Allport) เห็นว่าบุคลิกภาพเป็นเรื่องของการจัดระเบียบของพลังพลวัตทางจิตวิทยาที่กำหนดลักษณะเฉพาะทางพฤติกรรมและความคิด แต่เขามีได้ค้นหาพลังพลวัตทางจิตวิทยาดังกล่าวในจิตใต้สำนึก เขากลับสนใจลักษณะผิว ๆ มากกว่านั้น trait คือ ลักษณะโดดเด่นบางประการในบุคลิกภาพของมนุษย์ที่ถูกดึงออกมาจัดให้เป็นลักษณะเฉพาะตัวที่มีแบบแผน แม้มนุษย์แต่ละคนจะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่างกันออกไปมากมายแต่ก็จะมีลักษณะบางอย่างที่ยากจะเปลี่ยนแปลงและเกิดซ้ำ ๆ trait เป็นโครงสร้างภายในบุคลิกภาพภายในบุคลิกภาพที่จะสร้างแบบแผนความโน้มเอียงอย่างใดอย่างหนึ่งในการสนองตอบต่อโลกข้างนอก แม้สถานการณ์เฉพาะหน้าจะมีไม่ซ้ำ แต่ trait จะทำให้คนคนหนึ่งจัดระเบียบและตีความสถานการณ์ต่าง ๆ ให้เชื่อมโยงด้วยกัน เช่นคนลักษณะชาตินิยมหัวรุนแรงก็จะมีแนวโน้มเป็นปฏิปักษ์ต่อคอมมิวนิสต์ องค์กรพัฒนาเอกชน อาจารย์มหาวิทยาลัย คนยิวหรือผิวสี หรือลัทธิศาสนาที่เกิดขึ้นใหม่บางนิกาย เป็นต้น ความหลากหลายเหล่านี้จะถูกจัดประเภทให้เป็นแบบเดียวกัน (functionalequivalent) trait ทำให้คนคนนี้มีปฏิกริยาตอบสนองต่อกรณีสี่ที่หลากหลายเหล่านั้นไปในทิศเดียวกัน เพราะเหตุนี้นักจิตวิทยาจึงเชื่อว่าจะสามารถนิยามและแบ่งประเภท trait เป็นลักษณะใหญ่ไม่กี่แบบได้

อภิญญา เฟื่องฟูสกุล (2546: 19 - 20) ได้กล่าวถึง การแบ่งประเภท trait เป็นห้ากลุ่มใหญ่ (the big five) เป็นการแบ่งที่ได้รับความนิยมมาก ห้าแบบดังกล่าว ได้แก่

1. Neuroticism คือ บุคลิกที่เปราะบางทางอารมณ์มีแนวโน้มจะเป็นโรคซึมเศร้าได้ มีความกังวลอยู่เสมอและพัฒนาปฏิกริยาและความเห็นทางลบต่อสิ่งต่าง ๆ ได้ง่าย
2. Extrovert เป็นบุคลิกภาพที่อบอุ่น ชอบเข้าสังคม ชอบแสดงความเป็นตัวเองออกมา

3. Agreeableness เป็นพวกที่ตรงไปตรงมา มีความไว้วางใจผู้อื่น ถ่อมตน ยึดมั่นในระบบคุณค่าบางอย่าง

4. Conscientiousness คือ ผู้ที่มีความสามารถในการแข่งขันสูง เน้นความสมบูรณ์แบบในสิ่งที่ทำ คงเส้นคงวา ระมัดระวัง

5. Openness คือ พวกที่มีความอยากรู้อยากเห็นในเชิงปัญญา มีความโน้มเอียงทางศิลปะและสุนทรีย์ มีความอดกลั้นต่อความเห็นต่าง ชอบใช้จินตนาการแม้ว่าในความเป็นจริง บุคคลคนหนึ่งจะมีคุณลักษณะที่ผสมผสานระหว่างหลาย traits แต่มักจะมี trait แบบใดแบบหนึ่งที่โดดเด่นออกมาเสมอ

(R. Cattell) แบ่งประเภท trait โดยจัดเป็นคู่ตรงข้าม เช่น ชอบแสดงออก/เก็บตัว ฉลาด/คิดช้า อารมณ์มั่นคง/หวั่นไหวง่าย ชี้อารมณ์/ไวใจง่าย ช่างจินตนาการ/ติดดิน-ชอบเชิงปฏิบัติ มีเล่ห์เหลี่ยม/ตรงไปตรงมา ชอบอิสระ/ชอบอิงกลุ่ม เครียดง่าย/ผ่อนคลาย ชอบความแปลกใหม่/อนุรักษ์นิยม จิตอ่อน/เข้มแข็ง ชอบแสดงออก/ถ่อมตน ชอบผจญภัย/ขี้อาย เป็นต้น

บางครั้งนักจิตวิทยานิยาม trait กับแรงจูงใจ (motive) ที่เป็นพลังขับเคลื่อนของพฤติกรรม แรงจูงใจที่โดดเด่นก็เช่น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (need for achievement) ซึ่งได้รับการให้ค่าสูงในสังคมอเมริกัน ทำให้คนมุ่งแข่งขันและมุ่งความเป็นเลิศ และเชื่อกันว่าแรงจูงใจดังกล่าวคือพื้นฐานความสำเร็จของระบบทุนนิยม นอกจากนี้ก็มี ความต้องการผูกพันกับสิ่งอื่น (need for affiliation) ความต้องการอำนาจ (need for power) และความต้องการแสดงออก (need for exhibition) เป็นต้น

2.2.4 สถานะทางอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นตามแนวคิดของมาร์เซีย

มาร์เซีย (Marcia) (สายฝน ควรผดุง. 2536: 18; อ้างอิงมาจาก Marcia. 1970) นักจิตวิทยามหาวิทยาลัยแห่งรัฐนิวยอร์ก ได้นำแนวคิดเกี่ยวกับเอกลักษณ์แห่งตนในระยะวัยรุ่น จากทฤษฎีของอีริคสันมาพัฒนาเป็นสถานะทางเอกลักษณ์ ซึ่งตามแนวคิดของมาร์เซียนั้น การสร้างเอกลักษณ์แห่งตนเกี่ยวพันกับการกำหนดแนวทางด้านอาชีพ ค่านิยม ความเชื่อ และพัฒนาการทางเพศเกณฑ์ที่ใช้กำหนดสถานะทางเอกลักษณ์อาศัยการผสมผสานระหว่าง 2 มิติ ของการมีหรือไม่มีภาวะวิกฤติ (Crisis) และการตกลงใจ (Commitment) ในเนื้อหาด้านอาชีพ ศาสนา การเมือง โดยมีข้อตกลงเบื้องต้นดังนี้

ภาวะวิกฤติ หมายถึง เหตุการณ์หรือคำถามที่กระตุ้นบุคคลให้จำเป็นต้องตัดสินใจเลือกแนวทางต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความสนใจและความสามารถของตน

การตกลงใจ หมายถึง การแสดงออกหรือการกระทำของบุคคล

มาร์เซียแบ่งวัยรุ่นตามลักษณะของแต่ละสถานะทางเอกลักษณ์ ดังนี้คือ

1. วัยรุ่นที่เกิดความสับสนในการหาเอกลักษณ์ (Identity Diffusion) คือ วัยรุ่นที่อาจจะ มีหรือไม่มีประสบการณ์ในการเผชิญกับภาวะวิกฤติ สิ่งสำคัญคือยังไม่มี การตกลงใจทั้งทางด้านอาชีพ และด้านอุดมคติ แม้ว่าพวกเขาอาจมีแนวอาชีพที่ชอบ แต่มีความคิดในสิ่งเหล่านั้นน้อยมาก และพร้อม ที่จะละทิ้งเมื่อมีโอกาสที่ดีกว่า บุคลิกภาพที่แสดงออกในช่วงนี้ ได้แก่

- 1.1 เป็นหนุ่มสาวประเภทรักสนุก ไม่อาทรต่อคนอื่นตราบใดที่ได้ทำสิ่งที่ตนปรารถนา
- 1.2 หลีกเลี่ยงวิกฤติการณ์และการเผชิญหน้าใด ๆ โดยการหนี อาจใช้ยาเสพติดหรือ การหลอกตัวเอง
- 1.3 มีปัญหาทางจิตใจ เป็นนักขวยโอกาส
- 1.4 ลอกเลียนเจตคติของผู้ที่ตนประทับใจ มักรู้สึกผิดมาก และถูกทอดทิ้งบ่อย
- 1.5 เต็มใจที่จะเปลี่ยนความคิดเกี่ยวกับตนเองอย่างรวดเร็ว และยอมรับความ ผิดพลาดของบุคลิกภาพของตนอย่างง่าย ๆ

- 1.6 มีปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมาก
- 1.7 แข็งแกร่งเท่าคนอื่น แต่เลือกวิชาง่าย ๆ เรียน
- 1.8 แสดงบทบาทในสถานการณ์ต่าง ๆ
- 1.9 มีความไว้ใจในมนุษย์น้อยที่สุด
- 1.10 มีพ่อแม่ที่เลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก

2. วัยรุ่นที่ยังหาเอกลักษณ์ของตนไม่สำเร็จและยังต้องอาศัยแนวคิดจากผู้อื่น (Identity Foreclosure) คือ วัยรุ่นที่ไม่มีประสบการณ์ในการเผชิญกับภาวะวิกฤติ แต่ได้ตกลงใจเลือกแนวทางแล้ว โดยได้รับอิทธิพลจากบิดามารดาหรือผู้ปกครอง และไม่สามารถบอกได้ว่า บิดามารดาหรือผู้ปกครอง มีอิทธิพลต่อพวกเขาตั้งแต่เมื่อไร วัยรุ่นในกลุ่มนี้มีความศรัทธาต่อคำพูดของบิดามารดา จึงเคร่งครัดต่อ คำสอนของบิดามารดา บุคลิกภาพ ที่แสดงออกในช่วงนี้ ได้แก่

- 2.1 ดูเฟิน ๆ มีลักษณะเหมือนกลุ่มบรรลุนิยามเอกลักษณ์แห่งตน
- 2.2 ไม่พิจารณาหรือสนใจเป้าหมายใด ๆ ยกเว้นเรื่องที่ได้รับคำสั่งให้คิด
- 2.3 กล่าวถึงทางเลือกซึ่งทำให้พ่อแม่เสียใจ
- 2.4 เป็นคนไม่ยืดหยุ่น สนใจการรักษาขนบประเพณี
- 2.5 ทำตามความเคยชิน และหนีสถานการณ์ขัดแย้ง
- 2.7 ทะเยอทะยานสูง ประเมินตนเองได้
- 2.8 ไม่ยืดหยุ่นในการตัดสินใจ
- 2.9 มีความวิตกกังวลเล็กน้อย
- 2.10 มีความภาคภูมิใจโดยเฉพาะผู้หญิง

- 2.11 มีเจตคติดีต่อการศึกษา
- 2.12 ชอบตั้งเป้าหมายที่เป็นไปได้
- 2.13 มีพ่อแม่ที่ไม่กระด้างหรืออ่อนแอแต่ควบคุมมาก
- 2.14 ลอกแบบกลุ่มเพื่อนและผู้ที่ยินยอมยกย่องมากเกินไป

3. วัยรุ่นที่ยังหาเอกลักษณ์ที่ไม่แน่นอน (Identity Moratorium) คือ วัยรุ่นที่อยู่ในช่วงภาวะวิกฤติที่กำลังจะตกลงใจ ซึ่งการตกลงใจนั้นค่อนข้างคลุมเครือ มีลักษณะแตกต่างจากวัยรุ่นที่เกิดความสับสนในการหาเอกลักษณ์ตรงที่วัยรุ่นในกลุ่มนี้ยังเห็นความสำคัญในความปรารถนาดีและความคิดเห็นของบิดามารดาหรือผู้ปกครอง และคำนึงถึงความต้องการของสังคม แล้วนำมาคิดทบทวนว่าเหมาะสมกับความสามารถของเขาหรือไม่ วัยรุ่นที่อยู่ในสถานภาพนี้จึงอยู่ในระหว่างค้นหาคำตอบของเอกลักษณ์แห่งตน แต่วัยรุ่นที่ยังสับสนในการหาเอกลักษณ์นั้น ยังไม่มีความคิดที่จะเลือกและยังไม่มีทางเลือกของเอกลักษณ์ของตน

ประสาธ อิศรปริดา (2538: 85) ได้กล่าวถึง บุคลิกภาพที่แสดงออกในช่วงนี้ ได้แก่

- 3.1 มีปัญหาที่ยังไม่ได้แก้ไขมากมาย
- 3.2 เป็นนักทดลอง
- 3.3 เปลี่ยนใจเรื่องค่านิยมบ่อย
- 3.4 คบเพื่อนต่างเพศมาก และฉาบฉวย
- 3.5 เป็นคนประเภทซ่ายจัดหรือขวยจัดเกินไป
- 3.6 สนใจสุขภาพจิตของตนเอง
- 3.7 ไม่ต้องให้มีใครมามีอิทธิพลหรือควบคุม
- 3.8 ให้ความร่วมมือแก่ผู้อื่นน้อยมาก
- 3.9 ทำนายกิจกรรมของเขาได้ยาก
- 3.10 มีความวิตกกังวลมาก
- 3.11 มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำในการเลือกวิชาเรียนและการนำไปใช้
- 3.12 มีพ่อแม่ที่ตามใจมาก

4. วัยรุ่นที่ค้นหาเอกลักษณ์ของตนได้อย่างสมบูรณ์ (Identity Achievement) คือ วัยรุ่นที่มีประสบการณ์ในการเผชิญกับภาวะวิกฤติและมีการตกลงใจแล้ว จึงมีความตั้งใจอย่างแน่วแน่ในการเลือกอาชีพ ยึดมั่นในศาสนาและมีความคิดอุดมการณ์ทางการเมืองได้ด้วยตนเอง ถึงแม้ว่าพวกเขาได้พิจารณาแนวทางด้านอาชีพไว้หลายแนวทางก็ตาม ในที่สุด พวกเขาเลือกแนวทางเพียงทางเดียวด้วยตนเอง ส่วนทางด้านอุดมคติ พวกเขาได้ทบทวนความเชื่อในอดีตและเลือกแนวทางเองจนประสบความสำเร็จในการแสดงออกอย่างเป็นอิสระ บุคลิกภาพของกลุ่มนี้ ได้แก่

- 4.1 มีความเป็นตัวของตัวเองสูง
- 4.2 มั่นคง มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
- 4.3 ยอมรับตนเอง
- 4.4 อาจมีค่านิยมต่างจากพ่อแม่ แต่มั่นคงในตนเอง
- 4.5 รู้จักตนเอง
- 4.6 ทำตามค่านิยมและความเชื่อถือ
- 4.7 ทำงานได้ดีภายใต้สภาวะความกดดัน
- 4.8 ตั้งเป้าหมายที่เป็นจริงได้ และประเมินตนเองได้
- 4.9 ยืดหยุ่นมากในความสัมพันธ์กับผู้อื่น
- 4.10 มั่นคงในการตัดสินใจ ไม่ว่าคนอื่นคิดอย่างไร
- 4.11 ความแตกต่างระหว่างการรับรู้ของตนเองและคนอื่นที่มีต่อตนเองน้อยมาก
- 4.12 มีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลดี
- 4.13 มีพ่อแม่ที่ใจเย็น และคอยส่งเสริมมากกว่าควบคุม

2.3 องค์ประกอบของอัตลักษณ์แห่งตน

ซิคเคอริง และเรียมส์ (Chickering; & Reisser. 1993: 49) กล่าวถึง การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้

1. ด้านร่างกายและลักษณะท่าทาง
2. บทบาทและการแสดงออกทางด้านพฤติกรรมทางเพศ
3. ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสังคม ประเพณี และวัฒนธรรม
4. การแสดงแนวความคิด บทบาท และรูปแบบการดำเนินชีวิต
5. ความรู้สึกในการตอบสนองความมีคุณค่าของตนเองจากบุคคลอื่น
6. การยอมรับนับถือในตนเอง
7. มีความมั่นคง และรู้วิชาการบูรณาการสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้ รวมทั้งประสบการณ์นำมา

พัฒนาเป็นอัตลักษณ์แห่งตน

ตามแนวคิดของอีริคสัน ดวงเดือน ศาสตราจารย์ (2535: 249) อัตลักษณ์แห่งตนเกี่ยวข้องกับพัฒนาการ 2 ประการ คือ ประการแรกเป็นลักษณะภายใน ซึ่งหมายถึง การรู้จักและรับรู้ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองของบุคคล ประการที่สองเป็นลักษณะภายนอก ซึ่งหมายถึง การยอมรับและการผูกพันกับอุดมคติของสังคมและวัฒนธรรม ซึ่งเป็นสิ่งแวดล้อมรอบตัว อันแสดงถึงการมีส่วนร่วมในคุณลักษณะที่สำคัญร่วมกับผู้อื่น บุคคลที่มีอัตลักษณ์แห่งตนจะมีภาพที่ชัดเจนและการยอมรับทั้งสภาวะภายในของบุคคลและวัฒนธรรมของสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่

เบนเนียน และอาดัมส์ (Adams. 1998: Online; citing Bennion; & Adams. 1986) แบ่งอัตลักษณ์แห่งตนออกเป็น 2 ด้าน คือด้านมโนคติส่วนบุคคล (Ideological) และด้านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal) โดยด้านมโนคติส่วนบุคคล ประกอบด้วย การประกอบอาชีพ ศาสนา การเมือง และปรัชญาแนวคิดในการดำเนินชีวิต ส่วนด้านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ประกอบด้วย การคบเพื่อนต่างเพศ การคบเพื่อน บทบาททางเพศ และการพักผ่อนหย่อนใจ

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2541: 14) กล่าวถึง โครงสร้างของอัตลักษณ์แห่งตนตามแนวคิดของอีริคสันมีหลายองค์ประกอบหรือหลายด้าน ที่สำคัญคือ ด้านอาชีพการงาน ด้านศาสนา ด้านการเมืองด้านบทบาททางเพศ และทางด้านค่านิยมอื่น ๆ

กุญชรีย์ คำชาย (2542: 21) กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตนมีหลายองค์ประกอบ จำแนกเป็นทางกาย เพศ สังคม อาชีพ จริยธรรม อุดมการณ์ และลักษณะทางจิต ซึ่งเมื่อประกอบกันแล้วกลายเป็นตนโดยรวม

ประสาธ อิศรปริดา (2538: 80) กล่าวถึง ลักษณะสำคัญที่จะพัฒนาในช่วงวัยรุ่น คือการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนในด้านอาชีพ บทบาททางเพศ การเมือง ศาสนา

ปรีชา ธรรมา (2548: 51) กล่าวถึง อัตลักษณ์แห่งตนประกอบด้วย อัตลักษณ์แห่งตน ด้านร่างกาย ทางเพศ บทบาททางเพศ อาชีพ อุดมการณ์และจริยธรรม โดยด้านร่างกายและทางเพศก่อตัวขึ้นมาได้ตั้งแต่นั้น ๆ เริ่มต้นในช่วงก่อนวัยรุ่นซึ่งนำไปสู่การยอมรับตนเองด้านร่างกายและทางเพศ ผู้ที่ยอมรับตนเองด้านร่างกายและทางเพศ รวมทั้งบทบาททางเพศจะเป็นผู้ที่มีอัตลักษณ์แห่งตนทางบวกในด้านทั้งสอง ส่วนอัตลักษณ์แห่งตนด้านสังคมจะเกิดขึ้นเมื่อมีสัมพันธภาพทางสังคมกว้างออกไป โดยการเข้าเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคม เมื่อบุคคลมีความเจริญงอกงามทางความคิดสูงขึ้นก็จะพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนด้านอาชีพ ด้านอุดมการณ์และจริยธรรม

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าอัตลักษณ์แห่งตนมีหลายองค์ประกอบทั้งลักษณะภายใน หมายถึง การรู้จักและรับรู้ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง และลักษณะภายนอก หมายถึง การเข้าใจและยอมรับการผูกพันกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและวัฒนธรรมของตน

2.4 อัตลักษณ์แห่งตนกับวัยรุ่น

อีริคสัน (วิการ์ตน์ พันธุ์ฤทธิ์ดำ. 2544: 26; อ้างอิงจาก Erikson. 1968) กล่าวถึง หัวใจของพัฒนาการของวัยรุ่นคือ อัตลักษณ์ (Self-Identity) การนิยามตัวตนเป็นรูปแบบการเลือกค่านิยม ความเชื่อ และจุดมุ่งหมายในชีวิตโดยที่อีริคสันได้อธิบายถึงรูปแบบของอัตลักษณ์ ว่าเป็น รูปแบบหนึ่งของการเลือกในบทบาทที่กระทำ ดังนั้นเมื่อคน ๆ หนึ่งได้ผ่านชีวิตเข้าสู่วัยรุ่นแล้วก็ผ่านพ้นค่านิยม ความเชื่อและจุดมุ่งหมายและการปฏิบัติของพวกเขาที่จะเปลี่ยนไป ไม่ดำรงอยู่ได้ในช่วงเวลาที่ยาวนาน อัตลักษณ์จึงเป็นสิ่งที่ไม่มีความมั่นคงเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นแทนที่และเปลี่ยนแปลงตลอดชีวิต

พัฒนาการของอัตลักษณ์เป็นกระบวนการที่ใช้เวลายาวนาน สแตนทรีออค กล่าวไว้ว่า (Santrock. 1996: 332) พัฒนาการของอัตลักษณ์มีความสลับซับซ้อนอยู่มาก สำหรับวัยรุ่นรูปแบบของอัตลักษณ์ไม่มีทั้งจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดมันเริ่มต้นขึ้นพร้อมกับการแสดงออกของความรู้สึก พัฒนาการของความรู้สึกเกี่ยวกับตัวตนอัตลักษณ์มีความสลับซับซ้อนอยู่มาก สำหรับวัยรุ่นรูปแบบของอัตลักษณ์ไม่มีทั้งจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุด มันเริ่มต้นขึ้นพร้อมกับการแสดงออกของความรู้สึก พัฒนาการของความรู้สึกเกี่ยวกับตัวตนและการกำเนิดขึ้นเป็นทารก และเชื่อมถึงมันในที่สุดด้วยการบูรณาการและการทบทวนชีวิตในวัยที่สูงอายุขึ้น พัฒนาการที่สำคัญของอัตลักษณ์วัยรุ่นโดยเฉพาะวัยรุ่นในยุคหลัง ๆ นี้ ได้แก่ พัฒนาการด้านวิทยาศาสตร์ พัฒนาการด้านการรับรู้และพัฒนาด้านสังคม ทางออกของประเด็นศึกษาเรื่องอัตลักษณ์ของวัยรุ่นนั้น อัตลักษณ์ไม่ใช่สิ่งที่แน่นอนมั่นคงไปตลอดชีวิต อัตลักษณ์ของบุคคลมีความยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้ เปิดรับต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม ปฏิสัมพันธ์และอาชีพได้

2.5 ปัญหาของวัยรุ่นในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน

สมร ทองดี (2545: 137-138) ได้กล่าวถึง ในช่วงที่วัยรุ่นแสวงหาอัตลักษณ์ของตนเองนั้น วัยรุ่นจะเรียนรู้จากประสบการณ์ต่าง ๆ ทั้งจากสภาพแวดล้อมทางสังคม ครอบครัว ครูและกลุ่มเพื่อน และจากประสบการณ์ ๆ เหล่านี้ อาจก่อให้เกิดความสับสนและไม่แน่ใจปัญหาต่าง ๆ ที่ทำให้วัยรุ่นมีความสับสนในการแสวงหาอัตลักษณ์ของตนอาจสรุปได้ดังนี้

1. ขาดผู้แนะนำแนวทางในการค้นหาตนเองว่าจะมีวิถีใดบ้างที่ช่วยให้สามารถรู้จักตนเองเข้าใจตนเองได้อย่างถูกต้อง
2. มีการรับรู้ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองที่สับสน เช่น ตนคิดว่าตนเองมีลักษณะอย่างหนึ่งแต่สายตาของบิดามารดาหรือสายตาของเพื่อนกลับเป็นอีกอย่างหนึ่ง เป็นต้น
3. ภาพพจน์ของตนเองที่พบเป็นภาพพจน์ที่ด้อยศักดิ์ศรีซึ่งนำไปสู่ความท้อถอยหมดหวัง
4. สิ่งแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจ และครอบครัวไม่ได้ช่วยให้วัยรุ่นได้ค้นหาตนเองและพบตนเองที่ถูกต้องและเพียงพอที่จะช่วยให้ก้าวไปสู่ความมั่นใจในตนเองในชีวิตและอนาคต

การแสวงหาอัตลักษณ์แห่งตนทั้งในด้านการเรียนรู้เพื่อรู้จักตัวตนที่แท้จริง เพื่อการเตรียมตัวสู่อนาคตที่เหมาะสมกับอัตลักษณ์ของตนเองนั้นเป็นสิ่งที่บิดามารดา ผู้ปกครอง สถานศึกษา ครู อาจารย์ เพื่อน บุคคลในสังคมและสื่อมวลชน มีส่วนในการให้ความช่วยเหลือและประคับประคองให้เด็กวัยรุ่นได้พัฒนาบุคลิกภาพของตน วัยรุ่นผู้สามารถผ่านวิกฤติการณ์ในการแสวงหาอัตลักษณ์ของตนไปได้ด้วยดีก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพมั่นคงสามารถปรับตัวให้ดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

2.6 การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน

นวลละออ สุภาพผล (2527: 92-93) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบสำคัญของการสร้างความรู้สึกของการมีอัตลักษณ์แห่งตนและผ่านพ้นความรู้สึกสับสนในตนเอง ดังนี้

1. การเลือกและการสับสนในบทบาท (Role Selection and Role Diffusion) การเข้าใจในอัตลักษณ์แห่งตนช่วยให้เด็กวัยรุ่นเกิดความเข้าใจในปัญหาต่าง ๆ และช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคต เช่น การเลือกอาชีพ การเลือกคู่ครอง เป็นต้น ความรับผิดชอบถือว่าเป็นอัตลักษณ์สำคัญของวัยนี้ ซึ่ง ความรับผิดชอบนี้มีรากฐานมาจากการอบรมของบิดามารดาและความรู้สึกไว้วางใจและความมั่นใจในตนเอง ในวัยนี้เด็กวัยรุ่นจะเกิดความคิดสงสัยในตัวเอง เช่น เกิดปัญหาถามตัวเองว่า “ฉันคือใคร” หรือ “ฉันจะทำอะไรดี” เนื่องจากระยะวัยรุ่นเป็นระยะที่มีความรู้สึกสับสน ขาดความมั่นใจ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจเพื่อเตรียมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ปัญหาของเด็กวัยรุ่นนี้มักเป็นไปในทำนองที่ว่า “ฉันไม่รู้ว่าฉันควรจะทำอะไร ฉันไม่รู้ว่าฉันจะไปทางไหน และฉันไม่รู้ว่าฉันเป็นใคร” ดังนั้นกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน การยอมรับจากกลุ่มศาสนา และวัฒนธรรมจึงมีผลต่อการปรับตัวอย่างยิ่ง

2. การแสวงหาสถานภาพทางสังคม (Acquisition of Social Status) เด็กวัยรุ่นจะพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองขึ้นอย่างช้า ๆ เพื่อพัฒนาเป็นระดับมาตรฐานของตัวเอง เขาจะแสวงหาตนตามอุดมคติ (Ego Idea) และค้นหาอัตลักษณ์ของตัวเองเพื่อบทบาทใหม่ในสังคม อีริคสันกล่าวว่า มีเด็กวัยรุ่นตอนปลายอีกเป็นจำนวนมากที่ยังไม่เป็นตัวของตัวเองและยังไม่พบอัตลักษณ์ในตนเอง ซึ่งวัยรุ่นเหล่านี้เมื่อมีปัญหาจะแก้ปัญหาแบบ “หนีเสือปะจระเข้” หรือหลบหนีจากปัญหานั้นไป

อย่างไรก็ตามวัยรุ่นแต่ละคนย่อมต้องการเวลาในการปรับตัวเองเพื่อการเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่และให้สังคมยอมรับ ซึ่งอีริคสันได้เสนอแนวทางการปรับตัวที่สำคัญอยู่ 7 ชั้น ในแต่ละชั้นถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ย่อมทำให้เกิดความล้มเหลวในเรื่องนั้น ๆ การปรับตัวทั้ง 7 ชั้น มีดังนี้

1. สัดส่วนของเวลาตรงข้ามกับความสับสนของเวลา (Time Perspective VS Time Diffusion) หมายถึง เด็กวัยรุ่นต้องการเวลาที่เหมาะสมเพื่อการเตรียมตัวและการปรับตัวต่อความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

2. ความมั่นใจในตนเองตรงข้ามกับความเฉยเมยท้อแท้ (Self Certainty VS Apathy) ความมั่นใจในตนเอง หมายถึง การแสวงหาอัตลักษณ์ของตนเองอย่างถูกต้อง มีความสนใจเกี่ยวกับตนเองและความคิดของคนอื่นที่มีต่อตน

3. การตรวจสอบบทบาทตรงข้ามกับการมีอัตลักษณ์ที่ไม่ถูกต้อง (Role Experimentation VS Negative Identity) ในวัยเด็กจะมีการแสวงหาบทบาทต่าง ๆ มากมายหลายชนิด ส่วนเด็กวัยรุ่นจะคัดเลือกเฉพาะบทบาทที่เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด วัยรุ่นอาจจะทดลองหรือตรวจสอบหลาย ๆ บทบาทจนกว่าจะพบบทบาทที่ตนเองพอใจ

4. การคาดการณ์ล่วงหน้าในผลสัมฤทธิ์ตรงกันข้ามกับความชะงักงันในการทำงาน (Apprenticeship of Achievement VS Work Paralysis) การทำงานใด ๆ เด็กวัยรุ่นมีความต้องการที่จะให้งานนั้นประสบความสำเร็จหรือเสร็จลงด้วยดี ดังนั้นก่อนที่จะลงมือทำงานเขาจะคาดการณ์ล่วงหน้าในผลสำเร็จที่เกิดขึ้น การคาดหมายว่างานจะประสบความสำเร็จเป็นแรงกระตุ้นให้เขาเกิดความพึงพอใจ มีความสนใจ และมีความเพียรพยายามเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น ๆ การคาดการณ์ล่วงหน้าในผลสัมฤทธิ์จึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่จะพัฒนาความมั่นใจในตนเองและความเป็นตัวของตัวเอง

5. อัตลักษณ์ทางเพศตรงข้ามกับความสับสนทางเพศ (Sexual Identity VS Biosexual Diffusion) วัยรุ่นต้องการประสบการณ์ที่จะทำให้เขารู้ในบทบาททางเพศของตนเอง และต้องการที่จะแสดงลักษณะและบทบาททางเพศของตนให้ถูกต้องเป็นที่ยอมรับของสังคม ขณะเดียวกันก็ต้องการที่จะเป็นเพื่อนกับเพศตรงข้าม

6. ความเป็นผู้นำตรงข้ามกับความสับสนในอำนาจ (Leadership Polarization VS Authority Diffusion) ความสามารถของวัยรุ่นในการเป็นผู้นำหรือเป็นผู้ตามเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน และสถานการณ์ทั้งสองลักษณะนี้เป็นตัวชี้ให้เห็นถึงอำนาจของตนเองในสังคม เด็กวัยรุ่นควรได้รับการฝึกให้เป็นตัวของตัวเอง มีความมั่นใจในตนเอง ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมให้เขาพัฒนาความเป็นผู้นำให้เกิดขึ้น

7. อุดมคติตรงข้ามกับความสับสนในอุดมคติ (Ideological Polarization VS Diffusion of Ideal) วัยรุ่นจะเลือกปรัชญาหรืออุดมคติเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจซึ่งจะนำทางให้เขาอยู่ในสังคมได้ นอกจากนี้การมีอุดมคติและมีปรัชญาชีวิตจะช่วยให้เขาไปสู่ความมีอัตลักษณ์ของตนเอง เขาจะมีแนวทางชีวิตของเขาว่าเขาจะเป็นอะไรต่อไป เมื่อมีสิ่งไม่ถูกต้องกับอุดมคติของเขา ๆ ก็จะไม่ยอมรับหรือต่อต้านกับสิ่งเหล่านั้น

ขั้นตอนทั้ง 7 ขั้นดังกล่าวนี้จะมีผลต่อการพัฒนาการความเป็นอัตลักษณ์แห่งตน และมีประโยชน์ต่อตัวเขาโดยตรง เป็นการได้เผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างค่อยเป็นค่อยไป ได้เปรียบเทียบสังคมกับผู้ใหญ่ด้วยตัวเองซึ่งทำให้เขาเกิดความพร้อม ถ้าเด็กวัยรุ่นไม่พร้อมหรือปรับตัวไม่ได้หรือประสบความสำเร็จล้มเหลวจะเกิดความรู้สึกที่รุนแรงและมีผลต่อบุคลิกภาพ

ซึ่งมีความสอดคล้องกับไรซ์ (กูญชรี คำชาย. 2542: 20-21; อ้างอิงมาจาก Rice. 1996: 35) ที่ได้กล่าวถึง ช่วงวัยรุ่นเป็นวัยวิกฤติ เป็นวัยที่มีความขัดแย้งเพิ่มขึ้นจากวัยเด็ก และในวัยนี้เองที่วัยรุ่นพยายามที่จะสร้างอัตลักษณ์แห่งตนขึ้นมา และหลีกเลี่ยงการเกิดความสับสนในบทบาทโดยการหาทางจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในวัยของตน ความขัดแย้งทั้งหมดจำแนกได้ดังนี้

1. เวลา การมีความรู้สึกขัดแย้งเรื่องเวลาและความต่อเนื่องของชีวิตเป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับวัยรุ่น เพราะการรับรู้เรื่องเวลาต้องประสานอดีตเข้ากับอนาคตโดยตนเองอยู่ในช่วงเวลาปัจจุบัน นอกจากนั้นภารกิจประการหนึ่งของวัยรุ่น คือ ต้องสร้างความคิดรวบยอดเกี่ยวกับระยะเวลาที่จะใช้

เพื่อการบรรลุถึงเป้าหมายของชีวิตที่ได้วางแผนไว้ ทั้งสองประการนี้ทำให้วัยรุ่นต้องเรียนรู้การประมาณการและการจัดสรรเวลาของตนเอง

2. ความเชื่อมั่นในตนเอง ความขัดแย้งในส่วนที่สองนี้เกี่ยวกับการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองโดยมีฐานอยู่บนประสบการณ์ในอดีต เพื่อว่าตนจะได้เกิดความเชื่อตนเอง และรู้สึกว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงที่สมเหตุสมผลเพื่อบรรลุถึงจุดมุ่งหมายในอนาคต การทำเช่นนี้วัยรุ่นต้องผ่านการตระหนักรู้ในตนเองและความสำนึกเรื่องตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณ์ทางกายกับความสัมพันธ์ทางสังคม เมื่อกระบวนการนี้พัฒนาไปตามปกติได้ก็จะเกิดความเชื่อมั่นในตนเองและเชื่อว่าตนสามารถรับมือกับความสำเร็จในปัจจุบัน และทั้งที่คาดการณ์ว่าจะได้รับในอนาคตได้

3. บทบาท วัยรุ่นมีโอกาสจะลองสวมบทบาทต่าง ๆ หลายบทบาทในสังคม สามารถทดลองอัตลักษณ์แห่งตน บุคลิกภาพ วิธีการพูด กระทำ เป้าหมาย หรือความสัมพันธ์กับบุคคลได้หลากหลายประเภท อัตลักษณ์ของวัยรุ่นจะได้มาโดยผ่านกระบวนการทดลองทำสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ วัยรุ่นที่เติบโตมาด้วยความรู้สึกกังวลและความรู้สึกผิด ได้สร้างข้อจำกัดภายในไว้มากและยึดติดกับบทบาทเดิม วัยรุ่นเหล่านี้จะสูญเสียความคิดริเริ่มในการทดลองเรื่องบทบาทไป และจะเสียโอกาสในการแสวงหาอัตลักษณ์แห่งตนด้วย

4. งานในทำนองเดียวกันกับเรื่องบทบาท วัยรุ่นเป็นวัยที่มีโอกาสในการสำรวจเลือกและทดลองศึกษาอาชีพต่าง ๆ ก่อนจะตัดสินใจว่าจะยึดอะไรเป็นอาชีพจริง ๆ แต่เมื่อได้เข้าสู่อาชีพแล้ว บทบาทในงานจะเป็นอีกส่วนหนึ่งซึ่งมีอิทธิพลต่อการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่น ยิ่งไปกว่านั้น วัยรุ่นที่มีภาพลักษณ์ของตนเองในทางลบจะเกิดความรู้สึกด้อยขึ้นมา และการรู้สึกด้อยจะทำให้เขาป้องกันตนเองโดยไม่ทุ่มเทความพยายามเต็มที่ในการเรียนหรือการทำงาน

5. เพศ วัยรุ่นยังคงเป็นวัยที่พยายามระบุถึงความหมายของความเป็นชายหรือหญิง อีริคสัน เห็นว่า เป็นเรื่องสำคัญที่วัยรุ่นจะต้องมีความชัดเจนในการเทียบเคียงบทบาทของตนเองเข้ากับเพศของตน เนื่องจากว่านอกจากจะกลายมาเป็นพื้นฐานของการสร้างความสัมพันธ์กับคนต่างเพศแล้ว ยังเป็นพื้นฐานของการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนที่มั่นคงอีกด้วย ยิ่งไปกว่านั้นสำหรับชุมชนที่มีการจัดการกิจของเพศได้เหมาะสม วัยรุ่นก็จะเต็มใจที่จะรับบทบาทตามเพศที่เหมาะสมไปด้วย

6. อำนาจ ในช่วงวัยรุ่นเด็กจะขยายขอบเขตทางสังคมของตนออกสู่โรงเรียน กลุ่มสังคมใหม่ ๆ และเพื่อนใหม่ ๆ วัยรุ่นจะได้เรียนรู้ที่จะรับผิดชอบในการนำผู้อื่นเท่า ๆ กับเรียนรู้วิธีการนำ แต่ในขณะที่เดียวกัน วัยรุ่นก็จะค้นพบว่ามีความคู่แข่งที่เรียกร้องให้ต้องอุทิศเวลาพร้อม ๆ กัน เช่น ข้อเรียกร้องจากบิดามารดา เพื่อน ครู หรือคนรัก ซึ่งมีผลทำให้เกิดความสับสนกับความสัมพันธ์กับแหล่งอำนาจเหล่านี้ จะเชื่อใครดี จะทำตามใครดี จะทำอย่างไรกับใครดี ซึ่งการหาคำตอบจะต้องขึ้นอยู่กับการตรวจสอบค่านิยมส่วนตัวและลำดับความสำคัญของบุคคลเหล่านั้นที่มีต่อวิถีชีวิตของตน

7. อุดมการณ์และค่านิยม ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นในสวนสุดท้ายนี้สัมพันธ์กับทุกส่วนที่กล่าวมา เนื่องจากอุดมการณ์จะเป็นตัวชี้นำพฤติกรรมทุกด้านของบุคคล อีริคสันให้ความเห็นว่าอุดมการณ์เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับบุคคล ทั้งนี้เพราะคนเราต้องการบางสิ่งไว้สำหรับเชื่อหรือทำตาม

หากวัยรุ่นแต่ละคนสามารถจัดการกับความขัดแย้งทั้งหมดได้อัตลักษณ์แห่งตนที่มั่นคงก็จะเกิดขึ้น วิกฤตินี้จะผ่านไปเมื่อวัยรุ่นไม่มีคำถามเกี่ยวกับอัตลักษณ์ของตนต่อไป

จตุรพร ลิ้มมันจริง (2544: 249) กล่าวถึง การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นมี 2 ลักษณะ

1. การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนในทางไม่ดี
2. การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนในทางที่ดี

การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนในทางไม่ดี หมายถึง คุณสมบัติที่มีอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้ เช่น การทำลายตนเอง (ตัวอย่างเช่น การอดอาหารหรือเสพยาเสพติด) หรือบทบาทที่สังคมไม่เห็นด้วย (ตัวอย่างเช่น อาชญากรรม) ซึ่งบทบาทเหล่านี้สังคมมักจะมีการลงโทษอย่างรุนแรงตามมาเสมอ

การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนในทางที่ดี จะต้องมียุคประกอบ 3 ประการ คือ อุดมการณ์ ความซื่อสัตย์ และความเคารพนับถือตนเอง

ปัจจัยที่มีผลยับยั้งการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนในทางที่ดี มีหลายปัจจัยที่มีผลอย่างมากต่อการยับยั้งการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน ผู้ที่ยากจนและมีปัญหาที่มีแนวโน้มที่จะเกิดผลเสียจากพัฒนาการ ถ้าวัยรุ่นรับรู้ว่ามีบิดามารดาไม่ชอบหรือไม่สนับสนุน บุคคลนั้นอาจจะมีความรู้สึกว่าตนไม่ดีพอจนกระทั่งชีวิตวัยผู้ใหญ่ เมื่อคนสูญเสียความรู้สึกพื้นฐานในสิ่งที่ดีๆ ของชีวิตและความหวังในอนาคตและความหวังของสังคมก็จะไม่มีพลังที่จะสร้างอัตลักษณ์แห่งตนและคุณค่า พลังที่จะสร้างการปกป้องตนเองและตอกย้ำการยอมรับ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนั้นต้องอาศัยเวลา เนื่องจากต้องทดลองบทบาทต่าง ๆ ที่หลากหลาย เพื่อให้เกิดความแน่ใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถที่จะยึดอุดมการณ์และค่านิยมที่สอดคล้องกับตนเองและสังคม ซึ่งถือว่าการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนในทางที่ดี

2.7 การวัดอัตลักษณ์แห่งตน

อุษา ศรีจินดารัตน์ (2533: 22-27) ได้กล่าวถึง เครื่องมือวัดตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริคสัน พอลจะแยกตามเนื้อหาที่นิยมวัดเป็น 2 ประเภท คือ การวัดอัตลักษณ์แห่งตนในชั้นที่ 5 และการวัดในหลายชั้นอายุ

1. การวัดอัตลักษณ์แห่งตนในชั้นที่ 5 สร้างขึ้นโดยมาร์เซีย เป็นแบบกึ่งสัมภาษณ์และต่อข้อความให้เต็มประโยค (SI – ISB) สำหรับแบบกึ่งสัมภาษณ์ (SI) ใช้เวลาตอบ 15 – 30 นาที การตั้งคำถาม ใช้ตามโครงสร้างของทฤษฎีและประเด็นที่ศึกษาแบบนำร่องมาแล้ว เพื่อหาวิธีการแสวงหา

ของบุคคลในวิกฤตการณ์เป็นเกณฑ์ที่ใช้กำหนดสถานภาพของอัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 สถานะ คำถามในการสัมภาษณ์ มี 3 ส่วนต่อเรื่อง เรื่องดังกล่าวเกี่ยวกับการตัดสินใจในด้านใดด้านหนึ่งว่า 1) ได้มีการตัดสินใจในเรื่องนี้แล้วหรือยัง 2) กระบวนการที่บุคคลใช้ในการเข้าสู่การตัดสินใจในเรื่องนั้น และ 3) ปริมาณความมั่นใจ และการตกลงใจผูกมัดตน (Commitment) ให้แก่เรื่องที่ได้ตัดสินใจไปแล้วนั้น การวัดจึงมี 2 มิติ คือ การแสวงหา (แล้ว-ยัง) และการตกลงใจผูกมัดตน (แล้ว-ยัง) (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2541: 16) ส่วนแบบต่อข้อความให้เต็มประโยค (ISB) มีข้อความ 23 ข้อ คัดเลือกข้อที่เกี่ยวข้องตามทฤษฎีของอีริคสัน โดยข้อความแต่ละข้อจะเว้นช่องว่างให้ผู้ตอบเลือกคำตอบที่ให้ไว้ ข้อคำถามแต่ละข้อที่ให้เลือกมีลักษณะแสดงความรู้สึกจริง ๆ ของผู้ตอบ คำตอบให้เลือกแต่ละข้อให้คะแนนแบบ 3, 2 และ 1 จุดมุ่งหมายของแบบวัดนี้เพื่อแสดงถึงพัฒนาการของอัตลักษณ์แห่งตน ต่อมาได้ปรับปรุงและสร้างเป็นประโยค เรียกว่า The New Objective Measure of Ego-Identity Status (OM-EIS) เป็นกลุ่มที่สร้างใช้หรือไม่ แบบสอบถามมีเนื้อหาด้านอาชีพ ศาสนา การเมือง และกิจกรรม

2. การวัดในหลายชั้นอายุ เป็นแบบรายงานโดยตนเอง ชั้นที่ 1 ถึงชั้นที่ 6 สามแบบวัด ดังนี้

2.1 แบบวัด Ego Identity Scale (EIS) มีลักษณะประโยคประกอบให้ตอบเห็นด้วย-ไม่เห็นด้วย ชั้นละ 12 ข้อ รวม 72 ประโยค แต่ละชั้นมีประเด็นทางบวกและทางลบ สร้างตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของแต่ละชั้น

2.2 แบบวัด Inventory of Psychosocial Development (IPD) เป็นประโยคประกอบด้วยมาตราส่วนประมาณค่า 7 ระดับ มีทั้งหมด 60 ประโยค แบ่งเป็นชั้น ๆ ละ 10 ประโยค เป็นด้านบวกและด้านลบอย่างละ 5 ประโยค

2.3 แบบวัด Ego Stage Development Inventory (ESDI) สร้างโดยการหานิยามปฏิบัติการทั้งด้านบวกและด้านลบที่แก้ไขวิกฤตการณ์ใน 6 ชั้นแรก แล้วจึงตั้งคำถามตามนิยามปฏิบัติการได้ข้อคำถามเป็นประโยคประกอบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับทั้งหมด 216 ข้อ แบ่งเป็นชั้นละ 36 ข้อ

สำหรับการศึกษาแบบข้ามวัฒนธรรมเพื่อทดสอบความเที่ยงตรงตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริคสันในประเทศอัฟริกาใต้ทั้งคนผิวขาวและคนผิวดำ โดยออสส์และพลัก (อุษา ศรีจินดารัตน์. 2533: 26-27; อ้างอิงจาก Ochse; & Plug. 1986) ได้สร้างเครื่องมือวัดรายงานโดยตนเองเป็นประโยคประกอบด้วยมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ เพื่อวัดพัฒนาการของจิตสังคมตั้งแต่ชั้นที่ 1 ถึงชั้นที่ 7 ข้อคำถามเป็นทั้งด้านบวกและด้านลบ 171 ข้อ หากคุณภาพคัดเลือกไว้ 76 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ .93 สามารถวัดได้ในแบบที่เป็นสากลตามทฤษฎีของอีริคสัน ในการอธิบายถึงพัฒนาการทางจิตสังคมตามระบบบูรณาการ

ต่อมาฮามาเช็ค (อุษา ศรีจินดารัตน์. 2533: 27 ; อ้างอิงจาก Hamachek. 1988) ได้ประเมินพัฒนาการของบุคคลในขั้นที่ 1 ถึงขั้นที่ 5 ได้กำหนดลักษณะพฤติกรรมของบุคคลที่ได้รับประสบการณ์ในแต่ละขั้น โดยมีพฤติกรรมด้านบวกและด้านลบ จำนวนด้านละ 10 ข้อ

สำหรับในประเทศไทย อุษา ศรีจินดารัตน์ (2533: 27) และงามตา วนินทานนท์; และคนอื่น ๆ (2545: 296) ได้พัฒนาแบบวัดอัตลักษณ์แห่งตนของออชส์และพลัก และปรับแบบวัดเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกในช่วงพัฒนาการอัตลักษณ์แห่งตนของฮามาเช็คมาใช้ร่วมกัน เพื่อวัดการยอมรับของผู้ตอบว่าตนมีความรู้สึกร้อย่างไรต่อตนเอง ถ้าประเมินค่าตนเองทางบวก แสดงว่าในช่วงนี้สามารถปรับตัวได้ โดยแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 6 ระดับ ได้แก่ ไม่จริงเลย ไม่จริง ค่อนข้างไม่จริง ค่อนข้างจริง จริง และจริงที่สุด กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ซึ่งอุษา ศรีจินดารัตน์ ได้เลือกประโยคที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อสูงกว่าเกณฑ์มาใช้ 23 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .80 และงามตา วนินทานนท์ และคนอื่น ๆ นำไปใช้ 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นแบบสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .79

สรุปได้ว่านักวิชาการได้ให้ความสนใจในการสร้างและปรับปรุงเครื่องมือวัดอัตลักษณ์แห่งตน อยู่เสมอ เพื่อให้ได้มาตรฐานแบบสากลที่ถูกต้องตามทฤษฎีและสามารถนำไปใช้ได้โดยสะดวก ซึ่งในการวิจัย ครั้งนี้ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดอัตลักษณ์แห่งตน มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

3.1 ความหมายของการพึ่งตนเอง

การพัฒนาในประเทศไทยไม่ว่าจะอยู่ในระดับใดของประเทศจะต้องเป็นการพัฒนาที่มีแนวทางไปสู่การพึ่งตนเอง และก่อนที่จะกล่าวถึงแนวทางการพึ่งตนเอง ควรที่จะทำความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของการพึ่งตนเอง ซึ่งมีนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

ประจักษ์ บุญอารีย์ (ม.ป.ป.: 1) ได้กล่าวถึง การพึ่งตนเองคือการที่จิตวิญญาณของบุคคลมีวุฒิภาวะพอที่จะบังคับควบคุมให้บุคคลแสดงพฤติกรรมในทางที่ถูกต้องสามารถมีวิถีชีวิตที่สงบสุขได้ด้วยตนเองไม่เป็นภาระต่อบุคคลอื่นหรือหมู่คณะ

วาสนมหาเถระ (2525: 37) ทรงกล่าวถึง การพึ่งตนเอง หมายถึง การที่ตนเป็นที่พึ่งของตนเอง ไม่ให้ล้มตน เพื่อให้ถึงถึงความสำคัญของตนเองเป็นหลักใหญ่ กำหนดทางเลือกที่เป็นตัวของตัวเองได้ โดยไม่ต้องอาศัย ความช่วยเหลือของผู้อื่นและการพึ่งตนเองต้องเคารพตนเอง เชื้อมั่น ในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง และไม่ทำตัวเป็นปัญหา หรือเป็นภาระแก่ผู้อื่นหรือหมู่คณะ

วิจารณ์ พานิช (2526: 389) ได้ให้ความหมายไว้ในเชิงเปรียบเทียบ กล่าวคือ การพึ่งตนเอง หมายถึง ความสามารถพึ่งตนเองได้ในส่วนหนึ่ง ระดับหนึ่งในบางส่วนต้องพึ่งผู้อื่นและในส่วนที่ตนเองก็ต้องเป็นที่พึ่งของผู้อื่นด้วย

คณะกรรมการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ (บุญเลิศ พูนสุขโข. 2540: 19 ;อ้างอิงจาก คณะกรรมการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ. 2526 : 65 -82) ได้อธิบายส่วนของค่านิยมในการพึ่งตนเองซึ่งเป็นค่านิยมที่สำคัญข้อหนึ่งโดยกล่าวว่า การพึ่งตนเอง หมายถึง การเคารพตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จได้ด้วยตนเองและไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือเป็นภาระกับผู้อื่น หรือหมู่คณะ และได้กำหนดขอบข่ายของการพึ่งตนเองไว้ 3 ด้าน คือ

1. การพึ่งตนเองด้านการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของตนให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เช่น สามารถอาบน้ำแต่งตัวเองได้ อยู่ตามลำพัง และช่วยเหลือตนเองเมื่อพ่อแม่ไม่อยู่ รู้จักบริการตัวเองในการรับประทานอาหาร สามารถซ่อมแซมเครื่องใช้ของตนที่ชำรุดเสียหายได้ด้วยตนเอง เป็นต้น

2. การพึ่งตนเองในด้านการศึกษาเล่าเรียน หมายถึง ความสามารถในการศึกษาเล่าเรียนให้สำเร็จลงได้ด้วยตนเอง ยอมรับและเคารพในตนเอง มีความคิด อุดมการณ์และความเชื่อมั่น รู้จักใช้ความรู้ความสามารถของตนที่มีอยู่เพื่อการศึกษาค้นคว้าและทำงานให้สำเร็จตามความประสงค์ รวมทั้งพยายามเพิ่มพูนความรู้ความสามารถของตนเองยิ่งขึ้น

3. การพึ่งตนเองทางด้านเศรษฐกิจ หมายถึง ความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในด้านเงินทอง รู้จักหารายได้ทางสุจริตสำหรับใช้จ่าย ตลอดจนรู้จักเลือกและใช้เครื่องอุปโภคด้วยคุณค่าอย่างแท้จริง

กรมสามัญศึกษา หน่วยงานพิเศษ กระทรวงศึกษาธิการ (2529: 2-72) ได้ให้ความหมายของการพึ่งตนเองไว้ว่า หมายถึง การเคารพตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเองและไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือเป็นภาระแก่ผู้อื่น หรือหมู่คณะ และยังสามารถกำหนดขอบข่ายของการพึ่งตนเองไว้ 3 ด้าน คือ

1. การพึ่งตนเองด้านการศึกษาเล่าเรียน หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เมื่อมีปัญหาด้านการเรียนสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยวิธีที่ถูกต้องและสุจริต ไม่ลอกผลงานของผู้อื่นหรือทำให้ผู้อื่นหรือเอาผลงานของผู้อื่นมาส่งอาจารย์เพื่อเอาคะแนน

2. การพึ่งตนเองด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถของตนอย่างเต็มที่ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ไม่สร้างปัญหาหรือภาระแก่กลุ่มสร้างบรรยากาศ

ในการทำงานของกลุ่มให้ดำเนินไปอย่างราบรื่น ช่วยเหลือซึ่งกันและกันด้วยเหตุผลและเต็มใจ ไม่คิดถึง
ความได้เปรียบเสียเปรียบในระหว่างเพื่อนสมาชิกด้วยกัน

3. การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถอย่าง
เต็มที่ในด้านเงินทอง รู้จักหารายได้ทางสุจริต สำหรับใช้จ่ายส่วนตัว เพื่อแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ ผู้ปกครอง
โดยไม่กระทบเทือนต่อการศึกษาเล่าเรียน เช่น ใช้เวลาว่างหลังเลิกเรียนรับจ้างส่งขนม ปลูกผักสวนครัว
ตลอดจนรู้จักใช้เครื่องอุปโภคอย่างคุ้มค่า เช่น พยายามซ่อมแซมเสื้อผ้าให้ใช้ประโยชน์ได้อยู่เสมอ
เลือกซื้ออาหารให้พอเหมาะ ไม่เหลือทิ้งวางแผนการใช้เงินและการเก็บออมได้อย่างมีสัดส่วน

สัญญา สัญญาวิวัฒน์ (2534: 49) ได้กล่าวไว้ในทฤษฎีการพึ่งตนเองว่า การพึ่งตนเอง
หมายถึง ความสามารถในการดำรงตน อยู่ได้อย่างอิสระ มั่นคงสมบูรณ์ โดยภาวะการพึ่งตนเอง
มีลักษณะพลวัต (Dynamic) เปลี่ยนไปตามกาลเวลา เทียบได้กับความสมดุลเคลื่อนที่ (Moving
equilibrium) และการที่จะพึ่งตนเองได้นั้นต้องมีการพึ่งตนเองได้ 5 ด้าน คือ

1. พึ่งตนเองได้ทางทรัพยากรธรรมชาติ (Natural Resources Self Reliance) โดยบุคคล
สามารถใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติ มีการรักษาให้ดำรงอยู่ไม่ให้เกิดเสื่อมเสียไป

2. พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ (Economic Self Reliance) หมายถึง บุคคลสามารถดำรงชีวิต
ทางเศรษฐกิจ มีรายได้พอเพียง สามารถซื้อปัจจัยหลักเพื่อการดำรงชีพ

3. พึ่งตนเองทางเทคโนโลยี (Technological Self Reliance) หมายถึง บุคคลสามารถ
ประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีเครื่องมือเทคโนโลยีสำหรับการดำเนินกิจกรรม รวมถึง
การติดต่อสื่อสารกับภายนอก

4. พึ่งตนเองได้ทางสังคม (Social-cultural Self Reliance) หมายถึง บุคคลสามารถรวมตัวกัน
เป็นปึกแผ่นเหนียวแน่น โดยมีปัจจัยทางด้านสังคม วัฒนธรรม การศึกษา การสื่อสารระหว่างกัน ความ
เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ระหว่างกัน การมีภาวะผู้นำที่เข้มแข็ง

5. พึ่งตนเองได้ทางจิตใจ (Psychological Self Reliance) หมายถึง บุคคลที่มีจิตใจเข้มแข็ง
มั่นใจว่าช่วยตนเองได้ พึ่งตนเองได้ สามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ และสามารถหาเลี้ยงชีพและ
พัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การพึ่งตนเอง หมายถึง ความเป็นอิสระของบุคคลที่จะ
กล้าทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง ไม่ขึ้นตรงต่อความคิดของบุคคลอื่น กล้าตัดสินใจด้วยตนเองอย่าง
มั่นใจโดยใช้เหตุผล พยายามค้นหาแนวทางการแก้ปัญหาที่ถูกต้องด้วยตนเอง โดยใช้ความรู้
ความสามารถที่มีอยู่ภายในตนจนสำเร็จด้วยตนเอง และไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่น

3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

3.2.1 ทฤษฎีอิทธิพลความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Theory) ของซัลลิแวน (นิภา นิธยานน. 2530: 50-51 ; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953) เป็นนักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ผู้ปรับปรุงแนวคิดของ Freud อันว่าด้วยพัฒนาการแห่งสัญชาตญาณทางเพศ โดยตั้งทฤษฎีบุคลิกภาพที่ย้ำความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือระหว่างกันและกันขึ้น (Interpersonal Theory) เขาได้ชี้ให้เห็นว่าความปรารถนาของมนุษย์ที่สำคัญในชีวิตมีอยู่ 2 อย่าง ได้แก่ ความสุขทางกายและความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยซึ่งเป็นการรู้สึกทางจิต ซึ่งทั้งสองอย่างนี้จะเกิดขึ้นได้จากความสัมพันธ์ระหว่างกันและกันนี้เอง เขาเชื่อว่าชีวิตเบื้องต้นที่คนเราได้เรียนรู้จากความสัมพันธ์ระหว่างกันนี้ มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของคนเราตลอดชีวิตและเป็นรากฐานสำคัญของบุคลิกภาพ เขาได้ย้ำอย่างหนักว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือระหว่างกันและกันนี้ ได้สร้างแบบแผนของชีวิตที่คนเราต้องประสบตลอดเวลาดังแต่วัยทารก วัยเด็กไปจนถึงวัยรุ่น และช่วงเวลาเหล่านี้เป็นช่วงสำคัญในการวางรากฐานบุคลิกภาพ แต่กระนั้นก็ดีเขาถือว่าแบบแผนของชีวิตในลักษณะที่คนเราต้องมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันนี้มีอิทธิพลไม่เฉพาะแต่ในช่วงวัยต้น ๆ เท่านั้น หากมีอิทธิพลต่อเนื่องสืบไป จนตลอดชีวิตของคนเรา

ซัลลิแวนย้ำความคิดของเขาที่ว่าความสัมพันธ์ระหว่างกันและกันนี้เอง คือรากฐานของบุคลิกภาพ เพราะว่าทันทีที่คนเราเกิดมาในโลก เราไม่สามารถจะอยู่ลำพังตนเองได้ อย่างน้อยคนเราก็เริ่มมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วหนึ่งคนคือผู้ให้กำเนิดเลี้ยงดูเรา จากนั้นเราก็ต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพิ่มขึ้นอยู่เรื่อย ๆ ตลอดชีวิต

ซัลลิแวนได้สร้างคำใหม่ขึ้นใช้ คือคำว่า “Dynamism” ซึ่งหมายถึงการกระทำที่เป็นนิสัย รวมทั้งความรู้สึกนึกคิดของคนเราที่แสดงออกเป็นประจำต่อบุคคลหนึ่งหรือมากกว่านั้นก็ตาม Dynamism คือหน่วยพฤติกรรมที่ย่อยที่สุดซึ่งบุคคลอื่นสามารถวิเคราะห์และศึกษาได้

หน่วยพฤติกรรมของคนเราเป็นอาการภายนอกที่เห็นได้ เช่น การหัวเราะ การพูดหรือ การต่อสู้ หรืออาจเป็นอาการภายใน เช่น การคิด หรือการหาเหตุผล เป็นต้น มันคือแบบแผนของพฤติกรรมที่กระทำต่อเนื่องกันจนเป็นนิสัย และจะสะสมพอกพูนตลอดชีวิต เพราะคนเราต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้คนและสังคมมากขึ้นตลอดเวลา ยิ่งเรามีประสบการณ์มากขึ้นเพียงไร เราก็จะยิ่งสะสมหน่วย พฤติกรรมมากมายหลายหน่วยขึ้นเพียงนั้น และเมื่อหน่วยของพฤติกรรมที่มากมายซับซ้อนเหล่านี้รวมกันเข้าก็กลายเป็นแบบแผน การดำเนินชีวิตของคนแต่ละคนอันก่อให้เกิดระบบ “ตน” (Self) ขึ้น ซึ่งเป็นโครงสร้างสำคัญ ของบุคลิกภาพนั่นเอง

3.2.2 ทฤษฎีพัฒนาการแห่งบุคลิกภาพตามช่วงวัย

เสาวภา วัชรกิตติ (2545: 45-47 ; อ้างอิงจาก Erikson) ได้กล่าวถึง ทฤษฎีพัฒนาการของ อีริกสัน (Erik Erikson) ได้เน้นถึงพัฒนาการทางสังคมของแต่ละบุคคลในขั้นต่าง ๆ มีอยู่ 8 ขั้น ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการ การพึ่งตนเองไว้เป็นดังนี้ คือ

ขั้นที่ 1 วัยแห่งความไว้วางใจและความไม่ไว้วางใจผู้อื่น (Trust versus mistrust) อยู่ในระหว่างปีแรกของชีวิต หรือ 0-2 ปี ทารกขึ้นอยู่กับความดูแลของผู้อื่น แม่ของเด็กจะเลี้ยงดูอุ้มชู แต่งตัว และแสดงการกระตุ้นใหม่ ๆ ให้แก่ทารกอยู่เสมอ ทั้งพ่อและแม่จะกอดกอดทารกไว้พูดและเล่นกับลูก การปะทะสัมพันธ์ (interaction) ทางสังคมนี้เป็น เครื่องกำหนดทัศนคติของเขาในเวลาต่อมา ถ้าเด็กทารกได้รับการเลี้ยงดูด้วยความรัก และได้รับการตอบสนองความต้องการทางร่างกายอย่างเพียงพอ เด็กก็จะเรียนรู้ถึง ความไว้วางใจ ในสิ่งแวดล้อมของเขา ถ้าเขาไม่ได้รับการเลี้ยงดูอย่างเหมาะสมหรือถ้าพ่อแม่ไม่มีความคงเส้นคงวา หรือไม่มีความมั่นคงในการเลี้ยงดูลูกทารกก็จะกลายเป็นคนขาดกลัว ขี้ตกใจ และขาดความเชื่อมั่นและไม่ไว้วางใจตนเองเช่นเดียวกับที่ไม่ไว้วางใจในผู้อื่น

ขั้นที่ 2 วัยแห่งความเป็นอิสระและความสงสัยไม่แน่ใจ (Autonomy versus doubt) อยู่ในระหว่างอายุ 2-3 ปี เด็กจะเรียนรู้เพื่อที่จะเดิน พูด และแสดงออกอย่างอิสระ เขาสามารถที่จะเรียนรู้ได้ในอัตราที่รวดเร็ว และทำการสำรวจโลกด้วยตนเอง ถ้าพ่อแม่ของเด็กไม่คงเส้นคงวาในวิธีการส่งเสริมระเบียบวินัย มีแนวโน้มในการปกป้องเด็กมากเกินไป (Over protection) หรือแสดงความไม่เห็นด้วยเมื่อเด็กแสดงออกถึงความคิดริเริ่มของเขา เด็กจะมีพฤติกรรมที่ไม่มั่นคง เกิดความสงสัยไม่แน่ใจ ขาดความเชื่อมั่น มีความละอายแก่ใจตนเอง ในทางตรงกันข้าม ถ้าพ่อแม่สนับสนุนความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีการแสดงออกที่คงเส้นคงวา มีความมั่นคง และปล่อยให้เด็กมีอิสระอย่างเพียงพอ เด็กก็จะมีสติปัญญาดีขึ้นในการที่จะเลือกเข้าไปมีบทบาทในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องการรู้จักควบคุมและปกครองตนเองได้ (autonomy)

ขั้นที่ 3 วัยแห่งความคิดริเริ่มและความรู้สึกผิด (Initiative versus guilt) อยู่ในระหว่างอายุ 4-5 ปี เริ่มพัฒนาทักษะในการเคลื่อนไหว (motor skill) เด็กจะเข้าสู่ความเจริญงอกงาม เพิ่มพูนประสบการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งความสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ ที่โรงเรียน เพื่อนบ้านและญาติพี่น้อง ถ้าบิดามารดาให้การส่งเสริมในกิจกรรมต่าง ๆ และการเล่นในทางสร้างสรรค์ โดยทั่ว ๆ ไป เด็กก็จะพบทางออกด้วยตนเองได้ง่ายขึ้น ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เพิ่มพูนขึ้นนับเป็นสิ่งที่เด็กยอมรับ และยังพยายามเพิ่มพูนประสบการณ์ด้วยตนเอง แต่ถ้ากิจกรรมของเด็กและความอยากรู้อยากเห็น (inquisitiveness) ถูกพ่อแม่จำกัดหวงห้ามอยู่เสมอแล้ว เมื่อไรก็ตามที่เด็กจะพยายามเปลี่ยนแปลงไปด้วยตัวของเขาเอง เขาก็จะเกิดความรู้สึกผิด และเป็นการพัฒนาความรู้สึกผิดขึ้นในตัวเขา

ขั้นที่ 4 วัยแห่งความขยันหมั่นเพียรและความรู้สึกมีปมด้อย (Industry versus inferiority) อยู่ในระหว่างอายุ 6-11 ปี เด็กมีคุณสมบัติเพียงพอที่จะทำงานเกี่ยวกับที่เป็นการสร้างสรรค์กิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง บทบาทของเด็กชายจะสอนให้ใช้ความสามารถที่พบใหม่ในการทำงานหรือการสร้างสิ่งต่าง ๆ และบทบาทของเด็กหญิงก็คือการทำอาหารและเย็บผ้า เด็กในวัยนี้ทั้ง 2 เพศ มีอิสระเสรีในการศึกษาได้เท่า ๆ กัน โดยการอ่านและการเรียนรู้สิ่งอื่น ๆ ที่เขาสนใจ ถ้าได้รับการสนับสนุนจากพ่อแม่และครู เด็กจะพัฒนาความรู้สึกขยันหมั่นเพียร มีความอยากรู้อยากเห็น (curiosity) และพยายามเสาะหาการกระตุ้นทางสติปัญญา ถ้าพ่อแม่และครูรบกวนหรือขัดขวางความขยันหมั่นเพียรในความพยายามคลำหรือค้นคว้าหาในครั้งแรกของเด็กแล้วเด็กจะพัฒนาความรู้สึกมีปมด้อยและจะไม่เต็มใจทำงานให้สำเร็จได้ในอนาคต

ขั้นที่ 5 วัยแห่งการรู้จักตนเองและความสับสนไม่เข้าใจตนเอง (Identity versus role confusion) อยู่ในวัยรุ่นอายุระหว่าง 12-18 ปี ในระยะนี้ลักษณะทางเพศปรากฏชัด พวกเขาจะให้ความสนใจเกี่ยวข้องกับเพื่อนต่างเพศมากขึ้น อีริคสันให้ความสนใจในเรื่องเพศนี้น้อยกว่าการรู้จักฐานะตำแหน่งหรือสภาพสังคมของวัยรุ่น เด็กวัยรุ่นจะต้องทำการรวบรวมประสบการณ์ที่เคยได้รับมาก่อนทั้งหมดนั้นมารวมกันเพื่อจะพัฒนาความรู้สึกเข้าใจสภาพความเป็นจริงของตนเอง (sense of ego identity) ซึ่งจะทำให้เขามีพฤติกรรมที่สอดคล้องกับความเป็นจริง และพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ นอกจากนี้เขายังมีการกำหนดถึงสิ่งที่ชีวิตของเขาต้องการ เขารู้ว่าเขาเชื่ออะไรและใครที่เขาเชื่อ ถ้าเขาไม่สามารถทำการรวบรวมประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เคยได้รับมาในตอนต้น เขาก็จะไม่สามารถพัฒนาการรู้จักตนเอง และเกิดความสับสนในบทบาทที่เขาควรจะเป็นมากขึ้น ซึ่งอีริคสันเชื่อว่าสิ่งนี้เป็นความขัดแย้งที่สำคัญที่สุดซึ่งแต่ละคนจะต้องเผชิญ

ขั้นที่ 6 วัยแห่งความใกล้ชิดสนิทสนมและความรู้สึกอ้างว้างเปล่าเปลี่ยว (Intimacy versus isolation) เป็นวัยที่มีการนัดพบ การแต่งงาน การเริ่มมีครอบครัว มีบุตรและเลี้ยงดูบุตรด้วยความรักความเอาใจใส่เรื่องต่าง ๆ ทั้งหมดนี้รวมอยู่ในวัยชกวรรษหรือวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ถ้าบุคคลมีความสำเร็จในความใกล้ชิดสนิทสนมแล้ว เขาก็สามารถสร้างความสัมพันธ์อันใกล้ชิดได้ เขาก็มีส่วนที่จะเป็นเจ้าของตัวเองและมีส่วนที่จะเป็นเจ้าของคนอื่นด้วย ถ้าบุคคลไม่สามารถที่จะให้ความสัมพันธ์อันคุ้นเคยใกล้ชิดแก่ผู้อื่น หรือไม่ได้รับความสำเร็จอย่างสมบูรณ์ในการรู้จักตนเอง เขาก็จะพัฒนาความรู้สึกแยกตนเองออกจากผู้อื่น และรู้สึกโดดเดี่ยวเดียวดายในโลก

ขั้นที่ 7 วัยแห่งความสนใจบำรุงคนอื่น และการใส่ใจหมกมุ่นแต่เรื่องตนเอง (Generativity versus self-absorption) อยู่ในวัยกลางคน เป็นเวลาที่แต่ละคนสามารถจะทำให้ความขัดแย้งระหว่างตนเองกับโลกภายนอกหมดสิ้นไป มีความตั้งใจที่จะสนับสนุนผู้อื่นให้ เลื่อนฐานะดีขึ้น อีริคสันให้ความหมายของความสนใจบำรุงคนอื่น (Generativity) ว่าเป็นความสามารถของแต่ละบุคคล ที่มองสิ่งภายนอกตัว

และสามารถเกี่ยวข้องกับสัมพันธกับบุคคลอื่น ถ้าบุคคลไม่สามารถมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น อาจเพราะเขาไม่อาจตัดสินใจในความขัดแย้งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเขาเองมาก่อนได้ เขาก็มีแนวโน้มที่จะทำตนเป็นศูนย์กลาง คือสนใจ แต่เรื่องตนเองและไฝหาความสุขเฉพาะตนมากกว่าที่จะทำประโยชน์ต่อผู้อื่น

ขั้นที่ 8 ภัยแห่งความมั่นคงสมบูรณ์และความสิ้นหวังทอดอาลัย (Integrity versus despair) อยู่ในระยะของบุคคลที่เข้าสู่วัยชรา เป็นระยะที่สะท้อนให้เห็นความเป็นมาในอดีต ถ้าเขาประสบความสำเร็จในการทำงานที่ผ่านมาและคิดถึงชีวิตของตนด้วยความชื่นชมยินดี เขาก็จะมีชีวิตที่บั้นปลายที่เป็นสุข สามารถอยู่กับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น แต่ถ้าบุคคลรู้สึกว้าชีวิตของเขามีแต่ความผิดหวังและความล้มเหลวแล้ว เขาก็จะเข้าสู่วัยชราด้วยความไม่มั่นใจ และพัฒนาความรู้สึกที่สิ้นหวังทอดอาลัยในชีวิตของตน

จากทฤษฎีข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า พัฒนาการพึ่งตนเองนั้นเกิดจากความต้องการของบุคคลที่มีความต้องการความสุข ความมั่นคง การยอมรับในการเป็นส่วนหนึ่งของสมาชิกในกลุ่ม และความเป็นอิสระของบุคคลในการที่มีบทบาทของผู้ใหญ่ประกอบกับความสามารถทางความคิดและความสามารถทางร่างกายซึ่งจะพัฒนาไปตามวัย ของตนและได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมในขณะเดียวกันก็มีความเป็นอิสระในการดำเนินชีวิตด้วย

3.3 องค์ประกอบสำคัญของการพึ่งตนเอง

นวลละอ อสุภผล (2527: 81-84) ได้กล่าวถึง การพึ่งตนเอง เป็นลักษณะที่เกิดขึ้นตั้งแต่เด็ก ซึ่งจะพัฒนาขึ้นจนถึงวัยผู้ใหญ่ ดังนั้นพัฒนาการด้านการพึ่งตนเองนั้น จะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่อไปนี้

1. การควบคุมร่างกายและการควบคุมตนเองในวัย 2-3 ปี เด็กสามารถควบคุมกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อที่ทวารหนักและกระเพาะปัสสาวะ ซึ่งในวัยนี้การฝึกการขับถ่ายเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งต่อความรู้สึกเป็นตัวของตัวเองของเด็ก เพราะเป็นพฤติกรรมที่เด็กเกิดการเรียนรู้ว่าเขาสามารถทำตามที่สังคมต้องการหรือคาดหวังไว้ได้หรือไม่ การฝึก การขับถ่ายที่มั่นคง ค่อยเป็นค่อยไป จะช่วยให้เด็กมีความรู้สึกควบคุมตนเอง โดยไม่เสียศักดิ์ศรีแห่งตนและจะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่เข้มแข็งและมีอิสระในตนเองที่สังคมยอมรับ

2. การเล่น ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในพัฒนาการขั้นนี้ เด็กจะต้องรู้ขอบเขตความสามารถของตนเอง ต้องยอมรับและปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของการเล่นนั้นด้วย เวลาเล่นอารมณ์ของเด็กจะเปลี่ยนแปลงง่ายและรวดเร็ว ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาความรู้สึกที่ต้องการอิสระและเป็นตัวของตัวเอง แต่ถ้าเด็กได้รับการเอาใจใส่จากพ่อแม่มากเกินไป เด็กจะกลายเป็นคนที่ไม่มีความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าที่จะทำอะไรด้วยตนเอง

3. การช่วยเหลือตนเอง เด็กวัยนี้มีความต้องการความช่วยเหลือจากแม่ลดลง เด็กพยายามที่จะช่วยเหลือตัวเอง ทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เช่น รับประทานอาหาร แต่งตัว หยิบจับสิ่งของต่าง ๆ

ด้วยตนเอง ความรู้สึกต้องการเป็นตัวของตัวเองจะพัฒนาได้มั่นคงหรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าเขาสามารถแสดงความสามารถของเขาออกมาอย่างน้อยแค่ไหน และเป็นที่ยอมรับจากพ่อแม่และบุคคลรอบข้างหรือไม่ การรู้จักให้และรับระหว่างพ่อ แม่ ลูก จะช่วยให้เด็กรู้จักพึ่งพาตนเองได้ และที่สำคัญ คือ พ่อแม่ควรรู้ขอบเขตว่าสิ่งใดที่เขาสามารถทำได้ ในทางตรงกันข้ามถ้าเขาไม่รู้ว่าเขาสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้เพียงไร ถ้าทำลงไปแล้วถูกขัดขวางจะยิ่งทำให้เด็กเกิดความสับสนไม่แน่ใจยิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดความไม่แน่ใจในความสามารถว่าเขาจะช่วยเหลือตัวเองได้หรือไม่

จากข้อความดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ในการพัฒนาให้เด็กสามารถพึ่งตนเองได้นั้นบิดามารดา หรือผู้ปกครองควรเปิดโอกาสให้เด็กได้กระทำในสิ่งต่าง ๆ ตามความสามารถของเขาเอง ทั้งนี้บิดามารดา หรือผู้ปกครองควรพิจารณาด้วยว่าการกระทำดังกล่าว เด็กมีความสามารถที่จะกระทำเองได้หรือไม่ เพียงไร ซึ่งจะส่งผลให้เด็กเกิดความมั่นใจในการกระทำโดยรู้จักพึ่งตนเองมากขึ้น

3.4 พฤติกรรมที่แสดงออกของผู้ที่พึ่งตนเองได้ทางการเรียน

คณะกรรมการการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ (สุภาววรรณ ด้านสกุล. 2539: 37; อ้างอิงจาก คณะอนุกรรมการการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ. 2526; 65-82) ได้กำหนดตัวอย่างพฤติกรรมของผู้ที่พึ่งตนเองได้ทางการเรียน ดังนี้

1. มีความตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียน เช่น มาเรียนสม่ำเสมอ เข้าเรียนทุกชั่วโมง ไม่คุยหรือหลับในเวลาเรียน
2. ทำแบบฝึกหัดหรือรายงานด้วยตนเอง ไม่ทุจริตในห้องสอบแม้ว่าจะมีโอกาส
3. ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในการแสวงหาความรู้อยู่เสมอ
4. ไม่ละทิ้งหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายและพยายามจนสำเร็จ ตรวจสอบความเรียบร้อยของงานก่อนส่ง
5. สำรองสิ่งที่ตนยังไม่เข้าใจในบทเรียน กล้าแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน ชักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจทุกครั้งด้วยตนเอง
6. ขณะทำการบ้านก็จะไม่ไปเล่นตามคำชวนของเพื่อน มีสติยับยั้งชั่งใจ
7. วางแผนในการเรียน โดยรู้จักแบ่งเวลาได้อย่างเหมาะสมในการทบทวนบทเรียนหรือทำการบ้าน
8. ถ้าพบสิ่งที่ยกพร่อง เช่น ทำการบ้านผิดก็พยายามแก้ไขโดยเร็ว
9. เมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัยในการเรียนก็สามารถคิดแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง เช่น ให้เพื่อน ครู อาจารย์ หรือผู้ทรงคุณวุฒิอธิบายให้ฟัง เป็นต้น

จากตัวอย่างพฤติกรรมในการพึ่งตนเองได้ทางการเรียน สามารถสรุปได้ว่าการที่นักเรียนจะพึ่งตนเองได้ทางการเรียนนั้น นักเรียนต้องกล้าซักถามเมื่อไม่เข้าใจ เพื่ออำนาจที่มีอยู่ในตนเองว่าตนเอง

สามารถทำได้ แก้ปัญหาได้ และเมื่อเกิดปัญหาขึ้น ต้องใช้ความรู้ ความสามารถของตนเองแก้ปัญหาอย่างเต็มที่เสียก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากคนอื่น

3.5 ประโยชน์ของแนวคิดการพึ่งตนเอง

โคมสมร เหลือโกศล (2531: 34) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการนำแนวคิดการพึ่งตนเอง จะช่วยให้เกิดการพัฒนาดังนี้

1. ช่วยให้คนตระหนักในคุณค่า ความสามารถและพลังศักยภาพของตนเอง
 2. ช่วยให้คนสามารถคิดและตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาจากภายนอกหรือบุคคลอื่น แต่มิได้หมายถึงการแยกตนออกจากผู้อื่น การพึ่งพาผู้อื่นเป็นไปอย่างรู้เท่าทันและไม่แข่งขัน หรือมุ่งครอบงำเหนือกว่า ทั้งไม่ยินยอมให้ผู้อื่นมาทำกับตนด้วย
 3. บุคคลสามารถแก้ไขปัญหา วิเคราะห์ปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้ข้อดี ข้อเสีย ข้อจำกัด และข้อบกพร่องของตนเอง สามารถใช้ทรัพยากรหรือสิ่งที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ได้
 4. การพึ่งตนเองทำให้เกิดการเป็นตัวของตัวเองในทางความคิด เป็นตัวของตัวเองในทรรณะการมองปัญหาต่าง ๆ
 5. ช่วยให้ชุมชนหรือประชาชนอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข โดยไม่ต้องยึดหรือมุ่งพึ่งพา ระบบภายนอก ถ้ามีกิจกรรมทางเศรษฐกิจก็ทำในลักษณะพอเลี้ยงตัวได้ เป็นระบบที่ลดระดับการพึ่งพาจากภายนอกทำให้พออยู่ได้ และประชาชนส่วนใหญ่ได้ประโยชน์
 6. การพึ่งตนเองจะทำให้ประชาชนตื่นตัวในสิทธิและเสรีภาพของเขาสอง สนใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชนของตนเองอย่างแท้จริง เพื่อประโยชน์สุขของสังคมส่วนรวม
- จากประโยชน์ของแนวคิดการพึ่งตนเองสามารถสรุปได้ว่า การพึ่งตนเองจะช่วยให้บุคคลสามารถคิด วิเคราะห์และตัดสินใจในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง มีอิสระและเสรีภาพทางความคิด ไม่ก่อให้เกิดเป็นภาระกับบุคคลใด ซึ่งจะทำให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

4.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

มีด (Meade. 1971: 175) กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลที่จะคาดการณ์เกี่ยวกับตนเองในอนาคต

มิสเชล (Mischel. 1974: 287) กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถในการคาดการณ์ไกลและเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่าหรือมากกว่าผลที่ได้รับในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผน เพื่อปฏิบัติต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นเป็นตอนตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ซึ่งการดำเนินการ

ปฏิบัติตามแผนนี้เป็นระยะเวลาสั้นกว่าจะบรรลุผลหรือจะต้องทำเป็นจำนวนหลายครั้ง ซึ่งเป็น การควบคุมตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่างในระยะเวลาหนึ่งจนกระทั่งได้ผลตามต้องการ

จรรยา สุวรรณทัต (2531: 48) กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า เป็นลักษณะของการมองสู่ อนาคตข้างหน้า ซึ่งเป็นการมองที่ลึกซึ้งกว้างไกลที่จะมีผลไม่เพียงแต่ตัวผู้มองเท่านั้น หากครอบคลุม ไปถึงบุคคลอื่นและสังคมมนุษยชาติที่บุคคลนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องด้วยและถือว่าเป็นจิตลักษณะที่สำคัญ ประการหนึ่งที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

ปิยกาญจน์ กิจอุดมทรัพย์ (2539: 12) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตว่า หมายถึง ความสามารถในการเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และสามารถวางแผนงาน ปฏิบัติเกี่ยวกับอนาคต และมีความเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

ปอแก้ว ศิริจันทร์ (2547: 66-67) กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถทาง สติปัญญา ในการคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างมีเหตุผล เห็นความสำคัญของการปฏิบัติ ตนให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสมในปัจจุบัน ตลอดจนสามารถวางแผนการปฏิบัติตนอย่างมุ่งมั่น เพื่อความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ในอนาคตแทนที่จะได้รับผลเพียงเล็กน้อยในปัจจุบัน

4.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

รัตนา ประเสริฐสม (2526: 37-38) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นปัจจัยด้านหนึ่งของ บุคลิกภาพที่พัฒนามาจากการศึกษา และกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมซึ่งได้รับการพัฒนาอย่างช้า ๆ ในวัยเด็กบุคคลบางคนอาศัยความสามารถของตนและเวลาในปัจจุบัน เป็นรากฐานที่จะคาดการณ์เกี่ยวกับ ตนเองในอนาคตได้ โครงสร้างของอนาคตขึ้นอยู่กับความคิดมีวิธีการหลายวิธีที่ก่อให้เกิดแผนและโครงการ ระยะยาว การมุ่งอนาคตที่จะกระทำและรายละเอียดบางอย่างที่ต้องทำซึ่งเปลี่ยนแปลงไปตามเวลา

โคลเบอร์ก (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบปัจฉิม, 2520: 35; อ้างอิงจาก Kolberg, 1964; Mischel, 1975 & Wright 1975) กล่าวว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงสามารถระงับหรือชะลอ การบำบัดความต้องการต่าง ๆ ของตนได้ ฉะนั้นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง คือ ผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้ อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ และไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย จึงเห็นได้ว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจัดเป็นผู้มีจริยธรรมสูงด้วย

ยุพาณี ภูมิศรีแก้ว (2545: 14) กล่าวว่า ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะสำคัญ ประการหนึ่งที่มีพฤติกรรมเกี่ยวกับการเป็นพลเมืองดี สามารถปฏิบัติตนตามขนบธรรมเนียมประเพณี ของสังคมนั้นได้ มีการประพฤติ การปฏิบัติเป็นอย่างดี มีความขยันหมั่นเพียร เชื่อมั่นในตนเอง มีความ รับผิดชอบสูง รู้จักเป้าหมายในชีวิต สามารถวางแผนงานในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม

จากการค้นคว้าการให้นิยาม ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เพื่อรวบรวมทัศนคติที่เปลี่ยนแปลงไปตามลักษณะสังคมที่แตกต่างกัน ดังนั้นสรุปได้ว่า ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตได้ ดังนี้

1. เป็นผู้มองการณ์ไกล สามารถคาดการณ์สิ่งที่จะเกิดในอนาคตได้ โดยพิจารณาจากการกระทำในปัจจุบัน
2. มีความอดทน เพียรพยายาม ในการทำตนไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้
3. เป็นผู้ที่ดำรงตนอยู่ในจริยธรรม อันส่งเสริมให้บุคคลดำเนินชีวิตไปสู่อนาคตที่วางไว้ได้

4.3 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

แบนดูรา (Bandura. 1977: 79, 81-82) ได้ให้ความสนใจ เรื่อง “ความคาดหวังของบุคคลในอนาคต” และได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความคาดหวังซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจที่จะกระทำพฤติกรรมใดหรือไม่ มีอยู่ 2 ชนิด คือ

1. ความคาดหวังเกี่ยวกับผลกรรม (outcome expectancy) เป็นการประมาณของบุคคลว่าพฤติกรรมใดนำไปสู่ผลกรรมใด
2. ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตน ในการกระทำพฤติกรรมที่จะนำไปสู่ผลกรรมที่คาดหวังไว้

แบนดูรา ได้เสนอ องค์ประกอบที่ทำให้เกิดความคาดหวังในอนาคตเกี่ยวกับความสามารถของตน ดังนี้

1. ความสำเร็จในการทำงาน (performance accomplishment) เป็นประสบการณ์ตรง จึงมีผลต่อความคาดหวังในอนาคตเกี่ยวกับความสามารถของบุคคล และการไม่ประสบความสำเร็จในการทำงานจะเป็นตัวเพิ่มความคาดหวังในอนาคตเกี่ยวกับความสามารถของบุคคล และการไม่ประสบความสำเร็จในการทำงานหลายครั้งซ้ำกัน จะเป็นตัวลดความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตน ในกรณีที่ความคาดหวังในอนาคตเกี่ยวกับความสามารถเกิดจากการประสบความสำเร็จหลายครั้ง ทำให้บุคคลไม่ท้อถอยในการทำงาน ถ้าการไม่ประสบความสำเร็จนั้นสามารถแก้ไขความผิดพลาดด้วยความพยายามแล้วจะเป็นแรงเสริมในการทำงานต่อไป แม้งานนั้นจะยาก แต่บุคคลก็จะพยายามต่อไป เพื่อให้สำเร็จ
2. การได้เห็นประสบการณ์ของผู้อื่น (vicarious experience) เป็นสิ่งแนะหรือตัวแบบที่บุคคลจะนำมาพิจารณาความสามารถของตน เมื่อบุคคลสังเกตเห็นผู้อื่นได้รับความสำเร็จในการทำงานยาก ๆ โดยไม่มีผลเสียตามมา ทำให้เกิดความคาดหวังว่าตนเองก็สามารถทำงานนั้นได้ถ้าตั้งใจและพยายาม

3. การพูดชักจูงจากผู้อื่น (verbal persuasion) เป็นการรับเอาคำแนะนำ ชักจูงของผู้อื่น มาเป็นข้อมูลเพื่อพิจารณาความสามารถของตน ทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นว่า ตนเองก็ทำได้ถึงแม้ว่าจะเคยทำไม่สำเร็จมาแล้วก็ตาม เป็นการเพิ่มกำลังใจและความมั่นใจ

4. ความตื่นตัวทางอารมณ์ (emotional arousal) บุคคลจะรับรู้ที่ตนตื่นเต้น มีความวิตกกังวล หรือความกลัวจากอาการกระตุ้นของร่างกาย ในสภาวะที่ร่างกายถูกกระตุ้นมากมักจะทำให้การทำงานได้ผลไม่ดี หากบุคคลรับรู้ที่ตนมีความวิตกกังวลในระดับสูง บุคคลที่คาดหวังในอนาคตเกี่ยวกับความสามารถของตนในระดับที่ต่ำ

4.4 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

ไรท์ (จักรวาล ภูวนพันธ์. 2537: 43; อ้างอิงจาก Wright. 1975: 387) กล่าวถึง วิธีการพัฒนา ลักษณะมุ่งอนาคตนั้น ได้มาจากวิธีการวัดลักษณะอื่น ๆ ที่ใช้ในการวิจัยทางจิตวิทยา เช่น ให้เขียนเรื่องราว หรือนวนิยายและวิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ในการเขียนเรื่องนั้น ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะใช้เวลา ในการเขียนเรื่องราวต่าง ๆ ให้ดำเนินไปนานกว่าคนที่มุ่งอนาคตน้อย

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2529:107) ได้กล่าวถึง วิธีการกระตุ้นลักษณะมุ่งอนาคตของบุคคล อาจทำได้ดังนี้

1. ให้เขียนเรื่องราวของตนเองเกี่ยวกับปัจจุบันและอนาคต โดยอาจกำหนดให้เขียนถึง สภาพชีวิตและการวางแผนการใช้ชีวิตในวันปลายด้วย
2. ให้ฝึกเขียนนวนิยายชีวิต ซึ่งอาจจะกำหนดช่วงเวลาไว้ เช่น ตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่
3. ฝึกวางแผนระยะยาวของการทำงาน หรือการฝึกวางแผนตัวบุคคล เพื่อเตรียมการที่จะใช้ เขาในงานใหญ่ที่จะมีมาในอนาคต เป็นต้น
4. ฝึกเล่นหมากรูก เพื่อที่จะเอาชนะ
5. ให้แบบอย่างของการวางแผนระยะยาว หรือการดำเนินชีวิตเพื่อบรรลุเป้าประสงค์ บางประการในอนาคต

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532: 16-17) ได้เสนอแนะแนวทางในการพัฒนาการมุ่งอนาคตไว้ตามลำดับ ดังนี้

1. ให้รู้จักความหมายของการมุ่งอนาคต วิธีฝึกทำได้โดยการกระตุ้นให้บุคคลรู้จักคิดถึง สิ่งที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้และไกลอย่างมีเหตุผล ยกตัวอย่างให้เห็นเป็นแบบอย่างของการคิด ประเภทนี้ และฝึกการรู้จักคิดในทำนองนี้ เพื่อให้เข้าใจความหมายของการมุ่งอนาคตในกาลเทศะต่าง ๆ
2. ให้เห็นความสำคัญของการมุ่งอนาคต วิธีฝึกทำได้โดยการกระตุ้นให้บุคคลรู้จักคิดถึง สิ่งที่เกิดจากการกระทำกิจกรรมที่มุ่งอนาคต ให้รู้จักคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคต วิธีฝึกทำได้

โดยการให้บุคคลตัวอย่างของการวางแผนในอนาคตของผู้มีลักษณะมุ่งอนาคต ฝึกวางแผนเกี่ยวกับชีวิตและการทำงาน ฝึกเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับการคาดหวังของตัวเอง

4.5 ความเกี่ยวข้องระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

เพ็ญแข ประจวบจันติก (2545: 15-16) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ลักษณะนิสัยที่อดได้ รอได้ รู้จักหักห้ามใจตนเอง เพื่อไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทาง ความสำเร็จ หรือผลตอบแทนที่ยิ่งใหญ่ หรือที่มีคุณค่ามากกว่า ดังนั้นผู้ที่มีลักษณะนิสัยมุ่งอนาคตนั้นจะต้องเป็นผู้ที่สามารถอดกลั้นความอยากหรือความต้องการในปัจจุบัน สามารถหักห้ามใจตนเองไม่ทำให้ทำในสิ่งที่ต้องการในปัจจุบัน แต่รอคอยเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ให้ผลดีกว่า ตัวอย่างเช่น ผู้ที่สะสมรายได้ของตนเองที่ละเล็กทีละน้อยเพื่อที่จะซื้อบ้านและที่ดินในอนาคต หรือนักเรียนได้เสียสละความสุขของตนเองในปัจจุบัน โดยได้ทุ่มแรงกายแรงใจให้แก่การเรียนเพื่อที่จะสำเร็จการศึกษามีอาชีพที่เป็นปึกแผ่นและมีรายได้ดีในอนาคต เป็นต้น ลักษณะนิสัยอย่างหนึ่งที่ช่วยสนับสนุนให้บุคคลมีลักษณะนิสัยมุ่งอนาคตนั้น คือ การเป็นผู้รู้คุณค่าของเวลา ซึ่งหมายถึง การรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การใช้เวลาว่างเพื่อทำสิ่งใด สิ่งหนึ่งให้เกิดประโยชน์ โดยใช้เวลาวางนั้นอย่างมีจุดมุ่งหมาย นอกจากนี้ยังเป็นผู้มีความสำนึกในคุณค่าของเวลา โดยพยายามใช้เวลาให้เต็มที่และเกิดประโยชน์ที่สุด ดังนั้นบุคคลที่จัดว่าเป็นผู้มุ่งอนาคตนั้นต้องเป็นผู้รู้คุณค่าของสิ่งของ ตลอดจนเป็นผู้รู้จักอดออม และเป็นผู้ตรงต่อเวลาด้วย ซึ่งหมายถึง เป็นบุคคลที่พยายามใช้สิ่งของอย่างระมัดระวัง ดูแลเอาใจใส่ซ่อมแซมอยู่เสมอ เพื่อให้สิ่งของนั้นใช้ได้ทนทาน นอกจากนี้ยังต้องเป็นผู้รู้จักการอดออมซึ่งหมายถึงการรู้จักใช้เงินอย่างมีประสิทธิภาพ ใช้จ่ายอย่างมีเหตุมีผล มีการวางแผนการใช้เงิน ปฏิบัติไปตามนั้นอย่างเคร่งครัด และมีการสะสมเก็บออมเงินทุกเดือน ผู้ที่เป็นผู้มุ่งอนาคตนั้นยังจะต้องเป็นผู้ตรงต่อเวลาอีกด้วย ซึ่งหมายถึง ทำตามกำหนดเวลาอย่างเคร่งครัด ตัวอย่างเช่น เมื่อกำหนดหรือตั้งใจไว้ว่าจะทำอะไร เมื่อใดก็ปฏิบัติตามนั้นหรือกำหนดไว้ว่าจะให้งานแล้วเสร็จเมื่อใด ก็พยายามให้งานแล้วเสร็จตามนั้น ลักษณะนิสัยดังกล่าวข้างต้นอันได้แก่ การเป็นผู้รู้คุณค่าของเวลา รู้คุณค่าของสิ่งของ รู้จักการออมและการเป็นผู้ตรงต่อเวลา จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลรู้จักหักห้ามใจตนเอง มีความอดทน สามารถรอคอยได้ และเป็นบุคคลที่จัดได้ว่าเป็นผู้มุ่งอนาคต ซึ่งเป็นผู้มีความรับผิดชอบอย่างสูง ทั้งนี้เนื่องจากการเป็นผู้มุ่งอนาคตนั้น บุคคลสามารถสะกดกลั้นความอยากและความต้องการของตนเองได้ จัดได้ว่าเป็นผู้สามารถควบคุมตนเองได้ จึงสามารถงดเว้นการกระทำที่จะเป็นที่เดือดร้อนแก่ตนเอง ผู้อื่นหรือส่วนรวมได้ ผู้ที่มุ่งอนาคตนั้นมักจะเป็นผู้ที่รับผิดชอบต่อตนเอง โดยการอดกลั้นต่อความอยากได้ที่ไม่สมควร ในปัจจุบันและรอคอยผลที่จะดีกว่าในอนาคต ในขณะเดียวกันก็เป็นผู้รับผิดชอบต่อบุคคลอื่นและต่อสังคมด้วย เนื่องจากการเป็นผู้มีความสามารถในการอดกลั้นได้อย่างสูงนั่นเอง จึงสามารถควบคุมตนเอง งดเว้นการกระทำที่อาจเป็นที่เดือดร้อนแก่ผู้อื่นและสังคมได้

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าเป็นลักษณะนิสัยของผู้มุ่งอนาคต ซึ่งลักษณะนิสัยดังกล่าวข้างต้นนี้ เป็นลักษณะนิสัยที่มีส่วนคล้ายคลึงกับลักษณะของบุคคลที่จะนำแนวทางการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต เพราะการดำเนินชีวิตบนแนวคิดการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงนี้ จะต้องดำเนินชีวิตด้วยความพอประมาณ ไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไป ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มีการใช้เหตุผลในการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่แวดล้อมรอบตัวคำนึงถึงผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต รู้จักการวางแผนเพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามมาภายหลัง ดังนั้นแล้วลักษณะมุ่งอนาคตของบุคคลจึงเกี่ยวข้องกันกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งลักษณะมุ่งอนาคตน่าจะมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

5.1 ความหมายของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

ใจทิพย์ พวงทอง (2540: 9) ได้ให้ความหมายของพ่อแม่ไว้ว่าหมายถึง บิดามารดาซึ่งเป็นผู้ให้กำเนิด และอาศัยอยู่บ้านเดียวกันกับบุตร

จิตรา เฝ้าทรัพย์ (2520: 5) ได้ให้ความหมายของพ่อแม่ไว้ว่า หมายถึง พ่อแม่หรือผู้ปกครองของเด็กที่ให้การอบรมเลี้ยงดูเด็กเป็นระยะเวลาานานที่สุด

โดยสรุปแล้ว พ่อแม่จึงหมายถึง บุคคลผู้ให้กำเนิด หรือบุคคลผู้เลี้ยงดูบุตร อบรมสั่งสอนสิ่งต่าง ๆ ให้แก่เด็กนั่นเอง

5.2 ความสำคัญของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

มัทชนาวดี เมธาพัฒนา (2547: 27) กล่าวถึง แบบอย่างด้านจริยธรรมว่า ครอบครัวเป็นสถาบันในการขัดเกลาเด็กที่สำคัญแหล่งหนึ่ง การอบรมเลี้ยงดูอย่างเหมาะสม จะส่งผลดีต่อจิตใจและพฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็กอย่างถาวร ในการถ่ายทอดทางศาสนาก็เป็นสิ่งสำคัญที่มีอาจมองข้ามคือ ตัวแบบ ซึ่งได้แก่พ่อแม่หรือผู้ปกครองซึ่งใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด การพร่ำสอนโดยผู้ใหญ่ที่ไม่ปฏิบัติตามคำสอนนั้น ทำให้เด็กเกิดความสับสนและไม่อาจคาดการณ์ในสิ่งที่กระทำได้นอกจากนี้ ความสัมพันธ์ระหว่างต้นแบบ และผู้เลียนแบบก็เป็นสิ่งที่ควรให้ความสนใจ พ่อแม่ที่ให้ความสนทนอมอบอุ้มเป็นกันเองกับเด็ก โอกาสเด็กจะยึดบุคคลเหล่านี้เป็นแบบอย่างทางจริยธรรม จะส่งผลถึงการปฏิบัติตัวของเด็กเมื่ออายุมากขึ้นด้วย

ชุลีพร พิศุทธิ์สุภฤทธิ (2537) กล่าวถึง การเรียนรู้มิใช่เป็นหน้าที่หรือบทบาทของโรงเรียน ครูอาจารย์แต่เพียงอย่างเดียว โดยธรรมชาติและทางจิตวิทยาอันแท้จริงแล้ว พ่อแม่เป็นผู้มีบทบาทสำคัญยิ่งในการให้ความรู้แก่เด็ก โดยเฉพาะในวัยต้นของชีวิต

วันชัย มีกลาง (มจรุส ชำนาญทัศน์. 2532: 45; อ้างอิงจาก วันชัย มีกลาง. 2530) กล่าวถึงสถาบันครอบครัวว่า เป็นสถาบันที่มีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล เพราะครอบครัวเป็นจุดเริ่มแรกในการสร้าง

บุคลิกภาพทุกอย่างในตัวบุคคล ไม่ว่าจะเป็นเจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม และความประพฤติในด้านต่าง ๆ ที่บุคคลยึดถือ รวมทั้งความประพฤติทางศาสนา ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเด็กได้รับการถ่ายทอดลักษณะต่าง ๆ มาจากครอบครัวหรือพ่อแม่/ผู้ปกครองแทบทั้งสิ้น ฉะนั้นสิ่งที่พ่อแม่/ผู้ปกครองประพฤติปฏิบัติที่อาจจะเป็นการปฏิบัติตามศีลธรรมหรือผิดศีลธรรมก็ตาม ความประพฤติดังกล่าวจึงน่าจะมีแนวโน้มว่ามีผลต่อการปฏิบัติตามศีลธรรมของเด็ก

โดยสรุปแล้ว พ่อแม่/ผู้ปกครองเป็นบุคคลสำคัญในครอบครัวที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับลูกโดยตรง การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่มีผลต่อพฤติกรรมในทุก ๆ ด้านของลูก พ่อแม่จึงต้องดำรงตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกเสมอ

5.3 บทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

พงษ์สุดา รัตนมาศมงคล (ชนธรร มงคลพุดผางกูร. 2548: 17; อ้างอิงจาก พงษ์สุดา รัตนมาศมงคล. 2533) ได้ให้ความหมายถึงบทบาทการเป็นพ่อแม่ไว้ว่า หมายถึง แบบแผนพฤติกรรมหรือหน้าที่ที่พ่อแม่พึงกระทำ โดยมีบทบาทของพ่อแม่ ดังนี้

1. บทบาทในการตอบสนองต่อความต้องการทางด้านร่างกายของบุตร เด็กต้องการอาหาร ที่มีประโยชน์และเพียงพอกับความเจริญเติบโต ซึ่งเมื่อไหร่ที่เด็กต้องการพ่อแม่ก็ควรจัดให้เพียงพอไม่ให้เกิดเป็นโรคขาดสารอาหาร เพราะถ้าร่างกายไม่เจริญสมองและพัฒนาการด้านอื่นก็จะหยุดชะงัก

2. บทบาทในการตอบสนองต่อความต้องการทางด้านจิตใจของบุตร เด็กต้องการความรัก ความเอาใจใส่ของพ่อแม่ และต้องการการเรียนรู้เพื่อเป็นการปูพื้นฐานทางสติปัญญา

3. บทบาทในการตอบสนองต่อความต้องการการเสริมสร้างความเป็นคน มีการเรียนรู้ และทำความเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม พ่อแม่ควรให้โอกาสเด็ก ได้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่อำนวยความสะดวก และสร้างทักษะต่าง ๆ ที่ต้องการพัฒนา เช่น กล้ามเนื้อ อวัยวะมอเตอร์ เซาว์ปัญญา เป็นต้น

พชรวรรณ คุรุพนาศ (2542: 27-28) ได้กล่าวถึงหลักการเลี้ยงดูบุตรของพ่อแม่ ว่าควรปฏิบัติ ดังนี้

1. รักลูกให้ถูกทาง ไม่ตามใจลูกจนเกินไป พยายามห้ามไม่ให้ลูกทำชั่ว
2. ฝึกลูกให้รู้จักช่วยตนเอง รับผิดชอบตัวเอง ใ้รู้จักหน้าที่ตั้งแต่เด็ก
3. รู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาว ไม่เคร่งระเบียบจนเกินไป
4. ให้เวลา ความรัก และความอบอุ่นกับลูก เสียสละเวลาให้ครอบครัว ไม่เห็นแก่งานมากเกินไป
5. รู้จักชื่นชมลูกเมื่อทำดี และตำหนิเมื่อทำผิด
6. ไม่ใช่อารมณ์ดีตัดสินปัญหา ควรให้เหตุผล

7. ต้องสอนธรรมะให้ลูก ควรปลูกฝังจริยธรรมพื้นฐานตั้งแต่เยาว์วัย เช่น ความมีระเบียบวินัย ความขยันหมั่นเพียร ความประหยัดและอดออม

ประสาร ทิพย์ธารา (2521: 143-144) กล่าวถึงบทบาทของพ่อแม่ และผู้ปกครองไว้ ดังนี้

1. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในบ้าน พ่อแม่ควรมีความรักใคร่ปรองดองกัน พยายามเว้นที่จะทะเลาะเบาะแว้งหรือหย่าร้างกัน รวมทั้งให้มีหลักประกันมั่นคงทางด้านการเงินและสังคม พ่อแม่ควรประกอบอาชีพสุจริตเป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่เด็ก ให้ความรักลูกทุกคนเท่าเทียมกัน พยายามจัดให้สมาชิกทุกคนภายในบ้านมีเวลาเป็นของบ้าน ได้มีโอกาสพูดคุยปัญหาต่าง ๆ ใครมีปัญหา ก็ให้คำแนะนำปรึกษากันได้

2. ควรให้สมาชิกในบ้านมีโอกาสทำงานร่วมกัน เช่น งานอดิเรกหรือการพักผ่อนร่วมกัน จัดโอกาสให้เด็กได้แนะนำเพื่อนเข้ามาในบ้านในโอกาสพิเศษ พ่อแม่จะได้ ช่วยศึกษาพฤติกรรมเพื่อน ๆ ของลูกด้วย

3. พ่อแม่ควรให้ความสำคัญกับบุตรหลาน พูดคุยกันอย่างสนิทมสนม เพื่อให้เด็กเกิดความไว้วางใจและไม่คิดปิดบังแม้กระทั่งปัญหาส่วนตัว เช่น ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศ การคบเพื่อนต่างเพศ ตลอดจนการเลือกคู่แต่งงาน เป็นต้น

4. พ่อแม่ควรอบรมให้เด็กมีความสามารถในการใช้เงิน การรู้จักประหยัด และสนใจในการประกอบอาชีพ เห็นความสำคัญของการประกอบอาชีพ และมีทัศนคติที่ดีต่ออาชีพต่าง ๆ

5. พ่อแม่ควรประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี มีหลักธรรมในการครองตน ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างถูกต้องตามระเบียบสังคมวัฒนธรรม เพื่อให้เด็กยึดถือเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนต่อไป

กล่าวโดยสรุปแล้ว พ่อแม่จะต้องประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้ลูกเห็น เพราะบุคคลแรกที่ลูกได้พบและใกล้ชิดก็คือพ่อแม่ เปรียบเสมือนเป็นครูคนแรกของลูก ดังนั้น บทบาทของพ่อแม่ในการอบรมเลี้ยงดูจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ลูกเป็นคนดี เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5.4 ทฤษฎีเกี่ยวกับบทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์

ฟรอยด์ (Freud) (นวลละอ อสุภาผล. 2527: 56-60; อ้างอิงมาจาก Bem. 1981: 354; Sears, Rau and Alpert. 1965) ได้เน้นความสำคัญของกระบวนการกระทำตนตามอย่างบิดามารดาเพศเดียวกับเด็ก ซึ่งเด็กจะถอดแบบบิดามารดา เมื่ออายุ 3-5 ปี อยู่ในระยะปม Oedipus โดยที่เด็กผู้ชายจะรักและต้องการมารดามาก ในขณะที่เดียวกันเขาก็จะรู้ว่าบิดาก็รักและต้องการมารดาเหมือนกันทำให้เด็กผู้ชายมองบิดาว่าเป็นคู่แข่ง เกิดความวิตกกังวลว่าบิดาจะไม่รักตนและเกิดความกลัวว่า

บิดาจะตัดอวัยวะเพศของตน เมื่อเขาตระหนักว่าไม่สามารถเอาชนะบิดาได้จึงหันมาเลียนแบบบิดา เพื่อให้บิดารัก และขณะเดียวกันก็ทำให้มารดาพอใจเขาเช่นเดียวกับพอใจในบิดา ส่วนเด็กผู้หญิงเกิดความขุ่นเคืองมารดาว่าทำให้เธอไม่มีอวัยวะเพศเหมือนเด็กผู้ชาย จึงเกิดความรู้สึกไม่รักมารดา และหันมารักบิดาแทน ด้วยความรักบิดานี้ทำให้เด็กผู้หญิงพัฒนาความเป็นหญิงของตน เพื่อให้บิดาพอใจ โดยการเลียนแบบบุคลิกภาพของมารดา ซึ่งเป็นผู้ใกล้ชิดและเป็นที่ยอมรับของบิดามากที่สุด

ทฤษฎีจิตสังคม

อีริกสัน (เพยาวี ผลภาค. 2539: 46 อ้างอิงจาก Erickson. 1959: 65-74) ได้เน้นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่มีต่อพัฒนาการของเด็ก เด็กเริ่มเรียนรู้ที่จะใช้ความสามารถของตนเพื่อช่วยเหลือตนเอง มีความต้องการเป็นอิสระมีความอยากรู้อยากเห็น มีความคิดริเริ่ม มีความรู้สึกว่าตนเอง มีคุณค่า มีเอกลักษณ์ของตนเอง ฯลฯ อีริกสัน กล่าวว่า ครอบครัวจะเน้นแหล่งที่เน้นสิ่งต่าง ๆ ในสังคมให้แก่เด็ก ดังนั้นบิดาและมารดาจะต้องร่วมกันปลูกฝัง ส่งเสริมให้บุตรเป็นไปตามพัฒนาการของเด็ก และในขณะเดียวกันจะต้องสอนให้รู้จักตัดสินใจ รับผิดชอบและพึ่งพาตนเองให้อยู่ในสังคมได้ดีต่อไป

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

นักทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมกล่าวว่า (พงษ์สุดา รัตนมาศมงคล. 2533: 31; อ้างอิงมาจาก Hergenhahn. 1982: 352-353; Sear, Maccoby and Levin. 1957: 368-376) วิธีการและกระบวนการที่บุคคลได้รับอิทธิพลจากสังคม ทำให้เกิดการยอมรับลักษณะและกฎเกณฑ์ทางสังคมมาเป็นลักษณะของตน โดยที่เด็กจะเรียนรู้พฤติกรรมโดยการสังเกต การจำลองแบบและการฝึกฝน ซึ่งใช้หลักการเสริมแรงและหลักการเชื่อมโยงทำให้เกิดการเลียนแบบ นอกจากนี้ เซียร์ แม็ก คอบบี้ และเลวิน กล่าวว่า การที่จะให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในการเลียนแบบบิดา ถ้าบิดาได้เลี้ยงดูเด็กตลอดเวลาจะทำให้เด็กมีโอกาสเรียนรู้และลอกเลียนแบบบิดามาเป็นแรงเสริมของตนเอง ถ้าหากบิดาไม่ได้เลี้ยงดูเด็กก็จะทำให้เด็กไม่มีพฤติกรรมเหล่านั้นมากระตุ้น

จากทฤษฎีที่ได้กล่าวมาสรุปได้ว่า ทั้งบิดาและมารดาเป็นผู้มีอิทธิพลและวางแนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพของบุตร ทำให้บุตรมีพัฒนาการที่สมบูรณ์ ซึ่งบิดาและมารดาต้องรับรู้ถึงบทบาทของตนเองที่พึงปฏิบัติต่อบุตรเป็นอย่างดีไม่ว่าจะเป็นด้านการเลี้ยงดูบุตร ด้านการเป็นตัวอย่างทางสังคม ด้านการแก้ปัญหา ด้านการหาเลี้ยงครอบครัว และด้านสันตนาการ

5.5 ความเกี่ยวข้องกับระหว่างอิทธิพลของพ่อแม่กับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

ครอบครัวนับว่าเป็นสถาบันแรกที่มีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล เพราะครอบครัวเป็นจุดเริ่มแรกในการสร้างบุคลิกภาพทุกอย่างในตัวบุคคล ไม่ว่าจะเป็นทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม และความประพฤติด้านต่าง ๆ ที่บุคคลยึดถือ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า เด็กจะได้รับการถ่ายทอดลักษณะต่าง ๆ มาจากครอบครัวหรือพ่อแม่แทบทั้งสิ้น วันชัย มีกลาง (2530: 38) พ่อแม่จึงนับเป็นบุคคลสำคัญ

ในครอบครัวที่มีบทบาทในการอบรมสั่งสอนเด็กมากที่สุด เพราะนอกจากจะเป็นผู้ตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจของเด็ก กล่าวคือ การดูแลลูกให้พัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ได้แก่ การดูแลสุขภาพร่างกายลูก การดูแลให้ลูกรู้จักเลือกอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม การดูแลเมื่อลูกไม่สบายหรือเจ็บป่วย การรับฟังความคิดเห็นของลูก การยอมรับสภาพอารมณ์และจิตใจของลูก การสนใจพฤติกรรมของลูก ชนธรร มงคลพุดผางกูร (2548: 20) นอกจากนี้ยังมีบทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครองที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ บทบาทในด้านการเป็นตัวแบบ (Models) ให้แก่เด็ก โดยเฉพาะการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับเด็กจะเป็นตัวกำหนดแบบแผนพฤติกรรม ความคิดและความเชื่อของเด็กในอนาคต ทำให้เด็กเรียนรู้และเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ หรืออาจกล่าวได้ว่า พ่อแม่เปรียบเสมือนเป็นครูคนแรกของลูก ไม่ว่าจะเป็นการสอนเรื่องการกิน การพูด ฯลฯ หากพ่อแม่มีการประพฤติปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเหมาะสมกับคำสั่งสอนที่บอกกล่าว เด็กก็จะประพฤติปฏิบัติตาม และซึมซับเก็บไว้ในความทรงจำจนกลายเป็นบุคลิกภาพที่ดี แต่หากพ่อแม่ประพฤติตนขัดแย้งกับคำสั่งสอนของตัวเอง ก็จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกสับสน ไม่รู้ว่าสิ่งใดถูกหรือผิด และอาจก่อให้เกิดบุคลิกภาพไม่ต้องการได้ ดังที่สุนทร โคตรบรรเทาได้กล่าวว่า ลูกเปรียบเสมือนหุ่นดินเหนียวที่พ่อแม่จะปั้น ปรงแต่ง หรือปลุกฝังตัวอย่างที่ถูกต้อง และค่านิยมที่ดีต่าง ๆ ลงไปได้ หรือจะปลุกฝัง สิ่งที่ผิดทั้งหลายลงไปก็ย่อมทำได้ ดังนั้น ความรับผิดชอบประการแรกของพ่อแม่ คือการทำตนเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำรงชีวิต เช่น มีการตอบสนองความต้องการในชีวิตอย่างมีเหตุมีผลตามสมควร ไม่ฟุ้งเฟ้อเกินความจำเป็น ใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างเต็มที่พยายามทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามศักยภาพ ย่อมส่งผลให้เด็กเติบโต มาตามสภาพแวดล้อมที่หล่อหลอมเด็กให้มีคุณลักษณะแบบนั้นเช่นเดียวกัน ดังที่นักสังคมวิทยายอมรับว่า พ่อแม่ คือแก่นของสถาบันครอบครัว ลูกจะมีแนวโน้มไปในทางที่ดีหรือเสื่อม ก็มักขึ้นอยู่กับอิทธิพลของพ่อแม่อยู่มาก พัทธินทร์ วินัยกุลพงศ์ (2546: 34) พ่อแม่จึงเป็นบุคคลผู้มีอิทธิพลต่อการเกิดและเสริมสร้างลักษณะและบุคลิกภาพให้เด็กมีแบบแผนในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง ดังนั้นอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครองจึงมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

6. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับสื่อ

6.1 ความหมายของการเปิดรับสื่อ

กรภัทร วรเชษฐ (2548: 33-34) ในปัจจุบันสื่อมวลชนซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในรูปของสิ่งตีพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ มีอิทธิพลต่อเยาวชนไทยค่อนข้างสูง จะเห็นได้ว่าสื่อมวลชนบางประเภทมีลักษณะเป็นดาบสองคม ซึ่งอาจมีประโยชน์สำหรับบุคคลที่เลือกรับได้อย่างเหมาะสม ฉะนั้นบุคคลจึงควรเลือกประเภทของสื่อมวลชนและวิธีการใช้สื่อมวลชนให้ถูกต้อง

เชอรี (Cherry, 1978: 30) ได้กล่าวถึง การสื่อสารของมนุษย์เป็นการกระทำร่วมกัน (An Act of Sharing) กันนั่นเอง การกระทำร่วมกันนี้จะก่อให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ซึ่งจะนำไปสู่การตัดสินใจและกระทำกิจกรรมที่ประสานสอดคล้องกัน

อัทคิน (Atkin, 1973: 20) ได้กล่าวถึง บุคคลที่เปิดรับข่าวสารมากยิ่งขึ้นมีตาหูกว้างไกล มีความรู้ความเข้าใจในสภาพแวดล้อม และเป็นคนที่ทันสมัย ทันเหตุการณ์กว่าบุคคลที่เปิดรับข่าวสารน้อย

โรเจอร์ส และสเวนนิ่ง (Rogers and Sevenning, 1969: 3) ได้กล่าวขยายแนวคิดเกี่ยวกับการเปิดรับสื่อมวลชนให้กว้างขวางออกไปอีก โดยให้คำนิยามสื่อมวลชนนั้นคลุมถึงสื่อห้าประเภท คือ หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ วิทยุ นิตยสาร และโทรทัศน์ เหตุนี้ดัชนีในการวัดการเปิดรับสื่อมวลชนในความหมายของเขาทั้งสองจึงต้องประกอบด้วยจำนวนรายวิทยุที่รับฟังต่อสัปดาห์ การอ่านหนังสือพิมพ์ต่อสัปดาห์ ภาพยนตร์ที่ดูต่อปี และอื่น ๆ

เบคเกอร์ (Becker. 1971: 79-82) ได้ให้ความหมายของการเปิดรับข่าวสาร โดยจำแนกตามพฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารดังนี้

1. การแสวงหาข้อมูล (Information Receptivity) กล่าวคือ บุคคลจะแสวงหาข้อมูลเมื่อต้องการให้มีความคล้ายคลึงกับบุคคลอื่น ในเรื่องใด เรื่องหนึ่งหรือเรื่องทั่ว ๆ ไป

2. การเปิดรับข้อมูล (Information Receptivity) กล่าวคือ บุคคลจะเปิดรับข่าวสารเพื่อต้องการทราบข้อมูลที่ตนเองสนใจ อยากรู้ เช่น เปิดดูโทรทัศน์เฉพาะรายการที่สนใจหรือมีผู้แนะนำมา หรือขณะอ่านหนังสือพิมพ์หรือดูโทรทัศน์หากมีข้อมูลข่าวสารที่มีความสำคัญเกี่ยวข้องกับตนเองก็จะให้ความสนใจเอาใจใส่ อ่านหรือดูเป็นพิเศษ

3. การเปิดรับประสบการณ์ (Experience Receptivity) กล่าวคือ บุคคลจะเปิดรับข่าวสารเพราะต้องการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเพื่อผ่อนคลายอารมณ์

6.2 วัตถุประสงค์ของการเปิดรับสื่อ

กู๊ด (Good. 1993: 48-53) ได้กล่าวถึง เหตุผลในการใช้สื่อมวลชนของบุคคลว่า สามารถจัดเป็น 4 กลุ่มด้วยกัน คือ

1. เพื่อการรับรู้ (Cognition) หมายถึง การที่ประชาชนผู้รับสารต้องการข่าวสารเพื่อสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ในด้านความอยากรู้อยากเห็น และความต้องการได้รับการยอมรับว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเข้าใจส่วนประกอบของสังคม โดยการรับรู้ข่าวสารผ่านสื่อมวลชนในรูปแบบหลักคือ ข่าว ความรู้และความบันเทิง

2. เพื่อความหลากหลาย (Diversions) ทั้งนี้เพื่อสนองตอบความต้องการในรูปแบบที่แตกต่างกันเช่น

2.1 การกระตุ้นอารมณ์ (Stimulation) เป็นการเปิดรับสื่อเพื่อแสวงหาความเข้าใจ ความตื่นเต้น สนุกสนานรวมทั้งการพักผ่อน และลดความเบื่อหน่ายในชีวิต

2.2 การพักผ่อน (Relaxation) เป็นการเปิดรับสื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียดหรือลด ความเร่งรีบในชีวิตประจำวันลง

3. เพื่ออรรถประโยชน์ทางสังคม (Social Utility) หมายถึง ความจำเป็นของบุคคลที่ต้องการ เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ดังนั้นการเปิดรับสื่ออาจหมายถึงการยอมรับของคนในสังคมและความผูกพัน ต่อสังคมซึ่งอาจแสดงออกได้ดังนี้

3.1 การใช้ภาษาร่วมสมัย (Conversation Currency) ผู้รับสารอาจเปิดรับสื่อเพื่อต้องการ ความทันสมัยโดยการแสดงออกถึงการใช้ภาษา เช่น คำพูด ความเข้าใจต่อคำนิยามใหม่ ๆ เพื่อแสดง ความเป็นกลุ่มเหล่านั้น การใช้ภาษาร่วมสมัยมักปรากฏได้ชัดเจนในกลุ่มวัยรุ่นกับการโฆษณา เป็นต้น

3.2 สื่อมวลชนสัมพันธ์ (Para Social Relationship) ในสังคมที่ก้าวหน้ามากขึ้น ปัจเจกชน กับยิ่งรู้สึกโดดเดี่ยว เนื่องจากเวลาที่มืออยู่อย่างจำกัดถูกนำไปใช้เพื่อการแข่งขันและ การประกอบอาชีพ มนุษย์เป็นสัตว์สังคม แต่การสมาคมกับมนุษย์ด้วยกันนั้นถูกจำกัดลงด้วยสังคมที่ก้าวหน้าแบบอุตสาหกรรม มนุษย์จึงมักมีสื่อมวลชนเป็นเพื่อนแทนหรืออย่างน้อยก็อาศัยสื่อมวลชนในการค้นหาเพื่อน ดังเช่น ที่พบเห็นในปัจจุบันส่วนใหญ่อาศัยสิ่งพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์เป็นเพื่อนมากกว่าการคบหาสมาคมผู้อื่น

4. การผละสังคน (Withdrawal) เป็นการเปิดรับสื่อหรือเข้าหาสื่อ เพื่อหลีกเลี่ยงงานประจำ หรือหลีกเลี่ยงคนรอบข้าง ตัวอย่างเช่น การรีบเร่งทำงานให้เสร็จเพื่อจะไปชมโทรทัศน์ เป็นต้น

แรงผลักดันที่ทำให้บุคคลหนึ่งบุคคลใดเลือกรับสื่ออื่น เมอร์ริล และโลเวนสไตน์ (Merrill and Lowenstein, 1971: 134-135) ได้กล่าวสรุปไว้ว่า เกิดจากปัจจัยพื้นฐาน 4 ประการ คือ

1. ความเหงา เพราะมนุษย์ต้องการมีเพื่อน ไม่สามารถอยู่ตามลำพังได้ ต้องหันมาสื่อสาร กับผู้อื่นและแท้จริงคนบางส่วนพอใจที่จะอยู่กับสื่อมากกว่าที่จะอยู่กับบุคคลด้วยซ้ำในบางครั้ง

2. ความอยากรู้อยากเห็น เพราะเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ที่ต้องการที่จะรับข่าวสาร เพื่อตอบสนองความต้องการอยากรู้อยากเห็นของตน ไม่ว่าสิ่งที่ยากรู้นั้นจะมีผลกระทบต่อตนเองหรือไม่ก็ตาม

3. ประโยชน์ใช้สอย มนุษย์เป็นผู้ที่เห็นแก่ตัว จะแสวงหาและเลือกรับรู้ข่าวสารเพื่อ ประโยชน์ของตนเองทั้งในแง่การเสริมบารมี การช่วยให้สะดวกสบาย หรือเพื่อความสนุกสนานบันเทิง โดยจะเลือกสื่อที่ใช้ความพยายามน้อยที่สุด (Least Effort) และได้ผลประโยชน์ตอบแทนที่ดีที่สุด (Promise of Reward) ข่าวสารเหล่านี้ไม่ว่าจะให้คุณค่าในทางปฏิบัติหรือแม้แต่ความคิดก็สามารถหา ได้จากสื่อมวลชน

4. ลักษณะเฉพาะของสื่อมวลชนทั่ว ๆ ไป ไม่สามารถตอบสนองความต้องการ คือ ผู้รับสาร แต่ละคนจะหันเข้าหาลักษณะเฉพาะบางอย่างจากสื่อ ที่จะสนองความต้องการและทำให้ตนเกิดความพึงพอใจ ความกลัว ความหวัง ฯลฯ จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้สื่อ

จากแนวคิดดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ความเหงา ความอยากรู้อยากเห็น และการแสวงหาผลประโยชน์ ความกลัว และความหวัง มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม的开รับและการเลือกเปิดรับสื่อ ลักษณะดังกล่าวจะมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับลักษณะของผู้รับสาร เช่น เพศ อายุ การศึกษา รายได้ เป็นต้น

6.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเปิดรับสื่อ

เดอเฟอร์ (Defleur, 1980) ได้กล่าวถึงตัวแปรแทรก (Intervening Variables) ที่มีอิทธิพลในการสื่อสารมวลชนระหว่างผู้ส่งสารกับผู้รับสาร โดยเน้นให้เห็นว่าข่าวสารมิได้ไหลผ่านจากสื่อมวลชนถึงผู้รับสาร และเกิดผลโดยตรงทันที แต่มีปัจจัยบางอย่างเกี่ยวข้องกับตัวผู้รับสารแต่ละคน เช่น ปัจจัยทางจิตวิทยาและสังคมที่จะมีอิทธิพลต่อการรับข่าวสารนั้น ทำให้เกิดผลไม่เหมือนหรือไม่เป็นไปตามเจตคติของผู้ส่งสาร ทฤษฎีที่สำคัญของเดอเฟอร์เกี่ยวกับเรื่องนี้มีด้วยกัน 3 ทฤษฎี ดังนี้

1. ทฤษฎีความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Difference Theory) เป็นทฤษฎีที่ชี้ให้เห็นว่าผู้รับสารแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกันในทางจิตวิทยา เช่น ทักษะคิด ค่านิยม และความเชื่อ ทำให้คนสนใจในการเปิดรับข่าวสาร หรือตีความหมายข่าวสารจากสื่อมวลชนแตกต่างกัน หลักการพื้นฐานเกี่ยวกับทฤษฎีความแตกต่างระหว่างปัจเจกบุคคล มีดังนี้

- มนุษย์เรามีความแตกต่างกันมากในองค์ประกอบทางจิตวิทยาส่วนบุคคล
- ความแตกต่างนี้มีบางส่วนมาจากลักษณะแตกต่างทางชีวภาคหรือทางร่างกายของแต่ละบุคคล แต่ส่วนใหญ่แล้วมาจากความแตกต่างที่เกิดจากการเรียนรู้
- มนุษย์ซึ่งถูกชูปเลี้ยงภายใต้สถานการณ์ต่าง ๆ จะเปิดรับความคิดเห็นแตกต่างกันไป
- การเรียนรู้สิ่งแวดล้อมทำให้เกิดทัศนคติ ค่านิยมและความเชื่อที่รวมเป็นลักษณะทางจิตวิทยาส่วนบุคคลที่แตกต่างกันไป ความแตกต่างดังกล่าวนี้ได้กลายเป็นสภาวะเงื่อนไข (Conditioning) ที่กำหนดการรับรู้ข่าวสารจากสื่อมวลชน

2. ทฤษฎีกลุ่มสังคม (Social Categories Theory) ทฤษฎีกล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีลักษณะทางสังคมคล้ายกันจะแสดงพฤติกรรมสื่อสารที่คล้ายคลึงกัน พฤติกรรมสื่อสารนี้ ได้แก่ การเปิดรับสื่อ ความพอใจในสื่อ และอุปนิสัยการใช้สื่อร่วมกัน เป็นต้น สำหรับลักษณะทางสังคมที่สำคัญนั้น ได้แก่ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ ชาติพันธุ์ ศาสนา อายุ เพศ ภูมิภาค ฯลฯ

3. ทฤษฎีความสัมพันธ์ทางสังคม (The Social Relations Theory) เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างผู้รับสารกับบุคคลอื่นในสังคมในลักษณะของกลุ่มปฐมภูมิหรือกลุ่มทุติยภูมิ โดยกลุ่มปฐมภูมิซึ่งเป็นความสัมพันธ์ใกล้ชิดในหมู่เพื่อนสนิท เพื่อนร่วมงานหรือในครอบครัวและ

วงศาคนาญาตินี้จะมีอิทธิพลต่อผู้รับสารมากกว่ากลุ่มทุติยภูมิซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความใกล้ชิดน้อยกว่า ข่าวสารต่าง ๆ ที่ได้รับจากสื่อมวลชนมักจะถูกรับรู้หรือตีความโดยมีอิทธิพลของกลุ่มหรือกลุ่มบุคคลในกลุ่มเข้ามาเกี่ยวข้องเสมอ เช่น การที่ปัจเจกบุคคลจะเชื่อข่าวสารจากโฆษณาใดหรือไม่นั้นมักจะได้รับอิทธิพลจากการปรึกษาหารือ ใต้ถามเพื่อนฝูงหรือผู้ใกล้ชิด อิทธิพลที่มีต่อการรับรู้ข่าวสารในลักษณะนี้เราเรียกว่า “อิทธิพลของบุคคล” (Personal Influence)

แชรรมม์ วิลเบอร์ (Schramm Wilbur, 1973: 120, 121-122) ได้กล่าวถึงหลักทั่วไปของการเลือกเปิดรับข่าวสารว่าขึ้นอยู่กับการประเมินถึงปัจจัยในการใช้ความพยายามว่าควรให้น้อยที่สุด (Least effort) และได้ผลตอบแทนที่ได้รับมากที่สุด (Promise of reward) ผู้รับสารจะเลือกข่าวสารที่ต้องการมากน้อยเพียงใดย่อมจะเป็นสัดส่วนกับความพยายาม (หรือแรงงานรูปอื่นใด) ที่ใช้ไปเพื่อให้ได้รับข่าวสารนั้น ๆ

แชรรมม์ วิลเบอร์ ยังได้กล่าวถึงองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเลือกรับข่าวสารของผู้รับสารไว้ดังนี้

1. ประสบการณ์ เนื่องจากผู้รับสารย่อมมีประสบการณ์เกี่ยวกับข่าวสาร วัตถุ สิ่งของ ฯลฯ แตกต่างกันไป
2. การประเมินสาระประโยชน์ของข่าวสาร เนื่องจากผู้รับสารจะแสวงหาข่าวสารเพื่อสนองจุดประสงค์ของตนอย่างใดอย่างหนึ่ง การประเมินสาระประโยชน์ของข่าวสารจึงจะช่วยให้ผู้รับสารได้เรียนรู้ว่า ข่าวสารอย่างหนึ่งมีประโยชน์แตกต่างจากข่าวสารอีกด้วย จึงก่อให้เกิดพัฒนาการ และปรับปรุงอุปนิสัย และรูปแบบการแสวงหาข่าวสาร
3. ภูมิหลังแตกต่างกัน ทำให้ความสนใจต่างกัน ธรรมชาติของมนุษย์ที่มักจะสนใจสิ่งที่ตนไม่เคยพบมาก่อน รวมทั้งสนใจในความแตกต่าง หรือการเปลี่ยนแปลงสภาพที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทางวัตถุ สิ่งของ หรือเรื่องราวต่าง ๆ
4. การศึกษาและสภาพแวดล้อม เป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่ก่อให้เกิดประสบการณ์ขึ้นในตัวบุคคลและตัวชี้พฤติกรรมเป็นการสื่อสารของผู้รับสาร ทั้งพฤติกรรมในการเลือกรับสื่อ และเนื้อหาข่าวสาร
5. ความสามารถในการรับสาร เกี่ยวกับสภาพร่างกายและจิตใจของคนมีส่วนสัมพันธ์กับความสามารถในการรับข่าวสารของบุคคล ผู้ที่มีสภาพร่างกายที่สมบูรณ์ประสาทสัมผัสทุกอย่างจะทำงานได้อย่างปกติ และอยู่ในสภาพที่จะรับข่าวสารได้ดีกว่าผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกาย และประสาทสัมผัส
6. บุคลิกภาพ ทำให้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ การโน้มน้าวใจและพฤติกรรมของผู้รับสาร
7. อารมณ์ สภาพทางอารมณ์ของผู้รับสารจะทำให้เข้าใจความหมายของข่าวสารหรืออาจเป็นอุปสรรคของความเข้าใจความหมายของข่าวสารได้

8. ทศนคติ จะเป็นตัวกำหนดท่าทีของการรับ และตอบสนองต่อสิ่งเร้า หรือข่าวสารที่ได้พบ ด้วยการแสดงออกทางพฤติกรรมที่มีต่อผู้รับสาร

นอกจากนี้ แมคคอมบ์ และเบคเกอร์ (Mccombs and Becker. 1979: 134-135) ยังได้กล่าวไว้ว่า คนเราเปิดรับข่าวสารจากสื่อมวลชน เนื่องจาก

1. เห็นว่าเนื้อหาสาระนั้นมีประโยชน์ต่อตนเอง

2. ความสนใจในหัวข้อหรือเนื้อหาสาระนั้น ๆ หรือความสำคัญของหัวข้อนั้น ๆ ต่อตนเอง
อย่างไรก็ตาม งานวิจัยด้านโฆษณา ได้ให้การศึกษาในส่วนของ การวัดการเปิดรับสื่อ (Levels of Media Consumption) และความชอบในตัวสื่อ (Media Preference) เป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งส่วนใหญ่จะวัดในส่วนของ “ความถี่” (Frequency) และความตั้งใจ (Recency) ซึ่ง “ความถี่” จะหมายถึงว่าผู้รับสารใช้สื่อบ่อยเพียงใด ส่วน “ความตั้งใจ” จะหมายถึงว่าผู้รับสารได้ทำอะไรจริง ๆ กับการเปิดรับสื่อ นั้นในขณะเวลานั้น ๆ ดังนั้นจึงน่าจะมีประโยชน์ต่อการวิเคราะห์เกี่ยวกับการใช้สื่อในการที่จะวัดอุปนิสัยในการใช้สื่อ (Media Habits) และการเปิดรับสื่อ (Media Exposure) ซึ่งอุปนิสัยในการใช้สื่อแสดงให้เห็นถึงความตั้งใจของบุคคลต่อสื่อหนึ่ง ๆ หรือเนื้อหาสื่อหนึ่ง ๆ (Media Content) ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในกระบวนการเลือกสรรการเปิดรับข่าวสารจากสื่อมวลชนนั้นมีตัวแปรและองค์ประกอบต่าง ๆ เข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องกับ การที่ผู้รับสารจะเลือกเปิดรับหรือไม่เปิดรับข่าวสารต่าง ๆ จากสื่อมวลชน แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การที่ผู้รับสารต้องการที่จะแสวงหาข่าวสารต่าง ๆ เพื่อไปตอบสนองความต้องการของตนเองมากน้อยเพียงใด

พรทิพย์ วรภิจโกคาทร (2530: 243) ได้กล่าวไว้ใน ภาพพจน์นั้นสำคัญยิ่ง: การประชาสัมพันธ์ ภาพพจน์ ถึงการเปิดรับสื่อของผู้รับสารว่า ผู้รับสารจะเลือกเปิดรับสื่อตามคุณลักษณะ ดังนี้

1. เลือกรับสื่อที่สามารถจัดหาได้ (Availability) ธรรมชาติของมนุษย์จะใช้เวลาพยายามเพียงระดับหนึ่งเท่านั้น อะไรที่ได้มายากก็มักจะไม่ได้รับการเลือก ดังนั้น ผู้รับสารจึงเปิดรับสื่อที่ตนไม่ต้องใช้ความพยายามมากนัก เป็นสื่อที่จัดหาได้ง่ายกว่าสื่ออื่น ๆ

2. เลือกเปิดรับสื่อที่สอดคล้องกับตนเอง (Consistency) ผู้รับสารจะเลือกเปิดรับสื่อที่มีความสอดคล้องกับความรู้ ค่านิยม ความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรมของตนเอง

3. เลือกรับสื่อที่สะดวกและนิยม (Convenience and Preferences) ผู้รับสารจะเปิดรับสื่อที่ตนเองมีความสะดวก เช่น ผู้รับสารบางคนต้องใช้เวลาในการเดินทางอยู่บนรถยนต์ ดังนั้นสื่อที่สะดวกในการเปิดก็คือ วิทยุ เป็นต้น

4. เลือกรับสื่อตามความเคยชิน (Accustomed) ผู้รับสารบางคนจะติดอยู่กับการเปิดรับสื่อเดิม ๆ ที่ตนเปิดรับอยู่เป็นประจำ ซึ่งมักพบในบุคคลที่มีอายุมากที่รับสื่อใดซ้ำ ๆ และไม่สนใจสื่อใหม่ ๆ

5. เลือกเปิดรับสื่อตามลักษณะเฉพาะของสื่อ (Characteristic of Media) คุณลักษณะของสื่อ มีผลต่อการเลือกเปิดรับสื่อของผู้รับสาร เช่น บางคนชอบที่จะเปิดรับข่าวสารในสถานที่ ต่าง ๆ ก็จะนิยมสื่อ

ที่สามารถพบปะได้ จึงเปิดรับหนังสือหรือหนังสือพิมพ์ ในขณะที่บางคนชอบสื่อที่มีภาพและเสียงก็จะนิยมสื่อโทรทัศน์หรือภาพยนตร์เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า ในการเปิดรับสื่อใด ๆ ของผู้รับสารนั้น มีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องมากมายซึ่งนอกจากการเลือกเปิดรับสื่อต่างๆ ที่มีอยู่อย่างมากมายแล้ว ผู้รับสารยังมีโอกาสเลือกเปิดรับหรือไม่เปิดรับข่าวสารต่าง ๆ ที่ส่งผ่านสื่อ

6.4 อิทธิพลของสื่อต่อการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมไทย

สุภาวศ์ จันทวานิช; สำอาง หิรัญบุรณะ; และกุลวิตรา กังคานนท์ (2538: 7-8) อิทธิพลของสื่อมวลชนต่อการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมไทย มีดังนี้

1. สำนึกและความรับผิดชอบของสื่อมวลชน สื่อมวลชนส่วนใหญ่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัว เนื่องจากสามารถครอบงำประชาชนได้มาก มีอิทธิพลต่อจิตใจ ทำให้ค่านิยมของประชาชนเปลี่ยนไป สื่อมวลชนส่วนใหญ่ตกเป็นเครื่องมือของกลุ่มผลประโยชน์ ดังตัวอย่างเช่น การโฆษณาที่เผยแพร่ทางโทรทัศน์ เอาตู้เย็นใส่เกวียนไปในที่ทุรกันดารให้ชาวบ้านมีน้ำเย็นดื่มดูว่าดี และชีวิตสุขสบายขึ้น ซึ่งเป็นการหลอกให้ตนเป็นหนี้ มาหลงเสพติดในวัตถุโดยที่ยังไม่มีความพร้อม เป็นการเอารัดเอาเปรียบคนที่เก่งกว่าฉลาดกว่ามีอำนาจต่อรองสูงกว่าเอาเปรียบคนที่รู้ไม่เท่าทันและล้าหลังกว่า สื่อมวลชนต้องตระหนักและสำนึกในจุดนี้ให้มากกว่า บทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชนนั้นก็คือการช่วยสถาบันหลักคือครอบครัวที่ทำหน้าที่ในการปลูกฝังค่านิยมและจริยธรรมในการคลี่คลายปัญหา

2. ความไร้ประสิทธิภาพในการควบคุมสื่อ ปัจจัยด้านนี้เป็นปัญหาแก้สังคมโดยตรง ดังจะเห็นได้จากหนังสือพิมพ์ และนิตยสารต่าง ๆ ที่มีการเสนอเนื้อหาและภาพที่ยั่วยุกามอารมณ์ เผยแพร่อยู่อย่างมากมาย ภาพยนตร์หรือเทปภาพมีการเสนอเนื้อหาและภาพที่รุนแรง เช่น การฆาตกรรมกันอย่างดุเดือด สมจริงสมจังจนมองเห็นเลือด ทำให้เกิดความหวาดเสียวสยดสยองต่อผู้ชม เป็นต้น มีการละเมิดกฎหมายอยู่เสมอ ประกอบกับเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบมักไม่ทำงานอย่างต่อเนื่องและประชาชนทั่วไปเองไม่ให้ความช่วยเหลือร่วมมือกับเจ้าหน้าที่

3. รัฐยังขาดนโยบายและมาตรการที่มีประสิทธิภาพ การที่สื่อมวลชนตกเป็นเครื่องมือของธุรกิจเอกชน การค้าการโฆษณาชวนเชื่อ ทั้งนี้เนื่องจากรัฐบาลยังไม่มีนโยบายมาตรการตลอดจน วิธีการทำงานของกลไกของรัฐยังล่าช้าไม่มีประสิทธิภาพ รัฐบาลน่าที่จะคิดรูปแบบการทำงานคล้ายกับการทำงานขององค์การเอกชน ไม่จำเป็นจะต้องกับขั้นตอนระเบียบกฎเกณฑ์ที่มากเกินไปจนทำให้ขาดประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในเรื่องของสื่อมวลชนนี้ต้องอาศัยความรวดเร็วเป็นสำคัญ

4. ธรรมเนียมที่ไม่สร้างสรรคในการรับสื่อ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็เป็นได้ ซึ่งในกรณีเช่นนี้บทบาทของครอบครัวจะมีส่วนช่วยได้มากที่สุด ทั้งนี้เพราะว่าถ้าเด็กได้รับการเลี้ยงดูจากครอบครัว

อย่างดีและอบอุ่นแล้ว เขาก็จะมีพื้นฐานทางด้านจิตใจที่ดีพอที่จะตัดสินใจอะไรต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ดังนั้น สื่อมวลชนจึงเป็นเหมือนดาบสองคม โดยขึ้นอยู่กับความฉลาดของคนในการที่จะเลือกรับสื่อมวลชนนั้น

5. จุดอ่อนของสื่อมวลชนชนบท ทำให้ถูกบดบังจากสื่อมวลชนเมือง ทำให้สูญเสียวัฒนธรรมท้องถิ่นไป เปรียบเหมือนเราไม่รู้จักตัวเอง สิ่งสำคัญก็คือ รัฐควรหันมาพัฒนาสื่อมวลชนชนบทหรือท้องถิ่นให้เกิดการอนุรักษ์และสร้างสรรค์วัฒนธรรมท้องถิ่น ซึ่งจะทำให้เกิดข้อมูลที่มีคุณค่า แสดงถึงรากเหง้าทางวัฒนธรรม ก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนทางความรู้

6.5 ผลกระทบของสื่อมวลชนที่มีต่อสังคมไทย

สุภางค์ จันทวานิช; สำอาง นิริญบุรณะ; และกุลวิตรา ภัทคานนท์ (2538: 8-9) กล่าวถึงสื่อมวลชนนับว่ามีบทบาทสำคัญยิ่งที่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสังคมไทย เพราะสื่อมวลชนเป็นตัวกำหนดวัฒนธรรม กล่าวคือ สื่อมวลชนทำหน้าที่ถ่ายทอดข่าวสาร ข้อคิดเห็น และทัศนคติต่าง ๆ สู่มวลชน ทำให้ประชาชนที่รับข่าวสารนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรม วิถีชีวิตและเกิดวัฒนธรรมมวลชน (Mass Culture) ทั้งในด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม ความสามัคคี ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรมและความมั่นคงของชาติ นอกจากนี้ ยังมีหน้าที่ให้การศึกษาอบรมความรู้ทางด้านสังคมวัฒนธรรมต่าง ๆ ให้แก่สมาชิกในสังคมโดยการส่งผ่านหรือถ่ายทอดข่าวสารจากคนรุ่นหนึ่งสู่อีกคนรุ่นหนึ่งที่เยาว์วัยกว่าเยาวชนส่วนใหญ่ทุกวันนี้จึงถูกสื่อมวลชนโน้มน้าวทำให้เกิดความสับสน ทั้งนี้เนื่องจากสื่อมวลชนส่วนใหญ่ไม่ผู้จะทำอะไรเพื่อเด็ก คอยแต่มุ่งแสวงผลประโยชน์ทางธุรกิจ จึงขอสรุปผลกระทบต่อสังคมดังต่อไปนี้

1. ทำให้เป็นหนี้ เพราะผู้รับสื่อจะถูกชักจูงให้หลงใหลในวัตถุและแสวงหามาให้ได้ แม้ว่าจะไม่ค่อยมีรายได้

2. เกิดภาษาและศัพท์ใหม่ ๆ ที่ทำให้สับสน สื่อความหมายไม่ชัดเจน สื่อมวลชนจะเป็นผู้ถ่ายทอดภาษาทั้งที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม ทำให้เกิดศัพท์ใหม่ ๆ ตลอดจนภาษาที่เปลี่ยนไป ถึงแม้ว่าการเปลี่ยนแปลงของภาษาไม่ใช่สิ่งที่เลวร้ายเสมอไป กลุ่มที่จะรับเอามากที่สุด ก็คือเยาวชน ซึ่งรับมาและนำมาใช้กันในลักษณะที่มีทั้งถูกต้องและไม่ถูกต้อง

3. ในส่วนของรสนิยม วัฒนธรรมและประเพณี สื่อมวลชนเป็นตัวการสำคัญในการเผยแพร่ให้ประชาชนส่วนใหญ่ได้รู้จักรสนิยม วัฒนธรรม และประเพณี เช่น การแต่งกาย ค่านิยม ตลอดจนแบบแผนการดำเนินชีวิต ดังตัวอย่าง เช่น การโฆษณาอมเม้าของสินค้าต่าง ๆ โดยมุ่งว่าเป็นรสนิยมของคนรุ่นใหม่ ภาพยนตร์หรือละครที่นำเสนออย่างซ้ำซากถึงเรื่องราวหรือพฤติกรรมที่ขัดกับวัฒนธรรมไทยอย่างเปิดเผย ยกตัวอย่าง เช่น ภาพยนตร์หรือละครที่เสนอแนวคิดในทำนองสนับสนุนกับการเข้าไปเป็นส่วนเกินในชีวิตครอบครัวของผู้อื่น เสนอภาพพฤติกรรมการใช้ชีวิตกลางคืนของเยาวชน

จนเรียกได้ว่าเวลานี้เยาวชนบางส่วนได้ซึมซับไว้จนนำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตและการตัดสินใจ

จากบทบาทและหน้าที่ของสื่อมวลชนเป็นการยากมากที่จะควบคุมให้อยู่ในกรอบของความเหมาะสมและถูกต้องตามควรแก่กาลเทศะ ปัญหาเรื่องความรับผิดชอบนี้ควรจะได้มีการร่วมกันดูแลและรับผิดชอบจากหลายฝ่าย ทั้งฝ่ายสื่อมวลชนเอง ฝ่ายให้การศึกษา และโดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันครอบครัว เพราะเป็นสถาบันที่อยู่ใกล้ชิดที่สุด สำหรับในส่วนของสื่อมวลชนควรคำนึงถึงหน้าที่ควรปฏิบัติ ดังนี้ คือ

1. สื่อมวลชนจะต้องเป็นสิ่งหรือตัวขยายการปลูกฝังจริยธรรมจากสถาบันครอบครัว โรงเรียน และวัดไปสู่เด็ก
2. สื่อมวลชนจะต้องสะท้อนความต้องการทัศนคติของเด็กและผู้ปกครอง กลับไปยังสถาบันถ่ายทอดจริยธรรม เพื่อให้การปรับปรุงแก้ไขในการปลูกฝังจริยธรรมเป็นไปโดยทันสมัยและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
3. ผลทางอ้อมที่สื่อมวลชนถ่ายทอดให้แก่ผู้รับ คือ ท่าทีและวิธีการของสื่อมวลชนนับตั้งแต่ภาษาและทัศนคติที่สื่อมวลชนแสดงออกมา จะต้องมีโอกาสที่เด่นชัดและเป็นไปในทางส่งเสริมความนึกคิดที่ดีงาม กล่าวคือ ทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีในฐานะผู้มีจริยธรรม
4. สื่อมวลชนจะต้องศึกษา เข้าใจผู้รับและควรให้ความสำคัญแก่เด็กและเยาวชนมากกว่าที่เป็นอยู่พึงตระหนักอยู่เสมอว่า เด็กยังด้อยความสามารถในการใช้เหตุผลทางจริยธรรมและพัฒนาการทางด้านนี้สำคัญมากสำหรับการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ

7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพอเพียง

งานวิจัยในประเทศ

ประจักษ์ นาหนองตูม (2543: 37, 56) ได้ทำการศึกษาดำเนินโครงการเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ ของโรงเรียนแกนนำโครงการเศรษฐกิจพอเพียงในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดขอนแก่น จำนวน 12 โรงเรียน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยจำนวน 423 คน ประกอบด้วย ผู้บริหาร, ครูผู้สอน, นักการภารโรง, กรรมการโรงเรียน, และนักเรียน ซึ่งในส่วนหนึ่งจากการศึกษาในด้านพบว่า ทุกโรงเรียนได้จัดทำโครงการเศรษฐกิจพอเพียงสู่กระบวนการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพค่อนข้างมาก สามารถสร้างลักษณะพึงประสงค์กับนักเรียน ในด้านการรู้จักพึ่งตนเอง ขยันอดทน ไม่ทอดทิ้ง รู้จักการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข สามัคคีสามารถทำงานเป็นหมู่คณะ รู้จัก การอยู่ร่วมกันอย่างเกื้อกูล อุดหนุนซึ่งกันและกัน สามารถพัฒนาความรู้ความสามารถตามลำดับ สามารถกำหนดทางเลือก เลือกรับผิดชอบงาน ได้เป็นอย่างมาก สามารถจัดกระบวนการเรียนรู้ได้ค่อนข้างดี

มาก สำหรับนักเรียนในด้านการหาข้อมูล การสร้างองค์ความรู้ และสามารถนำไปปฏิบัติ นำแนวคิดไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

ศกุนต์ สายบุญลี (2543: 81) ได้ศึกษาความพึงพอใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการชมโทรทัศน์รายการสารคดีพัฒนาชุมชน ผลการวิจัยพบว่า

ความพึงพอใจจากการรับชมโทรทัศน์รายการสารคดีพัฒนาชุมชน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจด้านเทคนิคมีค่าเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์มาก ในด้านการดำเนินรายการกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจมีค่าเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ที่มีความพึงพอใจสูงมาก ส่วนความพึงพอใจในเนื้อหาสาระของเรื่องที่น่าสนใจเสนอโดยภาพรวมแล้ว มีระดับค่าเฉลี่ยความพึงพอใจอยู่ในเกณฑ์พึงพอใจสูงมาก

ประโยชน์ที่ได้รับจากการชมโทรทัศน์รายการสารคดีชุมชน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับประโยชน์จากรายการสารคดีพัฒนาชุมชนอยู่ในเกณฑ์มากโดยใช้ประโยชน์เป็นข้อมูลเบื้องต้นเพื่อนำไปหาความรู้เพิ่มเติมต่อไป รองลงมาใช้เพื่อเสริมสร้างความรู้ ใช้ปรับปรุงในงานอาชีพหรือในชีวิตประจำวัน ใช้เพื่อเป็นข้อมูลพูดคุยกับเพื่อนบ้าน และใช้เพื่อการบันเทิง และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่าสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ได้โดยให้เหตุผลว่าจะนำความรู้ไปใช้ในการประกอบอาชีพมากที่สุด รองลงมาคือ การนำไปปรับใช้กับการดำเนินชีวิตประจำวัน ส่วนน้อยจะนำความรู้ไปบอกหรือเผยแพร่ต่อสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ตอบว่าไม่สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้ มีเหตุผลว่าไม่มีเวลา และอาชีพที่นำเสนอไม่ตรงกับอาชีพของตน และมีอายุมากแล้ว

สมนึก ชัชวาลย์; เพียงใจ จุลศิริ; และศรีแพร ปงกาวงศ์ (2550: 52) ได้ทำการศึกษา ความเข้าใจ ความพึงพอใจ และการปรับตัว ของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนบนต่อแนวคิด และนโยบายปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผลการวิจัยพบว่า

ด้านแหล่งรับรู้แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า โทรทัศน์เป็นแหล่งสื่อสารสำคัญสูงสุดในการเผยแพร่แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง และจากการศึกษาครั้งนี้ยังพบอีกว่าปกติประชาชนจะมิได้ติดตามข่าวสารผ่านเพียงโทรทัศน์แหล่งเดียว สื่ออื่น ๆ ก็นับว่ามีความสำคัญ ที่ทำให้การรับรู้สารต่าง ๆ ซึ่งก็รวมถึงแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมีความชัดเจนยิ่งขึ้น สื่ออื่น ๆ ได้แก่ วิทยุ หนังสือพิมพ์ ผู้นำชุมชน หอกระจายข่าว (เสียงตามสาย)

ด้านความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า ระดับความเข้าใจแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ถึงในระดับที่มีความเข้าใจสูง

ด้านการนำไปประยุกต์หรือปรับใช้ในการดำเนินชีวิต พบว่า มีประชาชนนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไปปรับใช้ค่อนข้างสูง

นันทา ชูติแพทยวิภา (2545: 104) ได้ศึกษาผลของการจัดการเรียนการสอนวิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการเรียนการสอน

วิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อมหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีทักษะการจัดการสิ่งแวดล้อมหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีจิตสำนึกต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พระขวัญชัย ศรีพรรณ (2546: 65) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการใช้แนวคิดตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนวิชาพุทธศาสนา โดยใช้การสอนแบบอริยสังข์กับการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ผลการวิจัย พบว่านักเรียนที่เรียนวิชาพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบอริยสังข์กับนักเรียนที่เรียนด้วยการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีการใช้แนวคิดตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

สมพร พงษ์เสถียรศักดิ์ (2546: 100) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการประพฤติตนตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับการสอนแบบไตรสิกขาผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับนักเรียนที่เรียนด้วยการสอนแบบไตรสิกขามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และมีการประพฤติตนตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติและนักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการมีการประพฤติตนตามหลักคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนที่เรียนหลักธรรมในพุทธศาสนาด้วยการสอนแบบไตรสิกขามีการประพฤติตนตามหลักคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กวิศรา พชรเบญจกุล; และคนอื่น ๆ (2550: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมที่ส่งผลต่อทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของวัยรุ่นที่ศึกษาในโรงเรียนรัฐบาลและเอกชนเขตบางกะปิ ผลการวิจัยพบว่า ระดับทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของวัยรุ่นที่ศึกษาในโรงเรียนเขตบางกะปิอยู่ในระดับสูง แสดงว่าวัยรุ่นที่ศึกษาในโรงเรียนเขตบางกะปามีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษารายเปรียบเทียบระดับทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของวัยรุ่นที่ศึกษาในโรงเรียนเขตบางกะปิ โดยจำแนกตามประเภทของโรงเรียนมีระดับทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานจากการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตสังคมกับทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของวัยรุ่นที่ศึกษา

ในโรงเรียนเขตบางกะปิ การพึ่งพาตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01

สุมาลี จันทรชลอ; คมสัน จิระภัทรศิลป์; และอรวรรณ จันทรชลอ (2551: 122) ได้ทำการศึกษาความเข้าใจปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในกรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนเข้าใจหลักเศรษฐกิจพอเพียงระดับดีพอใช้ ประชาชนผู้ประกอบอาชีพระดับพื้นฐานมีความเข้าใจ ไม่แตกต่างจากประชาชนที่เป็นนักเรียน และจากการสัมภาษณ์ผู้ประกอบอาชีพส่วนมากบอกว่าได้รับรู้หลักเศรษฐกิจพอเพียงผ่านสื่อวิทยุ และโทรทัศน์ จากผลการศึกษาเปรียบเทียบความเข้าใจหลักเศรษฐกิจพอเพียงจำแนกตามกลุ่มย่อย 5 กลุ่ม พบว่า ความแตกต่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อพิจารณาในแง่ของ การปฏิบัติ ผลการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการดำเนินชีวิตระหว่างนักเรียนและผู้ประกอบอาชีพ พบว่า พฤติกรรมของประชาชนทั้ง 2 กลุ่ม ด้านการใช้จ่ายพอประมาณมีพฤติกรรมอยู่ในระดับบ่อยครั้ง ถึง เป็นประจำ ผลการศึกษาความคิดเห็น พบว่า ประชาชนส่วนมากเห็นด้วยกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงเกือบทุกประเด็น

จากงานวิจัยที่ได้กล่าวไว้ในข้างต้นนี้ ทำให้ทราบว่า การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงหรือการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นแนวทางที่จะไปสู่ชุมชนเข้มแข็ง และมีความสุข ทั้งทางกายและทางใจ มีความเป็นอยู่ที่พอเพียง โดยการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตสามารถนำไปใช้ได้กับทุกคนไม่ว่าจะอยู่ในสถานะทางสังคมใดก็ตาม ซึ่งหลักเศรษฐกิจแบบพอเพียงจะเป็นตัวช่วยให้เรารู้จักประหยัด อดออม รู้จักใช้จ่ายอย่างคุ้มค่า มีเหตุ มีผลในการใช้จ่าย ฯลฯ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มประชากร
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2 จำนวน 35 โรงเรียน จำนวนห้องเรียน 454 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 22,449 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2 มีจำนวนโรงเรียน 6 โรงเรียน จำนวนห้องเรียน 16 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 594 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบสองขั้นตอน (Two-Stage Random Sampling) โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. สสำรวจข้อมูลหน่วยสมาชิกของประชากรจากแหล่งทุติยภูมิ แล้วจัดทำกรอบของการสุ่ม (Sampling Frame) โดยใช้เกณฑ์พิจารณาขนาดโรงเรียนของสำนักงานนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ โดยจำแนกตามขนาดดังนี้

โรงเรียนขนาดที่ 1	มีจำนวนนักเรียน	1-120	คน
โรงเรียนขนาดที่ 2	มีจำนวนนักเรียน	121-200	คน
โรงเรียนขนาดที่ 3	มีจำนวนนักเรียน	201-300	คน
โรงเรียนขนาดที่ 4	มีจำนวนนักเรียน	301-499	คน
โรงเรียนขนาดที่ 5	มีจำนวนนักเรียน	500-1,499	คน
โรงเรียนขนาดที่ 6	มีจำนวนนักเรียน	1,500-2,499	คน
โรงเรียนขนาดที่ 7	มีจำนวนนักเรียน	2,500 คนขึ้นไป	

เนื่องจากประชากรเป้าหมายในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งโรงเรียนที่จัดการศึกษาในระดับดังกล่าว เป็นโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนค่อนข้างมาก เพราะอยู่ในเขตเมือง ดังนั้นจึงมีโรงเรียนเพียง 3 ขนาด คือ โรงเรียนขนาดใหญ่ 5 มีจำนวน 1 โรงเรียน โรงเรียนขนาดที่ 6 มีจำนวน 13 โรงเรียน และขนาดที่ 7 มีจำนวน 21 โรงเรียน มีรายละเอียดดังตาราง 3

ตาราง 3 จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 2 โดยจำแนกตาม ขนาดของโรงเรียน

ขนาดโรงเรียน	ชื่อโรงเรียน	จำนวนห้องเรียน (ห้อง)	จำนวนนักเรียน (คน)
5	จันทร์หุ่นบำเพ็ญ	10	349
6	ดอนเมืองจตุรจินดา	14	609
	บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) 4	8	420
	มัธยมวัดบึงทองหลาง	12	547
	รัตนโกสินทร์สมโภชบางเขน	11	560
	รัตนโกสินทร์สมโภชลาดกระบัง	14	608
	ราชดำริ	14	619
	ฤทธิยะวรรณาลัย 2	10	508
	ศรีพฤฒา	12	554
	สตรีศรีสุทรบำเพ็ญ	10	556
	สีกัน (วัฒนารักษ์อุปถัมภ์)	12	520
	สุขุมวิทอุปถัมภ์	12	519
	เตรียมอุดมพัฒนาการ รัชดา	11	489
	เทพศิลา	10	490
7	ดอนเมืองทหารอากาศบำรุง	15	712
	นวมินทราชินูทิศ บดินทรเดชา	12	594
	นวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2	10	532
	นวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมอ่อนเกล้า	12	660

ตาราง 3 (ต่อ)

ขนาด โรงเรียน	ชื่อโรงเรียน	จำนวนห้องเรียน (ห้อง)	จำนวนนักเรียน (คน)
7 (ต่อ)	นวมินทราชินูทิศ เบญจมราชาลัย	14	675
	นวมินทราชินูทิศ กรุงเทพมหานคร	12	619
	บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี)	15	799
	บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) 2	13	652
	บางกะปิ	12	625
	พรตพิทยพยัค	16	761
	มัธยมวัดหนองจอก	14	753
	ราชวินิตบางเขน	13	627
	ฤทธิยะวรรณาลัย	15	846
	ลาดปลาเค้าพิทยาคม	14	683
	สตรีวิทยา 2	20	987
	สารวิทยา	14	732
	หอวัง	13	681
	เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า	12	692
	เตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ	14	705
	เทพศิรินทร์ร่วมเกล้า	15	743
	เศรษฐบุตรวำเพ็ญ	19	1,023
รวม		454	22,449

ที่มา: สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ปีการศึกษา 2552

2. การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้ใช้วิธีประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
โดยใช้สูตรในการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ (มยุรี ศรีชัย. 2538: 104-105)

$$n = \frac{\sum_{g=1}^K \frac{N_g^2 \sigma_g^2}{W_g}}{\frac{N^2 e^2}{Z^2} + \sum_{g=1}^K N_g \sigma_g^2}$$

เมื่อ	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	N_g	แทน	จำนวนสมาชิกของประชากรในชั้นที่ g
	N	แทน	จำนวนสมาชิกทั้งหมดของประชากร
	K	แทน	จำนวนชั้นที่ประชากรถูกแบ่ง
	σ_g	แทน	ค่าความแปรปรวนของประชากรชั้นที่ g
	W_g	แทน	อัตราส่วนของสมาชิกของชั้นที่ g
	Z	แทน	โอกาสของการเสี่ยง (α)
	e	แทน	ความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นได้

หาสัดส่วนของประชากรในแต่ละชั้น โดยใช้สูตรที่ N ไม่เท่ากัน (มยุรี ศรีชัย 2538: 102)

$$W_g = \frac{N_g}{N}$$

เมื่อ	W_g	แทน	อัตราส่วนของสมาชิกของชั้นที่ g
	N_g	แทน	จำนวนสมาชิกของประชากรในชั้นที่ g
	N	แทน	จำนวนสมาชิกทั้งหมดของประชากร

โดยประกอบไปด้วยข้อมูลต่าง ๆ ดังนี้

- กำหนดระดับความเชื่อมั่นระดับความเชื่อมั่น (Level of Confidenc 1: α) ที่ 95% ($\alpha = .05$)
- ขนาดของความคลาดเคลื่อน (e) เท่ากับ 1.5 คะแนน จากคะแนนเต็มของแบบสอบถามดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเป็นขนาดที่มีความพอเพียงที่จะนำผลการวิจัยไปใช้ในการตัดสินใจในกรณีต่างๆ ที่เกี่ยวข้องได้
- ค่าประมาณความแปรปรวนของกลุ่มประชากรของโรงเรียนขนาดต่างๆ ซึ่งได้มาจาก นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 2 จำนวน 147 คน โดยแบบสอบถามที่ใช้เป็นแบบสอบถามมาตรฐานประมาณค่าชนิด 4 ระดับ ซึ่งพบว่า

คะแนนความแปรปรวนที่ได้มีค่าเท่ากับ 128.04, 147.20 และ 152.87 ตามลำดับ จากนั้นผู้วิจัยได้นำค่าความแปรปรวนนี้ไปประมาณค่าของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากข้อมูลจำนวนประชากรและข้อมูลสำหรับกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากข้อ 1-3 ผู้วิจัยนำไปคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) (มยุรี ศรีชัย. 2538: 105) ได้จำนวนขนาดของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 564 คน

4. ขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่างมาโดยการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two-Stage Random Sampling) มีลำดับขั้นดังนี้

4.1 ในการสุ่มครั้งแรกผู้วิจัยสุ่มจำนวนโรงเรียน ร้อยละ 10 ของแต่ละขนาดโรงเรียนได้จำนวนโรงเรียนทั้งหมด 6 โรงเรียน จำแนกเป็นโรงเรียนขนาดที่ 5 จำนวน 1 โรงเรียน โรงเรียนขนาดที่ 6 จำนวน 2 โรงเรียน และขนาดที่ 7 จำนวน 3 โรงเรียน

4.2 ทำการสุ่มโดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (Sampling Unit) โดยสุ่มห้องเรียนในแต่ละโรงเรียนประมาณร้อยละ 20 ของจำนวนห้องเรียน เพื่อให้ได้จำนวนนักเรียนตามที่คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างไว้ ซึ่งจากการคำนวณได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมในการวิจัยเป็นนักเรียนทั้งหมด 564 คน โดยเป็นนักเรียนในโรงเรียนขนาดที่ 5 จำนวน 3 ห้องเรียน โรงเรียนขนาดที่ 6 จำนวน 5 ห้องเรียน และโรงเรียนขนาดที่ 7 จำนวน 8 ห้องเรียนดังตาราง 4

ตาราง 4 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามขนาดโรงเรียน และห้องเรียน

ขนาดโรงเรียน	ชื่อโรงเรียน	จำนวนห้องเรียน (ห้อง)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)
5	จันทร์หุ่นบำเพ็ญ	3	109
6	มัธยมวัดบึงทองหลาง	2	90
	เทพศิลา	3	130
7	ลาดปลาเค้าพิทยาคม	2	73
	บางกะปิ	3	90
	บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี)	3	102
	รวม	16	594

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 2 ชุด ประกอบด้วย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย ชุดที่ 1 ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ประกอบด้วยแบบสอบถาม มีดังนี้

- 2.1 แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 16 ข้อ
- 2.2 แบบสอบถามการพึงตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 13 ข้อ
- 2.3 แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 13 ข้อ
- 2.4 แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ
- 2.5 แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 16 ข้อ

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย ชุดที่ 2 ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน/ การเรียน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 49 ข้อ ประกอบด้วย

- 2.1 แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน จำนวน 23 ข้อ
- 2.2 แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน จำนวน 26 ข้อ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าวผู้วิจัยพัฒนาเครื่องมือจากงานวิจัยที่ศึกษา ปัจจัยเดียวกัน จำนวน 3 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน แบบสอบถามการพึงตนเอง และแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต และผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำนวน 3 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ และแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

เครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มีดังนี้

1. แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน
2. แบบสอบถามการพึ่งตนเอง
3. แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

การพัฒนาแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน จากแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตนของ ละมัย ทุมพัฒน์ (2548) ซึ่งใช้กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 แบบสอบถามมีลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วน ประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ค่อนข้างจริง ปานกลาง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริงเลย จำนวน 48 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .92 ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พิจารณา คัดเลือกข้อคำถาม โดยพิจารณาการใช้ภาษาและความครอบคลุมนิยามเชิงปฏิบัติการ จำนวน 25 ข้อ แล้วนำไปทดลองใช้ และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่

หลังจากผู้วิจัยนำแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตนไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 3 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ โรงเรียนศรีพฤฒา และโรงเรียนสตรีวิทยา 2 จำนวน 147 คน จากนั้นนำผลมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยหาค่าความสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของ เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) โดย คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป ซึ่งพบว่าแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน มีจำนวน 16 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ระหว่าง 0.37–0.71 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.87

ตัวอย่างแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องทางขวามือเพียง ช่องเดียวเท่านั้น ที่สอดคล้องหรือตรงกับความคิดเห็นหรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยมี หลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม ของนักเรียนมาก
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม ของนักเรียนค่อนข้างมาก

ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม
ของนักเรียนค่อนข้างน้อย

ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม
ของนักเรียนน้อย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้าง จริง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
0	ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองมีลักษณะนิสัยเป็น อย่างไร
00	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะแก้ไขตนเอง ถ้าหาก ทำอะไรพลาดพลั้งไป

การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวก และข้อความทางลบ เกณฑ์การให้คะแนน
เป็นดังนี้

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ ของแบบสอบถามอัตถัลักษณะแห่งตน
จำนวน 16 ข้อ มีช่วงคะแนน 16-64 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ	การแปลความหมาย
56.00 – 64.00	นักเรียนมีอัตถัลักษณะแห่งตนอยู่ในระดับสูง
40.00 – 55.99	นักเรียนมีอัตถัลักษณะแห่งตนในระดับค่อนข้างสูง
24.00 – 39.99	นักเรียนมีอัตถัลักษณะแห่งตนในระดับค่อนข้างต่ำ
16.00 – 23.99	นักเรียนมีอัตถัลักษณะแห่งตนในระดับต่ำ

การพัฒนาแบบสอบถามการพึ่งตนเอง

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามการพึ่งตนเอง จากแบบสอบถามวัดความสามารถในการพึ่งตนเองของอุษารามณ์ ทะวะระ (2551) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 แบบสอบถามมีลักษณะข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 4 ระดับ คือ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง จำนวน 38 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.84 ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พิจารณาคัดเลือกข้อคำถาม โดยพิจารณาการใช้ภาษาและความครอบคลุมนิยามเชิงปฏิบัติการ จำนวน 25 ข้อ แล้วนำไปทดลองใช้ และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่

หลังจากผู้วิจัยนำแบบสอบถามการพึ่งตนเองไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 3 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ โรงเรียนศรีพฤฒา และโรงเรียนสตรีวิทยา 2 จำนวน 147 คน จากนั้นนำผลมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยหาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป ซึ่งพบว่าแบบสอบถามการพึ่งตนเอง จำนวน 13 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ระหว่าง 0.20-0.65 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.82

ตัวอย่างแบบสอบถามการพึ่งตนเอง

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องทางขวามือเพียงช่องเดียวเท่านั้น ที่สอดคล้องหรือตรงกับความคิดเห็นหรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนมาก
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างมาก
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนน้อย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
0	ข้าพเจ้าใช้ความรู้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่
00	การศึกษาค้นคว้าความรู้ด้วยตนเอง ทำให้ข้าพเจ้าได้รับความรู้ความเข้าใจมากขึ้น

การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวก และข้อความทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนเป็นดังนี้

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ ของแบบสอบถามการพึ่งตนเอง จำนวน 13 ข้อ มีช่วงคะแนน 13-52 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ	การแปลความหมาย
45.50 – 52.00	นักเรียนมีความสามารถในการพึ่งตนเองอยู่ในระดับสูง
32.50 – 45.49	นักเรียนมีความสามารถในการพึ่งตนเองอยู่ในระดับค่อนข้างสูง
19.50 – 32.49	นักเรียนมีความสามารถในการพึ่งตนเองอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
13.00 – 19.49	นักเรียนมีความสามารถในการพึ่งตนเองอยู่ในระดับต่ำ

การพัฒนาแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต จากแบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคตของกรภัทร วรเชษฐ (2548) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 แบบสอบถามมีลักษณะ ข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริง จริงปานกลาง จริงน้อย ไม่จริงเลย จำนวน 30 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.89 ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามมาปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ครอบคลุมนิยามเชิงปฏิบัติการ และปรับให้ ข้อคำถามมี

ลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ชนิด 4 ระดับ คือ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง จำนวน 25 ข้อ แล้วนำไปทดลองใช้และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่

หลังจากผู้วิจัยนำแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 2 จำนวน 3 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ โรงเรียนศรีพฤฒา และโรงเรียนสตรีวิทยา 2 จำนวน 147 คน จากนั้นนำผลมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยหาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-total correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) และวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป ซึ่งพบว่าแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 13 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ระหว่าง 0.28-0.62 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.84

ตัวอย่างแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องทางขวามือเพียงช่องเดียวเท่านั้น ที่สอดคล้องหรือตรงกับความคิดเห็นหรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนมาก
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างมาก
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนน้อย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
0	ข้าพเจ้ามักละทิ้งความพยายามใน ขณะที่งานยังไม่เสร็จ
00	ข้าพเจ้าเชื่อว่าไม่จำเป็นต้องทุ่มเทกับ สิ่งต่าง ๆ มากมาย ในเมื่ออนาคตเป็น สิ่งที่ไกลตัว

การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวก และข้อความทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนเป็นดังนี้

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ ของแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 13 ข้อ มีช่วงคะแนน 13-52 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ	การแปลความหมาย
45.50 – 52.00	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับสูง
32.50 – 45.49	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับค่อนข้างสูง
19.50 – 32.49	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
13.00 – 19.49	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับต่ำ

เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีดังนี้

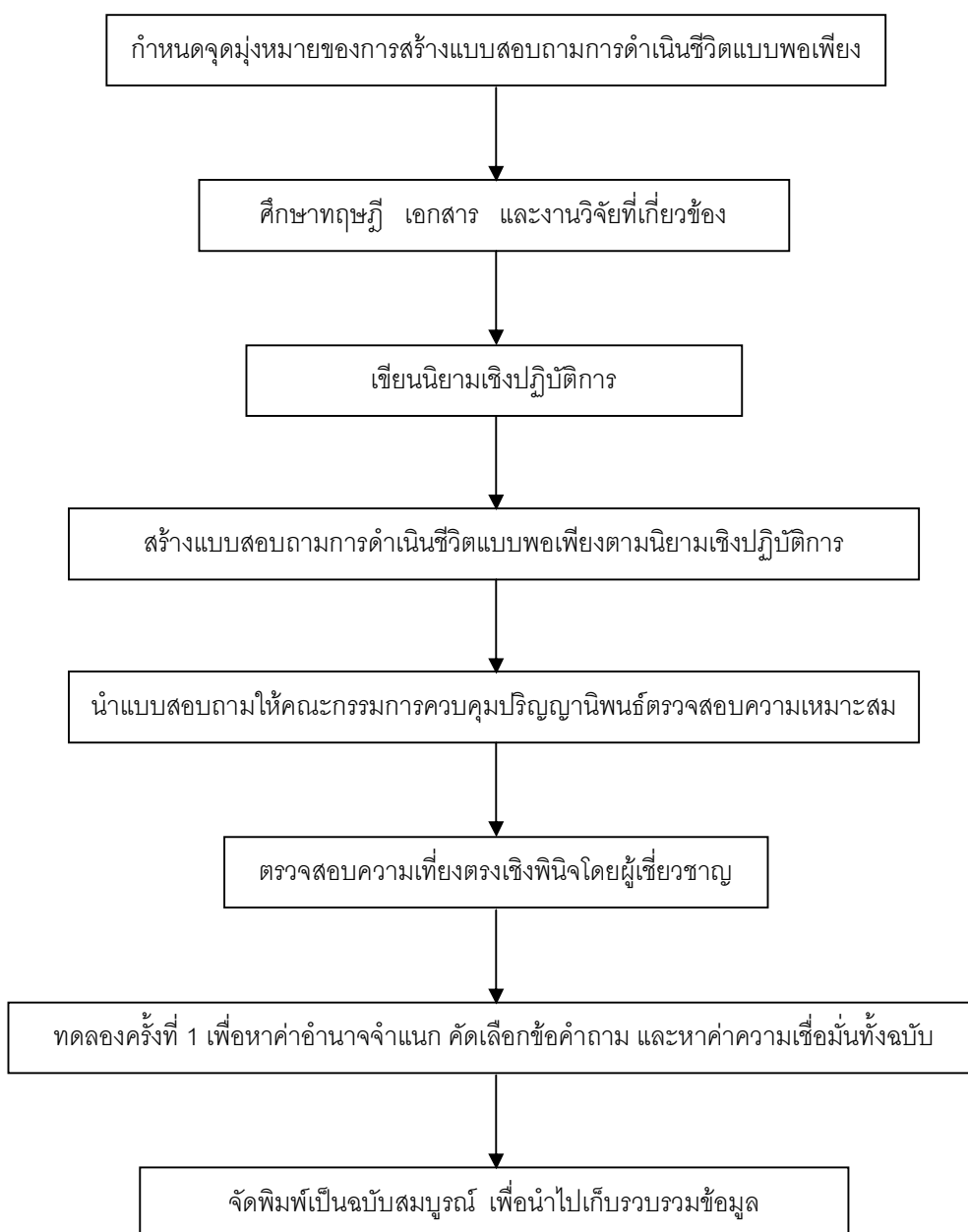
1. แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
2. แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ

3. แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน/
ด้านการเรียน

ขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยตามขั้นตอนการสร้างเครื่องมือด้
ภาพประกอบ 4 ดังนี้

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ



ภาพประกอบ 4 ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

จากภาพประกอบ 4 แสดงขั้นตอนในการสร้างแบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองมี 3 ฉบับ คือ แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน ดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถาม ได้แก่ แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

2. ศึกษาทฤษฎี แนวคิดและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง การเปิดรับสื่อ การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

3. เขียนนิยามศัพท์เฉพาะ และกำหนดแผนการเขียนข้อความของอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง การเปิดรับสื่อ การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

4. สร้างเครื่องมือตามนิยามเชิงปฏิบัติการที่เขียนไว้ในข้อ 3 ได้แก่

4.1 แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง โดยข้อความมีทั้งข้อความเชิงบวก และข้อความเชิงลบ ซึ่งมีจำนวน 24 ข้อ

4.2 แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง โดยข้อความมีทั้งข้อความเชิงบวก และข้อความเชิงลบ ซึ่งมีจำนวน 24 ข้อ

4.3 แบบสอบถามด้านการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

4.3.1 ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง โดยข้อความมีทั้งข้อความเชิงบวก และข้อความเชิงลบ จำนวน 35 ข้อ

4.3.2 ด้านการเรียน เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง และไม่จริง โดยข้อความมีทั้งข้อความเชิงบวก และข้อความเชิงลบ ซึ่งมีจำนวน 35 ข้อ

5. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้คณะกรรมการควบคุมปริญญาบัณฑิตตรวจสอบความครอบคลุมนิยามของตัวแปร และความเหมาะสมของภาษาในแต่ละข้อความ

6. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ ด้านวัดผล การศึกษา ด้านการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา ด้านทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา โดยมี

ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหา ความสอดคล้อง และครอบคลุมตามนิยามศัพท์เฉพาะของตัวแปร และแก้ไขข้อคำถามที่ไม่เหมาะสมตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ซึ่งผลการพิจารณาพบว่าข้อคำถามมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.6 ถึง 1.0 ผู้วิจัยใช้ข้อคำถามจำนวน ดังนี้

6.1 แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง จำนวน 23 ข้อ

6.2 แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ จำนวน 24 ข้อ

6.3 แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

6.3.1 ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน จำนวน 34 ข้อ

6.3.2 การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน จำนวน 34 ข้อ

เพื่อนำไปทดลองใช้ครั้งที่ 1 (Try Out)

7. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ครั้งที่ 1 (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 3 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ โรงเรียนศรีพฤฒา และโรงเรียนสตรีวิทยา 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลจริง จำนวน 160 คน เมื่อนำแบบสอบถามมาพิจารณาความถูกต้องและความสมบูรณ์ ปรากฏว่าได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์จำนวน 147 คน จากนั้นนำผลการตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์หาอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product moment Correlation Coefficient) และวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป ซึ่งพบว่า

7.1 แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง มีจำนวน 15 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.32-0.66 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.86

7.2 แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ มีจำนวน 16 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.20-0.54 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.76

7.3 แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

7.3.1 ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน จำนวน 23 ข้อ

7.3.2 ด้านการเรียน จำนวน 26 ข้อ

โดยแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง มีจำนวน 49 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.22-0.55 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.91

8. นำข้อคำถามไปจัดพิมพ์เป็นแบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ และแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

ตัวอย่างแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องทางขวามือเพียงช่องเดียวเท่านั้น ที่สอดคล้องหรือตรงกับความคิดเห็นหรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนมาก
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างมาก
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนน้อย

ข้อที่	ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
	ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน				
0	ข้าพเจ้าใช้สิ่งของจนหมดก่อนที่จะทิ้ง
00	ข้าพเจ้าเก็บเงินที่เหลือจากค่าใช้จ่ายประจำวันไว้เพื่อซื้อสิ่งที่จำเป็น
	ด้านการเรียน				
0	ข้าพเจ้าทบทวนบทเรียนอย่างสม่ำเสมอ
00	ข้าพเจ้ากำหนดตารางทบทวนความรู้ของตนเองไว้เป็นประจำ

การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวกและข้อความทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนเป็นดังนี้

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ ของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง จำนวน 49 ข้อ มีช่วงคะแนน 49-196 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ	การแปลความหมาย
171.50 – 196.00	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน/ด้านการเรียนอยู่ในระดับสูง
122.50 – 171.49	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน/ด้านการเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างสูง
73.50 – 122.49	นักเรียนมีการการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน/ด้านการเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
49.00 – 73.49	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน/ด้านการเรียนอยู่ในระดับต่ำ

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยรายด้าน ของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน จำนวน 23 ข้อ มีช่วงคะแนน 23-92 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
80.50 – 92.00	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอยู่ในระดับสูง
57.50 – 80.49	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

34.50 – 57.49	นักเรียนมีการการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติ ภารกิจในชีวิตประจำวันอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
23.00 – 34.49	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติ ภารกิจในชีวิตประจำวันอยู่ในระดับต่ำ

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ด้านการเรียน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยรายด้าน ของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบ
พอเพียงด้านการเรียน จำนวน 26 ข้อ มีช่วงคะแนน 26-104 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	การแปลความหมาย
91.00 – 104.00	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน อยู่ในระดับสูง
65.00 – 90.99	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน อยู่ในระดับค่อนข้างสูง
39.00 – 64.99	นักเรียนมีการการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ
26.00 – 38.99	นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน อยู่นักเรียนในระดับต่ำ

ตัวอย่างแบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องทางขวามือเพียง
ช่องเดียวเท่านั้น ที่สอดคล้องหรือตรงกับความคิดเห็นหรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยมี
หลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนมาก
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างมาก

ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนน้อย

ข้อที่	ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้าง จริง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
0	ข้าพเจ้านำแนวทางในการปฏิบัติตนของ พ่อแม่/ผู้ปกครองมาเป็นแบบอย่างในการ ดำเนินชีวิต
00	ข้าพเจ้ามีนิสัยรักความมีระเบียบวินัย เหมือนพ่อแม่/ผู้ปกครอง

การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวก และข้อความทางลบ เกณฑ์การให้
คะแนนเป็นดังนี้

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ ของแบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/
ผู้ปกครอง ซึ่งมี 15 ข้อ มีช่วงคะแนน 15-60 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ	การแปลความหมาย
52.50 – 60.00	พ่อแม่/ผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อนักเรียนอยู่ในระดับมาก
37.50 – 52.49	พ่อแม่/ผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อนักเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างมาก
22.50 – 37.49	พ่อแม่/ผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อนักเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างน้อย
15.00 – 22.49	พ่อแม่/ผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อนักเรียนอยู่ในระดับน้อย

ตัวอย่างแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ

แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องทางขวามือเพียงช่องเดียวเท่านั้น ที่สอดคล้องหรือตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนมาก
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างมาก
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนค่อนข้างน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือ การปฏิบัติตามของนักเรียนน้อย

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
0	ข้าพเจ้าชอบอ่านหนังสือที่เกี่ยวกับการเกษตรหรือ การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงตามแนวพระราชดำริ
00	ข้าพเจ้าชมนิทรรศการต่าง ๆ ด้วยความสนใจ

การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวก และข้อความทางลบ เกณฑ์การให้คะแนน เป็นดังนี้

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
จริง	ให้ 4 คะแนน	ให้ 1 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน	ให้ 2 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน	ให้ 3 คะแนน
ไม่จริง	ให้ 1 คะแนน	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ ของแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ ซึ่งมี 16 ข้อ มีช่วงคะแนน 16-64 ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยทั้งฉบับ	การแปลความหมาย
56.00 – 64.00	นักเรียนมีการเปิดรับสื่ออยู่ในระดับมาก
40.00 – 55.99	นักเรียนมีการเปิดรับสื่ออยู่ในระดับค่อนข้างมาก
24.00 – 39.99	นักเรียนมีการเปิดรับสื่ออยู่ในระดับค่อนข้างน้อย
16.00 – 23.99	นักเรียนมีการเปิดรับสื่ออยู่ในระดับน้อย

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยนำเครื่องมือทั้ง 6 ฉบับ โดยแบ่งเป็น 2 ชุด คือ แบบสอบถามเพื่อการวิจัย ชุดที่ 1 ประกอบด้วย แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน แบบสอบถามการพึ่งตนเอง แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ และแบบสอบถามเพื่อการวิจัย ชุดที่ 2 ประกอบด้วย แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน เป็นต้น ไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 6 โรงเรียน ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยดำเนินการดังนี้

1. ติดต่อหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงผู้บริหารโรงเรียนที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. นำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปพบผู้บริหารโรงเรียนในแต่ละโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนธันวาคม ปี 2552 ถึง มกราคม ปี 2553
3. จัดเตรียมแบบสอบถามที่เป็นเครื่องมือในการวิจัย ให้เพียงพอกับจำนวนนักเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง เมื่อถึงกำหนดเวลาที่นัดหมายกับโรงเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง เพื่อทำการชี้แจงให้นักเรียนทำแบบสอบถามด้วยความเข้าใจ
4. ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจริง ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อไว้ ร้อยละ 10 ซึ่งคิดเป็น จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 620 คน ทั้งนี้เพื่อป้องกันการผิดพลาดอันเนื่องมาจากการไม่ตั้งใจทำแบบสอบถามของ

นักเรียน ซึ่งตรวจสอบได้จากการสังเกตขณะที่นักเรียนทำแบบสอบถาม และพิจารณาจากการตอบแบบสอบถามที่เป็นข้อความเชิงบวกกับข้อความเชิงลบที่ตอบไม่สอดคล้องกัน ตลอดจนความไม่สมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถามซึ่งตอบไม่ครบหรือตอบเกิน ดังนั้นหลังจากคัดเลือกแบบสอบถามฉบับที่สมบูรณ์จึงได้แบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น 594 ฉบับ มาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5. นำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

6. ทำการลงรหัส นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมุติฐาน และรายงานผลการวิจัยต่อไป

4. การจัดการข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ตรวจให้คะแนนแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงและแบบสอบถามตัวแปรปัจจัยประกอบด้วยอัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ตามเกณฑ์การตรวจให้คะแนนที่กำหนดไว้

2. ศึกษาตัวแปรการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน และตัวแปรปัจจัยได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ โดยการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ และค่าสัมประสิทธิ์การกระจายของตัวแปรที่ศึกษา

3. ศึกษาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (Multiple Correlation Coefficient) ระหว่างตัวแปรปัจจัยได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรตามหลายตัว (MMR)

4. ศึกษาค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta Weight ; β) ระหว่างตัวแปรปัจจัยได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1.1 ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S)

1.2 ค่าสัมประสิทธิ์การกระจายของคะแนน (CV.) (ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ.

2531: 117)

$$CV = \frac{S}{\bar{X}} \times 100$$

เมื่อ	CV	แทน	สัมประสิทธิ์การกระจายของคะแนน
	S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	X	แทน	คะแนนเฉลี่ย

1.3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficient) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2540: 173)

$$r_{XY} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{XY}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนน X
	$\sum Y$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน X แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum Y^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum XY$	แทน	ผลรวมของผลคูณของ X กับ Y
	N	แทน	จำนวนสมาชิกในกลุ่มตัวอย่าง

1.4 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรตามหลายตัว: MMR (Multivariate Multiple Regression) ในการวิเคราะห์ข้อมูล (ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์. 2535: 24 - 25)

1.4.1 เกณฑ์อัตราส่วนไคลลิชูด

$$\Lambda = \frac{|SS_{resid}|}{|SS_{tot}|} = \frac{|SS_{resid}|}{|SS_{reg} + SS_{resid}|}, 0 \leq \Lambda \leq 1$$

เมื่อ	Λ	แทน	ค่าแลมบ์ดาของวิลด์ (Wilks's Lambda)
	SS_{reg}	แทน	ตัวประมาณค่าเมตริกความเปลี่ยนแปลงการถดถอย สำหรับกลุ่มของตัวแปรตาม

SS_{resid}	แทน	ตัวประมาณค่าเมตริกความเปลี่ยนแปลงส่วนที่เหลือ สำหรับกลุ่มของตัวแปรตาม
SS_{tot}	แทน	ตัวประมาณค่าเมตริกความเปลี่ยนแปลงรวมทั้งหมด สำหรับตัวแปรตามที่เกี่ยวข้องกับค่าเฉลี่ย

1.4.2 สถิติเอฟของราอวี (Rao's F statistics) หรือ “ราอวี-เอฟ”

$$F = \frac{1 - \Lambda^{1/s}}{\Lambda^{1/s}} \cdot \frac{ms + 1 - qp/2}{qp}$$

เมื่อ	F	แทน	สถิติเอฟของราอวี
	s	แทน	$(p^2q^2 - 4)/(p^2 + q^2 - 5)$
	m	แทน	$ ne - (p + 1 - q)/2 $
	p	แทน	จำนวนตัวแปรตาม
	q	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ
	ne	แทน	องศาความเป็นอิสระของค่าผิดพลาด

1.5 ทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้ t-test (ฉ้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2540: 250)

$$t = r \sqrt{\frac{N-2}{1-r^2}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าการแจกแจงแบบที
	r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
	df	แทน	N-2

1.6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้สูตร (Pedhazur. 1997: 104)

$$R_{Y.12...K} = \sqrt{\beta_1 r_{Y1} + \beta_2 r_{Y2} + \beta_K r_{YK}}$$

เมื่อ	$R_{Y.12...K}$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณของตัวแปรอิสระที่ 1 ถึง K
	$\beta_1, \beta_2, \dots, \beta_K$	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระที่ 1 ถึง K

$r_{Y1}, r_{Y2}, \dots, r_{YK}$ แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับ
ตัวแปรอิสระที่ 1 ถึง K กับตัวแปรเกณฑ์ Y

1.7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณกำลังสอง โดยใช้สูตร (วัดผลตอบทคอม: ออนไลน์)

$$R_{Y.12\dots K} = \beta_1 r_{Y1} + \beta_2 r_{Y2} + \beta_K r_{YK}$$

เมื่อ $R_{Y.12\dots K}$ แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณของตัวแปรอิสระที่ 1 ถึง K

$\beta_1, \beta_2, \dots, \beta_K$ แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระที่ 1 ถึง K

$r_{Y1}, r_{Y2}, \dots, r_{YK}$ แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับ
ตัวแปรอิสระที่ 1 ถึง K กับตัวแปรเกณฑ์ Y

1.8 ค่ากำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่ปรับแก้แล้ว (R_{adj}^2) โดยใช้สูตร
(Pedhazur. 1997: 208)

$$R_{adj}^2 = 1 - (1 - R^2) \frac{N - 1}{N - k - 1}$$

เมื่อ R_{adj}^2 แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณที่ปรับแก้แล้ว

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

k แทน จำนวนตัวแปรอิสระ

1.9 ทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้สูตร F-test (Pedhazur. 1997: 105)

$$F = \frac{R^2/k}{(1 - R^2)(N - k - 1)}$$

เมื่อ F แทน ค่าการจำแนกแบบ F

R แทน ค่าสัมประสิทธิ์พหุคูณ

N แทน จำนวนในกลุ่มตัวอย่าง

k แทน จำนวนตัวแปรอิสระ

1.10 หาค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรอิสระโดยใช้สูตร (Pedhazur. 1997: 103)

1.10.1 หาค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ (Score Weight)

$$b_j = \beta_j \frac{S_Y}{S_j}$$

เมื่อ	b_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระที่ j ในรูปคะแนนดิบ
	β_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระที่ j ในรูปคะแนนมาตรฐาน
	S_Y	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากตัวแปรตาม
	S_j	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากตัวแปรอิสระตัวที่ j

1.10.2 ทดสอบนัยสำคัญของค่าน้ำหนักความสำคัญ โดยใช้สูตร t-test

$$t_{bj} = \frac{b_j}{SE_{bj}} ; df = N - k - 1$$

เมื่อ	t_{bj}	แทน	ค่าสถิติที่ใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤติการแจกแจง t
	b_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระที่ j ในรูปคะแนนดิบ
	SE_{bj}	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของค่าน้ำหนักความสำคัญ
	N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	k	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) ของแบบสอบถามโดยการพิจารณาจากค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. 2547: 179)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IOC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์
	$\sum R$	แทน	ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด
	N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

2.2 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. 2547: 166)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

X แทน คะแนนของข้อคำถาม

Y แทน คะแนนผลรวม ของข้ออื่น ๆ ที่เหลือทุกข้อ

2.3 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient- α) ของครอนบัค (Crobach) (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2547: 220)

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวัด
	K	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	S_i^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของคะแนนแต่ละส่วนย่อยหรือแต่ละข้อ
	S_x^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของคะแนนรวมทั้งฉบับของเครื่องมือวัด

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

X_1	แทน	อัตลักษณ์แห่งตน
X_2	แทน	การพึ่งตนเอง
X_3	แทน	ลักษณะมุ่งอนาคต
X_4	แทน	อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
X_5	แทน	การเปิดรับสื่อ
Y	แทน	การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง
Y_1	แทน	ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน
Y_2	แทน	ด้านการเรียน
N	แทน	จำนวนข้อ
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$C.V.$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย
r_{XY}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficient)
t	แทน	ค่าสถิติการแจกแจงของที (t-distribution)
F	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงของเอฟ (F-distribution)
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	กำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2_{adj}	แทน	กำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่ปรับแก้แล้ว
Λ	แทน	ค่าวิลค์แลมดา (Wilks's Lambda)
b	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญสัมพัทธ์ของตัวแปรปัจจัยในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta - Weight)

SE_b	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ
k	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
X_k	แทน	คะแนนสูงสุดต่อข้อของแบบสอบถาม
p	แทน	ค่าความน่าจะเป็น

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง การเปิดรับสื่อ และการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง
3. ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรตามหลายตัว (MMR) ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน
4. ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรปัจจัยอัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน (X_1) แบบสอบถามการพึ่งตนเอง (X_2) แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต (X_3) แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง (X_4) และแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ (X_5) กับแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง (Y) ในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน (Y_1) และด้านการเรียน (Y_2) มาวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{x}) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S) และค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ปรากฏผล ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรปัจจัย อัดลักษณะแห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

ตัวแปร	k	X_k	\bar{X}	S	C.V.	การแปลความหมาย
อัดลักษณะแห่งตน (X_1)	16	64	46.85	5.32	11.36	ค่อนข้างสูง
การพึ่งตนเอง (X_2)	13	52	37.64	6.00	15.95	ค่อนข้างสูง
ลักษณะมุ่งอนาคต (X_3)	13	52	40.86	5.20	12.73	ค่อนข้างสูง
อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง (X_4)	15	60	48.49	7.02	14.48	ค่อนข้างมาก
การเปิดรับสื่อ (X_5)	16	64	41.50	7.84	18.89	ค่อนข้างมาก
การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง (Y)	49	196	145.49	18.64	12.81	ค่อนข้างสูง
- การปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน (Y_1)	23	92	71.07	9.55	13.44	ค่อนข้างสูง
- การเรียน (Y_2)	26	104	74.42	10.55	14.17	ค่อนข้างสูง

จากตาราง 5 พบว่า นักเรียนมีอัดลักษณะแห่งตน การพึ่งตนเอง และลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับค่อนข้างสูง โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 37.64 ถึง 46.85 ส่วนอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่ออยู่ในระดับค่อนข้างมาก โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 41.50 ถึง 48.49

นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X}=145.49$) ส่วนการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ($\bar{X}=71.07, \bar{X}=74.42$)

2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

การวิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัย คือ อัดลักษณะแห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน มาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (r) โดยใช้สูตรของเพียร์สัน ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 6

ตาราง 6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

ตัวแปร	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	Y ₁	Y ₂	Y
X ₁	1	.578**	.389**	.410**	.441**	.334**	.331**	.359**
X ₂		1	.437**	.492**	.463**	.360**	.425**	.425**
X ₃			1	.462**	.211**	.423**	.439**	.465**
X ₄				1	.356**	.425**	.404**	.447**
X ₅					1	.325**	.385**	.384**
Y ₁						1	.720**	.920**
Y ₂							1	.935**
Y								1

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 6 พบว่า กลุ่มของตัวแปรมีความสัมพันธ์กันดังนี้

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัยมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .211 - .578
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรตามมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .720 - .935
3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงโดยรวมและรายด้าน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .325 - .465

3. ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรตามหลายตัว (MMR) ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้ง 2 ด้าน คือ การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัย คือ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติการกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน มาวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรตามหลายตัว (Multivariate Multiple Regression : MMR) ด้วยการใช้วิธีหาค่าวิลค์แลมดา (Wilks's Lambda) พิลไลส์ (Pillais) และโฮเทลลิง

(Hotellings) ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติด้วย F-test แล้ววิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์พหุคูณแบบตัวแปรตามเอกนัย (Univariate Multiple Regression) ของตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในแต่ละด้าน และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติด้วย F-test ดังแสดงในตาราง 7

ตาราง 7 ค่าการทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์พหุคูณที่วิเคราะห์แบบตัวแปรพหุนามและตัวแปรเอกนาม

การทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์พหุคูณที่วิเคราะห์แบบตัวแปรพหุนาม							
Multivariate Tests of Significance (S = 2, M = 1, N = 292 1/2)							
ตัวสถิติ	Value	Approx. F	df _{hy}	df _{err}	p		
Pillais	0.37	26.283	10.00	1176.00	.000		
Hotellings	0.55	32.056	10.00	1172.00	.000		
Wilks's Lambda (Λ)	0.64	29.145	10.00	1174.00	.000		
การทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์พหุคูณที่วิเคราะห์แบบตัวแปรเอกนาม							
ตัวแปรตาม	R	R ²	R ² _{adj}	MS	Error MS	F	p
ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน (Y ₁)	0.53	0.28	0.27	3028.778	66.186	45.762	.000
ด้านการเรียน (Y ₂)	0.56	0.32	0.31	4162.886	76.752	54.238	.000

จากตาราง 7 พบว่า การวิเคราะห์ค่าวิลด์แลมดา (Λ) เท่ากับ .64 (Approx. F=29.145, p < .000) ซึ่งแสดงถึงตัวแปรตามทั้ง 2 ด้าน และตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัย มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เนื่องจากการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบตัวแปรพหุนาม พบว่า กลุ่มตัวแปรปัจจัยกับกลุ่มตัวแปรตามมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จึงต้องทำการวิเคราะห์ต่อว่ากลุ่มตัวแปรปัจจัยมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามในแต่ละด้านอย่างไร โดยผู้วิจัยได้ทำการทดสอบนัยสำคัญของสหสัมพันธ์พหุคูณที่วิเคราะห์แบบตัวแปรพหุนาม

การวิเคราะห์แบบตัวแปรเอกนามค่าสหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างกลุ่มตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน มีค่าเท่ากับ .53 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าความแปรผันร่วมกัน 27.00% ค่าสหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างกลุ่มตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน มีค่าเท่ากับ .56 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าความแปรผันร่วมกัน 31.00%

4. ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน

การวิเคราะห์ขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ มาวิเคราะห์ค่าน้ำหนักความสำคัญและทดสอบนัยสำคัญทางสถิติด้วยค่า t-test ดังแสดงในตาราง 8 และ 9 ตามลำดับ

ตาราง 8 ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าอันดับที่ส่งผลของตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน

ตัวแปร	β	อันดับที่	SE _b	t	p
อัตลักษณ์แห่งตน (X ₁)	0.06	4	.081	1.297	.195
การพึ่งตนเอง (X ₂)	0.04	5	.076	0.884	.377
ลักษณะมุ่งอนาคต (X ₃)	0.25	1	.076	6.094	.000
อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง (X ₄)	0.21	2	.059	4.860	.000
การเปิดรับสื่อ (X ₅)	0.15	3	.050	3.678	.000
R = 0.53 R ² = 0.28 R ² _{adj} = 0.27 F = 45.762					

จากตาราง 8 พบว่า ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเท่ากับ 0.25, 0.21 และ 0.15 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอัตลักษณ์แห่งตน และการพึ่งตนเอง ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 9 คำนวณน้ำหนักความสำคัญ และอันดับที่ส่งผลของตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัย ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน

ตัวแปร	β	อันดับที่	SE _b	t	p
อัตลักษณ์แห่งตน (X ₁)	-0.01	5	.087	-0.191	.848
การพึ่งตนเอง (X ₂)	0.15	3	.082	3.108	.002
ลักษณะมุ่งอนาคต (X ₃)	0.27	1	.082	6.703	.000
อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง (X ₄)	0.13	4	.063	3.183	.002
การเปิดรับสื่อ (X ₅)	0.22	2	.054	5.407	.000
R = 0.56 R ² = 0.32 R ² _{adj} = 0.31 F = 54.238					

จากตาราง 9 พบว่า คำนวณน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรการพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเท่ากับ 0.15, 0.27, 0.13 และ 0.22 ตามลำดับ ส่วนตัวแปร อัตลักษณ์แห่งตน ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 10 สรุปค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัย ทั้ง 5 ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในแต่ละด้าน

ตัวแปร	Y ₁		Y ₂	
	β	อันดับที่	β	อันดับที่
อัตลักษณ์แห่งตน (X ₁)	0.06	4	-0.01	5
การพึ่งตนเอง (X ₂)	0.04	5	0.15	3
ลักษณะมุ่งอนาคต (X ₃)	0.25	1	0.27	1
อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง (X ₄)	0.21	2	0.13	4
การเปิดรับสื่อ (X ₅)	0.15	3	0.22	2

จากตาราง 10 พบว่า คำนวณน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต (X₃) อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง (X₄) และการเปิดรับสื่อ (X₅) ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน (Y₁) และด้านการเรียน (Y₂) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ส่วนการพึ่งตนเอง (X₂) ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

ส่วนตัวแปรอัตลักษณ์แห่งตน (X_1) ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

ในบทนี้ ผู้วิจัยนำเสนอสาระสำคัญในภาพรวมของการวิจัยในครั้งนี้ โดยแบ่งออกเป็นบทสรุปย่อการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยชื่อเรื่อง ความมุ่งหมายของการศึกษา ขอบเขตของการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย และวิธีการวิเคราะห์ข้อมูล หลังจากนั้นจะเป็นการนำเสนอการสรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะตามลำดับต่อไปนี้

สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 2 มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน พร้อมทั้งศึกษาค่าน้ำหนักความสำคัญของอัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 6 โรงเรียน และมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 594 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two-Stage Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วยแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง จำนวน 49 ข้อ แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน จำนวน 16 ข้อ แบบสอบถามการพึ่งตนเอง จำนวน 13 ข้อ แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 13 ข้อ แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง จำนวน 15 ข้อ แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ จำนวน 16 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91, 0.87, 0.82, 0.84, 0.86 และ 0.76 ตามลำดับ

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้ง 6 ฉบับ คือ แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน แบบสอบถามการพึ่งตนเอง แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ ดำเนินการเก็บข้อมูลกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจากนั้นตรวจสอบความสมบูรณ์ แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนแบบสอบถาม วิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยด้านอัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง การเปิดรับสื่อ กับ

การดำเนินชีวิตแบบพอเพียง โดยวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยพหุคูณ แบบตัวแปรตามหลายตัว (MMR) ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในแต่ละด้าน วิเคราะห์หาค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta Weight) ค่าวิลค์แลมดา (Wilks' s Lambda) ค่าพิลไลส์ (Pillais) และค่าไฮเทลลิง (Hotellings) แล้วทดสอบนัยสำคัญทางสถิติด้วย F-test

สรุปผลการวิจัย

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ในภาพรวม มีค่าเท่ากับ 0.64 (MMR=.64) ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน มีค่าเท่ากับ 0.53 และ 0.56 ตามลำดับ ซึ่งกลุ่มตัวแปรปัจจัยทั้ง 5 ตัวแปร ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในแต่ละด้านได้ร้อยละ 27 และร้อยละ 31 ตามลำดับ

2. ค่าน้ำหนักความสำคัญของกลุ่มตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

2.1 ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัย ได้แก่ ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเท่ากับ 0.25, 0.21 และ 0.15 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอัตลักษณ์แห่งตน และการพึ่งตนเอง ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัย ได้แก่ การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเท่ากับ 0.15, 0.27, 0.13 และ 0.22 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอัตลักษณ์แห่งตน ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

จากการวิเคราะห์และสรุปผลการวิจัย สามารถอภิปรายผลประเด็นสำคัญได้ดังนี้ ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า

1. จากการศึกษาพบว่า ตัวแปรปัจจัย ได้แก่ อัตลักษณ์แห่งตน การพึ่งตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อ มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้ง 2 ด้าน

ได้แก่ ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และจากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังนี้

1.1 อัตลักษณ์แห่งตนสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งสมร ทองดี (2545: 137-138) ได้กล่าวว่าการแสวงหาอัตลักษณ์แห่งตนทั้งในด้านการเรียนรู้เพื่อรู้จักตัวตนที่แท้จริง เพื่อการเตรียมตัวสู่อนาคตที่เหมาะสมกับอัตลักษณ์ของตนนั้นเป็นสิ่งที่บิดามารดา ผู้ปกครอง สถานศึกษา ครู อาจารย์ เพื่อน บุคคลในสังคมและสื่อมวลชน มีส่วนในการให้ความช่วยเหลือและประคับประคอง ให้เด็กวัยรุ่นได้พัฒนาบุคลิกภาพของตน วัยรุ่นผู้สามารถผ่านวิกฤติการณ์ในการแสวงหาอัตลักษณ์ของตนไปได้ด้วยดีก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพมั่นคงสามารถปรับตัวให้ดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับที่ เบนเนียน และอาดัมส์ (Adams. 1998: Online; citing Bennion; & Adams. 1986) ได้แบ่งอัตลักษณ์แห่งตนออกเป็น 2 ด้าน คือด้านมโนคติส่วนบุคคล (Ideological) และด้านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal) โดยด้านมโนคติส่วนบุคคล ประกอบด้วย การประกอบอาชีพ ศาสนา การเมือง และปรัชญาแนวคิดในการดำเนินชีวิต ส่วนด้านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ประกอบด้วย การคบเพื่อนต่างเพศ การคบเพื่อน บทบาททางเพศ และการพักผ่อนหย่อนใจ

1.2 การพึ่งตนเองสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งประจักษ์ บุญอารีย์ (ม.ป.ป.: 1) ได้กล่าวถึง การพึ่งตนเอง คือ การที่จิตวิญญาณของบุคคลมีวุฒิภาวะพอที่จะบังคับควบคุมให้บุคคลแสดงพฤติกรรมในทางที่ถูกต้อง สามารถมีวิถีชีวิตที่สงบสุขได้ด้วยตนเองไม่เป็นภาระต่อบุคคลอื่น หรือ หมู่คณะ ซึ่งสอดคล้องกับที่อภิชัย พันธเสน (2542: 8) ได้กล่าวถึง ความพอเพียงว่าหมายถึง การที่สามารถบรรลุเป้าหมายหรือสำเร็จวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องของความช่วยเหลือจากคนอื่นหรือภายนอก โดยคณะอนุกรรมการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ (บุญเลิศ พูนสุขโข. 2540: 19 ;อ้างอิงจาก คณะกรรมการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ. 2526: 65-82) ได้อธิบายส่วนของค่านิยมในการพึ่งตนเองซึ่งเป็นค่านิยมที่สำคัญข้อหนึ่งโดยกล่าวว่า การพึ่งตนเอง หมายถึง การเคารพตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จได้ด้วยตนเองและไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือเป็นภาระกับผู้อื่น หรือหมู่คณะ และได้กำหนดขอบข่ายของการพึ่งตนเองไว้ 3 ด้าน คือ 1. การพึ่งตนเองด้านการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของตนให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง 2. การพึ่งตนเองในด้านการศึกษาเล่าเรียน 3. การพึ่งตนเองทางด้านเศรษฐกิจ ซึ่งจากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าการพึ่งตนเองนั้นมีความคล้ายคลึงกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ดังนั้นการพึ่งตนเองจึงมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในข้อ 1

1.3 ลักษณะมุ่งอนาคตสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งเพ็ญแข ประจักษ์ (2545: 15-16) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ลักษณะนิสัย ที่อดได้ รอได้ รู้จักหักห้ามใจตนเอง

เพื่อไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทาง ความสำเร็จ หรือผลตอบแทนที่ยิ่งใหญ่หรือที่มีคุณค่ามากกว่า ดังนั้นผู้ที่มีลักษณะนิสัยมุ่งอนาคตนั้นจะต้องเป็นผู้ที่สามารถอดกลั้นความอยาก หรือความต้องการในปัจจุบัน สามารถหักห้ามใจตนเองไม่ทำให้ทำในสิ่งที่ต้องการในปัจจุบัน แต่รอคอยเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ให้ผลดีกว่า ดังนั้นบุคคล ที่จัดว่าเป็นผู้มุ่งอนาคตนั้นต้องมีลักษณะนิสัยดังนี้ ได้แก่ การเป็นผู้รู้คุณค่าของเวลา รู้คุณค่าของสิ่งของ รู้จักการออมและการเป็นผู้ตรงต่อเวลา จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลรู้จักหักห้ามใจตนเอง มีความอดทน สามารถรอคอยได้ และเป็นบุคคลที่จัดได้ว่าเป็นผู้มุ่งอนาคต จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าเป็นลักษณะนิสัยของผู้มุ่งอนาคต ซึ่งลักษณะนิสัยดังกล่าวข้างต้นนี้ เป็นลักษณะนิสัยที่มีส่วนคล้ายคลึงกับลักษณะของบุคคลที่จะนำแนวทางการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งสัมพันธ์กับ ปริญญา พิบูลสงคราม (2550: 5-7) ได้กล่าวถึง การดำเนินชีวิตบนแนวคิดการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงนี้จะต้องดำเนินชีวิตด้วยความพอประมาณ ไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไป ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น มีการใช้เหตุผลในการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่แวดล้อมรอบตัวคำนึงถึงผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต รู้จักการวางแผนเพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามมาภายหลัง

1.4 อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครองสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งมธุรส ชำนาญทัศน์ (2532: 45) ได้กล่าวว่า ครอบครัวนับว่าเป็นสถาบันแรกที่มีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล เพราะครอบครัวเป็นจุดเริ่มแรกในการสร้างบุคลิกภาพทุกอย่างในตัวบุคคล ไม่ว่าจะเป็นทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม และความประพฤติด้านต่าง ๆ ที่บุคคลยึดถือ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า เด็กจะได้รับการถ่ายทอดลักษณะต่าง ๆ มาจากครอบครัวหรือพ่อแม่แทบทั้งสิ้น พ่อแม่จึงนับเป็นบุคคลสำคัญในครอบครัวที่มีบทบาทในการอบรมสั่งสอนเด็กมากที่สุด และชนธรร มงคลพุดผางกูร (2548: 20) ได้กล่าวว่าบทบาทของพ่อแม่/ผู้ปกครองที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ บทบาทในด้านกรเป็นตัวแบบ (Models) ให้แก่เด็ก โดยเฉพาะการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับเด็กจะเป็นตัวกำหนดแบบแผนพฤติกรรม ความคิดและความเชื่อของเด็กในอนาคต ทำให้เด็กเรียนรู้และเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ หรืออาจกล่าวได้ว่าพ่อแม่เปรียบเสมือนเป็นครูคนแรกของลูก ไม่ว่าจะเป็นการสอนเรื่องการกิน การพูด ฯลฯ หากพ่อแม่มีการประพฤติปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเหมาะสมกับคำสั่งสอนที่บอกกล่าวเด็กก็จะประพฤติปฏิบัติตาม และซึมซับเก็บไว้ในความทรงจำจนกลายเป็นบุคลิกภาพที่ดี แต่หากพ่อแม่ประพฤติตนขัดแย้งกับคำสั่งสอนของตัวเอง ก็จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกสับสน ไม่รู้ว่าสิ่งใดถูกหรือผิด และอาจก่อให้เกิดบุคลิกภาพไม่ต้องการได้ ดังนั้นพ่อแม่จึงเป็นบุคคลผู้มีอิทธิพลต่อการเกิดและเสริมสร้างลักษณะและบุคลิกภาพให้เด็กมีแบบแผนในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง

1.5 การเปิดรับสื่อสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ซึ่งเดอเฟลอร์ (Defleur. 1980) ได้กล่าวไว้ในทฤษฎีความสัมพันธ์ทางสังคมว่าความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างผู้รับสารกับบุคคลอื่นในสังคมในลักษณะของกลุ่มปฐมภูมิหรือกลุ่มทุติยภูมิ โดยกลุ่มปฐมภูมิเป็นความสัมพันธ์ใกล้ชิดในหมู่

เพื่อนสนิท เพื่อนร่วมงานหรือในครอบครัว และวงศาคณาญาตินี้จะมีอิทธิพลต่อผู้รับสารมากกว่า กลุ่มญาติญาติซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความใกล้ชิดน้อยกว่าข่าวสารต่าง ๆ ที่ได้รับจากสื่อมวลชนมักจะถูกรับรู้ หรือตีความโดยมีอิทธิพลของกลุ่มหรือกลุ่มบุคคลในกลุ่มเข้ามาเกี่ยวข้องเสมอ ได้แก่ การที่ปัจเจกบุคคล จะเชื่อข่าวสารจากโฆษณาใดหรือไม่ นั่นมักจะได้รับอิทธิพลจากการปรึกษาหารือ ใต้ถามเพื่อนฝูงหรือ ผู้ใกล้ชิด อิทธิพลที่มีต่อการรับรู้ข่าวสารในลักษณะนี้เราเรียกว่า “อิทธิพลของบุคคล” ซึ่งสอดคล้องกับ เพชร เพชรสวัสดิ์ (2549: 33) ที่ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการเรียนรู้ และการตอบสนอง ความต้องการของเด็ก/เยาวชน และสามารถส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเปลี่ยนวิถีชีวิต ของเด็ก/เยาวชนได้ คือ 1.) ผู้ใหญ่ในครอบครัว ควรที่จะหันมาให้ความสนใจ ใส่ใจที่จะปลูกฝัง ความคิดให้เด็กในบ้าน สอนและแนะนำเด็กให้เข้าใจ พอใจในสิ่งที่ตนมี ไม่ฟุ้งเฟ้อ พ่อแม่ควรเป็น แบบอย่างที่ดีให้ลูกได้เห็น และปฏิบัติตาม ซึ่งถือเป็นการปลูกฝังค่านิยมที่ดีให้กับเด็ก 2.) โรงเรียน เป็น อีกที่หนึ่งซึ่งมีอิทธิพลมากที่จะช่วยปลูกฝังเด็กให้เจริญชีวิตอย่างมีคุณค่า และเห็นความสำคัญของ “ความพอเพียง” ซึ่งจะทำให้เด็กรุ่นใหม่มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ไม่คล้อยตามสังคมบริโภคนิยม ถ้าหาก ทุกฝ่ายร่วมมือกัน ประเทศชาติก็จะร่มเย็นเป็นสุข 3.) สื่อมวลชน ซึ่งถือว่ามีบทบาทอย่างมากต่อเด็ก ในสังคมปัจจุบัน ฉะนั้น สื่อจะต้องสร้างกระแสให้เด็กได้เข้าใจถึงคุณค่าของการอยู่อย่างพอเพียงด้วย ว่า ไม่ใช่เรื่องของผู้ใหญ่หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นเรื่องของทุกคนในสังคมไทย ซึ่งทุกคน สามารถนำแนวคิดนี้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตนได้

2. ผลการวิเคราะห์ค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta weight) ของตัวแปรปัจจัยกับการดำเนินชีวิต แบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อ การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และ การเปิดรับสื่อ ซึ่งอาจเป็นเพราะ

2.1 ลักษณะมุ่งอนาคตส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้ง 2 ด้าน ซึ่งลักษณะมุ่งอนาคต ที่มีสเชล (Mischel, 1974: 287) กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถในการคาดการณ์ไกล และเล็งเห็นความสำคัญของผลดี และผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตมีความต้องการได้รับผลในอนาคต ที่ดีกว่า หรือมากกว่าผลที่ได้รับในปัจจุบันจึงดำเนินการวางแผน เพื่อปฏิบัติต่อจากนั้นจะควบคุม ตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นเป็นตอนตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ซึ่ง การดำเนินการปฏิบัติตามแผนนี้เป็นระยะเวลาสั้นกว่าจะบรรลุผลหรือจะต้องทำเป็นจำนวนหลายครั้ง ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่างในระยะเวลาหนึ่งจนกระทั่งได้ผลตามต้องการ ซึ่งสอดคล้องกับเพ็ญแข ประจันปัจจุบัน (2545: 15-16) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นลักษณะ นิสัยที่ อดได้ รอได้ รู้จักหักห้ามใจตนเอง เพื่อไปจุดมุ่งหมายปลายทาง ความสำเร็จหรือผลตอบแทน

ที่ยิ่งใหญ่หรือมีคุณค่ามากกว่า ดังนั้นผู้ที่มีลักษณะนิสัยมุ่งมั่นอนาคตนั้นจะต้องเป็นผู้ที่สามารถอดกลั้น ความอยาก หรือความต้องการในปัจจุบัน สามารถหักห้ามใจตนเองไม่ให้ทำในสิ่งที่ต้องการในปัจจุบัน แต่รอคอยเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ให้ผลดีกว่า ซึ่งจัดได้ว่าเป็นผู้สามารถควบคุมตนเองได้ จึงสามารถงดเว้น การทำสิ่งที่จะเป็นที่เดือดร้อนแก่ตนเอง ผู้อื่นหรือส่วนรวมได้ จากที่ได้กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ลักษณะมุ่งมั่นอนาคต เป็นลักษณะนิสัยที่มีส่วนคล้ายคลึงกับลักษณะของบุคคลที่จะแนวทางการดำเนินชีวิต แบบพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต และปริญญช พินุลลสรานูธ (2550: 5-7) ยังได้กล่าวถึง การดำเนินชีวิต แบบพอเพียง คือการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงที่จะต้องดำเนินชีวิตด้วยความพอประมาณ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป ไม่เบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่นมีการใช้เหตุผลในการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่แวดล้อมรอบตัว คำนึงถึงผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต รู้จักการวางแผนเพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับผลกระทบที่จะเกิดขึ้น ตามมาภายหลัง ดังนั้นลักษณะมุ่งมั่นอนาคตของบุคคลจึงส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้งสองด้าน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ได้ตั้งไว้

2.2 อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง ตามทฤษฎีจิตสังคมของอีริกสัน (เพียวาร์ ผลภาค. 2539: 46; อ้างอิงจาก Erickson. 1959: 65-74) ได้เน้นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่มีต่อ พัฒนาการของเด็ก เด็กเริ่มเรียนรู้ที่จะใช้ความสามารถของตนเพื่อช่วยเหลือตนเอง มีความต้องการ เป็นอิสระมีความอยากรู้ อยากรูเห็น มีความคิดริเริ่ม มีความรู้สึกว่าตนเอง มีคุณค่ามีเอกลักษณ์ของตนเอง อีริกสัน กล่าวว่า ครอบครัวจะเน้นแหล่งชี้แนะ สิ่งต่าง ๆ ในสังคมให้แก่เด็ก ดังนั้นบิดาและ มารดาจะต้องร่วมกันปลูกฝัง ส่งเสริมให้บุตรเป็นไปตามพัฒนาการของเด็ก และในขณะเดียวกัน จะต้องสอนให้รู้จักตัดสินใจ รับผิดชอบและพึ่งพาตนเองให้อยู่ในสังคมได้ดีต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยของมัททนาวดี เมธาพัฒนา (2547: 27) กล่าวถึง แบบอย่างด้านจริยธรรมว่า ครอบครัวเป็น สถาบันในการขัดเกลาเด็กที่สำคัญแหล่งหนึ่ง การอบรมเลี้ยงดูอย่างเหมาะสม จะส่งผลต่อจิตใจและ พฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็กอย่างถาวร ในการถ่ายทอดทางศาสนา ก็เป็นสิ่งสำคัญที่มีอากมองข้าม คือ ตัวแบบพ่อแม่หรือผู้ปกครองซึ่งใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด การพร่ำสอนโดยผู้ใหญ่ที่ไม่ปฏิบัติตามคำสอน นั้น ทำให้เด็กเกิดความสับสน และไม่อาจคาดการณ์ในสิ่งที่กระทำได้นอกจากนี้ความสัมพันธ์ระหว่าง ต้นแบบและผู้เลียนแบบก็เป็นสิ่งที่ควรให้ความสนใจ พ่อแม่ที่ให้ความสนิทสนมอบอุ่นเป็นกันเองกับเด็ก โอกาสเด็กจะยึดบุคคลเหล่านี้เป็นแบบอย่างทางจริยธรรม จะส่งผลถึงการปฏิบัติตัวของเด็กเมื่ออายุมากขึ้น และวันชัย มีกลาง (มธุรส ชำนาญทัศน์. 2532: 45; อ้างอิงจาก วันชัย มีกลาง. 2530) ได้กล่าวถึง สถาบันครอบครัวว่าเป็นสถาบันที่มีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล เพราะครอบครัวเป็นจุดเริ่มแรกในการสร้างบุคลิกภาพทุกอย่างในตัวบุคคล ไม่ว่าจะเป็นเจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม และความประพฤติในด้านต่าง ๆ ที่บุคคลยึดถือ รวมทั้งความประพฤติทางศาสนา ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า เด็กได้รับการถ่ายทอด ลักษณะต่าง ๆ มาจากครอบครัวหรือพ่อแม่/ผู้ปกครองแทบทั้งสิ้น ฉะนั้นสิ่งที่พ่อแม่/ผู้ปกครองประพฤติ

ปฏิบัติที่อาจจะเป็นการปฏิบัติตามศีลธรรมหรือผิดศีลธรรมก็ตาม ความประพฤติดังกล่าวจึงน่าจะมีแนวโน้มว่ามีผลต่อการปฏิบัติตามศีลธรรมของเด็ก ดังที่สุนทร โคตรบรรเทา ได้กล่าวว่า ลูกเปรียบเสมือนหุ่นดินเหนียวที่พ่อแม่จะปั้น ปรงแต่ง หรือปลูกฝังตัวอย่างที่ถูกต้อง และค่านิยมที่ดีต่าง ๆ ลงไปได้ หรือจะปลูกฝังสิ่งที่ผิดทั้งหลายลงไปก็ย่อมทำได้ ดังนั้นความรับผิดชอบประการแรกของพ่อแม่ คือ การทำตนเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำรงชีวิต เช่น มีการตอบสนองของความต้องการในชีวิตอย่างมีเหตุมีผลตามสมควร ไม่ฟุ่มเฟือยเกินความจำเป็น ใช้ทรัพยากรที่มีอย่างเต็มที่ พยายามทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองตามศักยภาพ ย่อมส่งผลให้เด็กเติบโต มาตามสภาพแวดล้อมที่จะหล่อหลอมเด็กให้มีคุณลักษณะแบบนั้นเช่นเดียวกัน ดังที่นักสังคมวิทยายอมรับว่า พ่อแม่คือแก่นของสถาบันครอบครัว ลูกจะมีแนวโน้มไปในทางที่ดีหรือเสื่อม ก็มักขึ้นอยู่กับอิทธิพลของพ่อแม่อยู่มาก (พัชรินทร์ วินัยกุลพงศ์. 2546: 34) ซึ่งสอดคล้องกับเพชร เพชรสวัสดิ์ (2549: 33) ที่ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการเรียนรู้ และการตอบสนองของความต้องการของเด็ก/เยาวชน และสามารถส่งผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเปลี่ยนวิถีชีวิตของเด็ก/เยาวชนได้ คือ 1.) ผู้ใหญ่ในครอบครัว ควรที่จะหันมาให้ความสนใจเอาใจใส่ สนใจที่จะปลูกฝังความคิดให้เด็กในบ้าน สอนและแนะนำเด็กให้เข้าใจ พอใจในสิ่งที่ตนมี ไม่ฟุ่มเฟือย พ่อแม่ควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้ลูกได้เห็น และปฏิบัติตาม ซึ่งถือเป็นการปลูกฝังค่านิยมที่ดีให้กับเด็ก 2.) โรงเรียน เป็นอีกที่หนึ่งซึ่งมีอิทธิพลมากที่จะช่วยปลูกฝังเด็กให้เจริญชีวิตอย่างมีคุณค่า และเห็นความสำคัญของ “ความพอเพียง” ซึ่งจะทำให้เด็กรุ่นใหม่ มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ไม่คล้อยตามสังคมนิยมบริโภคนิยม ถ้าหากทุกฝ่ายร่วมมือกัน ประเทศชาติก็จะร่มเย็นเป็นสุข 3.) สื่อมวลชน ซึ่งถือว่ามีบทบาทอย่างมากต่อเด็กในสังคมปัจจุบัน ฉะนั้น สื่อจะต้องสร้างกระแสให้เด็กได้เข้าใจถึงคุณค่าของการอยู่อย่างพอเพียงด้วยว่า ไม่ใช่เรื่องของผู้ใหญ่หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นเรื่องของทุกคนในสังคมไทย ซึ่งทุกคนสามารถนำแนวคิดนี้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตน ดังนั้นอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครองจึงส่งผลการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงทั้ง 2 ด้าน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ได้ตั้งไว้

2.3 การเปิดรับสื่อ ซึ่งการเปิดรับสื่อตามทฤษฎีความแตกต่างระหว่างบุคคลของเดอเฟออร์ (Defleur. 1980) เป็นทฤษฎีที่ชี้ให้เห็นว่าผู้รับสารแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกันในทางจิตวิทยา เช่น ทำศนคติ ค่านิยม ความเชื่อ ทำให้คนสนใจในการเปิดรับข่าวสารหรือตีความหมายข่าวสารจากสื่อมวลชนแตกต่างกัน หลักการพื้นฐานเกี่ยวกับทฤษฎีความแตกต่างระหว่างปัจเจกบุคคล มีดังนี้ 1.) มนุษย์เรามีความแตกต่างกันมากในองค์ประกอบทางจิตวิทยาส่วนบุคคล 2.) ความแตกต่างที่มีบางส่วนมาจากลักษณะแตกต่างทางชีวภาคหรือทางร่างกายของแต่ละบุคคล แต่ส่วนใหญ่แล้วมาจากความแตกต่างที่เกิดจากการเรียนรู้ 3.) มนุษย์ซึ่งถูกชูปเลี้ยงภายใต้สถานการณ์ต่าง ๆ จะเปิดรับความคิดเห็นแตกต่างกันไป 4.) การเรียนรู้สิ่งแวดล้อมทำให้เกิดทัศนคติ ค่านิยมและความเชื่อที่รวมเป็น

ลักษณะทางจิตวิทยาส่วนบุคคลที่แตกต่างกันไป ความแตกต่างดังกล่าวนี้ได้กลายเป็นสภาวะเงื่อนไขที่กำหนดการรับรู้ข่าวสารจากสื่อมวลชน และแซมมวอล เบคเกอร์ (Samel L. Backer, 1971: 79-82) ได้ให้ความหมายของการเปิดรับข่าวสาร โดยจำแนกตามพฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารดังนี้

1. การแสวงหาข้อมูล กล่าวคือ บุคคลจะแสวงหาข้อมูลเมื่อต้องการให้มีความคล้ายคลึงกับบุคคลอื่นในเรื่องใด เรื่องหนึ่งหรือเรื่องทั่ว ๆ ไป
2. การเปิดรับ กล่าวคือ บุคคลจะเปิดรับข่าวสารเพื่อต้องการทราบข้อมูลที่ตนเองสนใจ อยากรู้ เช่น เปิดดูโทรทัศน์เฉพาะรายการที่สนใจหรือมีผู้แนะนำมา หรือขณะอ่านหนังสือพิมพ์หรือดูโทรทัศน์หากมีข้อมูลข่าวสารที่มีความสำคัญเกี่ยวข้องกับตนเองก็จะให้ความสนใจเอาใจใส่ อ่านหรือดูเป็นพิเศษ
3. การเปิดรับประสพการณ์ กล่าวคือ บุคคลจะเปิดรับข่าวสารเพราะต้องการกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า สื่อมวลชนเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการนำเสนอข้อมูล และมีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นให้เกิดกระแสนิยมต่าง ๆ ที่หลั่งไหลเข้ามาพร้อมกับกระแสโลกาภิวัตน์ โดยรัฐจะต้องหามาตรการส่งเสริมให้สื่อ ช่วยเสริมสร้างศักยภาพด้านการจัดการของคนและสังคมให้มีประสิทธิภาพให้สามารถรู้เท่าทันโลก โดยสื่อจะต้องส่งเสริมให้เกิดกระแสนิยมในสังคมให้ทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่น จิตสำนึกสาธารณะ และความสามัคคีในสังคมด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุมาลี จันทรชลอ; คมสัน จิระภัทรศิลป์; และอรวรรณ จัทรชลอ (2551: 122) ที่ได้ทำการศึกษาความเข้าใจปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในกรุงเทพมหานคร ซึ่งผลการวิจัยนั้นพบว่า ประชาชนเข้าใจหลักเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในระดับดีพอใช้ ประชาชนผู้ประกอบอาชีพระดับพื้นฐานมีความเข้าใจไม่แตกต่างจากประชาชนที่เป็นนักเรียน ซึ่งสถานศึกษาแต่ละแห่งได้รับนโยบายให้ปลูกฝัง อบรมสั่งสอนให้กับนักเรียนอีกทางหนึ่ง นอกจากนี้จากการสัมภาษณ์พบว่า สถานศึกษาบางแห่งได้เป็นต้นแบบและรณรงค์หลักการนี้ด้วย แสดงถึงประสิทธิภาพของการใช้สื่อประชาสัมพันธ์ นอกจากนี้ยังพบว่ากิจกรรมและสื่อประเภทต่าง ๆ ที่จัดขึ้นยังมีอิทธิพลต่อกระแสสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชนรับทราบว่าปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระราชทานเพื่อช่วยเหลือความเป็นอยู่ของประชาชนให้ดีขึ้น จึงเพิ่มกระแสการยอมรับ เห็นได้ชัดถึงความสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมนึก ชัชวาล; เพียงใจ จุณศิริ; และศรีแพร ปงกาวงค์ (2550: 116) ได้ทำการศึกษาความเข้าใจ ความพึงพอใจ และการปรับตัวของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนบนต่อแนวคิดและนโยบายปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผลการศึกษาพบว่า ด้านแหล่งรับรู้แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โทรทัศน์ถือเป็นแหล่งสื่อสารสำคัญสูงสุดในการเผยแพร่แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง และจากการศึกษาครั้งนี้ยังพบว่า ปกติประชาชนจะมิได้ติดตามข่าวสารผ่านเพียงโทรทัศน์แหล่งเดียว สื่ออื่น ๆ ก็นับว่ามีความสำคัญที่ทำให้การรับรู้ข่าวสารต่าง ๆ ซึ่งก็รวมถึงแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมีความชัดเจนยิ่งขึ้น สื่ออื่น ๆ ได้แก่ วิทยุ หนังสือพิมพ์ ผู้นำชุมชน หอกระจายข่าว ผลการศึกษาเรื่องแหล่งรับรู้ข่าวสาร และแนวคิดปรัชญา

เศรษฐกิจพอเพียงครั้งนี้ถือว่าสอดคล้องกับ ผลการศึกษาสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับการอยู่ดีมีสุขภายใต้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในปี พ.ศ. 2550 ซึ่งดำเนินการโดยสำนักสถิติแห่งชาติ โดยรายงานการศึกษาดังกล่าวได้กล่าวถึงแหล่งรับรู้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงไว้ดังนี้ โทรทัศน์ วิทยุ เจ้าหน้าที่ของรัฐ หนังสือพิมพ์ หอกระจายข่าว ญาติ/เพื่อน/คนรู้จัก หนังสือ/เอกสารเผยแพร่ความรู้ เศรษฐกิจพอเพียง อินเทอร์เน็ต และอื่น ๆ ดังนั้นการเปิดรับสื่อจึงส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ทั้ง 2 ด้าน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ได้ตั้งไว้

สำหรับอัตลักษณ์แห่งตน ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากอัตลักษณ์แห่งตน ตามแนวคิดของอีริกสัน (Erikson, 1968: 157) กล่าวคือ อัตลักษณ์แห่งตนนั้นเป็นความสามารถของบุคคลช่วงวัยรุ่นในการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในตน ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลกับ ลักษณะภายนอกคือประสบการณ์จากสังคมรอบด้าน แล้วสามารถประเมินหรือตัดสินใจด้วยตนเองได้ว่าตนเองนั้นคือใคร มีความสามารถอะไร ควรจะมีความเชื่อ และดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด ซึ่งลักษณะดังกล่าวมีความเป็นลักษณะเฉพาะตัว และลักษณะที่เหมือนกับบุคคลอื่นผสมกลมกลืนอยู่

ส่วนการพึ่งตนเอง ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ อาจจะเนื่องมาจาก การพึ่งตนเองนั้นคือการที่ตนเป็นที่พึ่งของตนเองไม่ให้ล้มตน เพื่อให้ถึงถึงความสำคัญของตนเองเป็นหลักใหญ่ กำหนดทางเลือกที่เป็นตัวของตัวเองได้ โดยไม่ต้องอาศัย ความช่วยเหลือของผู้อื่นและการพึ่งตนเองต้องเคารพตนเอง เชื่อมมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง และไม่ทำตัวเป็นปัญหา หรือเป็นภาระแก่ผู้อื่น หรือหมู่คณะ สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (วาสนมหาเถระ, 2525 : 37) แต่การพึ่งตนเอง ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งอาจเนื่องมาจาก คณะกรรมการการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยมกลุ่มนักวิชาการ (สุภาววรรณ ด้านสกุล, 2539: 37; อังอิงจาก คณะอนุกรรมการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ, 2529; 65 - 82) ได้กำหนดตัวอย่างพฤติกรรมของผู้ที่พึ่งตนเองได้ทางการเรียน ดังนี้ 1. มีความตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียน เช่น มาเรียนสม่ำเสมอ เข้าเรียนทุกชั่วโมงไม่คุยหรือหลับในเวลาเรียน 2. ทำแบบฝึกหัดหรือรายงานด้วยตนเอง ไม่ทุจริตในห้องสอบแม้ว่าจะมีโอกาส 3. ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในการแสวงหาความรู้อยู่เสมอ 4. ไม่ละทิ้งหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายและพยายามจนสำเร็จ ตรวจสอบความเรียบร้อยของงานก่อนส่ง 5. สำรวจสิ่งที่ตนยังไม่เข้าใจในบทเรียน ถ้าแสดงความคิดเห็นในห้องเรียน ชักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจทุกครั้งด้วยตนเอง 6. ขณะทำการบ้านก็จะไม่ไปเล่นตามคำชวนของเพื่อน มีสติยับยั้งชั่งใจ 7. วางแผนในการเรียน โดยรู้จักแบ่งเวลาได้อย่างเหมาะสมในการทบทวนบทเรียนหรือทำการบ้าน 8. ถ้าพบสิ่งที่ยกพร่อง เช่น ทำการบ้านผิดก็พยายามแก้ไขโดยเร็ว 9. เมื่อมีปัญหาหรือ

ข้อสงสัยในการเรียนก็สามารถคิดแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง เช่น ให้เพื่อน ครู อาจารย์ หรือผู้ทรงคุณวุฒิอธิบายให้ฟัง เป็นต้นซึ่งจากพฤติกรรมของผู้ที่ฟังตนเองได้ทางการเรียนเหล่านี้จะมีส่วนคล้ายคลึงกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการเรียน คือ การปฏิบัติตนของนักเรียนที่ใฝ่รู้ใฝ่เรียนอย่างต่อเนื่อง มีความขยันหมั่นเพียร มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัยสนใจใฝ่รู้ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีการเตรียมตัว และเตรียมความพร้อมในการเรียน และมีสมาธิในการเรียน โดยที่นักเรียนปฏิบัติตนอยู่บนความพอดี คือ มีการปฏิบัติตนที่ไม่มากเกินไป และไม่น้อยเกินไป มีการปรึกษาหารือระหว่างนักเรียนกับกลุ่มเพื่อน มีจิตสำนึกที่ดี และมีคุณธรรมจริยธรรมที่ดี

ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยมาใช้

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคต อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง และการเปิดรับสื่อเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงครบทุกด้าน ได้แก่ การปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เพื่อนำผลของการวิจัยครั้งนี้ไปใช้เป็นแนวทางเพื่อการปลูกฝัง และพัฒนาระบบการศึกษาให้นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงที่ดีขึ้น โดยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1.1 โรงเรียน ควรจะต้องรณรงค์ และศึกษาหารูปแบบที่เหมาะสมในการชี้นำนักเรียนซึ่งเป็นเยาวชน ให้ประพฤติปฏิบัติตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยเฉพาะเรื่องการใช้จ่ายด้วยความมีเหตุผลมากกว่าความพอใจ เพื่อเยาวชนเหล่านี้จะได้เป็นผู้ใหญ่ที่มีความรอบคอบ มีเหตุผล และเอื้ออาทรต่อครอบครัว โดยการสร้างความร่วมมือระหว่างโรงเรียนกับบ้านจะทำให้การอบรมมีความหมายมากขึ้น โดยเฉพาะการสนับสนุนด้วยวิธีการต่าง ๆ ให้นักเรียนเห็นคุณค่าและการได้มาด้วยการทำงานอย่างซื่อสัตย์ ความมานะพยายาม และการพัฒนางานในหน้าที่ของตนเองให้ก้าวหน้า

1.2 ผู้บริหาร ครูอาจารย์ สามารถนำแนวทางจากการศึกษานี้ไปใช้ในการส่งเสริม พัฒนา และปลูกฝังให้นักเรียนมีอัตลักษณ์แห่งตน และการฟังตนเองให้มากขึ้นกว่านี้ เพื่อที่จะได้นำอัตลักษณ์แห่งตนและการฟังตนเองไปปรับใช้ให้เข้ากับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

1.3 พ่อแม่/ผู้ปกครองควรฝึกให้นักเรียนรู้จักการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และด้านการเรียน เพื่อให้นักเรียนรู้จักดำเนินชีวิตด้วยตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งบุคคลอื่น หรือพึ่งบุคคลอื่นน้อยที่สุด สามารถยืนอยู่ด้วยลำแข้งของตนเอง

1.4 ผู้เรียน ผู้เรียนควรมีอัตลักษณ์แห่งตน และการฟังตนเองให้มากกว่านี้

1.5 ควรส่งเสริมให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตให้มากกว่านี้ เพื่อที่จะรอดอยสิ่งที่ดีกว่า และมีคุณค่ากว่า ควรเลือกรับอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครองที่เป็นแบบอย่างที่ดีเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข และควรเปิดรับสื่อเฉพาะสื่อที่เป็นประโยชน์ไม่ว่าจะเป็นในด้านใดก็ตาม เช่น ด้านความบันเทิง ด้านความรู้ ด้านอาชีพ เป็นต้น เมื่อได้ส่งเสริมปัจจัยทั้งสามด้านข้างต้นแล้วจะทำให้ นักเรียนมีการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงอยู่ในระดับที่ดีขึ้นอีก

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในลักษณะของการวิจัยเชิงทดลอง วิจัยระยะยาว เพื่อจะได้ศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงในลักษณะวิจัยเชิงทดลอง วิจัยระยะยาว เป็นต้น

2.2 ควรมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างอื่นที่ไม่ใช่ นักเรียนที่อยู่ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เช่น นักเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร นักเรียนในเขตภูมิภาคอื่น หรือนักเรียนในช่วงชั้นอื่น

2.3 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง โดยศึกษาตัวแปรปัจจัยอื่น ๆ เช่น อิทธิพลของครู อิทธิพลของเพื่อน การอบรมเลี้ยงดู เป็นต้น เพื่อจะได้ทราบว่า มีตัวแปรปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงอีก นอกจากอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมการปกครอง. (2543). *พออยู่ พอกิน*. กรุงเทพฯ: อาสาวิชาการดินแดน.
- กรมประชาสัมพันธ์. (2549). *ความพอเพียง*. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2549,
<http://www.prd.go.th>.
- กวิศรา พชรเบญจกุล; และคนอื่น ๆ. (2550). *ปัจจัยทางชีวจิตสังคมที่ส่งผลต่อทัศนคติตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของวัยรุ่นที่ศึกษาในโรงเรียนรัฐบาลและเอกชน เขตบางกะปิ*. รายงานการวิจัยของรายวิชา จต 325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ. สาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กาญจนา พึ่งเนตร. (2537). *การศึกษาลักษณะระหว่างบุคคลกับอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตอำเภอเมืองพิษณุโลก*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- บุญศรี คำชาย. (2542). *จิตวิทยาแนะแนวเด็กวัยรุ่น*. คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา. มปท.
- กรภัทร วรเชษฐ. (2548). *การศึกษาลักษณะของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดบุรีรัมย์*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- คณะกรรมการการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยมของกลุ่มนักวิชาการ. (2526). *คู่มือการปลูกฝังค่านิยมกลุ่มนักวิชาการ*. กรุงเทพฯ: สำนักคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- โครงการวิจัยเศรษฐกิจพอเพียง. (2553). *เศรษฐกิจพอเพียง*. สืบค้นเมื่อ 29 เมษายน 2553
<http://www.sufficiencyeconomy.org/force.php>.
- งามตา วนินทานนท์; และคนอื่น ๆ. (2545). *ชี้ทางสร้างเยาวชนไทยในทศวรรษหน้า*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จรรยา สุวรรณทัต. (2531). *ประมวลบทความทางวิชาการระหว่างปี พ.ศ. 2526-2531 ฉบับอภิธานนาการครบรอบ 33 ปี*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- จักรวาล ภูวนินทร์. (2537). ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อลักษณะมุ่งอนาคต
ของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิง บ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- จริยกุล ตริสุวรรณ. (2542). การศึกษาเอกลักษณ์แห่งตนของนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายโรงเรียน
มัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษากรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยา
การแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จตุรพร ลิ้มมันจริง. (2544). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จิตรา ฝ้าทรัพย์. (2520). การศึกษาทัศนคติของเด็กวัยรุ่นที่ติดยาเสพติดที่มีต่อการอบรมเลี้ยงดูของ
บิดามารดา. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การแนะแนวการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ใจทิพย์ พวงทอง. (2540). การศึกษาความสอดคล้องระหว่างการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดากับ
การอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของบุตรวัยรุ่น. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ)
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- โคมสมร เหลือโกศล. (2531). ค่านิยมพื้นฐานเรื่องการพึ่งตนเองกับการอบรมเลี้ยงดู. วิทยานิพนธ์
สส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
ถ่ายเอกสาร.
- ชนธ มงคลพุดผางกูร. (2548). บทบาทการเป็นบิดามารดาด้านการเลี้ยงดูบุตรและความพึงพอใจ
ในการสมรสของหญิงและชายในกรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ)
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชัชพล ทรงสุนทรวงศ์. (2549, กรกฎาคม-กันยายน). ชีวิตที่เป็นสุขอย่างยั่งยืน.
วารสารมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์. 23(4): 38.
- ชาริณี ล้อมมงคล. (2549). มุ่งสู่วิถีความพอเพียง. วารสารสังคมพัฒนา. 34(2): 26.
- ชุติมา โชติจิรพรรณ. (2547). ผลของการจัดกิจกรรมเล่นเกมและการจัดกิจกรรมส่งเสริมการเล่นจาก
บิดามารดาที่มีต่อทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย. สารนิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.

- ชวลีพร พิศุทธิ์ศุภฤทธิ. (2537). *การศึกษาความสามารถในการสังเกตของเด็กปฐมวัยที่ผู้ปกครองใช้ชุดส่งเสริมความรู้แก่ผู้ปกครอง ชวนคุย ชวนร้อง ชวนเล่น*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2529). *ประมวลบทความทางวิชาการ*. ม.ป.ท.: ม.ป.พ.
- _____. (2541). *ตำราขั้นสูง เรื่อง ทฤษฎี การวัด และงานวิจัยเอกลักษณ์แห่งอิโก้ในคนไทยและเทศ*. กรุงเทพฯ: คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และเพ็ญแข ประจันปัจฉิม. (2520). *รายงานการวิจัยเรื่อง จริยธรรมของเยาวชนไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดวงเดือน ศาสตรภักดิ์. (2535). *การเปรียบเทียบทฤษฎีพัฒนาการเด็ก*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เดชา ศิริสุทธิเดชา. (2550, มกราคม-มีนาคม). *เศรษฐกิจพอเพียงคืออะไร. วารสารสมาคมผู้ตรวจสอบภายในแห่งประเทศไทย (สตท.)*. 17(43): 11.
- ธนาภัทร์ สุทธิ. (2550). *การดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลด่านซ้าย จังหวัดเลย*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ธวัชชัย พีชผล. (2549). *รักในหลวงต้องทำเพื่อในหลวง*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ Read & Chare.
- นवलละออ สุภาพผล. (2527). *ทฤษฎีบุคลิกภาพ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นฤมล นิราทร; อรศรี งามวิทยาพงศ์; และชไมพร รุ่งฤกษ์ฤทธิ์. (2550). *เศรษฐกิจนอภาคทางการในเขตเมือง เพื่อการขับเคลื่อนแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง*. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.).
- นันทา ชุตติแพทยวิภา. (2545). *ผลของการจัดการเรียนการสอนวิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิภา นิธยาน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพ จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต*. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พริ้นต์เวิร์กส์.
- เนาวรัตน์ เหลืองรัตนเจริญ. (2541). *ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อเอกลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร*. ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- เนาวรัตน์ อิมลิมธาร. (2546). *สภาวะทางเอกลักษณ์แห่งตนและการรับรู้ความสามารถของตนเองของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐชั้นปีที่ 1 ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. (2547). *การวัดประเมินการเรียนรู้ (การวัดประเมินแนวใหม่)*. (เอกสารประกอบการสอน). กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุญรับ ศักดิ์มณี. (2532). *การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (พัฒนศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุญเลิศ พูนสุขโข. (2540). *การเปรียบเทียบผลของการวางเงื่อนไขเป็นรายบุคคลและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อการพึ่งตนเองทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดสุวรรณาราม กิ่งอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประจักษ์ นาหนองตุม. (2543). *การศึกษาดำเนินงานโครงการเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ ของโรงเรียนแกนนำโครงการเศรษฐกิจพอเพียง ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดขอนแก่น*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (การบริหารการศึกษา). ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.
- ประจักษ์ บุญอารีย์. (ม.ป.ป.). *การศึกษาเพื่อการพึ่งตนเอง, "เอกสารประกอบการสัมมนาชุดที่ 3. อัลดำเนา*.
- ประเวศ วะสี. (2542). *เศรษฐกิจพอเพียงและประชาคม: แนวทางพลิกฟื้นเศรษฐกิจสังคม*. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.
- ประสาธ อิศรปรีดา. (2538). *สารัตถะจิตวิทยาการศึกษา*. มหาสารคาม: นำอักษรการพิมพ์.
- ประสาร ทิพย์ธารา. (2521). *พัฒนาการและการปรับตัวของวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: แพร์พิทยา.
- ปิยกาญจน์ กิจอุดมทรัพย์. (2539). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนหลักสูตรวิชาสี่พระยะสั้น มหาวิทยาลัยสารพัดช่าง กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรีชา ธรรมมา. (2543, เมษายน). *ความพอเพียงแห่งตน*. *สารานุกรมศึกษาศาสตร์*. (19): 38-43.

- _____. (2548, มกราคม). เอกลักษณ์แห่งตน. *สารานุกรมศึกษาศาสตร์* ฉบับที่ 34 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. หน้า 49-63. กรุงเทพฯ: อนุรักษ์การพิมพ์.
- ปรียานุช พิบูลสรวาฐ. (2550, ตุลาคม-ธันวาคม). เศรษฐกิจพอเพียงกับการศึกษา. *พัฒนาเทคนิคศึกษา*. 20(64): 4-14.
- ปุระชัย เปี่ยมสมบูรณ์. (2535). *การวิเคราะห์ข้อมูลระดับมัธยมศึกษาในทางสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ กรณีเทคนิคการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุระดับมัธยมศึกษา (MMR) และเทคนิคการวิเคราะห์ สหสัมพันธ์แคนอนิคอล (CCA)*. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ปอแก้ว ศิริจันทร์. (2547). *ผลของการฝึกมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเองและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4*. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). *สุขภาพจิตเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: บัณฑิตการพิมพ์.
- พงษ์สุดา รัตนามาสมงคล. (2533). *บุคลิกภาพการปรับตัวของบุตรวัยรุ่น*. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พรทิพย์ วรภิจโกคาทร. (2530). *หลักและทฤษฎีการสื่อสาร*. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- พรสวรรค์ ครุฑนาค. (2542). *ความคาดหวังเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรมสำหรับบิดามารดาครูและผู้ใหญ่ทั่วไปในทัศนะของครู ผู้ปกครองและนักเรียนในโรงเรียนราชวินิตมัธยม กรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพยาร์ ผลภาค. (2539). *บทบาทของบิดา บทบาทของมารดา การปรับตัวกับเพื่อน กับความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น*. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พระขวัญชัย ศรีพรรณ (เกตุธมโม). (2546). *การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการใช้แนวคิดตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนวิชาพระพุทธศาสนา โดยใช้การสอนแบบอริยสัจกับการสอนแบบกระบวนแบบกระบวนกรกลุ่มสัมพันธ์*. ปรินญาณีพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- พัชรินทร์ วินัยกุลพงศ์. (2546). *การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดากับทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสของเด็กวัยรุ่น*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิพัฒน์ ยอดพฤติการ. (2550). *เศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร*. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ: วนิดา การพิมพ์.
- เพชร เพชรสวัสดิ์. (2549). *วัยรุ่นไทยกับเศรษฐกิจพอเพียง*. วารสารสังคมพัฒนา ปีที่ 34 ฉบับที่ 1/2549.
- เพ็ญแข ประจันปัจฉิม. (2545). *การส่งเสริมความรับผิดชอบของวัยรุ่น*. พิมพ์ครั้งที่ 7.
ในเอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- มธุรส ชำนาญทัศน์. (2532). *ความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจจะประพฤติตนตามหลักสัปปุริสธรรมของบุตรวัยรุ่นกับความประพฤติตามหลักสัปปุริสธรรมของมารดาตามการรับรู้ของบุตร*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มยุรี ศรีชัย. (2538). *เทคนิคการสุ่มตัวอย่าง = Sampling techniques*. กรุงเทพฯ: วิเจฬินดิ้ง.
- มัญญ มุกข์ประดิษฐ์. (2542, กรกฎาคม-ธันวาคม). *แนวคิดทฤษฎีใหม่และเศรษฐกิจพอเพียง: มิติใหม่ทางจริยธรรมของการพึ่งพาตนเองเพื่อความอยู่รอดตามรอยพระยุคลบาท*.
วารสารสุโขทัยธรรมมาธิราช. 12(3): 5-9.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (2546). *เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม*.
พิมพ์ครั้งที่ 7. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- มัณฑนาวดี เมธาพัฒนะ. (2547). *ประสบการณ์ในสถานศึกษา แบบอย่างด้านจริยธรรมจากบิดามารดาและลักษณะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการปฏิบัติงานอย่างมีจริยธรรมของนักศึกษาพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข ในเขตภาคกลาง*. ปรินูญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ยุพาณี ภูมิศรีแก้ว. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองกับความต้องการออกกำลังกายของพนักงานธนาคารพาณิชย์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.
- ระพีพันธ์ ฉายวิมล. (2545). *จิตวิทยาการศึกษา*. ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

- รัชนี้ ลาซโรจน์. (2527). *พัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- รังสรรค์ เครือคำ. (2549, ตุลาคม-ธันวาคม). เศรษฐกิจพอเพียง ปรัชญาแห่งการดำรงอยู่ของคน
ทุกระดับ. *วารสารโครงการหลวง*. 10(4): 36.
- รัตนา ประเสริฐสม. (2526). *การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยของนักเรียน
ประถมศึกษา*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ละมัย ทุมพัฒน์. (2548). *รูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่ออัตลักษณ์แห่งตนของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนกีฬา สังกัดสถาบันการพลศึกษา*. (ปรินญานิพนธ์ กศ.ม.
(การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. (2540). *สถิติวิทยาทางการวิจัย*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- วัดผลดอกทศอม. (2553). *ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์*. สืบค้นเมื่อ 9 พฤษภาคม 2553,
<http://www.watpon.com>.
- วันชัย มีกลาง. (2530). *ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ ความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติตามและการได้รับการ
การถ่ายทอดทางพุทธศาสนาของนิสิตระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร*.
ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วาสนมหาเถระ, สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช. (2525). *วาทะแห่งวาสน์*.
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาเมฆวิทยาลัย.
- วิจารณ์ พานิช. (2526, ตุลาคม). การพัฒนาเพื่อการพึ่งตนเอง. *สงขลานครินทร์*. 5(4): 389.
- วิภารัตน์ พันธุ์ฤทธิดำ. (2544). *อิทธิพลของวัฒนธรรมต่างประเทศที่มีต่ออัตลักษณ์ของ
วัยรุ่น ไทย: ศึกษาเฉพาะกรณีดนตรีญี่ปุ่น*. ปรินญานิพนธ์ (สังคมวิทยา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ศกุนต์ สายบุญลี. (2543). *ความพึงพอใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการชมโทรทัศน์รายการสารคดี
พัฒนาชุมชน*. วิทยานิพนธ์ (สื่อสารมวลชน). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- เศรษฐกิจพอเพียง. (2553). สืบค้นเมื่อ 29 เมษายน 2553. <http://narintorn.ispace.in.th/c/source.htm>
- สกล พรหมสิน. (2546). *ความสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต
ของประชาชน ตำบลหงส์เจริญ อำเภอกำแพง จังหวัดชุมพร*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.
(พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

- สมร ทองดี. (2545). *เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยรุ่นและการอบรม*. พิมพ์ครั้งที่ 7. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สายฝน คอรวงศ์. (2536). *การศึกษาสถานะเอกลักษณ์ของวัยรุ่นตอนปลายในสถาบันอุดมศึกษา*. ปรินูญานินพนธ์ ศศ. ม. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุภาววรรณ ต้านสกุล. (2539). *การเปรียบเทียบความสามารถในการคิดแก้ปัญหาและการพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดกิจกรรมตามวิธีการทางวิทยาศาสตร์กับการสอนตามคู่มือการจัดกิจกรรม*. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุภาวงศ์ จันทวานิช; สำออง หิรัญบุรณะ; และกุลวิตรา ภังคานนท์. (2538). *รายงานผลการวิจัยเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมและปัญหาจริยธรรม*. กรุงเทพฯ: โครงการจัดทำแผนอุดมศึกษาระยะยาว ทบวงมหาวิทยาลัย.
- สุมาลี จันทรชลอ; คมสัน จิระภัทรศิลป์; และอรวรรณ จันทรชลอ. (2551). *การศึกษาความเข้าใจปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในกรุงเทพมหานคร*. สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. ถ่ายเอกสาร.
- สุเมธ ตันติเวชกุล. (2543, มีนาคม-เมษายน). *การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียง*. *วารสารข้าราชการ*. 45(2): 1-6.
- สุรพงษ์ ชูเดช. (2534). *ความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยกับจิตลักษณะที่สำคัญของนิสิต*. ปรินูญานินพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวัฒน์ วิวัฒน์านนท์. (2550). *การศึกษาพอเพียงตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ: ซี.ซี.นอลลิคจีลิ่งคส์.
- สุนทร กุลวัฒน์วงศ์. (2544). *ตามรอยพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง-ทฤษฎีใหม่*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ชมรมเด็ก.
- แสงสุรีย์ ทัศนพูนชัย. (2550, มกราคม). *ความอยู่ดีมีสุขของคนไทย*. *For Quality*. 13(111): 128.
- โสภา ชูพิกุลชัย. (2529). *ความรู้เบื้องต้นด้านจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เสาวภา เบ็ญจพันธุ์ทวี. (2540). *ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูและสัมพันธภาพในครอบครัวกับเอกลักษณ์แห่งตนของเด็กวัยรุ่น*. ปรินูญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- เสาวภา วัชรกิตติ. (2545). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. (2534). *ทฤษฎีและกลยุทธ์การพัฒนาสังคม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สมนึก ชัชวาล; เพียงใจ จุณศิริ; และ ศรีแพร ปงกาวงศ์. (2550). *ความเข้าใจ ความพึงพอใจ และการปรับตัวของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนบนต่อแนวคิด และนโยบายปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง*. สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. ถ่ายเอกสาร.
- สมพร พงษ์เสถียรศักดิ์. (2546). *การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการประพฤติตนตามคุณธรรมในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ที่เรียนหลักสูตรในพุทธศาสนา ด้วยการสอนแบบโยนิโสมนสิการกับการสอนแบบไตรสิกขา*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมภพ ชีวรัฐพัฒน์. (2542). *มงคลธรรมกับคุณภาพชีวิต (มงคล 38) : เอกสารประกอบการสอน*. ยะลา: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดยะลา.
- สมศักดิ์ คงเที่ยง. (2550, ธันวาคม). *ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการศึกษาไทย*. *วิทยาจารย์*. 107(2): 7-12.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2547). *นานาคำถามเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- หน่วยศึกษานิเทศก์. (2529). *คู่มือการปลูกฝังและเสริมสร้างค่านิยมพื้นฐานเรื่องการพึ่งตนเอง*. กรุงเทพฯ: กรมสามัญศึกษา.
- อภิชัย พันธเสน. (2542, เมษายน-กรกฎาคม). *เศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงกับการวิเคราะห์ความหมายของนักเศรษฐศาสตร์*. *ธ. ก. ส.* 23(1): 5-31.
- อภิญา เฟื่องฟูสกุล. (2546). *อัตลักษณ์*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- อารีย์ เชื้อเมืองพาน. (2550, มีนาคม-เมษายน). *เศรษฐกิจพอเพียง: ทางรอดของเศรษฐกิจไทย*. *วารสารแม่โจ้ปริทัศน์*. 8(2): 66.
- อุดมพร อมรรธรรม. (2549). *ปรัชญาการศึกษาในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว*. กรุงเทพฯ: แสงดาว.
- อุษา ศรีจินดารัตน์. (2533). *พัฒนาการของเอกลักษณ์แห่งอิโก้ที่เกี่ยวกับการรับรู้คุณค่าของการทำงานและการรับรู้คุณค่าของศาสนาในวัยรุ่นไทยภาคใต้*. ปริญญาานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- อุษราภรณ์ ทะวะระ. (2551). *การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพึ่งตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา นนทบุรี เขต 2
จังหวัดนนทบุรี*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Adams, Gerald R. (1998). *The Objective Measure of Ego Identity Status: A Reference
Manual*. Canada: University of Guelph. December 20, 2005, from
<http://www.uoguelph.ca/~gadams.html>
- Allbert Bandura. (1977). *Social learning theory*. N.J.: Prentice Hall,
- Arthur W. Chickering, Linda Reisser. (1993). *Education and Identity*. San Francisco,
Calif.: Jossey-Bass.
- Atkin, Charles K. (1973). "Instrumental Utilities and Information Seeking." New Model for
Mass Communication Research, ed, Peter Clark; Beverly Hill : SAGE Publication.
- Chickering, Arthur W.; & Reisser L. (1993). *Education and identity*. 2nd ed. California:
Jossey-Bass.
- Defleur, Melvin. (September. 1980). " Gratifications Sought and Media Exposure An
Expectancy Value Model." *Journal of Communication Research* 3.: 182.
- Erikson, Erik H. (1968). *Identity Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton.
- Fragar, Robert J. and Jame Fadiman. (1984). *Personality and Personal Growth*. 2nd ed.
New York: Herper & Row.
- Good, Carter. V. (1993). *Dictionary of Education* 3rd ed. New York: Mc Craw-Hill.
- Hamachek, . D.E. (April. 1988). "Evaluation Self-Concept, and Ego Development Within
Erikson' s Psychosocial Framwork: A Formulation, ". *Journal of Counseling and
Development*. 66: 354.
- Mccomb, Maxwell E. and Becker, Lee B. (1979). *Using Mass Communication Theory*.
New Jersey: Prentice-Hall.
- Macia, Jame F. (1970). "Identity in Adolescence, " in *Handbook of Adolescence
Psychology*. Edited by Joseph Adelson. New York: John Wiley & Sons
- _____. (1980). "Identity in Adolescence, " in *Handbook of Adolescence Psychology*. Edited
by Joseph Adelson. New York: John Wiley & Sons

- Mead, Robert. D. (1971). *“Future Time Perspective of College Students in America and India, “Journal of Social Psychology. 83: 175-182.*
- Merrill, J. C., & Lowenstein, R. L. (1971). *Media, messages, and men: New perspectives in communication.* New York: David Mckey Company.
- Mischel, W. (1974). *“Processes in Delay of Gratification, “in L. Berkowitz (ed.) Advances in Experimental Social Psychology.* New York: Academic Press. Vol. 7. p. 249-293.
- Neter, John; Wasserman, William; & Kutner, Michael H. (1990). *Applied Linear Statistical Models. 3rd ed.* New York; R.R. Donnelley & Sons Company.
- Ochse, R. and C. Plug. (1986). *“Cross-Cultural Investigation of the Validity of Erikson’ s Theory of Personality Development, “Journal of Personality and Social Psychology. 50(6): 1240-1252.*
- Offer, Daniel. and others. (1981). *The Adolescent.*
- Pedhazur, Elazar J. (1997). *Multiple Regression in Behavioral Research.* Explanation and Prediction: Harcourt Brace College.
- Rice, Philip F. (1996). *The Adolescent: Development, Relationship and Culture.* 8th ed. New Jersey: Prentice – Hall.
- Rogers, Everett M. & Svenning, Lynne. (1969). *Modernization Among Peasants: The Impact of Communication.* New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Santrock, John W. (1996). *Adolescence: An Introduction.* 6 th ed. Madison: Brown & Benchmark.
- Schramm, Wilbur. (1973). *“Channel and Audiences in Handbook of Communication.* Chicago: Ran Mc Nally College Publishing Company.
- Sullivan, T.J. (1953). *Sociology: Concepts in a Diverse world. 6 th. ed.* Boston : Pearson Education.
- Waterman, A.S. (1988). *“Identity Status Theory and Erikson’ s theory: Communalities and Differences, “Developmental Review. 6: 18-208.*
- Wright, D. (1975). *The Psychology of Moral Behavior.* Middlesex, England: Penquin Books Ltd.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

รายนามผู้เชี่ยวชาญพิจารณาคูณภาพของเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ พิจารณาคุณภาพของเครื่องมือ

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1. อาจารย์ ดร.สุวิมล กฤษศฤงษา | ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 2. อาจารย์ ดร.รณิดา เขยชุ่ม | ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 3. อาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง | ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 4. อาจารย์ ดร. พนา จินดาศรี | สาขาวิชาทดสอบและวิจัยการศึกษา
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ |
| 5. นางสุนันทา สมใจ | บุคลากร 6
สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |

ภาคผนวก ข.
คุณภาพเครื่องมือเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง 11 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

ด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน และแบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน

การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน								
ข้อ	IOC	การพิจารณา	ข้อ	IOC	การพิจารณา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1.	1.0	คัดเลือกไว้	13.	0.8	คัดเลือกไว้	25.	0.8	คัดเลือกไว้
2.	1.0	คัดเลือกไว้	14.	1.0	คัดเลือกไว้	26.	0.6	คัดเลือกไว้
3.	0.8	คัดเลือกไว้	15.	1.0	คัดเลือกไว้	27.	1.0	คัดเลือกไว้
4.	1.0	คัดเลือกไว้	16.	1.0	คัดเลือกไว้	28.	0.8	คัดเลือกไว้
5.	1.0	คัดเลือกไว้	17.	1.0	คัดเลือกไว้	29.	1.0	คัดเลือกไว้
6.	0.8	คัดเลือกไว้	18.	1.0	คัดเลือกไว้	30.	1.0	คัดเลือกไว้
7.	1.0	คัดเลือกไว้	19.	0.8	คัดเลือกไว้	31.	1.0	คัดเลือกไว้
8.	1.0	คัดเลือกไว้	20.	0.8	คัดเลือกไว้	32.	1.0	คัดเลือกไว้
9.	1.0	คัดเลือกไว้	21.	0.4	ตัดทิ้ง	33.	1.0	คัดเลือกไว้
10.	1.0	คัดเลือกไว้	22.	0.8	คัดเลือกไว้	34.	0.8	คัดเลือกไว้
11.	1.0	คัดเลือกไว้	23.	0.6	คัดเลือกไว้	35.	1.0	คัดเลือกไว้
12.	0.8	คัดเลือกไว้	24.	0.6	คัดเลือกไว้			
การดำเนินชีวิตแบบพอเพียงด้านการเรียน								
1.	1.0	คัดเลือกไว้	13.	1.0	คัดเลือกไว้	25.	1.0	คัดเลือกไว้
2.	1.0	คัดเลือกไว้	14.	1.0	คัดเลือกไว้	26.	1.0	คัดเลือกไว้
3.	1.0	คัดเลือกไว้	15.	1.0	คัดเลือกไว้	27.	1.0	คัดเลือกไว้
4.	1.0	คัดเลือกไว้	16.	0.6	คัดเลือกไว้	28.	1.0	คัดเลือกไว้
5.	1.0	คัดเลือกไว้	17.	0.8	คัดเลือกไว้	29.	1.0	คัดเลือกไว้
6.	1.0	คัดเลือกไว้	18.	0.8	คัดเลือกไว้	30.	1.0	คัดเลือกไว้
7.	1.0	คัดเลือกไว้	19.	0.8	คัดเลือกไว้	31.	1.0	คัดเลือกไว้
8.	1.0	คัดเลือกไว้	20.	0.8	คัดเลือกไว้	32.	1.0	คัดเลือกไว้
9.	1.0	คัดเลือกไว้	21.	0.8	คัดเลือกไว้	33.	1.0	คัดเลือกไว้
10.	1.0	คัดเลือกไว้	22.	1.0	คัดเลือกไว้	34.	1.0	คัดเลือกไว้
11.	1.0	คัดเลือกไว้	23.	1.0	คัดเลือกไว้	35.	1.0	คัดเลือกไว้
12.	0.8	คัดเลือกไว้	24.	1.0	คัดเลือกไว้			

ตาราง 12 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
และแบบสอบถามการเปิดรับสื่อ

อิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง			การเปิดรับสื่อ		
ข้อ	IOC	การพิจารณา	ข้อ	IOC	การพิจารณา
1.	1.0	คัดเลือกไว้	1.	0.8	คัดเลือกไว้
2.	1.0	คัดเลือกไว้	2.	0.8	คัดเลือกไว้
3.	0.6	คัดเลือกไว้	3.	0.8	คัดเลือกไว้
4.	1.0	คัดเลือกไว้	4.	0.8	คัดเลือกไว้
5.	1.0	คัดเลือกไว้	5.	0.6	คัดเลือกไว้
6.	0.6	คัดเลือกไว้	6.	0.8	คัดเลือกไว้
7.	1.0	คัดเลือกไว้	7.	0.8	คัดเลือกไว้
8.	1.0	คัดเลือกไว้	8.	0.8	คัดเลือกไว้
9.	0.8	คัดเลือกไว้	9.	1.0	คัดเลือกไว้
10.	1.0	คัดเลือกไว้	10.	0.8	คัดเลือกไว้
11.	1.0	คัดเลือกไว้	11.	0.8	คัดเลือกไว้
12.	0.6	คัดเลือกไว้	12.	0.8	คัดเลือกไว้
13.	0.4	ตัดทิ้ง	13.	0.8	คัดเลือกไว้
14.	1.0	คัดเลือกไว้	14.	1.0	คัดเลือกไว้
15.	1.0	คัดเลือกไว้	15.	1.0	คัดเลือกไว้
16.	0.6	คัดเลือกไว้	16.	1.0	คัดเลือกไว้
17.	1.0	คัดเลือกไว้	17.	1.0	คัดเลือกไว้
18.	1.0	คัดเลือกไว้	18.	1.0	คัดเลือกไว้
19.	0.6	คัดเลือกไว้	19.	1.0	คัดเลือกไว้
20.	0.6	คัดเลือกไว้	20.	0.8	คัดเลือกไว้
21.	0.6	คัดเลือกไว้	21.	0.8	คัดเลือกไว้
22.	0.8	คัดเลือกไว้	22.	0.6	คัดเลือกไว้
23.	0.6	คัดเลือกไว้	23.	0.6	คัดเลือกไว้
24.	1.0	คัดเลือกไว้	24.	0.8	คัดเลือกไว้

ภาคผนวก ค.
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

➡ แบบสอบถามเพื่อการวิจัย ชุดที่ 1 ◀

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามด้านส่วนตัวของผู้ตอบ เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ตามความเป็นจริง

1. ชื่อโรงเรียน.....

2. เพศ ชาย หญิง

คำชี้แจง

1. แบบสอบถาม มีดังนี้

- แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน จำนวน 16 ข้อ - แบบสอบถามการพึ่งตนเอง จำนวน 13 ข้อ
- แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 13 ข้อ
- แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง จำนวน 15 ข้อ - แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ จำนวน 16 ข้อ

2. ขอความร่วมมือจากนักเรียนในการอ่านและพิจารณาข้อคำถามแต่ละข้อแล้วตอบให้ตรงกับระดับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือ เพียงช่องเดียว ในแต่ละข้อ โดยพิจารณา ดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตามของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตามของนักเรียนมาก
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตามของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตามของนักเรียนน้อยที่สุด

3. แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อทำวิจัย ซึ่งไม่มีข้อใดถูกหรือผิด เป็นเพียงการศึกษาความคิดเห็น การปฏิบัติตนของนักเรียนเท่านั้น

4. โปรดตอบข้อคำถามทุกข้อให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด สำหรับการตอบแบบสอบถามของนักเรียน จะไม่มีผลกระทบต่อนักเรียน และผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บคำตอบของนักเรียนไว้เป็นความลับ ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามมา ณ โอกาสนี้

สุมาลี สิงห์เกิด

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถามอัตลักษณ์แห่งตน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติ
ของนักเรียนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองมีลักษณะนิสัยเป็นอย่างไร
2.	ข้าพเจ้ารู้ว่าตนเองมีความสามารถทางด้านกีฬาชนิดใด
3.	ข้าพเจ้าคิดว่ารูปร่างหน้าตาของตนเองไม่เป็นอุปสรรคกีดขวาง ความก้าวหน้าในอนาคต
4.	ข้าพเจ้ารู้คิดว่าควรจะทำชีวิตของตนเองอย่างไร
5.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะแก้ไขตนเอง ถ้าหากทำอะไรพลาดพลั้งไป
6.	เมื่อทำอะไรผิดพลาด ข้าพเจ้าก็พร้อมจะยอมรับ ความผิดพลาดนั้น
7.	ข้าพเจ้ารู้ดีว่าตนเองมีความสามารถไม่ด้อยไปกว่าคนอื่น
8.	ข้าพเจ้ารู้สึกภาคภูมิใจที่ได้ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการทำงานกลุ่ม
9.	ข้าพเจ้ากล้าแสดงความคิดเห็นกับครูและเพื่อน
10.	ข้าพเจ้าไม่กล้าตอบคำถามครู แม้ว่าจะตอบคำถามเหล่านั้นได้ดี
11.	ไม่ว่าจะมีอุปสรรคใด ๆ จะเกิดขึ้น ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะสามารถ ฟันฝ่าอุปสรรคได้
12.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยสนิทสนมกับใครเป็นพิเศษ แม้ว่าจะคบกันมานาน
13.	ถ้าเพื่อนคุยกันแล้วมองมาที่ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าคิดว่าเขาคงจะ นินทาข้าพเจ้า
14.	ข้าพเจ้านำวัสดุเหลือใช้มาประดิษฐ์เป็นสิ่งของเครื่องใช้
15.	ข้าพเจ้าจัดทำตารางวางแผนงานก่อนการทำงานเสมอ
16.	ข้าพเจ้าคิดค้นออกแบบสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ อยู่เสมอ

แบบสอบถามการพึ่งตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติ
ของนักเรียนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าใช้ความรู้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ในการทำงาน
2.	ข้าพเจ้าพยายามทำจนเสร็จ โดยไม่ย่อท้อ ถึงแม้มีงานที่ต้องทำหลายอย่าง
3.	ข้าพเจ้ามักทำอะไรด้วยตนเอง โดยไม่ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น
4.	การทำงานใด ๆ ข้าพเจ้าสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง
5.	ถ้าต้องไปติดต่อประสานงานกับผู้อื่นที่ไม่รู้จัก ข้าพเจ้าสามารถติดต่อประสานงานสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี
6.	ถ้ามีปัญหาเฉพาะหน้าเล็ก ๆ น้อย ๆ เกิดขึ้นภายในบ้าน ข้าพเจ้าสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้
7.	ข้าพเจ้าสามารถเดินทางไปโรงเรียนได้หลากหลายเส้นทาง
8.	ถ้าไม่เข้าใจการบ้านที่ครูให้ ข้าพเจ้าจะถามครูด้วยตนเอง
9.	ข้าพเจ้ามักจะทำงานส่งครูด้วยความสามารถของตนเองมากกว่าจะถามผู้อื่น
10.	เมื่อมีปัญหาจากงานที่ครูมอบหมาย ข้าพเจ้าจะศึกษาหาความรู้จากห้องสมุดด้วยตนเอง
11.	การศึกษาค้นคว้าความรู้ด้วยตนเอง ทำให้ข้าพเจ้าได้รับความรู้ความเข้าใจมากขึ้น
12.	เมื่อมีการบ้านที่ยากข้าพเจ้าจะค้นคว้าศึกษาและทำให้สำเร็จด้วยตนเอง
13.	ข้าพเจ้าจะปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายด้วยตนเอง โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติ
ของนักเรียนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าคิดว่าการหาความรู้เกี่ยวกับอาชีพในอนาคตยังเป็นเรื่อง ที่ไกลตัว
2.	ข้าพเจ้ามักจะละทิ้งความพยายามในขณะที่งานยังไม่เสร็จ
3.	ข้าพเจ้ามีความมุ่งมั่นเพื่อการมีอนาคตที่ดีในด้านการประสบ ความสำเร็จในการทำงาน
4.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าไม่จำเป็นต้องทุ่มเทกับสิ่งต่าง ๆ มากมาย ในเมื่อ อนาคตเป็นสิ่งที่ไกลตัว
5.	ข้าพเจ้าคิดว่าการเรียนมีส่วนช่วยให้ประสบความสำเร็จในอนาคต
6.	ข้าพเจ้าเลือกเรียนในสาขาวิชาที่ชอบ เพื่อจะได้ประกอบอาชีพ ตามที่ตนเองสนใจได้
7.	ข้าพเจ้าคิดว่าการเรียนต่อในระดับสูง ๆ จะช่วยให้มีโอกาส ทำงานแล้วก้าวหน้าในอาชีพได้
8.	ข้าพเจ้าคิดว่าความพยายามในการเรียนหรือฝึกฝนด้านต่าง ๆ เป็นหนทางแห่งความสำเร็จในอนาคต
9.	ข้าพเจ้ามักหาความรู้และฝึกฝนทักษะ เพื่อความก้าวหน้า ของตนเอง
10.	ข้าพเจ้าอดทนและตั้งใจเรียนให้มาก ๆ เพื่อสามารถประกอบ อาชีพที่ตนเองมุ่งหวังในอนาคต
11.	ข้าพเจ้ายอมเหน็ดเหนื่อยจากการเรียน เพื่อจะได้มีงานที่ดี ทำในอนาคต
12.	ข้าพเจ้ามักหาความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจ เพื่อที่จะเลือก เรียนต่อในสาขาวิชาที่ตรงกับอาชีพนั้น
13.	ข้าพเจ้าจะศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในวิชาที่เรียนไม่เข้าใจ

แบบสอบถามอิทธิพลของพ่อแม่/ผู้ปกครอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติ
ของนักเรียนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1.	พ่อแม่/ผู้ปกครองเป็นแบบอย่างให้ข้าพเจ้าในเรื่องระเบียบวินัยในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
2.	ข้าพเจ้านำแนวทางในการปฏิบัติตนของพ่อแม่/ผู้ปกครองมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต
3.	ข้าพเจ้าเรียนรู้การใช้เงินอย่างประหยัดจากพ่อแม่/ผู้ปกครอง
4.	ข้าพเจ้าปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพ่อแม่/ผู้ปกครองด้วยความเต็มใจ
5.	ข้าพเจ้าดูแลเอาใจใส่ผู้อื่น เช่นเดียวกับที่พ่อแม่/ผู้ปกครองเอาใจใส่ดูแลข้าพเจ้า
6.	ข้าพเจ้าคิดว่า สิ่งที่พ่อแม่/ผู้ปกครองเลือกให้เป็นสิ่งที่ดีที่สุด
7.	ในการปฏิบัติตนในโอกาสต่าง ๆ ข้าพเจ้านำแนวทางการปฏิบัติตนของพ่อแม่/ผู้ปกครองมาเป็นแบบอย่าง
8.	ข้าพเจ้ามีนิสัยรักความมีระเบียบวินัยเหมือนพ่อแม่/ผู้ปกครอง
9.	ข้าพเจ้าจะรู้สึกไม่ดีหากไม่ได้ทำตามคำแนะนำของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
10.	พ่อแม่/ผู้ปกครองเป็นผู้สอนกฎเกณฑ์ทางสังคมให้ข้าพเจ้า ทำให้ข้าพเจ้าเรียนรู้ถึงการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
11.	พ่อแม่/ผู้ปกครองมักสอนสิ่งที่ควรปฏิบัติและสิ่งที่ควรละเว้นแก่ข้าพเจ้า และทำเป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นเห็น
12.	ข้าพเจ้าเชื่อฟังคำแนะนำของพ่อแม่/ผู้ปกครอง เมื่อข้าพเจ้าทำงานผิดพลาด พร้อมทั้งจะปรับปรุงแก้ไข
13.	เมื่อทำอะไรผิด ข้าพเจ้าจะเชื่อฟังคำกล่าว/ตักเตือนของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
14.	พ่อแม่/ผู้ปกครองจะคอยดูแลเอาใจใส่ในพฤติกรรม การแสดงออกทุก ๆ อย่างของข้าพเจ้า
15.	เมื่อข้าพเจ้าทำผิดพลาด พ่อแม่/ผู้ปกครองจะเป็นคนคอยให้กำลังใจ ยืนเคียงข้างเสมอ

แบบสอบถามการเปิดรับสื่อ

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติ
ของนักเรียนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้าง จริง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
1.	ข้าพเจ้าชอบดูรายการเกี่ยวกับการศึกษาและสารคดีเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริของในหลวง
2.	ข้าพเจ้าชอบอ่านหนังสือที่เกี่ยวกับการเกษตรหรือการดำเนินชีวิตแบบพอเพียงตามแนวพระราชดำริ
3.	ข้าพเจ้าอ่านข่าวหรือบทความเกี่ยวกับทฤษฎีความพอเพียงหรือการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง
4.	ขณะที่ข้าพเจ้าชมโทรทัศน์ ข้าพเจ้าจะไม่ทำกิจกรรมอื่น ๆ เลย
5.	ข้าพเจ้ารับข่าวสารด้านการศึกษาจากคอมพิวเตอร์ หรือโทรทัศน์
6.	ข้าพเจ้าชมนิทรรศการต่าง ๆ ด้วยความสนใจ
7.	ข้าพเจ้ารับชมรายการย้อนหลังจากอินเทอร์เน็ต
8.	ข่าวสารทางโทรทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับข่าวเศรษฐกิจ สังคม หรือการเมือง ข้าพเจ้าจะรับชมจนจบข่าว
9.	ข้าพเจ้ารับฟังข่าวสารทางวิทยุ
10.	ข้าพเจ้าชอบอ่านข่าวสารจากป้ายประกาศที่โรงเรียนติดไว้
11.	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือพิมพ์เป็นประจำ
12.	ข้าพเจ้าชอบติดตามข่าวสารจากป้ายโปสเตอร์หรือแผ่นพับ
13.	ข้าพเจ้าติดตามข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ เพื่อให้รู้เท่าทันเหตุการณ์บ้านเมือง
14.	ข้าพเจ้าติดตามข่าวสารประจำวันทางอินเทอร์เน็ต
15.	ข้าพเจ้าสนใจรับชมฟัง ข่าวสารทุกเรื่อง
16.	ข้าพเจ้ารับชมข่าวสารทางอินเทอร์เน็ตเป็นประจำ

➡ **แบบสอบถามเพื่อการวิจัย ชุดที่ 2** ⬅

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามด้านส่วนตัวของผู้ตอบ เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ตามความเป็นจริง

1. ชื่อโรงเรียน.....

2. เพศ ชาย หญิง

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง มีดังนี้

- แบบสอบถามการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันแบบพอเพียง จำนวน 23 ข้อ
- แบบสอบถามการเรียนรู้แบบพอเพียง จำนวน 26 ข้อ

2. ขอความร่วมมือจากนักเรียนในการอ่านและพิจารณาข้อคำถามแต่ละข้อแล้วตอบให้ตรงกับระดับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือ เพียงช่องเดียว ในแต่ละข้อ โดยพิจารณา ดังนี้

จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม ของนักเรียนมากที่สุด
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม ของนักเรียนมาก
ค่อนข้างไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม ของนักเรียนน้อย
ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตาม ของนักเรียนน้อยที่สุด

3. แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อทำวิจัย ซึ่งไม่มีข้อใดถูกหรือผิด เป็นเพียงการศึกษาความคิดเห็น หรือการปฏิบัติตนของนักเรียนเท่านั้น

4. โปรดตอบข้อคำถามทุกข้อให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด สำหรับการตอบแบบสอบถามของนักเรียน จะไม่มีผลกระทบต่อนักเรียน และผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บคำตอบของนักเรียนไว้เป็นความลับ ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามมา ณ โอกาสนี้

สุมาลี สิงห์เกิด

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถามการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น หรือการปฏิบัติ
ของนักเรียนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
	การปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันแบบพอเพียง				
1.	ข้าพเจ้าวางแผนการใช้เงินที่ได้จากเงินค่าขนมของพ่อแม่/ผู้ปกครอง
2.	เมื่อต้องการซื้อสินค้าอุปโภค บริโภค ข้าพเจ้าจะคำนึงถึง ความจำเป็นก่อน
3.	ในการทำงานกลุ่ม ข้าพเจ้าจะรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ก่อนเสมอ
4.	ข้าพเจ้าใช้สิ่งของจนหมดก่อนที่จะทิ้ง
5.	ข้าพเจ้าเก็บเงินที่เหลือจากค่าใช้จ่ายประจำวันไว้เพื่อซื้อ สิ่งที่จำเป็น
6.	ข้าพเจ้าใช้สิ่งของอย่างทะนุถนอมเพื่อยืดอายุการใช้งาน
7.	เมื่อเพื่อนนำสิ่งของมาอวด เช่น โทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ ถึงแม้ อยากได้ และมีเงินซื้อ แต่ข้าพเจ้าก็จะไม่ซื้อตามเพื่อน
8.	ถ้าเสื้อผ้าที่ใส่ขาดแต่ยังใช้ได้ ข้าพเจ้าก็จะซ่อมแซมให้ใช้ประโยชน์ ต่อไปได้
9.	การประหยัดเป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าปฏิบัติเป็นประจำ
10.	ข้าพเจ้าคิดอย่างรอบคอบเกี่ยวกับการใช้จ่ายทุกครั้ง
11.	ข้าพเจ้าใช้จ่ายเงินเท่าที่จำเป็น และเก็บออมในส่วนที่เหลือ
12.	ข้าพเจ้าใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าอย่างถูกวิธี
13.	ข้าพเจ้าจะไม่ทิ้งเสื้อผ้าเก่า ๆ ที่ใช้ไม่ได้แล้ว โดยข้าพเจ้า จะนำไปบริจาคผู้ยากไร้ หรือนำมาทำผ้าเช็ดตัว
14.	ถ้ามีสมุดเหลือ ข้าพเจ้าจะนำมาเย็บเล่มเพื่อใช้ทดเลข หรือจดบันทึก

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
15.	ถ้าข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้รวบรวมเงินไปซื้อดอกไม้ทำพานไหว้ครู เมื่อมีเงินเหลือจะนำมาคืนเพื่อน
16.	เมื่อข้าพเจ้าหยิบของจากที่ใดไปใช้จะเก็บคืนที่เดิมเมื่อใช้เสร็จแล้ว
17.	ข้าพเจ้าดูแลทรัพย์สินของตนเองและผู้อื่นไม่ให้พังหรือเสียหาย
18.	เมื่อเป็นเวรรักษาความสะอาดห้องเรียน ข้าพเจ้าจะไม่ละเลยหรือหลีกเลี่ยง
19.	ถ้าได้รับเงินทอนเกิน ข้าพเจ้าจะคืนเงินนั้นให้แก่แม่ค้าโดยไม่ลังเลใจ
20.	ถึงแม้ว่าจะไม่ได้เป็นหัวหน้าห้องก่อนออกจากห้องเรียน ข้าพเจ้าจะตรวจตราดูความเรียบร้อยในห้องก่อน เช่น ปิดไฟ ปิดพัดลม เป็นต้น
21.	ก่อนที่จะซื้อสิ่งของใด ๆ ข้าพเจ้าคำนึงถึงผลดี ผลเสีย และความคุ้มค่ามากกว่า
22.	เมื่อเก็บสิ่งของมีค่าได้ ข้าพเจ้าจะนำไปให้พ่อแม่/ผู้ปกครองเพื่อสืบหาเจ้าของ
23.	เมื่อต้องซื้อสินค้า ข้าพเจ้าจะใคร่ครวญถึงประโยชน์ของสินค้าที่จะซื้ออย่างถี่ถ้วน
การเรียนแบบพอเพียง					
1.	ข้าพเจ้าซื้ออุปกรณ์การเรียนที่มีคุณภาพแต่ราคาไม่แพง
2.	เมื่อมีการทำงานกลุ่ม ข้าพเจ้ารับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ๆ
3.	เมื่อทำงานกลุ่มข้าพเจ้าและเพื่อน ๆ จะปรึกษารื้อหรือกันก่อนว่าจะทำงานกันอย่างไร
4.	ข้าพเจ้าให้คำปรึกษากับเพื่อน ๆ ที่ไม่เข้าใจในบทเรียน
5.	ข้าพเจ้าชวนขวายเป็นหนังสือเพิ่มเติมเพื่อใช้ประกอบการเรียนอย่างสม่ำเสมอ

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้าง จริง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
6.	ในการอ่านหนังสือสอบ ข้าพเจ้าจะอ่านและทำความเข้าใจ ไม่อ่านแบบหามรุ่งหามค่ำ
7.	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกวิชาอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ผลการเรียนดีขึ้น
8.	ในการทำข้อสอบ ถ้าทำข้อสอบไม่ได้ ข้าพเจ้าก็จะไม่ลอกเพื่อน
9.	ข้าพเจ้าทบทวนบทเรียนอย่างสม่ำเสมอ
10.	ข้าพเจ้ากำหนดตารางทบทวนความรู้ของตนเองไว้เป็นประจำ
11.	เมื่อถึงกำหนดส่งงาน ข้าพเจ้าเร่งรีบทำการบ้านให้เสร็จ โดยไม่พักผ่อน
12.	ก่อนเรียน ข้าพเจ้าจะอ่านหนังสือล่วงหน้าก่อนเสมอ
13.	เมื่อมีเวลาว่าง ข้าพเจ้าอ่านหนังสือเป็นประจำ
14.	หากข้าพเจ้าป่วยหรือติดธุระ ข้าพเจ้าจะติดตามบทเรียน ที่ข้าพเจ้าขาดเรียน
15.	ถ้าหนังสือเรียนชำรุดหรือฉีกขาด ข้าพเจ้าจะนำมาซ่อมแซม เพื่อให้ใช้ได้
16.	หากอ่านหนังสือไม่เข้าใจ ข้าพเจ้าจะเข้าห้องสมุด เพื่อค้นคว้าเพิ่มเติม
17.	เมื่อครูมอบหมายงานให้ค้นคว้าหรืออ่านหนังสือเพิ่มเติม ข้าพเจ้าจะเข้าห้องสมุดทันทีที่มีเวลาว่างจากการเรียน
18.	ข้าพเจ้าเตรียมตัวสอบ โดยการอ่านหนังสือก่อนล่วงหน้า
19.	เมื่อเรียนวิชาต่าง ๆ ข้าพเจ้ามักจดบันทึกคำบรรยาย และตัวอย่าง ที่ครูสอนอย่างละเอียด เพื่อใช้ในการทบทวนบทเรียน
20.	ข้าพเจ้ามีความสนใจที่จะแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ อยู่เสมอ
21.	ข้าพเจ้าทำข้อสอบอย่างเต็มความสามารถ
22.	ขณะที่ครูสอนในห้อง ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนอย่างสม่ำเสมอ
23.	ข้าพเจ้าทำแบบฝึกหัดเสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด
24.	ถึงแม้จะถึงเวลานอน ถ้ายังทำการบ้านไม่เสร็จ ข้าพเจ้าก็จะทำ ต่อไปจนกว่าจะเสร็จ

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น/การปฏิบัติ			
		จริง	ค่อนข้าง จริง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
25.	ข้าพเจ้าพยายามทำงานที่ครูมอบหมายให้เสร็จ แม้ว่าจะงานนั้น จะยากก็ตาม
26.	ข้าพเจ้าสามารถแบ่งเวลาในการเรียน หรือทำกิจกรรมต่าง ๆ ใน แต่ละวันได้ทันเวลาที่กำหนด

☞ ✿ ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามค่ะ ✿ ☜

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล นางสาวสุมาลี สิงห์เกิด
 วันเดือนปีเกิด 24 พฤศจิกายน 2527
 สถานที่เกิด อำเภอธวัชป่า จังหวัดตรัง
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน 17/82 ถนนสุขาภิบาล 1 แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ
 จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10240

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2540 ประถมศึกษาปีที่ 6
 จากโรงเรียนบ้านไทรปวง จังหวัดตรัง

พ.ศ. 2543 มัธยมศึกษาปีที่ 3
 จากโรงเรียนห้วยนางราษฎร์บำรุง จังหวัดตรัง

พ.ศ. 2546 ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.)
 จากวิทยาลัยเทคนิคตรัง จังหวัดตรัง

พ.ศ. 2548 ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)
 จากวิทยาลัยเทคนิคตรัง จังหวัดตรัง

พ.ศ. 2550 บริหารธุรกิจบัณฑิต (บธ.บ.) วิชาเอก คอมพิวเตอร์ธุรกิจ
 จากมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี

พ.ศ. 2553 การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.)
 สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา
 จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ