

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
ศรุดา โตษยานนท์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2553

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
ศรุดา โตษยานนท์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2553
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
ศรุดา โดษยานนท์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
พฤษภาคม 2553

ศรุดา โทษยานนท์. (2553). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร*. สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ :
ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 โดยจำแนกปัจจัยที่ศึกษาเป็น 3 ด้าน คือ ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอัตมโนทัศน์ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 261 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย พบว่า

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 ปัจจัย ได้แก่ อัตมโนทัศน์ (X_3) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5)
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สุขภาพจิต (X_2) และการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6)
3. ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร มี 1 ปัจจัย ได้แก่ อายุ (X_1)
4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยส่งผลมากที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) อัตมโนทัศน์ (X_3) การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5) ซึ่งปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยนี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี

กรุงเทพมหานคร ใต้ร้อยละ 55.80

5. สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

5.1 สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = .725 + .484 X_4 + .180 X_3 - .133 X_6 + .156 X_5$$

5.2 สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = .490 X_4 + .174 X_3 - .206 X_6 + .143 X_5$$

FACTORS AFFECTING ON PEERS ADJUSTMENT OF THE FIRST LEVEL,
PRIMARY GRADES 1-3 STUDENTS AT SAINT DOMINIC SCHOOL IN
RATCHATHEWEE DISTRICT, BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
SARUDA TOSAYANON

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2010

Saruda Tosayanon. (2010). *Factors Affecting on Peers Adjustment of the First Level, Primary Grades 1-3 Students at Saint Dominic School in Ratchathewee District, Bangkok*. Master's Project, M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Project Advisor : Assist. Prof. Promtida Sankamkrue.

The purposes of this research were to study factors affecting on peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok. The factors were divided into 3 dimensions, First of them was personal factors : age, mental health, and self-concept, Second of them was family factor : interpersonal relationship between students and their guardians and third of them was school environmental factors : interpersonal relationship between students and their teachers and peers imitation of peers adjustment.

The 261 samples were the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok in academic year 2009. The instrument was questionnaires of factors affecting on peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok. The data was analyzed by the Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Stepwise Multiple Regression Analysis.

The results were as follows :

1. There were significantly positive correlation among peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok and 3 factors; self-concept (X_3), interpersonal relationship between students and their guardians (X_4) and interpersonal relationship between students and their teachers (X_5) at .01 level.

2. There were significantly negative correlation among peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok and 2 factors; mental health (X_2) and peers imitation of peers adjustment (X_6) at .01 level.

3. There were no significantly correlation among peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok and 1 factor; age (X_1).

4. There were significantly 4 factors affecting on peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok, at .01 level ranking from the most affecter to the least affecter; interpersonal relationship between students and their guardians (X_4), self-concept (X_3), peers imitation of peers adjustment (X_6) and interpersonal relationship between students and their teachers (X_5). These 4 factors could predicted peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok about percentage 55.80.

5. The significantly predicted equations of peers adjustment of the first level, primary grades 1-3 students at Saint Dominic school in Ratchathewee district, Bangkok at .01 level were as follows :

5.1 In terms of raw scores were :

$$\hat{Y} = .725 + .484 X_4 + .180 X_3 - .133 X_6 + .156 X_5$$

5.2 In terms of standard scores were :

$$Z = .490 X_4 + .174 X_3 - .206 X_6 + .143 X_5$$

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุฬรัตน์ กรรมการสอบปากเปล่าสารนิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา แนวคิด และข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างมาก จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง แห่งภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ให้ความรู้ อบรมสั่งสอน ให้ความรัก ความเมตตา และให้กำลังใจกับผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอกราบขอบพระคุณ บาทหลวง ดร.มัญญ สุนเจริญ ผู้อำนวยการโรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่กรุณาอนุญาตให้ทำวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบพระคุณครูประจำชั้นนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ทุกท่าน ที่กรุณาสละเวลาให้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลและช่วยเหลือในการให้นักเรียนตอบแบบสอบถาม และขอขอบคุณนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ทุกคนเป็นอย่างยิ่ง ที่ให้ความช่วยเหลือในการตอบแบบสอบถาม

ขอขอบคุณเพื่อนๆ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาทุกคน ที่คอยให้กำลังใจ คำแนะนำ และคอยให้ความช่วยเหลือในการทำสารนิพนธ์มาโดยตลอด

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา น้องสาว สมาชิกในครอบครัวทุกคน และครอบครัวไล่เจริญรัตน์ ที่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความห่วงใย เป็นกำลังใจ รวมทั้งเสียสละทุนทรัพย์เพื่อส่งเสริมสนับสนุนทางการเรียนแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมาตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำงานวิจัย

คุณค่าและประโยชน์อันใดที่ได้จากการทำสารนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอนำมาเป็นเครื่องบูชา พระคุณบิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ในการอบรมสั่งสอนผู้วิจัยมาจนถึงปัจจุบัน

ศรุตดา โตะขยานนท์

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
	ความสำคัญของการวิจัย.....	4
	ขอบเขตของการวิจัย.....	4
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	4
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
	นิยามศัพท์เฉพาะ	5
	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
	สมมติฐานของการวิจัย.....	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน	9
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน.....	24
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร.....	48
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	51
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	51
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	52
	วิธีการสร้างเครื่องมือ.....	52
	การหาคุณภาพเครื่องมือ	62
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	63
	การวิเคราะห์ข้อมูล	63
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	63
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
	สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
	การวิเคราะห์ข้อมูล	66
	การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	66
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	67

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5	
สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	71
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	71
สมมติฐานของการวิจัย.....	71
วิธีดำเนินการวิจัย.....	71
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	72
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	72
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
อภิปรายผลการวิจัย.....	74
ข้อเสนอแนะ.....	82
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	82
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป.....	83
บรรณานุกรม.....	84
ภาคผนวก.....	93
ภาคผนวก ก.....	94
ภาคผนวก ข.....	105
ภาคผนวก ค.....	111
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	115

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับชั้น.....	52
2	แสดงค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอัตมโนทัศน์ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน และการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร.....	67
3	แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient).....	68
4	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อค้นหาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร	69
5	แสดงผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis).....	69
6	แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามอัตมโนทัศน์.....	106
7	แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง.....	107
8	แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู.....	108
9	แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน.....	109
10	แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน.....	110

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สภาพการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคมทุกวันนี้เต็มไปด้วยปัญหา ข้อขัดแย้ง และความยุ่งยากต่างๆ ซึ่งมีสาเหตุมาจากความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และอื่นๆ บุคคลจึงต้องพยายามปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ๆ ท่ามกลางความเจริญก้าวหน้าและความสับสนวุ่นวาย เพื่อการดำเนินชีวิตของตนในสังคมให้เป็นอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ แต่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมดังกล่าวเป็นไปอย่างรวดเร็ว บุคคลจึงไม่สามารถตอบสนองทุกสิ่งทุกอย่างที่ตนเองต้องการได้ ด้วยเหตุนี้ ความรู้สึกขัดแย้ง ผิดหวัง สับสน และวุ่นใจ จึงเป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงไม่ได้และความรู้สึกต่างๆ ที่กอดตันอยู่ภายในจิตใจนี้ย่อมเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิตที่เป็นสุข ดังนั้นบุคคลจึงจำเป็นต้องรู้จักปรับตัวเพื่อบรรเทาความรู้สึกคับข้องใจของตนเอง เพื่อที่จะช่วยรักษาคุณภาพแห่งชีวิตไว้ให้ได้ จึงกล่าวได้ว่าความสามารถในการปรับตัวมีความสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคน (นิภา นิธยาน. 2520 : 14) ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของลาซารัส (Lazarus. 1971 : 17-21) ที่กล่าวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัวและปรับพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง และสภาพแวดล้อมทางสังคม ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมส่วนใหญ่มักจะเป็นผลจากการปรับตัวไม่ดีของบุคคล

ดังนั้น บุคคลในสังคมจึงต้องเรียนรู้ที่จะปรับตัวอยู่เสมอ เพื่อเป็นการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับยุคสมัย การปรับตัวจึงเป็นส่วนสำคัญและเป็นกระบวนการที่บุคคลได้แสดงพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่างๆ ในสิ่งแวดล้อม มนุษย์ทุกคนต้องมีการปรับตัวทราบเท่าที่ยังดำรงชีวิตอยู่ ต้องแก้ปัญหาเพื่อความสำเร็จในการทำงาน เพื่อทำมาหาเลี้ยงชีพ เพื่อสนองความต้องการทางกาย ทางจิตใจและสังคม (สุชา จันทน์เอม. 2544 : 151) ซึ่งหากคนในสังคมไม่รู้จักรูปวิธีการในการปรับตัวให้สามารถเผชิญกับปัญหาสังคมได้อย่างเหมาะสม ผลกระทบกระเทือนต่างๆ ก็จะตามมา นิภา นิธยาน (อารมณี มัตตะเดช. 2543 : 1; อ้างอิงจาก นิภา นิธยาน. 2530) กล่าวว่า ปัญหาใหญ่ข้อหนึ่งของคนไทยในปัจจุบัน คือ ปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวหรือปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งสืบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยี อันมีผลกระทบถึงแบบแผนความเป็นอยู่ ตลอดจนชีวิตจิตใจของคนไทยทุกวัยทุกด้าน

จากการที่ผู้วิจัยเป็นครูสอนและเป็นครูประจำชั้นอยู่ช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เป็นเวลา 2 ปี ได้สังเกตพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ประสบปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวกับเพื่อนทั้งในและนอกชั้นเรียน และจากการสัมภาษณ์ครูที่สอนในระดับช่วงชั้นที่ 1 พบว่านักเรียนบางคนชอบนั่งตามลำพังคนเดียว ไม่เล่นกับเพื่อน ชอบแกล้งเพื่อน ล้อเลียนเพื่อน มนุษย์สัมพันธ์ไม่ดี ชอบก่อกวนในชั้นเรียน และเมื่อให้ทำงานกลุ่มก็จะไม่ให้ความร่วมมือ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการสำรวจปัญหาเบื้องต้นกับนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราช

เทวี กรุงเทพมหานคร จำนวน 90 คน ซึ่งเป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 30 คน และนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 30 คน ซึ่งผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามคืน จำนวน 45 ฉบับ เป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 15 ฉบับ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 15 ฉบับ และนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 15 ฉบับ โดยใช้แบบสอบถามปลายเปิดจำนวน 2 ข้อ สอบถามนักเรียนดังรายละเอียดต่อไปนี้

คำถามข้อที่ 1 ถามว่า “ขณะนี้ท่านคิดว่าท่านมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องใดบ้าง” ผลการสำรวจเรียงลำดับจากปัญหาที่พบมากที่สุดไปหาปัญหาน้อยที่สุด ดังนี้

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 15 คน ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 60 ได้แก่ เพื่อนชอบแกล้ง เพื่อนชอบล้อ เพื่อนไม่เล่นด้วย และเพื่อนชอบขโมยของ รองลงมา คือ ปัญหาครอบครัว จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ได้แก่ พ่อแม่ทะเลาะกัน และน้องชอบแกล้ง รองลงมา คือ ปัญหาการเรียน จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 13.33 ได้แก่ เรียนไม่ทันเพื่อน และเรียนไม่รู้เรื่อง และรองลงมา คือ ปัญหาการเงิน จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67 ได้แก่ ปรับตัวเรื่องเงินไม่ค่อยได้

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 15 คน ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 60 ได้แก่ เพื่อนชอบแกล้ง เพื่อนชอบล้อ เพื่อนเพื่อนชอบขโมยของ และไม่ชอบเพื่อนที่หนึ่งซ่างๆ รองลงมา คือ ปัญหาการเรียน จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ได้แก่ เรียนไม่รู้เรื่อง และเรียนไม่ทันเพื่อน รองลงมา คือ ปัญหาครอบครัว จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 13.33 ได้แก่ พ่อแม่ทะเลาะกัน และน้องชอบแกล้ง และรองลงมา คือ ปัญหาการเงิน จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67 ได้แก่ เศรษฐกิจไม่ดีต้องอดออม

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 15 คน ปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 60 ได้แก่ เพื่อนชอบแกล้ง เพื่อนชอบล้อ ไม่มีเพื่อนเล่นด้วย รองลงมา คือ ปัญหาการเรียน จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 ได้แก่ เรียนไม่รู้เรื่อง เรียนไม่ทันเพื่อน และเพื่อนไม่ให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม และรองลงมา คือ ปัญหาครอบครัว จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67 ได้แก่ พ่อแม่ทะเลาะกัน

คำถามข้อที่ 2 ถามว่า “จากปัญหาข้อที่ 1 ท่านคิดว่าเกิดจากสาเหตุใดบ้าง”

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่มีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน มีสาเหตุมาจาก เพื่อนไม่ชอบ เล่นกับเพื่อนแรง เพื่อนจึงไม่ยอมเล่นด้วย และเพื่อนนิสัยไม่ดี ปัญหาครอบครัว มีสาเหตุมาจาก พ่อกับแม่มีความคิดที่ไม่ตรงกัน แม่ชอบออกไปเที่ยวตอนกลางคืน และน้องนิสัยไม่ดี ชอบแกล้ง ปัญหาการเรียน มีสาเหตุมาจาก เพื่อนในห้องชอบคุยกัน เพื่อนชอบชวนคุยในเวลาเรียน และเพื่อนชอบเล่นกันในเวลาเรียน และปัญหาการเงิน มีสาเหตุมาจาก ที่บ้านไม่ค่อยมีเงินใช้

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ที่มีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน มีสาเหตุมาจาก เพื่อนอยากเล่นด้วย เพื่อนนิสัยไม่ดี เพื่อนเป็นคนไม่ดี เพื่อนๆ ไม่รัก และเพื่อนไม่ยอมแบ่งปัน จึงไม่อยากนั่งใกล้ๆ ปัญหาการเรียน มีสาเหตุมาจาก ขาดเรียนบ่อย เพื่อนชอบคุยกันในเวลาเรียน และเพื่อนส่งเสียงดัง ปัญหาครอบครัว มีสาเหตุมาจาก พ่อกับแม่ความคิดเห็นไม่ตรงกัน และน้องอยากเล่นด้วย แต่เล่นแรงเกินไป และปัญหาการเงิน มีสาเหตุมาจาก สินค้าขึ้นราคา

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่มีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน มีสาเหตุมาจาก เพื่อนไม่ค่อยชอบ เข้ากับเพื่อนไม่ได้ และเพื่อนบางคนนิสัยไม่ดี ปัญหาการเรียน มีสาเหตุมาจาก เพื่อนในกลุ่มไม่มีความสามัคคีกันเวลาทำงาน เพื่อนชอบคุยกันในเวลาเรียน และทำงานช้า และปัญหาครอบครัว มีสาเหตุมาจาก พ่อกับแม่มีความคิดไม่ตรงกัน

จากผลการสำรวจปัญหาเบื้องต้น พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร น่าจะมีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน ดังที่ มาลี จุฑา (2542 : 318) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการอย่างหนึ่งของมนุษย์ อันเป็นความพยายามของบุคคลที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่างๆ ที่ตนเกี่ยวข้องอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับวราภรณ์ ตระกูลสุทธิ์ (2543 : 3) ที่กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหา ความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ อยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้นๆ เพราะฉะนั้น การปรับตัวที่เหมาะสมจะทำให้บุคคลมีสุขภาพจิตดี ส่วนบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมก็จะเกิดความไม่สบายใจ เกิดความเครียด หรือความคับข้องใจ ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยความลำบาก เป็นผลให้เกิดสภาพจิตใจไม่ดีและเกิดเสื่อมหทางจิตได้ ฉะนั้นการปรับตัวจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง (ลักษณะ สรวิวัฒน์ 2545 : 63)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ปกครองและบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน เพื่อใช้ประกอบการวางนโยบายในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวนทั้งสิ้น 785 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 234 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 268 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 283 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 261 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 78 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 89 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 94 คน ซึ่งทั้งหมดได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random sampling) จากประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 จากตารางของยามาเน่ (Yamane. 1967 : 886-887) โดยใช้ระดับชั้นเป็นชั้น (Strata)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

1.1 ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่

1.1.1 อายุ

1.1.2 สุขภาพจิต

1.1.3 อัตมโนทัศน์

1.2 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่

สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

1.3 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่

1.3.1 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

1.3.2 การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวกับเพื่อน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การปรับตัวกับเพื่อน หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ต่อสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองในสภาพแวดล้อมหรือสภาพการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยปรากฏออกมาเป็นความรู้สึกนึกคิดหรือพฤติกรรมยอมรับและปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในสถานการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวกับการคบเพื่อน ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการทำงานร่วมกับเพื่อน ได้แก่ ความสามารถในการทำงานร่วมกับเพื่อน การทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเพื่อน การเล่นกีฬา การเข้ากลุ่ม การทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนด้วยความสบายใจ และประสบผลสำเร็จด้วยดี

2. ด้านการเห็นความสำคัญของตนเองและเพื่อน ได้แก่ การรู้จักและเข้าใจความรู้สึกที่มีต่อตนเองและเพื่อน การเข้าใจพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อเพื่อน การสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน การรู้จักให้และยอมรับเคารพสิทธิของเพื่อน สนใจความรู้สึกของเพื่อน การเห็นคุณค่าของตนเองและเพื่อน และการห่วงใยใกล้ชิดสนิทสนมซึ่งกันและกัน

3. ด้านการทักทายและแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพื่อน ได้แก่ การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน การรู้จักและเข้าใจเพื่อนสามารถแสดงพฤติกรรมในการทักทายเพื่อนได้อย่างเหมาะสม ทำให้เกิดการยอมรับ และมีสัมพันธที่ดีต่อกันรู้จักการให้และการรับ

4. ด้านการได้รับการยอมรับจากเพื่อน ได้แก่ การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน การเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม การยอมรับฟังและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเพื่อนด้วยความสบายใจ

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน หมายถึง สิ่งส่งผลให้นักเรียนมีการปรับตัวกับเพื่อนที่เหมาะสม ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอัตมโนทัศน์

2.1.1 อายุ หมายถึง ระยะเวลาตั้งแต่แรกเกิดจนถึงปัจจุบันตามปฏิทินสากลของนักเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

2.1.2 สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการปรับตัวให้อยู่ในสังคม สิ่งแวดล้อมได้ รวมถึงสามารถแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข โดยวัดจากแบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ 60 : Thai General Questionnaire)

2.1.3 อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดต่อตนเองของนักเรียนในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านความสามารถ และด้านสังคม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1.3.1 อัตมโนทัศน์ด้านร่างกาย ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่มีต่อรูปร่างของตนเองในด้านรูปร่างหน้าตา หน้าหนัก ส่วนสูง บุคลิกลักษณะท่าทางต่างๆ และการแต่งกายของตน

2.1.3.2 อัตมโนทัศน์ด้านความสามารถ ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่มีต่อความสามารถของตนเองในด้านการเรียนและการทำงาน

2.1.3.3 อัตมโนทัศน์ด้านสังคม ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่มีต่อการประเมินค่าตนเองในด้านการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนในการทำงานและความภาคภูมิใจในตนเอง

2.2 ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

2.2.1 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง และการปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.2.1.1 การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง ได้แก่ การแสดงความรัก ความเคารพ มีความผูกพันกับผู้ปกครอง เชื่อฟัง ยอมรับระเบียบของผู้ปกครอง สามารถขอคำแนะนำซักถาม และขอคำปรึกษาในการปฏิบัติตนทั้งด้านการดำเนินชีวิตส่วนตัวและการเรียน

2.2.1.2 การปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน ได้แก่ การให้ความรัก ความห่วงใยต่อนักเรียน ให้กำลังใจและให้ความไว้วางใจในการทำกิจกรรมของนักเรียน และสามารถให้คำปรึกษาและคำแนะนำทั้งด้านการเรียน และด้านส่วนตัวกับนักเรียน

2.3 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

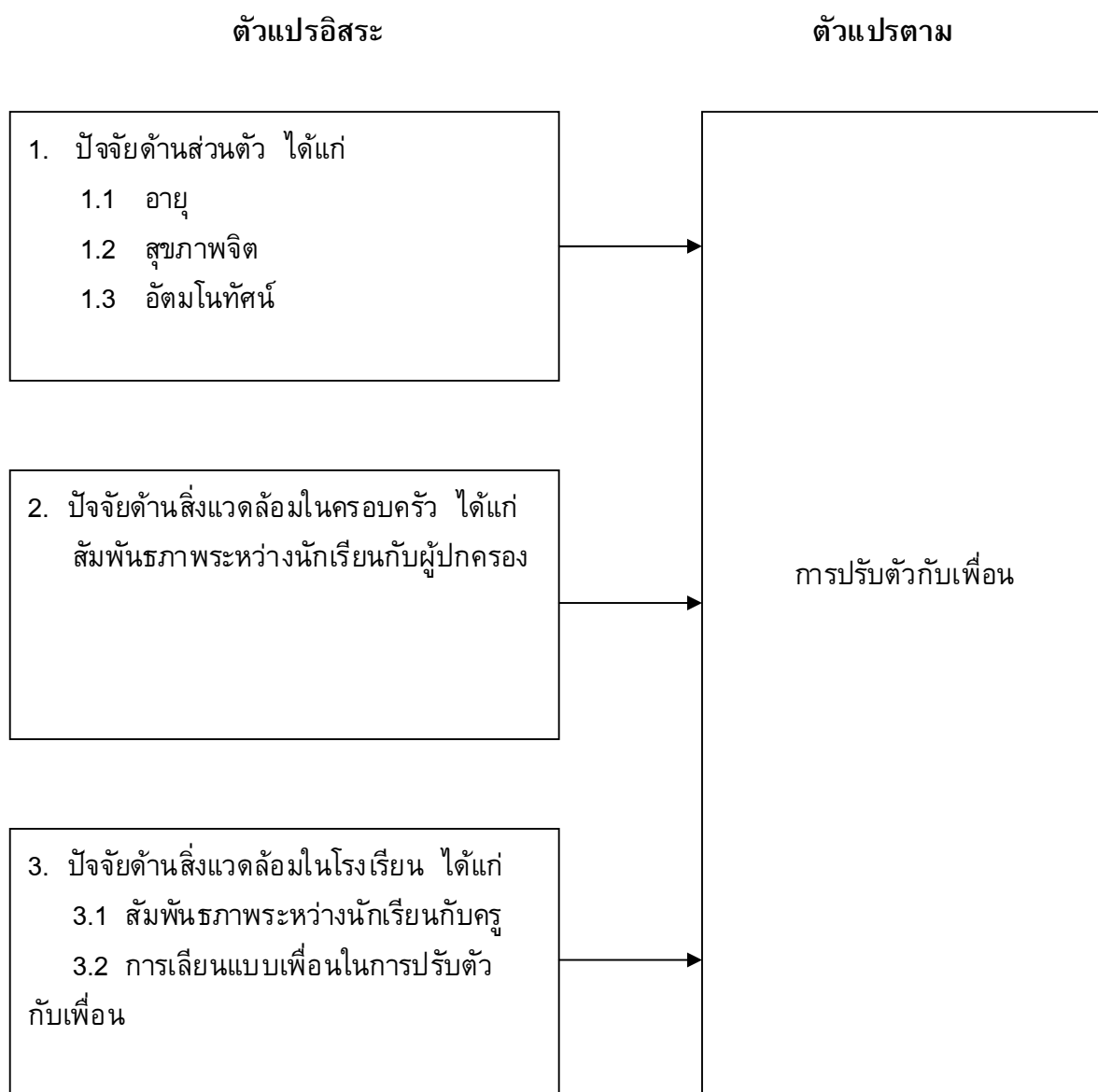
2.3.1 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครู และการปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียนทั้งภายในและภายนอกห้องเรียนเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.3.1.1 การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครูทั้งในและนอกห้องเรียน ได้แก่ การเคารพเชื่อฟังครูผู้สอน ตั้งใจเรียน ปฏิบัติตามคำสั่งสอนและคำชี้แนะของครู และซักถามในสิ่งที่ไม่เข้าใจในด้านการเรียนและด้านส่วนตัว

2.3.1.2 การปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียน ได้แก่ ความเมตตาปราณี เอาใจใส่ต่อนักเรียน ให้คำปรึกษาและข้อชี้แนะแก่นักเรียนทั้งด้านการเรียน และด้านส่วนตัวเมื่อนักเรียนมาขอคำปรึกษา

2.3.2 การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนประพฤติปฏิบัติตามอย่างเพื่อนในเรื่องการปรับตัวกับเพื่อน เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคม ได้แก่ การเล่น การแต่งตัว การพูด และการเลือกกลุ่มเพื่อน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ปัจจัย 3 ด้าน คือ ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอັตมโนทัศน์ ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และการเลียนแบบเพื่อน ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยจึงขอตั้งสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานของการวิจัย

1. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
2. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน

1.1.1 ความหมายของการปรับตัว

โคลแมน (นงลักษณ์ ไหว้พรหม. 2551 : ออนไลน์; อ้างอิงจาก Coleman. 1981) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตน ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่บุคคลนั้นอยู่

โดแนล และคนอื่นๆ (Donald and Others. 1989 : 6-7) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสิ่งต่างๆ ที่มีผลกระทบต่อการพัฒนาสุขภาพ ด้านร่างกาย และจิตใจของแต่ละบุคคล และการปรับนั้นต้องสอดคล้องเหมาะสมกับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม

วอร์เชล (Worchel. 1989 : 6) กล่าวว่า การปรับตัว เป็นการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นเนื่องจากตนเอง สิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่นๆ ที่เราพบในแต่ละวัน การปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน กล่าวคือ ต้องประกอบไปด้วย

1. การเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง และสิ่งแวดล้อมทางสังคม
2. ใช้ความเข้าใจดังกล่าวเป็นตัวกำหนดเป้าหมายที่แท้จริง
3. ใช้ความสามารถที่จะควบคุมสิ่งแวดล้อมและเป้าหมายของการปรับตัว

เพื่อให้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

4. มีความไวต่อการรับรู้ความต้องการและความไม่สบายใจของผู้อื่น เพื่อที่จะให้การช่วยเหลือ หรือสร้างสรรค์ในทางบวกแก่ผู้อื่น

ราทัส (Rathus. 1995 : 10-13) ได้กล่าวถึงความหมายของการปรับตัวตามแนวคิดของนักจิตวิทยา สามารถสรุปได้ดังนี้

1. ความหมายของการปรับตัวตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่เราสามารถปรับระดับความต้องการตามธรรมชาติให้อยู่ในขีดที่สนองความพอใจของตนเองในระดับหนึ่ง ขณะเดียวกันวิธีสนองความต้องการนั้นเป็นสิ่งที่สังคมและตนเองยอมรับได้ด้วยกลไกของการป้องกันตัว (Defense mechanism)

2. ความหมายของการปรับตัวตามทฤษฎีลักษณะการมีทัศนคติต่อการปรับตัว

ให้ความหมายการปรับตัวว่าเป็นความลงตัวของบุคคลและสิ่งแวดล้อม (Person-Environment fit)

3. ความหมายของการปรับตัวตามทฤษฎีการเรียนรู้

3.1 พฤติกรรมนิยม มีทัศนคติต่อความหมายของการปรับตัว หมายถึง มีความคาดหวังที่แม่นยำเกี่ยวกับโลกและทักษะที่จำเป็น เพื่อจะได้รับสิ่งเสริมแรง

3.2 ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม มีทัศนคติต่อความหมายของการปรับตัว หมายถึง การมีตัวแบบที่สมบูรณ์เพื่อจะเลียนแบบ เช่น หนังสือ ทีวี ภาพยนตร์ เพื่อว่าเราจะสามารถเรียนรู้วิธีการต่างๆ ที่จะแผ่อิทธิพลของเราไปยังสิ่งแวดล้อม

3.3 ทฤษฎีมนุษยนิยม เชื่อว่ามนุษย์แต่ละคนจะมีทัศนคติต่อชีวิตในลักษณะเฉพาะบุคคลเราแต่ละคนมีความเข้าใจโลกในแบบเฉพาะของตนเอง ทัศนคติส่วนบุคคลที่มีต่อโลกทำให้เราตีความและประเมินประสบการณ์ของตนเองในวิธีเฉพาะ กลุ่มนี้เชื่อในเรื่องแรงจูงใจที่อยู่ในระดับจิตใต้สำนึกตามที่ฟรอยด์เสนอ รวมทั้งได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้แล้ว นักมนุษยนิยมยังเล็งเห็นคุณภาพที่สำคัญของมนุษย์คือ ความสามารถที่จะตระหนักรู้ในตนเอง และตัดสินใจเลือกได้อย่างเสรี โดยนัยนี้ การปรับตัวที่ดีจึงเกิดขึ้นได้เมื่อเราสามารถยอมรับตัวตนที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะของเราอย่างที่มีนัยและเป็นและกระหายที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและเรียนรู้ที่จะแสดงความสามารถและความถนัดซึ่งมีลักษณะเฉพาะตัวของเรานี้ออกมา

กุญชรี คำชาย (2540 : 266) กล่าวว่า การปรับตัว เป็นกระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามที่จะสร้างความสมดุลระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อมเพื่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุข และมีพื้นฐานอยู่บนความรู้สึกส่วนตัวมากกว่าจะอยู่กับการรับรู้ของคนอื่น เนื่องจากความรู้สึกเป็นสุขหรือไร้สุขนั้น เป็นความรู้สึกเฉพาะตัวของบุคคลและรู้ได้ด้วยตนเอง

มาลี จุฑา (2542 : 318) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ความพยายามของบุคคลที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่างๆ ที่ตนเกี่ยวข้องอยู่

สุชา จันทน์เอม (2544 : 151) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลได้แสดงพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมของเขา มนุษย์ทุกคนต้องมีการ

ปรับตัวทราบเท่าที่เขายังดำรงชีวิตอยู่ ต้องแก้ปัญหาเพื่อความสำเร็จในการทำงาน เพื่อทำมาหาเลี้ยงชีพ เพื่อสนองความต้องการทางกาย ทางจิตใจและสังคม

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545 : 2) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเอง เมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหา ความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ ฯลฯ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้นๆ ได้

ลักขณา สรวิวัฒน์ (2545 : 63) กล่าวว่า การปรับตัว คือ การที่บุคคลสามารถสร้างหรือขัดเกลากิจกรรมให้เข้ากับแบบแผนของสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างปกติสุขทั้งกายและจิตใจ ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เป็นผลของความพยายามของบุคคลที่จะปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวเองไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสิ่งแวดล้อมนั้นๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวแล้วและสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุขแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

กิลเมอร์ (วรรณ นิมวุ่น. 2549 : 9; อ้างอิงจาก Gilmer. 1971) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า เป็นการรับรู้ของบุคคลที่เกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อม โดยไม่เทียบกับกฎเกณฑ์หรือระเบียบใดๆ ทั้งสิ้นเป็นการรับรู้ของบุคคลแต่ละคนที่มีปฏิกริยาโต้ตอบต่อสิ่งแวดล้อม เป็นการปรับตัวให้เข้ากับปัญหาและปรับสภาพปัญหาที่เผชิญอยู่ให้เข้ากับความต้องการของตนเอง

วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา (2549 : 149) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามใช้แรงขับ แรงจูงใจช่วยสนองตอบความต้องการทางร่างกาย จิตใจและสังคมนำไปสู่เป้าหมายด้วยความพยายามปรับพฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดของตนเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของสังคมทำให้การดำรงชีวิตในสังคมเปี่ยมด้วยความสุข และพยายามยอมรับในสภาพความทุกข์ความกังวลใจด้วยการใช้กลไกป้องกันตนเองเมื่อเผชิญความคับข้องใจ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ยอมรับและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองในสภาพแวดล้อมหรือสภาพการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยจะปรากฏออกมาเป็นความรู้สึกนึกคิด หรือพฤติกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและความต้องการของตนเอง เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล และทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยปราศจากความคับข้องใจ

1.1.2 แนวคิดและทฤษฎีการปรับตัว

รอเจอร์ส (สมบัติ ตาปัญญา. 2551 : ออนไลน์; อ้างอิงจาก Rogers. n.d.) กล่าวว่า มนุษย์จะมีความสุข สามารถปรับตัวและใช้ความสามารถในตัวเองได้ดีที่สุด (fully functioning person) ได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับการที่ความคิดเกี่ยวกับตัวเอง (Self-concept) กับการรับรู้ความจริงหรือประสบการณ์ (experience) มีความสอดคล้องกันแค่ไหน เช่น หญิงคนหนึ่งมีความคิดว่า

ตนเองเป็นคนมีเสน่ห์ น่ารัก (เป็น self-concept ของหญิงคนนี้) แต่วันหนึ่งก็บังเอิญแอบได้ยินเพื่อนสองคนนินทาเธอว่าเป็นคนน่าเบื่อ เห็นแก่ตัว ไม่น่าคบ ไม่มีเสน่ห์ เธอจึงเกิดความรู้สึกกังวลใจหรือไม่สบายใจเป็นอย่างมาก เพราะความเชื่อเกี่ยวกับตนเองกับความจริงที่ได้รับรู้ไม่ตรงกัน และวิธีที่จะจัดการกับความไม่สบายใจนี้ก็มีอยู่ 2 วิธี คือ

1. บิดเบือนความจริงที่ได้รับรู้มา (distortion) เช่น ปล่อยให้ตัวเองว่าสองคนที่คุยกันนั้นไม่รู้จักเธอจริงๆ หรือ และคงเข้าใจอะไรผิดบางอย่าง

2. ปฏิเสธความจริง (denial) พยายามบอกกับตัวเองว่านั่นเป็นเรื่องไม่จริง เป็นไปไม่ได้ การที่จะป้องกันไม่ให้เกิดความไม่สบายใจ จะต้องใช้ unconditional positive regard ซึ่งหมายถึง การยอมรับตัวเองและยอมรับทุกอย่างที่เกิดขึ้นอย่างไม่มีเงื่อนไข และพยายามมองทุกอย่างที่เกิดขึ้นในแง่บวก โดยอยู่บนพื้นฐานของความเชื่อว่า มนุษย์ทุกคนมีความโน้มเอียงหรือศักยภาพที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดี

รอย (Roy) (Andrew and Roy. 1991 : 33-35) ได้อธิบายถึงการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง พฤติกรรมการตอบสนองของบุคคลเมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมของตนเองเพื่อปรับคงสภาพสมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งรอยเชื่อว่าคนเราประกอบด้วย กาย จิต สังคม (Man in a Biopsychosocialbeing) เป็นหน่วยเดียวกันที่ไม่สามารถแบ่งแยกได้ (Unified Whole) องค์ประกอบทั้งสามนี้มีความสัมพันธ์ต่อกัน ทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อคงสภาพปกติสุขหรือภาวะสุขภาพดี สาเหตุใดก็ตามที่มีผลต่อกายย่อมมีผลกระทบต่อจิตใจและสังคมด้วย ดังนั้นบุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคม บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นคือ มีสุขภาพดี ยอมรับความเป็นจริง และมีความพึงพอใจในชีวิต ส่วนผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัว จะก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ไม่ยอมรับความจริง เศร้าซึม เป็นต้น

แอนดรูและรอย (Andrew and Roy. 1991 : 33-35) ได้กล่าวถึงกลไกที่ใช้ในการปรับตัวเพื่อรักษาสมดุล ซึ่งประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

1. กลไกการควบคุม (Regulator Mechanism) เป็นกลไกการปรับตัวที่เกิดขึ้นอัตโนมัติโดยที่บุคคลไม่รู้สึกรู้ตัว เป็นการทำงานร่วมกันของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ การรับรู้ และการตอบสนองเพื่อที่จะควบคุมการทำงานของร่างกายให้อยู่ในภาวะสมดุลย์

2. กลไกการรับรู้ (Cognator Mechanism) เป็นกลไกการปรับตัวที่เกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ซึ่งเกี่ยวกับกระบวนการทางจิต สังคม ที่บุคคลใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับความเครียด บุคคลจะเรียนรู้การปรับตัวในส่วนนี้จากทักษะการเข้าสังคม ประสบการณ์ การแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่คล้ายคลึง และระดับการศึกษาซึ่งเป็นการทำงานของสมองในระดับสูง กลไกการปรับตัวทั้ง 2 ส่วนจะเกิดควบคู่กันเสมอ และทำงานร่วมกันเสมือนว่าเป็นหน่วยเดียวกัน โดยสิ่งเร้าจะผ่านเข้ามาทางกลไกการควบคุมแล้วส่งต่อไปที่กลไกการรับรู้ รอยได้วิเคราะห์ความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ตามหลักของมาสโลว์ (Maslow's Hierachy of Needs) มาเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจธรรมชาติของคน ซึ่งเชื่อว่ามนุษย์ต้องมีการปรับตัว เพื่อคงไว้ซึ่ง

ความต้องการพื้นฐานที่เป็นดัชนีบ่งชี้ความมั่นคงของชีวิต ซึ่งได้จากการที่บุคคลมีความมั่นคงทางด้านร่างกายและความมั่นคงทางด้านสังคม สามารถแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลจากกลไกควบคุมและกลไกรับรู้ แบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการด้านร่างกาย (Physiological Needs) เป็นการตอบสนองของบุคคลในด้านร่างกาย พฤติกรรมจะปรากฏออกมาเป็นการทำงานของเซลล์เนื้อเยื่ออวัยวะและระบบ ซึ่งประกอบเป็นร่างกายของมนุษย์ เพื่อตอบสนองความมั่นคงทางด้านร่างกาย (Physiological Integrity) ซึ่งพิจารณาได้จากการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน (Basic Needs) ได้แก่ ความต้องการออกซิเจน อาหาร การขับถ่าย การทำกิจกรรมและการพักผ่อน การตอบสนองในด้านต่างๆ ต้องอาศัยการรับรู้ความรู้สึก การควบคุมน้ำและเกลือแร่ การทำงานของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ โดยมีกลไกการควบคุมเป็นตัวเชื่อมโยงการทำงานและการตอบสนองออกมาเป็นพฤติกรรม เป้าหมายสูงสุดของการดำรงชีวิตในภาวะปกติสุขคือสมดุล ซึ่งมนุษย์จะพยายามปรับ รักษาภาวะเช่นนี้ไว้ ถ้าผลลัพธ์ของการปรับตัวไม่สามารถก่อให้เกิดการตอบสนองทางบวกได้ ก็จะปรากฏเป็นพฤติกรรมในทางลบหรือล้มเหลว (Maladaptation Behavior)

2. พฤติกรรมการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self Concept) นอกเหนือจากการปรับตัวเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการด้านร่างกาย มนุษย์จำเป็นต้องมีความมั่นคงทางจิตใจ (Psychic Integrity) และสิ่งที่มีบทบาทสำคัญต่อการคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางจิตใจ คือ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองอันเกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ตลอดจนการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ในทางจิตวิทยาเชื่อว่าพฤติกรรมทุกอย่างของมนุษย์ เป็นผลจากความนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง บุคคลที่มีความเชื่อมั่นและมองเห็นคุณค่าแห่งตน จะมีการปรับตัวต่อภาวะความกดดันต่างๆ ได้ดีกว่าบุคคลที่มีความรู้สึกต่อตนเองในทางลบ

3. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) การแสดงบทบาทหน้าที่ต่างๆ ของบุคคลได้เหมาะสมทั้งทางด้านพฤติกรรม การแสดงออก อารมณ์และความรู้สึก เป็นการตอบสนองความต้องการเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม (Social Integrity) ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามตามบทบาทของตนได้ บุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อให้การแสดงบทบาทของตนเป็นไปตามปกติ หากจะสำเร็จหรือไม่ ขึ้นอยู่กับปัจจัยการปรับตัวของบุคคลนั้น

4. พฤติกรรมการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interdependence Relation) ความจริงทางสังคมอีกประการหนึ่ง คือ การที่คนเราต้องการมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ถือว่าเป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม (Social Integrity) ด้วยประการหนึ่ง ความพอเหมาะระหว่างการพึ่งพาตนเอง (Independence) การพึ่งพาผู้อื่น (Dependence) และการให้ผู้อื่นได้พึ่งพาตน มีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งทางด้านจิตใจและสังคม โดยปกติบุคคลจะพยายามคงไว้ซึ่งความเป็นตัวของตัวเองและยอมพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในขอบเขตที่ตนเองและสังคมยอมรับ จากทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการ

ปรับตัวที่กล่าวมาการปรับตัวที่กล่าวมาข้างต้น จึงสรุปได้ว่าขบวนการปรับตัวของบุคคล มีตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยชรา ในแต่ละช่วงอายุมีความสำคัญเกี่ยวเนื่องกันและมีอิทธิพลในช่วงอายุต่อมา การปรับตัวของบุคคลนั้นเกิดจากการเปลี่ยนแปลงร่างกาย สังคม และสิ่งแวดล้อม ช่วงวัยรุ่นถือเป็นช่วงของการปรับตัวที่มีความสำคัญที่สุด ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม เพราะเป็นพื้นฐานในการปรับตัวในวัยต่อมา ในการดำรงชีวิตการทำงาน การมีครอบครัว รวมทั้งเป็นบุคคลที่รู้จักตนเอง

วอร์เชล และโกทอลล์ (Worchel and Goethols. 1989 : 3) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นงานประจำที่บุคคลจะต้องแก้ปัญหา ซึ่งอาจจะเกิดจากตัวเอง สิ่งแวดล้อมรอบตัวหรือบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง บุคคลที่ปรับตัวได้ดี คือ บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีการรู้จักและยอมรับตนเองเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการปรับตัว และการปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน เกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การเรียนรู้ และเข้าใจตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม
2. การใช้ความเข้าใจตนเอง เพื่อกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงให้กับตนเอง
3. การใช้ความสามารถของตนเอง เพื่อควบคุมสิ่งแวดล้อมและโชคชะตาของตัวเอง

4. ความไวต่อการรับรู้ความต้องการ และความไม่สบายใจของผู้อื่น เพื่อสามารถให้ความช่วยเหลือ และใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี

จากทฤษฎีการปรับตัวข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้แนวคิดที่จะศึกษาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ตามทฤษฎีของรอย (Roy) ที่เปรียบสิ่งแวดล้อมเป็นเสมือนสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้บุคคลต้องปรับตัว อันได้แก่ อายุ สุขภาพจิต การสนับสนุนทางสังคม สังคมจากบุคคลรอบข้าง และลักษณะครอบครัว เป็นต้น อย่างไรก็ตามปัญหาการปรับตัวเป็นปัญหาอีกแง่มุมหนึ่งที่สร้างความกดดันให้แก่ชีวิต ซึ่งบุคคลจะต้องพยายามแก้ไขปรับปรุงสภาวะที่ต้องประสบด้วยตนเอง และอีกส่วนหนึ่งอาจต้องอาศัยการสนับสนุนทางสังคม เพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีความสุข

1.1.3 สาเหตุของการปรับตัว

ศุภลัคน์ จารุรัตน์จามร (2534 : 265) ได้อธิบายสาเหตุของการปรับตัวไว้ว่า สาเหตุที่ทำให้บุคคลต้องเกิดการปรับตัวมี 2 ประการใหญ่ๆ ได้แก่

1. สาเหตุทางกายภาพ เช่น อากาศร้อนเกินไป หรืออากาศหนาวจนเกินไป หรือร่างกายได้รับบาดเจ็บ เป็นต้น ซึ่งทำให้ร่างกายต้องปรับสภาพให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และอาจปรากฏออกมาในลักษณะต่างๆ เช่น ความเหนื่อยล้า ความเฉื่อยชา หรือความตกใจกลัว เป็นต้น

2. สาเหตุทางจิตวิทยา แม้จะไม่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายโดยตรง แต่ก็มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน ได้แก่

2.1 ความคับข้องใจ (Frustration) หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นจากการมีอุปสรรคที่ทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมาย ผลที่เกิดขึ้นเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์ด้านลบ เช่น โกรธ กลัว วิดกกังวล เครียด ฯลฯ ซึ่งสัมพันธ์กับสรีระของบุคคล ทำให้เกิดพฤติกรรมต่างๆ กัน อุปสรรคหรือสาเหตุที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ ได้แก่

2.1.1 สาเหตุทางกายภาพ (Physical Factors) เป็นความคับข้องใจที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่มีชีวิตเป็นอุปสรรค ตัวอย่างเช่น สภาพดินฟ้าอากาศ ฝนแล้ง น้ำท่วม เป็นเหตุให้เกิดความคับข้องใจในแก่เกษตรกร คนที่รีบเดินทางแต่ฝนตกหรือรถเสีย ทำให้ล่าช้า ก่อให้เกิดความคับข้องใจแก่คนนั้น เป็นต้น

2.1.2 สาเหตุทางจิตวิทยา (Psychological Factors) เป็นความคับข้องใจ ซึ่งเกิดจากอุปสรรค ดังนี้

2.1.2.1 สาเหตุทางสังคม (Social Factors) เป็นความคับข้องใจอันเป็นผลมาจากการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม หรืออยู่ในสังคมต้องมีความสัมพันธ์พึ่งพาอาศัยกัน สาเหตุทางสังคมย่อมก่อให้เกิดความคาดหวัง ความกดดันก่อให้เกิดความคับข้องใจ ตัวอย่างเช่น เด็กที่มีน้องใหม่ ความรักความเอาใจใส่จากมารดาจะถูกแบ่งขึ้น ทำให้เด็กเกิดความต้องการทางใจและความต้องการทางสังคม หากเด็กไม่ได้รับการตอบสนองเต็มที่ ย่อมก่อให้เกิดความคับข้องใจ เป็นต้น

2.1.2.2 สาเหตุส่วนบุคคล (Personal Factors) เป็นความคับข้องใจอันเกิดจากความจำกัด ความบกพร่อง หรือการขาดทางร่างกาย เช่น มีความพิการ เกิดจากการเจ็บป่วยเป็นเวลานาน การขาดเส้นเอ็นหรือความงาม การขาดเชาวน์ปัญญา เป็นต้น หากวางเป้าหมายไว้เกินสภาพส่วนบุคคล ย่อมทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายได้ ตัวอย่างเช่น คนที่เชาวน์ปัญญาไม่ดี เรียนไม่เก่ง แต่อยากเรียนระดับอุดมศึกษา คนไม่สวยอยากเป็นนางแบบ เป็นต้น

2.2 ความขัดแย้ง (Conflict) หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นจากสาเหตุ 2 สาเหตุขึ้นไป ซึ่งมีความสำคัญเท่าๆ กัน แล้วเกิดขึ้นในเวลาเดียวกันหรือใกล้เคียงกัน และไม่สามารถเลือกตอบสนองสาเหตุทั้งหมดในครั้งเดียวกันได้ จึงจำเป็นต้องเลือกตอบสนองเพียงสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง ความขัดแย้งนี้เกิดขึ้นเมื่อเหตุการณ์หรือเป้าหมายที่ต้องการ ที่พึงปรารถนา ที่น่าสนใจ ดึงดูดใจ หลายๆ อย่างเกิดขึ้นพร้อมกัน บุคคลต้องการจะหลีกเลี่ยงทั้งหมด แต่ก็จำเป็นต้องเลือกสภาพใดสภาพหนึ่ง นอกจากนี้ความขัดแย้งยังเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์หรือเป้าหมายเดียวกัน แต่มีทั้งต้องการไม่ต้องการ พึงปรารถนา ไม่พึงปรารถนาอยู่ร่วมกันไป ทำให้เกิดทัศนคติสองทางก้ำกึ่งกัน สภาพการณ์เช่นนี้เกิดขึ้นบ่อยๆ ในชีวิตประจำวันคนเราจะใช้วิธีการปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความเครียด เป็นต้น

กันยา สุวรรณแสง (ฉันทย์ชนก ศิริสุขชัยวุฒิ. 2542 : 47; อ้างอิงจาก กันยา สุวรรณแสง. 2533) ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัวว่าเกิดจากปัจจัยต่อไปนี้

1. แรงขับและความต้องการ (Drives and Needs) ทั้งนี้เนื่องจากในชีวิตของบุคคลมีความต้องการเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการทางกาย (Physical Needs) และความ

ต้องการทางจิต (Psychological Needs) ความต้องการทั้งสองนี้ทำให้เกิดแรงขับให้มนุษย์ดิ้นรนแสวงหาเพื่อตอบสนองความอยากของตน ถ้าเกิดอุปสรรคมาขัดขวางไม่สามารถสนองความต้องการร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมาในรูปแบบต่างๆ เพื่อคลายความกระวนกระวาย ซึ่งการแสดงพฤติกรรมเหล่านี้เรียกว่า “การปรับตัว”

2. แรงกระตุ้นจากสังคม ทั้งนี้เกิดขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมรวดเร็วหรือจากการที่สิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไปทำให้คนมีปัญหาการปรับตัวให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น ความเป็นอยู่ การคมนาคม ความเจริญทางวัตถุ เป็นต้น อันก่อให้เกิดปัญหาความคับข้องใจซึ่งต้องอาศัยการปรับตัวด้วยวิธีการต่างๆ

3. เจตคติ ความสนใจ จุดมุ่งหมายของชีวิตของตนเองเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับพฤติกรรม

มาลี จุฑา (2542 : 319) กล่าวว่า การที่บุคคลพบกับอุปสรรค ย่อมทำให้เกิดความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่ไม่เป็นผลดีกับตนเอง ซึ่งบุคคลจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ดังนี้

1. ความตึงเครียด (Tension) เป็นสภาวะทางอารมณ์เมื่อบุคคลประสงค์สิ่งใดแล้วพบกับอุปสรรค เมื่อไม่อาจแก้ปัญหาได้ย่อมเกิดความตึงเครียด ทำให้ปวดศีรษะได้ จึงหาทางปรับตัวเพื่อปรับสภาวะทางอารมณ์ เป็นต้น

2. ความคับข้องใจ (Frustration) เป็นสภาวะทางอารมณ์ประเภทหนึ่งที่บุคคลพบกับอุปสรรค เมื่อไม่อาจบรรลุผลสำเร็จตามเจตนาที่กำหนดไว้ได้ก็เกิดความคับข้องใจขึ้นได้ เช่น อาจมีอาการหงุดหงิด ถอนหายใจ บ่นพึมพำ เป็นต้น

3. ความกดดัน (Pressure) เป็นสภาวะทางอารมณ์ที่บุคคลได้รับอุปสรรคหรือสิ่งแวดล้อมที่บุคคลเกี่ยวข้อง ทำให้เกิดความไม่สบายใจ และบุคคลจะหลีกเลี่ยงจากความกดดันดังกล่าวนี้

4. ความวิตกกังวล (Worry) เป็นสภาวะทางอารมณ์ที่บุคคลพบกับอุปสรรคหรือภารกิจสำคัญ เช่น ก่อนไปพบอาจารย์ ก่อนการสัมภาษณ์ และก่อนถูกสอบสวน เป็นต้น

วรารภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2544 : 2) ได้กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัวว่ามีสาเหตุมาจาก 2 ประการ คือ

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ตลอดชั่วชีวิตของบุคคลหนึ่ง ย่อมผ่านช่วงชีวิตมามากมาย พบกับความเปลี่ยนแปลงทั้งที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเองธรรมชาติ เริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิเป็นตัวอ่อนอยู่ในครรภ์มารดา จนเติบโตจนทุกวันนี้ เราทุกคนต้องพบกับสภาพความเปลี่ยนแปลงโดยตลอด ซึ่งทุกคนต้องปรับตัวเพื่อจะอยู่รอดให้ได้ในแต่ละช่วงชีวิต เช่น เมื่อเป็นทารกแรกเกิดก็ดูดนมมารดาเพียงอย่างเดียว เมื่อเติบโตขึ้นสักหน่อย มารดาก็เริ่มให้อาหารอื่นทดแทน เริ่มบ้วนข้าว กลัวย น้ำ และอื่นๆ ถ้าเราไม่กิน เราคงจะไม่เติบโตมาได้อย่างสมบูรณ์แข็งแรง เพราะขาดสารอาหาร ผอมแห้งไม่แข็งแรง อ่อนแอ เจ็บป่วยได้ง่ายและอาจจะตายก่อนโต ลักษณะการปรับตัวเช่นนี้เหตุผล คือ เพื่อที่เราต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเรา “เพื่อความอยู่รอดของชีวิต”

2. เพื่อความสุข การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหา หรือสภาพการณ์ที่ค่อนข้างเลวร้าย หรือสภาพการณ์ที่เลวร้ายมากๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะพยายามแก้ไขด้วยตนเอง หรือมีการแสวงหาบุคคลอื่นมาช่วยแก้ไขปัญหา สุดท้ายเมื่อปัญหาคลี่คลายมีการแก้ไขแล้ว สภาพต่างๆ เช่น ความคิด ความรู้สึกของเราจะดีขึ้น ผ่อนคลายความตึงเครียดลงไป เมื่อคลายทุกข์หาย ความสุขสบายใจย่อมก่อเกิดขึ้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การปรับตัวมีสาเหตุมาจากปัจจัยด้านส่วนตัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมของมนุษย์ เพื่อสนองความต้องการเบื้องต้นที่สำคัญ ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการทางด้านจิตใจ และความต้องการทางสังคม เมื่อความต้องการดังกล่าวสมหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกสบายใจมีความสุข ในทางตรงกันข้าม ถ้าผิดหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกเครียด มีความทุกข์ เสียใจ วิตกกังวล สับสน ว้าวุ่น และคับข้องใจ สาเหตุดังกล่าวต่างๆ นี้ ล้วนเป็นแรงผลักดันให้บุคคลมีการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข

1.1.4 กระบวนการปรับตัว

ลักษณะ สรีวัฒน์ (2545 : 65) ได้กล่าวถึงระดับของกระบวนการปรับตัวและลักษณะของกระบวนการปรับตัว ดังนี้

1. ระดับของกระบวนการปรับตัว สำหรับกระบวนการปรับที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคลนั้นแบ่งได้เป็น 2 ระดับ คือ

1.1 การปรับตัวที่เรารู้ตัว (Conscious Attempt of Adjustment) การปรับตัวแบบนี้ สามารถทำได้ 2 ทาง คือ

1.1.1 โดยเพิ่มความพยายามให้มากขึ้น เพื่อให้ชนะอุปสรรคหรือความยุ่งยากต่างๆ ที่เกิดขึ้นและเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

1.1.2 โดยการเปลี่ยนเป้าหมายที่ตั้งไว้ หากว่าเป้าหมายที่ตั้งไว้สูงมากเกินไปหรือเป้าหมายที่บุคคลนั้นทราบหรือตระหนักว่าเขาไม่สามารถจะบรรลุเป้าหมายได้ เขาจะเปลี่ยนเป้าหมายใหม่ที่คาดว่าจะเอาชนะได้

1.2 การปรับตัวที่กระทำไปโดยไม่รู้ตัว (Unconscious Attempt of Adjustment) การปรับตัวแบบนี้ อาจกล่าวได้ว่า เป็นทางออกอย่างหนึ่งของบุคคลเมื่อเกิดความคับข้องใจ หรือความขัดแย้งในใจ หรือเมื่อเผชิญปัญหาแล้ว แก้ปัญหานั้นไม่ได้ เขาก็หาทางออกด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง ซึ่งกลวิธีในการปรับตัวในลักษณะดังกล่าว เรียกว่า กลไกทางจิต (Mental Mechanism) หรือกลไกป้องกันตน (Self-defense Mechanism) กลไกดังกล่าวบุคคลใช้เพื่อการรักษาหรือคุ้มครองตนเองไม่ให้เสียหาย หรือศักดิ์ศรีนั่นเอง เพื่อไม่ให้เกิดความวิตกกังวล

2. ลักษณะกระบวนการปรับตัว สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

2.1 การปรับตัวที่สมบูรณ์ (Integrative Adjustment) เป็นลักษณะของการปรับตัวที่บุคคลประสบปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ แล้วสามารถแก้ปัญหาได้ และเมื่อแก้ปัญหาได้แล้วทำให้ตนเองเกิดความไม่สบายใจ ไม่มีข้อข้องใจหรือสงสัยเหลืออยู่

2.2 การปรับตัวที่ไม่สมบูรณ์ (Non-integrative Adjustment) เป็นการปรับตัวที่บุคคลประสบปัญหาหรืออุปสรรคแล้วไม่สามารถแก้ปัญหานั้นได้ แต่เขาอาจมีวิธีทำให้คลายเครียดภายในใจหรือความวิตกกังวลใจให้ลดลงได้บ้าง แต่ร่องรอยของความไม่สบายใจนั้นยังคงค้างอยู่ การปรับตัวแบบนี้อาศัยกลไกทางจิตหรือกลไกป้องกันตนเอง การปรับตัวแบบนี้จึงเป็นการปรับตัวที่ไม่สมบูรณ์

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กระบวนการปรับตัว เป็นกระบวนการหนึ่ง ที่บุคคลใช้เป็นทางออกเมื่อเกิดความคับข้องใจ หรือไม่สบายใจ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือชนะอุปสรรคนั้นๆ ตลอดจนสามารถมีชีวิตอยู่ได้อย่างรอดปลอดภัยและมีความสุข

1.1.5 กลวิธีการในการปรับตัว

ลักษณะ สิริวัฒน์ (2545 : 72-75) กล่าวว่า เมื่อบุคคลประสบปัญหาหรือความไม่สบายใจ อันเกิดจากความวิตกกังวล ความกลัว ความขัดแย้งภายในใจ หรือไม่สามารถปรับตัวได้กับสิ่งแวดล้อม บุคคลจะใช้กลวิธีการในการปรับตัวหรือกลไกป้องกันทางจิต ดังนี้

1. ประเภทต่อสู้อุปสรรคหรือเผชิญปัญหา ดังนี้

1.1 การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Rationalization) เป็นการอ้างเหตุผลเพื่อกลบเกลื่อนและเป็นที่ยอมรับมาอธิบายแทนเหตุผลที่แท้จริง สำหรับการกระทำของตนที่ได้ก่อให้เกิดความผิดหวังให้แก่ตนเองเกินกว่าจะยอมรับได้ เพื่อรักษาความรู้สึกที่ดีของตนไว้ เช่น สอบได้คะแนนน้อย ก็อ้างว่าเพราะมีว่แต่ช่วยแม่ขายของไม่มีเวลาอ่านหนังสือ เป็นต้น

1.2 การโยนความผิดให้ผู้อื่น (Projection) เมื่อเกิดปัญหาขึ้นจะมีการกล่าวโทษผู้อื่นว่าเป็นต้นเหตุ เช่น นักเรียนที่สอบตกในวิชาต่างๆ ก็จะโทษว่าครูออกข้อสอบยาก เป็นการย้ายหรือโยนความผิดไปให้ผู้อื่น เพื่อลดความไม่พอใจหรือลดความเครียดของตัวเอง การบิดเบือนความจริงเช่นนี้ ทำให้ผู้กระทำรู้สึกพ้นจากความอับอายและสบายใจขึ้นได้

1.3 การระบายอารมณ์ (Displacement) เป็นการย้ายอารมณ์จากบุคคลหรือสิ่งของหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งหรือสิ่งของหนึ่ง เพื่อลดความไม่พอใจหรือลดความโกรธ เช่น ไม่พอใจพี่ที่กล่าวตักเตือน จึงหันไปดุด่าหรือสุนัขที่อยู่ใกล้ เป็นต้น วิธีนี้จะเป็นการถ่ายเทอารมณ์จากสิ่งหนึ่งไปยังสิ่งหนึ่ง ซึ่งทำให้เกิดความสบายใจขึ้น

1.4 การชดเชย (Compensation) เป็นการแสวงหาความสำเร็จทดแทนความผิดหวังหรือปมด้อย ซึ่งจะช่วยให้หายเครียดได้ เช่น คนรูปร่างเตี้ยแต่เรียนเก่ง หรือหน้าตาไม่สวยแต่มีน้ำใจคอยช่วยเหลือผู้อื่น เป็นต้น วิธีนี้มีส่วนช่วยการปรับตัว 2 ทางด้วยกัน คือ ประการแรกช่วยให้ได้สิ่งที่ใกล้เคียงมากที่สุดกับสิ่งที่เราปรารถนาจริงๆ เป็นการทดแทน ประการที่สอง การทดแทนนี้ยังช่วยอำพรางและปิดบังข้อบกพร่อง เพื่อช่วยบรรเทาความรู้สึกวิตกกังวลใจไป

ได้บ้าง

1.5 การทดแทน (Substitution) เป็นลักษณะของการประนีประนอมกับสถานการณ์ด้วยการแปลงรูปอารมณ์และพฤติกรรมที่ให้โทษมาสู่คุณประโยชน์ เช่น แทนที่จะก่อนการทะเลาะวิวาทชกต่อยผู้อื่น มาเป็นนักมวยที่สามารถยึดการชกต่อยเป็นอาชีพที่ได้รับการยกย่องและยอมรับในสังคม นับเป็นการทดแทนกิจกรรม ซึ่งเป็นที่ยอมรับของสังคมด้วยกิจกรรมที่เป็นที่ยอมรับ

2. ประเภทหลีกเลี่ยงหรือหนีปัญหา ดังนี้

2.1 การแยกตัวออกไปจากสังคม (Isolation) บุคคลจะใช้วิธีนี้ในกรณีที่หาทางออกด้วยวิธีอื่นแล้วไม่ได้ผล บุคคลประเภทนี้จะขาดความกระตือรือร้น ขาดความสนใจในสิ่งต่างๆ แต่จะอยู่ลำพังเหมือนอยู่ในโลกของตนเอง

2.2 การถดถอย (Regression) เป็นการถอยสู่พฤติกรรมดั้งเดิมที่ตนเคยใช้ได้ผลมาแล้วในอดีต ซึ่งอาจจะแสดงออกโดยคำพูด หรือการกระทำก็ได้ เช่น การไม่ยอมช่วยตัวเองในเรื่องต่างๆ ต้องคอยให้บุคคลอื่นทำให้ เช่น การพูดไม่ชัด หรือลงไปนอนดินเมื่อไม่พอใจ เป็นต้น

2.3 การหนีเข้าสู่สภาวะเจ็บป่วย (Conversion) เพื่อที่จะหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ไม่ปรารถนา โดยความเจ็บป่วยนี้เป็นจริงๆ มิได้เสแสร้ง เช่น เด็กที่กลัวพ่อแม่มากเมื่อรู้สึกตัวว่าทำความผิด จะมีอาการเป็นไข้ไม่สบาย หรือหอบ หายใจไม่ออก เป็นต้น

3. ประเภทใช้การบำบัด

3.1 หาที่ปรึกษาโดยไม่เก็บความอึดอัดใจไว้มากเกินไป บุคคลที่ควรปรึกษา ได้แก่ บิดามารดา เพื่อนสนิท ครูแนะแนว หรือจิตแพทย์

3.2 หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดปัญหาชั่วคราวหนึ่ง แทนที่จะหมกมุ่นอยู่กับปัญหานั้น หาเวลาไปพักผ่อนในสถานที่ที่ช่วยให้เกิดความสบายใจเสียชั่วคราว เช่น ลาพักผ่อน โดยไปพักที่ชายทะเล สัก 1-2 วัน แล้วค่อยกลับมาเริ่มทำงานใหม่

3.3 หลีกเลี่ยงการหวังอะไรให้ได้หมดทุกอย่าง คนที่ตั้งความหวังไว้สูง มักจะเกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ เมื่อไม่ได้ตามหวัง จงเตรียมความรู้สึกผิดหวังไว้บ้างก็จะไม่รู้สึกผิดหวังมากมายนัก

3.4 พยายามนั่งสมาธิ เพื่อความสงบในอารมณ์ การนั่งสมาธิ เป็นการทำให้จิตใจให้ห่างจากความคิดอันฟุ้งซ่านทั้งปวง เพราะการนั่งสมาธิจะทำให้จิตใจสงบเกิดสติและปัญญา อันจะนำมาซึ่งความสงบในจิตใจได้ เมื่อคิดอ่านทำสิ่งใดก็ยอมทำด้วยการมีสติและจะทำให้ได้รับความสำเร็จในสิ่งนั้นๆ

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กลไกการป้องกันตัว มี 2 ประเภทใหญ่ คือ ประเภทปรับตัวในทางบวก และประเภทปรับตัวโดยแสดงออกในทางลบ ซึ่งไม่ว่าจะเน้นการปรับตัวในด้านใดก็ตามที่กล่าวมา บุคคลควรรู้จักเลือกวิธีการปรับตัวที่เหมาะสมก็สามารถผ่อน

คลายความเครียด หรือช่วยลดความไม่สบายใจได้ ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่น แต่ถ้านำไปใช้มากเกินไปอาจเกิดโทษต่อตนเองได้

1.1.6 ลักษณะการปรับตัวที่ดี

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 100-102) เสนอเกณฑ์ที่แสดงว่าบุคคลนั้นมีการปรับตัวที่ดี โดยพิจารณาว่าจะต้องมีลักษณะดังนี้

1. การมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น สามารถประเมินสิ่งที่ตนเองมีอยู่ และสามารถใช้พลังความรู้ ความสามารถ ที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ในทางที่ดีและเหมาะสม

2. การรับรู้ความเป็นจริง โดยเข้าใจพฤติกรรมของตนเองอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง สามารถเข้าใจพฤติกรรมของเพื่อน และทุกสิ่งทุกอย่างที่แวดล้อมได้ถูกต้องตามความเป็นจริง

3. การประสานกลมกลืนของบุคลิกภาพ โดยมีองค์ประกอบของบุคลิกภาพที่ประสมกลมกลืนกัน มีอิสระที่จะคิดเผชิญกับอุปสรรคหรือความขัดแย้งต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในตนเองได้ มีความอดทนต่อความเครียดและสภาวะต่างๆ ที่เป็นปัญหาได้อย่างเหมาะสม

4. ความสามารถต่างๆ พัฒนาความสามารถทางร่างกาย จิตใจ เซอร์วิญญา อารมณ์ สังคมของตน และสิ่งแวดล้อม เพื่อที่จะสามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในชีวิตทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนมีความสามารถที่จะทำงานและอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นๆ ได้อย่างมีความสุข

5. ความเป็นตัวของตัวเอง โดยมีความไว้วางใจในตนเองมีความมั่นใจและเชื่อมั่นตนเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม มีความเป็นอิสระจากอิทธิพลต่างๆ ตลอดจนมีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจนและมีขอบเขตที่แน่นอน

6. ความเจริญแห่งตน โดยมีแนวโน้มที่จะเจริญเติบโต ความเป็นผู้ใหญ่ มีวุฒิภาวะโดยมีบุคลิกนำเคารพศรัทธา รู้จักควบคุมอารมณ์ มีความสุขุม นานับถือ

อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ (2532 : 11) กล่าวว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดีต้องประกอบด้วยลักษณะดังนี้ คือ มีความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวของตัวเอง เห็นคุณค่าตัวเอง มีความเป็นอิสระ เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม มีความมั่นคงทางอารมณ์ เข้ากับผู้อื่นได้ รู้จักและปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

กันยา สุวรรณแสง. (2533 : 65) กล่าวว่า การที่บุคคลจะปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์ได้ดีนั้นต้องอาศัยการรักษาสสมดุลทางอารมณ์เป็นอย่างมาก ซึ่งอาศัยหลัก 3 ประการดังนี้

1. หลักแห่งความจริง (Realism) จะต้องยอมรับและยึดหลักความจริงก่อนทำ ต้องคิดพิจารณาให้รอบคอบเสียก่อนว่ามีเหตุผลและเป็นทางที่เป็นไปได้จริงๆ แล้วจึงตัดสินใจกระทำลงไปมิฉะนั้นอาจจะต้องสูญเสียบางประการ

2. หลักแห่งความมีใจกล้าพอ (Commitment) พร้อมทั้งจะเผชิญกับความขัดแย้งตลอดเวลาที่กำลังดำเนินไปสู่จุดหมายปลายทางที่เราต้องการ ไม่กลัวความยากลำบาก ไม่กลัวการเสี่ยงอันตราย ต้องกล้าหาญพอและพร้อมที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่หวั่นไหว กล้าเสี่ยง

3. การยอมรับตัวเอง (Self-acceptance) ต้องพิจารณาด้วยตัวเองว่ามีความมุ่งหวังอะไร มีความสนใจด้านใดบ้าง ต้องรู้จักจุดอ่อนของตนเอง รู้ว่าควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดบ้างที่จะนำไปสู่ความพลาดหวัง และเรียนรู้ว่าทำอย่างไรจึงจะอยู่กับผู้อื่นได้ ต้องยอมรับสภาพแห่งความเป็นจริงของตนเอง รู้จักตนเองดี ทั้งในด้านความถนัดความสามารถ ความต้องการและจุดอ่อนของตน จะได้ประมาณได้ว่าควรดำเนินการอย่างไรจึงจะดีที่สุด

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดีนั้นต้อง เป็นบุคคลที่เข้าใจตนเอง รู้จักประเมินตนเองในด้านต่างๆ ได้แก่ บุคลิกภาพ ความสามารถ และทัศนคติ ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่น เข้ากับบุคคลอื่นได้ สามารถเผชิญสถานการณ์ที่เป็นปัญหาหรือวิกฤตได้ โดยไม่ทำให้ตนเองและบุคคลอื่นเดือดร้อน

1.1.7 ลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดี

นิภา นิธยาน (2530 : 60) ได้กล่าวถึงลักษณะความยุ่งยากในการปรับตัวว่า ปรากฏอาการดังต่อไปนี้

1. อาการเคร่งเครียด
2. อาการเจ็บป่วยทางกาย
3. พฤติกรรมเบี่ยงเบนจากมาตรฐานของสังคม
4. ความหย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต

สุมาลี สุวรรณภักดี (2541 : 20) กล่าวถึงการปรับตัวที่ไม่ดีว่า บุคคลจะแสดงพฤติกรรมสัญญาณอันตรายที่สังเกตได้ดังนี้

1. ขาดความรับผิดชอบและพึ่งผู้อื่นมากเกินไป
2. มีความรู้สึกไม่เพียงพอ และรู้สึกว่าตนมีปมด้อยอย่างรุนแรง
3. แสดงออกในลักษณะก้าวร้าว และหยาบคาย
4. ใช้กลไกการป้องกันตัวมากเกินไป เช่น ใช้เหตุผลเข้าข้างตนเองกล่าวโทษผู้อื่นหรือผ่นกลางวันมากเกินไป เป็นต้น
5. มีความกังวลใจ วิตกกังวล และรู้สึกว่าไม่อบอุ่นอย่างมาก
6. มีลักษณะต่อต้านอำนาจหรือเป็นปฏิปักษ์ต่อสังคมมากเกินไป

แคพเพลน (นิภา คำภาฑู : 2547; อ้างอิงจาก Kaplan. 1959) ได้แบ่งพฤติกรรมหรือลักษณะที่แสดงว่าบุคคลปรับตัวไม่ดีไว้ 6 ประเภท คือ

1. พวกที่ชอบกระพริบตาบ่อยๆ เสียมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือปัสสาวะบ่อยๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล

2. พวกหมกมุ่นอยู่กับความเศร้าโศกเสียใจ ตื่นเต้นจนเกินไป ไม่รับผิดชอบ งาน พวกนี้เกิดจากอารมณ์รุนแรงเกินไป

3. พวกที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ต่ำหนิติเตียน พุดจาขวานผ่าซาก ขี้ระแวง ขี้สงสัย ขาดเหตุผล ตัดสินใจเองไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถ และมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์

4. พวกที่ชอบแสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหนิติเตียน พุดจาขวานผ่าซาก พวกนี้คิดว่าตนเองเหนือผู้อื่น

5. พวกที่พุดจาหยาบคาย ขาดความสุภาพ ขัดขืนคำสั่ง ชอบรังแกและทารุณสัตว์ตลอดจนชอบต่อต้านระเบียบวินัย พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

6. พวกที่เจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุ หิวเก่ง บางครั้งอาเจียนและอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้มีสาเหตุมาจากได้รับการกระทบกระเทือน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวไม่ได้หรือปรับตัวไม่ดีจะมีลักษณะดังนี้คือ พึ่งพาตนเองไม่ได้ ขาดความมั่นใจในตนเอง ต้องพึ่งพาคนอื่นอยู่เสมอ มีความวิตกกังวล เกิดอาการเจ็บป่วยได้ง่าย มีพฤติกรรมที่ผิดแปลกไปจากมาตรฐานของสังคม ทั้งอาการทางกายและอาการทางจิตใจ จึงส่งผลให้บุคคลเหล่านี้ไม่สามารถอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน

1.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ปอร์เทียส (Porteous. 1985 : 465 - 478) ได้สำรวจปัญหาในเด็กวัยรุ่นเปรียบเทียบวัยรุ่นในอังกฤษและวัยรุ่นในไอร์แลนด์ พบว่า วัยรุ่นชายมีวุฒิภาวะน้อยกว่าวัยรุ่นหญิงเมื่อประสบกับปัญหาเดียวกัน และมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับบุคลิกภาพและอารมณ์ ทั้งสองเพศกังวลเกี่ยวกับความไม่เป็นอิสระ และความรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง เมื่อเทียบกับอายุแล้ววัยรุ่นในอังกฤษมีปัญหาทางด้านวุฒิภาวะน้อยกว่าวัยรุ่นในไอร์แลนด์ แต่มีความวิตกกังวลเหมือนๆ กัน

เฮอร์ลอค (ธัญญารัตน์ แสงสว่าง. 2545 : 16; อ้างอิงจาก Hurlock. 1964) ได้ศึกษาพบว่า พ่อแม่ที่ยอมรับเด็ก คือ ให้ความรักความสนใจและสร้างความอบอุ่นให้เกิดขึ้นในบ้าน ผลที่ตามมาคือ ทำให้เด็กปรับตัวได้ดีมีอารมณ์มั่นคง ร่าเริง สามารถเผชิญชีวิตด้วยความมั่นใจ

แลนดิส (ธัญญารัตน์ แสงสว่าง. 2545 : 16; อ้างอิงจาก Landis. 1955) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวของเด็กวัยรุ่นในด้านต่าง ๆ คือ

1. พื้นเพครอบครัวที่มีพ่อแม่ปกครองแบบมีอำนาจเหนือลูก แบบประชาธิปไตย

2. ขนาดของครอบครัว เล็ก ใหญ่

3. สภาพของครอบครัวแบบบ้านแตก (Broken Home) ครอบครัวธรรมดา โดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นสูงสุดของโรงเรียน จำนวน 5,500 คน สรุปผลได้ว่า

เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่ปกครองแบบประชาธิปไตยโดยทั่วๆ ไปแล้ว ปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่ปกครองแบบมีอำนาจเหนือลูก มีจำนวนเล็กน้อย เท่านั้นที่มีปัญหาในการปรับตัว

เด็กที่มาจากครอบครัวขนาดเล็ก มีปัญหาในการปรับตัวมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวขนาดใหญ่ และมีเพื่อนจำนวนน้อยกว่า

เด็กที่มาจากสภาพครอบครัวที่สภาพบ้านแตก มีปัญหาในการปรับตัวมากกว่า เด็กที่มาจากครอบครัวธรรมดาเล็กน้อย มีความเครียดมากกว่า มีวุฒิภาวะและมีความพร้อมในการรับผิดชอบ

มอริอัน (Moran, 1990 : 5347) ได้ศึกษาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวัยรุ่นตอนต้นที่มาจากครอบครัวแตกแยก พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำของวัยรุ่นดังกล่าว ได้แก่ ความรู้สึกที่ตนเองถูกทอดทิ้งจากบิดามารดากับเหตุการณ์ต่างๆ ที่ต้องเผชิญ อันเนื่องมาจากครอบครัวแตกแยก

โอฮันเนสเซียน, เลอร์เนอร์ และเลอร์เนอร์ (Ohannessian, Lerner & lerner, 1994, pp.371-390) ได้ศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนายระหว่างการปรับตัวในครอบครัวกับการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 6 และ 7 จำนวน 235 คน ใช้คะแนนวัดความวิตกกังวลและความซึมเศร้าเป็นตัวชี้การปรับตัวทางอารมณ์ ทดสอบระยะความรู้สึถึงคุณค่าในตนเอง (self-worth) แรงสนับสนุนจากเพื่อน (peer support) และความสามารถในการแก้ปัญหา (coping abilities) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มาจากครอบครัวที่อบอุ่นและกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความมีคุณค่าในตนเองสูง แรงสนับสนุนจากเพื่อนสูง และมีเทคนิคดีในการแก้ปัญหาจะมีความสามารถป้องกันอันตรายได้อย่างมีประสิทธิภาพจากการปรับตัวที่ไม่ดีของครอบครัวให้มีการปรับตัวทางอารมณ์ที่ดี

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

พยอม ธีธูรส (2540 : 100) ได้ศึกษาตัวแปรเกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่า เพศมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านการเรียน

สาธิต ใจตรง (2548 : 66) ได้ศึกษาเรื่องการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีการปรับตัวทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งหมายความว่านักเรียนถ้ากลุ่มนี้เผชิญปัญหาต่างๆ ในชีวิตตลอดจนการดำรงไว้ซึ่งสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นๆ ในสังคม นักเรียนจะมีความสามารถอยู่ในระดับปานกลาง

วรรณ นิมวุ่น (2549 : 93) ได้ศึกษาการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน กรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพศิลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียน

ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร มีการปรับตัวในการใช้ชีวิตใน กรุงเทพมหานครอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานครด้านสังคมอยู่ในระดับมาก ส่วนด้านอื่นๆ มีการปรับตัวได้ในระดับเหมาะสมปานกลาง

จากงานวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การปรับตัวของนักเรียนที่ระดับชั้นต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีการปรับตัวต่างกัน นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบอบอุ่นกับนักเรียนที่มีสภาพครอบครัวแตกแยก มีการปรับตัวแตกต่างกัน ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวอาจเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้มีการปรับตัวที่ดีหรือไม่ดี ได้แก่ เพศ วัย ครอบครัว และสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านสิ่งแวดล้อมในโปรแกรมการศึกษา มีส่วนช่วยให้การปรับตัวของนักเรียนดีขึ้น

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน

2.1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอายุ

แมสเลซ (Maslach. 1986 : 60) กล่าวว่า ผู้ที่มีอายุมากจะมีประสบการณ์กับบุคคลหลายประเภท มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงขึ้น มีความสุขุมรอบคอบ รู้จักชีวิต มองชีวิต กว้างไกล และลึกซึ้งมากขึ้น สามารถปรับตัวได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นจริงได้ดีกว่าผู้ที่มีอายุน้อย และมักมีฐานะเป็นปึกแผ่นมั่นคงทางด้านการเงินและการทำงาน

นวลอนงค์ ศรีธัญรัตน์ (กมลลักษณ์ ทองสมัคร. 2541 : 32; อ้างอิงจาก นวลอนงค์ ศรีธัญรัตน์. 2534) อายุของบุคคลเป็นสิ่งหนึ่งที่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับพัฒนาการและระดับวุฒิภาวะ ซึ่งในคนปกติเมื่อมีอายุมากขึ้น ระดับวุฒิภาวะจะเจริญขึ้นตามวัยและบุคลิกภาพทั้งด้านความคิดและการกระทำ โดยจะค่อยๆ ปรับเปลี่ยนไปตามวัย เพราะบุคคลที่มีอายุมากแสดงถึงการได้ทำงานหลายประการ มองโลกกว้างไกล ครอบคลุมและลึกซึ้งทำให้มีวุฒิภาวะเพิ่มขึ้น

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542 : 1367) ได้ให้ความหมายของอายุว่า หมายถึง จำนวนปีที่นับตั้งแต่เกิดจนถึงปัจจุบัน โดยอายุเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดฐานะของบุคคลในสังคม บุคคลที่มีอายุต่างกันจะมีความคิดเห็นและการปฏิบัติแตกต่างกันไปตามประสบการณ์การเรียนรู้

พิณฑิพย์ สีนุ้ย (ปิยะดา จุลวรรณ. 2549 : 17; อ้างอิงจาก พิณฑิพย์ สีนุ้ย. 2545) กล่าวว่า อายุมีความสัมพันธ์กับความเหนื่อยหน่ายในการทำกิจกรรมต่างๆ บุคคลที่มีอายุน้อยจะมีความเหนื่อยหน่ายน้อยกว่าบุคคลที่มีอายุมาก บุคคลที่มีอายุต่างกันสะท้อนให้เห็นประสบการณ์ที่แตกต่างกัน บุคคลที่มีประสบการณ์มากจะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความสุขุมรอบคอบ สามารถปรับตัวให้เข้ากับชีวิตจริงได้ดีกว่าบุคคลที่มีอายุน้อย

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับอายุ สรุปได้ว่า อายุมีความสัมพันธ์กับวุฒิภาวะทางอารมณ์ การปรับตัวให้เข้ากับสังคม ประสบการณ์ชีวิต และบุคลิกภาพ ดังนั้น อายุ น่าจะเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

2.1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

2.1.2.1 ความหมายของสุขภาพจิต

เบอร์นาร์ด (Bernard. 1970 : 17) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถพิเศษในการปรับตัวของบุคคล เพื่อให้ตนเองได้รับประโยชน์ มีความพอใจ สุขใจ และพฤติกรรมนั้นไม่ขัดต่อสังคม คนที่สุขภาพจิตดี สามารถเผชิญและยอมรับความเป็นจริงในชีวิต สุขภาพของบุคคลจะดีที่สุด เมื่อบุคคลนั้นยอมรับความสำเร็จของตนเองตามสภาพความเป็นจริง และความสามารถของตนเองด้วยความพอใจ โดยได้รับความกระทบกระเทือนหรือความคับข้องใจน้อยที่สุด บุคคลจะมีสุขภาพจิตในขั้นที่น่าพอใจ ถ้าบุคคลนั้นไม่ตั้งเครียดต่อความไม่สมหวัง จะไม่มีปฏิกิริยาต่อต้านรุนแรง แต่จะรักษาไว้ซึ่งความมีเหตุผล มีการแสดงออกเหมาะสมกับกาลเทศะ

จาโฮดา (Jahoda.1970 : 28-35) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง การที่มีสภาวะทางจิตที่สมบูรณ์ และการมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ของแต่ละคน นั้น จะต้องพิจารณาองค์ประกอบต่างๆ ทั้ง 6 ประการ คือ เจตคติที่มีต่อตนเอง การสร้างความเจริญเติบโตและพัฒนาการให้บังเกิดขึ้นกับตนเอง การสร้างบูรณาการแห่งบุคลิกภาพของตนเอง การมีอิสรภาพในการปกครองตนเอง การรับรู้ความเป็นจริง และความรอบรู้ในสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว

ฝน แสงสิงแก้ว (2521 : 57) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง สภาวะของชีวิตที่มีสุขภาพและผู้ที่สุขภาพจิตดี คือ ผู้ที่สามารถปรับตัวเองอยู่ได้ด้วยความสุขในโลกซึ่งเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ได้

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2524 : 2) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ของจิตใจที่ปราศจากอาการผิดปกติต่างๆ ทางจิตใจ เช่น โรคจิต โรคประสาท ฯลฯ มีความมั่นคงทางด้านจิตใจ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมในสังคม โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ

สุรางค์ จันทน์เอม (2527 : 2) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง สมรรถภาพในการปรับปรุงตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความคิดถูกต้อง แก้ปัญหาในการดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข และสามารถทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2527 : 2) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง ภาวะทางจิตของแต่ละคน ซึ่งสามารถที่จะอยู่กับตัวเองได้อย่างเป็นสุข และอยู่กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี เป็นที่ยอมรับของสังคม หรือเป็นผู้ที่มีความสมดุลระหว่างตนกับสังคม

กรมการแพทย์ (2529 : 3) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง สภาพจิตใจของบุคคลที่สามารถแก้ปัญหา สามารถปรับตัว และปรับจิตใจได้อย่างเหมาะสมกับสังคม และสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง สามารถดำรงชีวิตได้อย่างสุขสบายตามอัตภาพ และปราศจากอาการโรคจิต โรคประสาท

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 6) ให้ความหมายของสุขภาพจิตว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ทางจิตใจของมนุษย์ ซึ่งจะช่วยให้มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขปราศจากโรคจิตโรคประสาท มีความสามารถในการปรับตัวในสังคมได้อย่างเหมาะสม มีความมั่นคงทางจิตใจ มีสมรรถภาพในการทำงาน มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และทำประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

แคปแลนและคนอื่นๆ (ผกา บุญเรือง และวิณี ชิตเชิดวงศ์. 2535 : 13; อ้างอิงจาก Kaplan and other. 1980) กล่าวว่า ความหมายสุขภาพจิตว่า เป็นความรู้สึกที่เป็นสุข สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เอิร์กเบิร์ต (ผกา บุญเรือง และวิณี ชิตเชิดวงศ์. 2535 : 12; อ้างอิงจาก Egbert. 1980) นิยามสุขภาพจิตว่า คือการปฏิบัติตนอยู่ในศีล ทั้งกาย วาจา ใจ มีสติ พิจารณาสິงทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย และมีความเป็นมิตรกับคนอื่นๆ

ลักขณา สรวิวัฒน์ (2545 : 75) กล่าวว่า สุขภาพจิตเป็นส่วนหนึ่งของความสมบูรณ์ทางสุขภาพของมนุษย์ที่สามารถรับรู้ถึงความคิด อารมณ์ของตนเอง และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี มีการปรับตัวที่ดี จะมีความสุขเมื่อสามารถทำตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมนั้นๆ

องค์การอนามัยโลก (ลักขณา สรวิวัฒน์. 2545 : 3; อ้างอิงจาก World Health Organization. n.d.) ได้ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจซึ่งปราศจากอาการของโรคจิต โรคประสาท หรือลักษณะผิดปกติอื่นๆ ทางจิตใจ และความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมโดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ มีความสุขอยู่กับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดี มีสัมพันธภาพอันดีงามกับบุคคลอื่น และดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกอย่างสุขสบายรวมทั้งสามารถแสดงความต้องการของตนในโลกที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ โดยไม่มีความขัดแย้ง

วิทยากร เชียงกุล (2546 : 118) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง การมีจิตใจที่มีสุขภาพดี ซึ่งไม่ได้หมายถึง ความสามารถทางปัญญาเท่านั้น แต่ยังหมายถึง ความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาในชีวิตประจำวัน ความสามารถที่จะเข้ากับผู้อื่นและสร้างสัมพันธที่ยั่งยืน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความสมบูรณ์ทางจิตใจของบุคคล โดยปราศจากโรคจิต โรคประสาท ทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้

อย่างปกติสุข มีสมรรถภาพในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความมั่นคงทางจิตใจ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น และสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมส่วนรวมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.1.2.2 ความสำคัญของสุขภาพจิต

อัจฉรา สุขารมณ (2529 : 2) กล่าวว่า ประเทศที่เจริญจะต้องประกอบด้วย ทรัพยากร คือ บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี โดยที่ประชากรจะต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบต่อนองครอบครัว สังคม และประเทศชาติ การรับผิดชอบย่อมแตกต่างกันไปตามวัย วัยเด็กมีหน้าที่รับผิดชอบด้านศึกษาเล่าเรียน ช่วยเหลือพ่อแม่พี่น้อง เพื่อนร่วมโรงเรียน และเพื่อนบ้าน พอเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ก็จะต้องมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อหน้าที่การงานของตน และต่อสังคมรอบข้าง รู้จักที่จะปรับตัวให้เข้ากับบุคคล และสิ่งแวดล้อมรอบด้านด้วย

สุดใจน มีริยะเกิด (2530 : 3-4) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิตเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ถ้าบุคคลใดมีสุขภาพจิตดี พฤติกรรมที่แสดงออกย่อมเป็นที่ยอมรับของสังคม เป็นผลดีต่อตนเองและผู้อื่น แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลใดสุขภาพจิตไม่ดีหรือสุขภาพจิตเสื่อม พฤติกรรมที่แสดงออกจะนำมาซึ่งความเดือดร้อนทั้งตนเองและผู้อื่น ความสำคัญของสุขภาพจิตแบ่งออกได้ดังนี้

1. สุขภาพจิตมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตประจำวันในด้านต่างๆ ดังนี้

1.1 การสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่น บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี หน้าตา มักยิ้มแย้มแจ่มใส เป็นที่ชื่นชอบกับผู้พบเห็น มีเพื่อนฝูงมาก จึงสามารถสร้างมนุษยสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่สุขภาพจิตเสีย

1.2 ชีวิตครอบครัว ถ้าสมาชิกครอบครัวเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี ย่อม นำความสุขมาสู่ครอบครัว ตรงกันข้ามกับครอบครัวที่มีสมาชิกสุขภาพจิตไม่ดี ย่อมมีแต่การทะเลาะวิวาทเดือดร้อน ไม่สงบสุข

1.3 ด้านการงาน ผู้มีสุขภาพจิตดี ย่อมมีความสุขกับงานของตน มีประสิทธิภาพในการทำงานอย่างเต็มความสามารถ ตรงกันข้ามผู้ที่สุขภาพจิตเสีย จะทำงานด้วยความเบื่อหน่าย ท้อแท้ ขาดกำลังใจในการทำงาน

2. สุขภาพจิตมีความสำคัญต่อการเรียนการสอน หากครูมีความสามารถในการสอน สอนนักเรียนด้วยความเอาใจใส่ รักและเข้าใจเด็ก การเรียนการสอนจะเป็นไปด้วยดี ได้ผลสมกับความมุ่งหมายที่ตั้งไว้ แต่หากครูสุขภาพจิตไม่ดี เกรี้ยวกราด ไม่รักเด็ก เบื่อหน่ายการสอน เด็กจะมีความตึงเครียด เกิดความคับข้องใจ ซึ่งเป็นผลเสียต่อสุขภาพจิตของเด็ก และผลเสียต่อการเรียนของเด็กด้วย

3. สุขภาพจิตมีความสำคัญต่อประเทศชาติ เพราะประเทศชาติจะพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว นั้น ขึ้นอยู่กับคุณภาพของประชากร หากประเทศชาติเต็มไปด้วยประชากรที่มีปัญหาทางจิตใจ ประเทศนั้นก็ไม่สามารถจะพัฒนาให้ก้าวหน้าไปได้

ความสำคัญของสุขภาพจิตในชีวิตประจำวัน คือ การให้บุคคลมีความรับผิดชอบในการงานที่ตนทำ ทั้งทางด้านส่วนตัว และทางด้านสังคม มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักใช้ความสามารถของตน มีทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ ให้เป็นคนที่มีความกระตือรือร้นในการทำงาน การประกอบอาชีพและพยายามแก้ปัญหาต่างๆ ที่ตนประสบให้เป็นไปอย่างดีที่สุดในสายตาของตนเอง และสังคม

ลักขณา สรวิวัฒน์. (2545 : 4-5) ได้สรุปความสำคัญของสุขภาพจิต ดังนี้

1. ความสำคัญต่อตนเอง บุคคลจะมีความสุขหรือความทุกข์ย่อม ขึ้นอยู่กับสุขภาพเป็นสำคัญ หากมีสุขภาพกายดี จะมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน และมีสุขภาพจิตที่ดี ไม่คิดอิจฉาริษยา หรืออาฆาตมาดร้ายผู้อื่น ผู้นั้นย่อมมีแต่ความสุข ในทางตรงกันข้าม หากสุขภาพกายไม่ดี ร่างกายอ่อนแอ ไม่แข็งแรง เจ็บป่วยเป็นประจำ สุขภาพจิตก็จะไม่ดี คือ จิตใจฟุ้งซ่าน อยากรได้ไม่มีที่สิ้นสุด มีความคิดอิจฉาริษยา อาฆาตมาดร้ายผู้อื่น การมีสุขภาพจิตไม่ดีนี้จะส่งผลกระทบต่อบุคคลรอบข้าง โดยเฉพาะสมาชิกในครอบครัว ทำให้พลอยมีความสุขไปด้วย

2. ความสำคัญต่อครอบครัว สุขภาพมีส่วนสำคัญในการสร้างความสำเร็จหรือล้มเหลวให้แก่ครอบครัว เพราะครอบครัวย่อมประกอบด้วยสมาชิกที่เป็นพื้นฐานสำคัญ คือ พ่อ แม่ ลูก การที่พ่อ แม่ ลูก มีสุขภาพกายและจิตที่ดี ย่อมทำให้ครอบครัวมีความสุข แต่หากสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาสุขภาพกายหรือสุขภาพจิต ความล้มเหลวในชีวิตครอบครัวก็จะเกิดขึ้น

3. ความสำคัญต่อสังคม เนื่องจากมนุษย์ต้องการอยู่กันเป็นกลุ่มหรือสังคม ดังนั้นในสังคมหนึ่งๆ จึงประกอบด้วยสมาชิกจำนวนมาก แต่ละคนมีความแตกต่างทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมาอย่างมากมาย ทั้งปัญหาที่เกิดจากสุขภาพกาย และสุขภาพจิต อันเกิดจากการเจ็บป่วย หรืออุบัติเหตุที่ทำให้ร่างกายพิการ หรือเกิดความเครียด เพราะสภาพปัญหาสังคม เป็นต้น

จากเอกสารดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีนั้น จะสามารถทำประโยชน์ให้กับตนเองและประเทศชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพเต็มที่ เป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเอง ต่อครอบครัวและต่อสังคมส่วนรวม และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.1.2.3 ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

วรารภรณ์ ตระกูลสฤณี (2544 : 7-8) ได้สรุปลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี ดังนี้

1. มีเจตคติที่ดีต่อตนเอง พอใจในตนเองและเป็นผู้ที่รู้จักและเข้าใจตนเองได้ดีว่าตนเองเป็นอย่างไร มีความรู้ความสามารถเพียงใด
2. มีใจกว้าง สามารถยอมรับและเผชิญกับความเป็นจริง

- ได้
3. มีความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคและปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง
 4. ความเป็นตัวของตัวเอง มีอิสระในการกระทำของตนเอง
 5. มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
 6. เป็นคนที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี
 7. เป็นคนที่ทนต่อความกดดัน ความผิดหวัง ความสูญเสีย ความพ่ายแพ้

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีว่า หมายถึง บุคคลที่สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ สามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้เป็นอย่างดี มีการวางแผนในการดำเนินชีวิต รับผิดชอบในหน้าที่ของตนเองอย่างดีที่สุด พยายามใช้ความสามารถเต็มที่ ในการทำสิ่งต่างๆ และพึงพอใจในการกระทำของตนเอง และรู้จักวางเป้าหมายที่สามารถทำให้ประสบความสำเร็จได้จริง

2.1.3 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอัตมโนทัศน์

2.1.3.1 ความหมายของอัตมโนทัศน์

อัตมโนทัศน์ หรือตรงกับภาษาอังกฤษที่ว่า Self-Concept มีผู้ให้ความหมายไว้อย่างมากมาย ดังนี้

ดรุณี ขอเจริญ (2547 : 10-11) อัตมโนทัศน์ เป็นสิ่งที่ปฏิรูปมาจากประสบการณ์เปลี่ยนแปลงและสิ่งแวดล้อม เมื่อประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงได้ อัตมโนทัศน์จึงควรเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ องค์ประกอบที่ทำให้อัตมโนทัศน์เปลี่ยนแปลง ได้แก่

1. สังคมที่เขาอาศัยอยู่ การเป็นที่ยอมรับจากสังคมที่เขาอาศัยอยู่นั้น มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ของบุคคลได้ทั้งในทางที่ดีขึ้นหรือด้อยลง

2. ผู้ที่ใกล้ชิดและมีอิทธิพลเหนือพัฒนาการของบุคคลนั้น เช่น บิดา มารดา ครู ญาติหรือเพื่อนสนิท ความไว้วางใจ ความเชื่อ ทศนคติที่คนเหล่านั้นมีต่อบุคคลนั้น มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ของบุคคลนั้นได้

3. อัตมโนทัศน์ในอุดมคติ (Idea Self-Concept) หมายถึง ความนึกคิด ทศนคติเกี่ยวกับตนเองตามที่คุณคนนั้นปรารถนาจะเป็น บุคคลจะตั้งอัตมโนทัศน์ในอุดมคติเอาไว้แล้ว พยายามเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เป็นอย่างที่ตั้งปณิธานเอาไว้ ถ้าทำได้อัตมโนทัศน์เขาก็จะดีขึ้น ถ้าทำไม่ได้ก็จะเกิดท้อถอย รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ทำให้อัตมโนทัศน์ด้อยลง

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2527 : 208) สรุปแนวคิดของนักจิตวิทยาในเรื่องอัตมโนทัศน์ได้ว่า อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลเกี่ยวกับตนเองทั้งทางสุขภาพร่างกายและจิตใจ ได้แก่ บุคลิกลักษณะ รูปร่างหน้าตา อารมณ์ ความรู้สึก คนที่มีอัตมโนทัศน์ดีหรือทางบวก มักเกิดความมั่นใจในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความกล้าในการแสดงความสามารถ แต่ถ้ามีมากเกินไปมักจะเป็นคนขี้โม้ ขี้คุย มักกล่าวยกตนข่มท่านบ่อยครั้ง และ

มักถูกดูถูกความสามารถของคนอื่นว่าด้อยกว่าตน สำหรับคนที่มีอัตมโนทัศน์ไม่ดีหรือในทางลบ มักไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงความสามารถในตนเองเมื่ออยู่ต่อหน้าคนอื่น ถ้ามีมากเกินไป มักจะเป็นคนที่ดูถูกตนเอง คิดว่าตนเองมีปมด้อย มีการถ่อมตัว และเกรงกลัวหรือยอมทำตามผู้อื่นโดยเฉพาะคนที่มีลักษณะเก่งกว่าเขา โดยทั่วไปบุคคลมักมีอัตมโนทัศน์เป็น 2 รูปแบบ คือ

1. การมีอัตมโนทัศน์ที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง (Real Self-Concept)

2. การมีอัตมโนทัศน์ตามอุดมคติ (Ideal Self)

คนที่มีอัตมโนทัศน์ที่ถูกต้องเหมาะสมคือ คนที่มีอัตมโนทัศน์ที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริงสอดคล้องกัน หรือเช่นเดียวกับอัตมโนทัศน์ในอุดมคตินั้นเอง

พรณวดี จันทราช (2544 : 10) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็นความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมที่บุคคลได้รับหรือเกี่ยวข้องทำให้เกิดการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง ความรู้สึกที่มีต่อตนเองของบุคคลนี้ ไม่จำเป็นจะต้องเหมือนกับผู้อื่นรู้สึกต่อตน ความรู้สึกความเข้าใจ และความรู้สึกของคนที่เขาใจว่าตนเองเป็นเช่นนั้น เพราะบุคคลอาจจะมีความคิดเห็นหรือรับรู้เกี่ยวกับตนเองที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงได้

แม็คเควิต และฮารารี (พรณิ ช.เจนจิต. 2534 : 180; อ้างอิงจาก Mc David & Harari. n.d.) ได้แยกและเปรียบเทียบความหมายระหว่างคำว่า “อัตต” กับ “อัตมโนทัศน์” ไว้ว่า อัตต คือ ส่วนรวมของบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และความรู้สึกต่างๆ ส่วนอัตมโนทัศน์ คือ โครงสร้างของการรับรู้ที่บุคคลมีต่อ “อัตต” อันเป็นผลมาจากประสบการณ์ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

กล่าวโดยสรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ความคิดเห็น ค่านิยมหรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเองในด้านต่างๆ เป็นการรับรู้ตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจอันเป็นผลมาจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา มีทั้งอัตมโนทัศน์ที่ดีและไม่ดีขึ้นอยู่กับ การรับรู้ตนเองในสถานการณ์แต่ละขณะ ซึ่งจะมีผลต่อความสามารถในการปรับตัว พฤติกรรมและบุคลิกภาพของบุคคลนั้น

2.1.3.2 ประเภทของอัตมโนทัศน์

ชูชัย สมิทธิไกร (2530 : 67) แบ่งอัตมโนทัศน์ตามทิศทางของความรู้สึกต่อตนเองเป็น 2 ลักษณะ คือ อัตมโนทัศน์ทางบวก และอัตมโนทัศน์ทางลบ

1. อัตมโนทัศน์ทางบวก (Positive Self-Concept) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในทางที่ดี เช่น คิดว่าตนเองเป็นคนมีความสามารถ ขยันขันแข็ง เป็นต้น

2. อัตมโนทัศน์ทางลบ (Negative Self-Concept) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในทางไม่ดี เช่น คิดว่าตนเองเป็นคนไม่มีคุณค่า ไม่เป็นที่ต้องการและยอมรับของใครๆ มีสติปัญญาต่ำ เกียจคร้าน เป็นต้น

รอเจอร์ เซนอทฤษฎีอัตมโนทัศน์ว่า แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่เรียกว่า “I” เป็นส่วนของตัวบุคคลที่เป็นผู้กระทำ และส่วนที่สองเรียกว่า “Me” เป็นส่วนของบุคคลที่เป็นผู้ถูกกระทำ ซึ่งทำให้บุคคลประเมินตนเองเป็นอัตมโนทัศน์ 2 ลักษณะ คือ

1. Real Self-Concept เป็นอัตมโนทัศน์ที่บุคคลรับรู้ตนเองอย่างตรงตามสภาพความเป็นจริง คือ ตรงตามที่ตนเองเข้าใจ การรับรู้ของตนเองนี้เกิดจากการประเมินความคิดเห็นของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเองและเกิดจากการประเมินการกระทำของตนเอง

2. Ideal Self-Concept เป็นอัตมโนทัศน์ที่บุคคลปรารถนาที่จะเป็นไปตามอุดมคติ รวมทั้งเป็นความรู้สึกที่อยากปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง ซึ่งเกิดจากความปรารถนาของตนเอง และเกิดความปรารถนาของผู้อื่นอยากให้เห็น

ฟิทท์ (ลำเนาวิ เรื่องยศ. 2535 : 11; อ้างอิงจาก Fitt. n.d.) ได้แบ่งอัตมโนทัศน์ไว้เป็น 2 ประเภท และแต่ละประเภทจำแนกเป็นด้านๆ ดังนี้

1. พิจารณาโดยใช้ตนเองเป็นเกณฑ์ ประกอบด้วย

1.1 อัตมโนทัศน์ด้านความเป็นเอกลักษณ์ หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นอย่างไร เป็นการพิจารณาอัตมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับคำถามว่า “ฉันเป็นอะไร”

1.2 อัตมโนทัศน์ด้านความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกเกี่ยวกับการยอมรับในตนเอง เป็นการพิจารณาอัตมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับคำถามที่ว่า “ฉันรู้สึกเกี่ยวกับตนเองอย่างไร”

1.3 อัตมโนทัศน์ด้านพฤติกรรม หมายถึง การรับรู้และความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติในเรื่องต่างๆ ของตนเอง เป็นการพิจารณาอัตมโนทัศน์ด้านที่เกี่ยวกับคำถามว่า “ฉันประพฤติอย่างไร”

2. พิจารณาโดยใช้ผู้อื่นเป็นเกณฑ์ ประกอบด้วย

2.1 อัตมโนทัศน์ด้านร่างกาย หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะของร่างกาย เรื่องเพศ สุขภาพ ความสามารถ และทักษะ

2.2 อัตมโนทัศน์ด้านศีลธรรมจรรยา หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับคุณค่าทางศีลธรรม ความรู้สึกเกี่ยวกับการเป็นคนดีหรือคนเลว ความสัมพันธ์ที่มีต่อศาสนา ความพึงพอใจในศาสนาของตน

2.3 อัตมโนทัศน์ด้านส่วนตัว หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคลเกี่ยวกับคุณค่าของตนเอง ความรู้สึกมั่นใจในตนเอง ประเมินค่าบุคลิกภาพของตน โดยไม่รวมลักษณะทางด้านร่างกายและความสัมพันธ์กับผู้อื่น

2.4 อัตมโนทัศน์ด้านครอบครัว หมายถึง ความรู้สึกในคุณค่าความพอใจ ในฐานะที่ตนเป็นสมาชิกคนหนึ่งของครอบครัว เป็นการแสดงถึงการรับรู้ตนเองว่า ไกล่ชิดหรือห่างเหินจากครอบครัว

จะเห็นได้ว่า มีนักการศึกษาแบ่งประเภทของอัตมโนทัศน์ไว้แตกต่างกันขึ้นอยู่กับมุมมองของแต่ละท่าน ซึ่งสำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะแบ่งประเภทของอัตมโนทัศน์ เป็น

2 ลักษณะ คือ อัตมโนทัศน์ทางบวก (Positive Self-Concept) และอัตมโนทัศน์ในทางลบ (Negative Self-Concept) ซึ่งได้จากการประเมินตนเองในด้านต่างๆ 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านความสามารถ และด้านสังคม

2.1.3.3 ความสำคัญของอัตมโนทัศน์

แมคเคนเลส (เสาวลักษณ์ ศรีดาเกษ. 2538 : 16; อ้างอิงจาก Mccandless. 1957) กล่าวถึงความสำคัญของอัตมโนทัศน์ว่า คนที่มีอัตมโนทัศน์ในทางบวกจะมีลักษณะอุปนิสัยที่พึงประสงค์ มีความวิตกกังวลต่ำ สามารถปรับตัวได้ดี มีความอยาก رؤ้อยากเห็น และมีความสัมพันธ์ในกลุ่มดี จะมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองมากกว่าบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ในทางลบ และจะใช้วิธีการป้องกันตนเองน้อย

พรณี ชูทัย เจนจิต (2538 : 3) กล่าวว่า ถ้าบุคคลมีอัตมโนทัศน์ต่อตนเองในทางบวกมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองในทางบวก เขาจะประพฤติปฏิบัติต่อคนอื่นอย่างทัดเทียมกับตน เห็นคุณค่าในผู้อื่น เมื่อตนมีความรู้สึกเช่นนี้ให้กับผู้อื่น เขาก็จะได้รับการปฏิบัติตอบเช่นเดียวกัน ในทางตรงข้าม ถ้าบุคคลมีอัตมโนทัศน์ในทางลบ มองเห็นตนเองต่ำต้อย ตูถูกตนเอง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง เขามักจะมีความรู้สึกเช่นเดียวกันนี้ให้กับผู้อื่น มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนาได้รับการยอมรับหรือประสบผลสำเร็จ สิ่งสำคัญคือจากประสบการณ์ที่ได้รับจากผู้อื่น และพรณี ชูทัย เจนจิต ได้กล่าวถึงความสำคัญของอัตมโนทัศน์ต่อความสำเร็จในการเรียนว่า เด็กที่มีอัตมโนทัศน์ในทางบวก รู้ว่าตนเองเป็นผู้มีความสามารถ มักจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการเรียน ในทางตรงกันข้าม เด็กที่มีอัตมโนทัศน์ในทางลบ มักเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการเรียน ในทางตรงกันข้าม เด็กที่มีอัตมโนทัศน์ในทางลบ มักเป็นผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการเรียน ดังนั้นอัตมโนทัศน์จึงเป็นตัวที่แสดงให้เห็นถึงความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการเรียน

สุธีรพันธ์ กรลักษณ์ (แพงศรี ราชพรหมมา. 2547 : 7; อ้างอิงจาก สุธีรพันธ์ กรลักษณ์. 2528) กล่าวสรุปว่า การทำความรู้จักตนเองต้องหมั่นตรวจพิจารณาตนเองถึงอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด การกระทำของตนเอง สนใจรับฟังความคิดเห็นและตรวจคำวิจารณ์ของบุคคลอื่นที่มีต่อตัวเราพอสมควร แล้วหันกลับมาพิจารณาถึงตัวเราในแง่มุมเกี่ยวกับตัวเราที่เป็นจริงเป็นอย่างไร กับตัวเราที่ต้องการจะเป็นอะไร จะช่วยให้บุคคลเรียนรู้ตนเองได้ตามความเป็นจริงมากขึ้น ถ้ามองดูตนเองแล้วคิดว่าตนเองด้อยกว่า ตัวตนที่เป็นอยู่ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นกลายเป็นคนที่มีปมด้อย แต่ถ้ามองดูตนเองแล้ว ประเมินค่าสูงกว่าตัวตนที่เป็นจริง ก็จะกลายเป็นคนหลงตัวเองไปในที่สุด

สรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์มีความสำคัญต่อพฤติกรรม ความสามารถในการปรับตัว บุคลิกภาพ และความสำเร็จของบุคคลเป็นอย่างมาก และบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ที่ดี หรือมีอัตมโนทัศน์ในทางบวกจะเป็นบุคคลที่มีความสุข มีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ สามารถปรับตัวอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมได้ดี

2.1.3.4 ความสำคัญของอัตมโนทัศน์

โรเจอร์ส (ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2539 : 123-125; อ้างอิงจาก Rogers. n.d.) พูดถึงตัวตนของบุคคล (Self) ว่าเป็นประสบการณ์เฉพาะตนของบุคคลหนึ่งบุคคลใดผสมปนกันเข้าเป็น “ตัวตน” ของบุคคลนั้น (I หรือ Me หรือ Self) ซึ่งในทฤษฎีตัวตน (Self Theory) โรเจอร์ส กล่าวไว้ว่ามนุษย์ทุกคนมีตัวตน 3 แบบ ได้แก่

1. ตนที่ตนมองเห็น (Self Concept)
2. ตนตามที่เป็นจริง (Real Self)
3. ตนตามอุดมคติ (Ideal Self)

ตน ที่ตนมองเห็น คือ ภาพของตนที่เห็นเองว่าตนเป็นคนอย่างไร คือ ใคร มีความรู้ความสามารถลักษณะเฉพาะตนอย่างไร เช่น คนสวย คนเก่ง คนร่ำรวย คนมีชาติตระกูล คนต่ำต้อยวาสนา คนช่างพูด คนขี้อาย คนเก็บตัว คนเงียบ คนสร้อยเคร้า ฯลฯ โดยทั่วไปคนรับรู้มองเห็นตนเองหลายแง่มุม อาจไม่ตรงกับข้อเท็จจริงหรือภาพที่คนอื่นเห็น เช่น คนที่ชอบเอาไรต์เอาเปรียบผู้อื่น อาจไม่เคยนึกเลยว่าตนเองเป็นบุคคลประเภทนั้น

ตน ตามที่เป็นจริง คือ ลักษณะตัวตนที่เป็นไปตามข้อเท็จจริง บ่อยครั้งที่ตนมองไม่เห็นข้อเท็จจริงของตน เพราะเป็นกรณีที่ทำให้รู้สึกเสียใจ เศร้าใจ ไม่เทียบหน้าเทียบตา กับบุคคลอื่นๆ รู้สึกผิดเป็นบาป ฯลฯ

ตน ตามอุดมคติ คือ ตนที่อยากมีอยากเป็น แต่ยังมีไม่ไปในสภาวะปัจจุบัน เช่น นาย ก เป็นคนขี้บรรับจ้าง แต่นึกฝันอยากจะเป็นเศรษฐีมีคนขับรถให้ชื่อนาง ง ถูกสามีทอดทิ้งหวังจะมีครอบครัวอบอุ่นพร้อมหน้าสามีและลูก นางสาวนิดา เป็นคนชอบเก็บตัวแต่ก็อยากเป็นคนเก่งของสังคม เข้ากับคนง่าย เป็นต้น

ถ้าตนที่ตนมองเห็นกับตนตามที่เป็นจริง มีความแตกต่างกันมากหรือมีข้อขัดแย้งกันมาก บุคคลนั้นก็มีความโน้มที่จะเป็นบุคคลก่อปัญหาให้แก่ตัวเองและผู้อื่น ในรายที่มีความแตกต่างกันรุนแรง เขาอาจเป็นโรคประสาท หรือโรคจิตได้

การปรับตัวตามที่ตนมองเห็นให้ตรงกับตนตามที่เป็นจริง และตนตามอุดมคติในการดำเนินชีวิตประจำวัน อันได้แก่ ความมั่นคงของอารมณ์และบุคลิกภาพ การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีสมรรถภาพสูงในการประกอบภารกิจตามหน้าที่ ไม่ค่อยมีความวิตกกังวล ไม่ค่อยใช้กลไกในการป้องกันตัวเอง บุคคลเหล่านี้มักพัฒนาบุคลิกภาพของเขาไปสู่ความวิวัฒนาการ นอกจากนั้นแล้ว บุคคลที่มองเห็นตนเองกับตนตามความเป็นจริง มักมองเห็นตนตามอุดมคติที่ค่อนข้างเป็นไปได้ ทำให้การดำเนินชีวิตของเขาเป็นไปอย่างมีความมุ่งมั่น กระตือรือร้นและสนใจหวังอยู่เสมอ เขาจึงมีความพึงพอใจในตนเองอยู่มาก ซึ่งมักจะนำไปสู่ความพึงพอใจในบุคคลอื่นอีกด้วย ส่วนบุคคลซึ่งสร้างภาพของตนตามอุดมคติห่างไกลตนตามที่เป็นจริงมักจะประสบความผิดหวังในตนเองและผู้อื่นอยู่เรื่อยๆ ทำให้มองตนเองในแง่ลบ มีเพื่อนน้อย พบหาสมาคมกับใครๆ

ยาก บุคคลประเภทนี้มักมีข้อสับสนและขัดแย้งในตนเองกับผู้อื่นเป็นนิจ (พรธรวดี จันทราช. 2544 : 11-12; อ้างอิงจาก รัชฎะ บุปผเวส และคณะ. 2534)

2.1.3.5 ลักษณะของผู้ที่มีอัตมโนทัศน์

สิทธิโชค วรานุสันติกุล (อภิชนา สุทธิสิงห์. 2541 : 15; อ้างอิงจาก สิทธิโชค วรานุสันติกุล. 2514) ได้วิเคราะห์ลักษณะของบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์สูง-ต่ำ ไว้ดังนี้

ลักษณะของบุคคลที่อัตมโนทัศน์สูง มีความรู้สึกและคิดว่าตนเองเป็นดังนี้

1. ด้านค่านิยมสัมฤทธิ์ผล เจลี่ยฉลาด มีเหตุผล ทะเยอทะยาน ชอบเล่นเกมกีฬา เป็นสมาชิกคนสำคัญของครอบครัว ขยัน มีความสามัคคีกับพี่น้อง แบ่งเวลาได้ดี เป็นนักเรียนที่ดี เป็นลูกที่ดี คล่องแคล่วว่องไว มีพ่อแม่ที่รักกัน

2. ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ มีอารมณ์มั่นคง ำแรง สุขุมรอบคอบ ชอบผจญภัย เชื่อมมั่นในตนเอง ไม่อิจฉาริษยา ชอบเผชิญหน้าคน มองโลกในแง่ดี

3. ด้านการปรับตัวทางสังคม ชอบมีเพื่อน เข้ากับคนได้ทุกระดับ ชอบสังสรรค์ เข้าใจผู้อื่น ชอบช่วยเหลือผู้อื่น เพื่อนฝูงรักใคร่

ลักษณะของบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ต่ำ มีความรู้สึกและคิดว่าตนเองเป็นดังนี้

1. ด้านค่านิยมสัมฤทธิ์ผล ทำงานช้า สติปัญญาต่ำ ไม่มีเหตุผล โดนรังแก ขี้เกียจ มักถูกตำหนิ พ่อแม่ทะเลาะกัน

2. ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ เศร้าหมอง อ่อนเพลียง่าย ก้าวร้าว รู้สึกว่าตัวเองไม่มีอะไรดี ท้อแท้ ขี้อิจฉา ตื่นเต้นตกใจง่าย

3. ด้านการปรับตัวทางสังคม มองคนในแง่ร้าย ไม่ช่วยเหลือคนอื่น แสดงอาการไม่ชอบเพื่อนที่ได้ดีกว่า ถูกคนอื่น เห็นแก่ตัว ชอบขยอคนอื่น ฟังพาทอาศัยไม่ได้

2.1.3.6 พัฒนาการของอัตมโนทัศน์

โรเจอร์ส โกลสไตน์ และมาสโลว์ (นิภา นิธยานน. 2530; อ้างอิงจาก Roger, Goldstein and Maslow. 1968) เชื่อว่ามนุษย์มีแรงจูงใจที่จะเป็นพลังพัฒนา “ตน” ให้เจริญงอกงามเต็มที่ ในเรื่องพัฒนาความเป็น “ตน” นี้ มาสโลว์ผู้เชื่อในระบบ “ตน” ว่าเป็นแกนกลางประจวบหัวใจของบุคลิกภาพได้อธิบายว่า มนุษย์มีความต้องการเป็นลำดับขั้น 6 ขั้น ตั้งแต่ขั้นต้นจนถึงขั้นสูงสุด และแต่ละขั้นจะเป็นฐานรองรับให้ก้าวขึ้นสู่ขั้นต่อไปได้ เริ่มตั้งแต่ความต้องการทางสรีระ ความต้องการความปลอดภัย ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความต้องการความรัก ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง จนถึงขั้นสุดท้าย คือ ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ (Self-Actualization) ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตที่ทำให้มนุษย์พัฒนา “ตน” ได้เต็มที่ตามกำลังศักยภาพที่มีอยู่

พรณี ชูทัย เจนจิต (2538 : 605) กล่าวว่าอัตมโนทัศน์ว่า เริ่มมีการพัฒนาตั้งแต่วัยทารกถึงวัยชรา และมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา การพัฒนาของอัตมโนทัศน์ในแต่ละวัย สรุปได้ดังนี้

วัยทารก (Infancy)

เป็นวัยที่เห็นว่าตนเองเป็นผู้ที่สำคัญที่สุด ทำทุกอย่างเพื่อสนองความต้องการของตนเอง เป็นประสบการณ์ในช่วงแรกของชีวิต การปฏิบัติจากผู้ใหญ่ที่เด็กได้รับในช่วงนี้ นับว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการพัฒนาอัตมโนทัศน์ การที่เด็กจะพัฒนาเกี่ยวกับความสามารถในการรักผู้อื่นได้นั้นขึ้นอยู่กับความรัก และความเอื้ออาทรที่เด็กได้รับ ซึ่งพ่อแม่เป็นบุคคลที่มีอิทธิพลมากที่สุด โดยเด็กจะพัฒนาอัตมโนทัศน์เมื่อรู้ตัวว่าเป็นที่ต้องการ มีคุณค่า หรือการที่คนอื่น ๆ เห็นว่าเขาเป็นเด็กดี เด็กจะแสดงพฤติกรรมตามความคาดหวังของบุคคลที่มีความสำคัญต่อชีวิตของเด็ก และจะแทรกซึมเข้าสู่อัตมโนทัศน์ของเด็ก

วัยเด็ก (Childhood)

เมื่อเด็กเริ่มเข้าสู่โรงเรียน บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กในวัยนี้ ได้แก่ พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ครู โดยเฉพาะกลุ่มเพื่อนจะเริ่มมีความสำคัญกับเด็กพอๆ กับที่ครูมีความสำคัญ ในวัยนี้เด็กได้มีโอกาสสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน และเริ่มได้รับประสบการณ์นอกบ้านเป็นครั้งแรก เด็กจะเริ่มมีความรู้สึกว่าการให้เพื่อนยอมรับตน โดยการทำงานหรือทำสิ่งใดๆ ให้สำเร็จ ซึ่งการที่เด็กประสบผลสำเร็จในการเรียนจะก่อให้เกิดความมานะพากเพียรพยายาม สามารถทำงานกับผู้อื่นได้ ส่วนเด็กที่ไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียนจะไม่มี ความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่สามารถร่วมทำงานกับผู้อื่น เด็กจะไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนซึ่งจะทำให้พัฒนาความรู้สึกที่ช่วยตนเองไม่ได้ เกิดความรู้สึกต่ำต้อย

วัยรุ่น (Adolescence)

ช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงที่จะแสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของอัตมโนทัศน์ทางลบหรืออัตมโนทัศน์ทางบวกอย่างเด่นชัด การที่เด็กรู้สึกเกี่ยวกับตนเองอย่างไร ไม่ว่าจะทางบวกหรือทางลบ จะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมในลักษณะต่างๆ กัน เช่น เด็กที่เข้าโรงเรียนด้วยความคาดหวังว่าจะต้องเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จ มีความสุข มักจะเป็นผู้อาสางาน มีความรับผิดชอบ ซึ่งความคาดหวังของเขาสอดคล้องกับความรู้สึกนึกคิดที่ดีที่มีต่อตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เขาประสบความสำเร็จในด้านการเรียนและสังคม ในทางตรงข้าม เด็กที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางลบมักจะมองตนเองว่าเป็นผู้ที่ไม่มีความสามารถ จึงไม่มีใครกระตือรือร้นที่จะอาสาทำสิ่งต่างๆ ไม่ค่อยรับผิดชอบซึ่งจะนำไปสู่ความล้มเหลว

วัยผู้ใหญ่และวัยชรา

สุชา จันทรเอม (2536 : 183) กล่าวถึง การพัฒนาอัตมโนทัศน์ในช่วงวัยผู้ใหญ่ (อายุ 18-60) และวัยชรา (อายุ 60 ปีขึ้นไป) สรุปได้ว่า ในวัยนี้มีการปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตอย่างมีความสุข เช่น จะต้องปรับตัวเรื่องชีวิตการแต่งงาน งานอาชีพ เศรษฐกิจ เริ่มรู้จักตนเองดี

ขึ้น เริ่มมองเห็นว่ามีความสามารถในงานที่ตนทำแค่ไหน จะวางแผนชีวิตให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จะเห็นได้ว่า อัตมโนทัศน์ของบุคคลในแต่ละวัยจะมีความแตกต่างกัน และมีการพัฒนาได้ ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของบุคคล ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมขณะที่บุคคลนั้นเจริญเติบโต และหล่อหลอมให้บุคคลมีบุคลิกลักษณะแตกต่างกันออกไป

2.1.3.7 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์

เฮอร์ลิค (Hurlock, 1964 : 707-708) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายอย่าง เช่น ความมุ่งหวังของพ่อแม่ ทัศนคติของสมาชิกภายในครอบครัว ลักษณะทางร่างกาย ระดับวุฒิภาวะ อิทธิพลจากสื่อมวลชน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความต้องการโรงเรียน ความเชื่อทางศาสนา ฐานะเศรษฐกิจ ปัญหาครอบครัว ทัศนคติของเพื่อน

สุรางค์ จันท์เอม (2519 : 41) กล่าวว่า สิ่งที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์คือ

1. ประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล
2. การอบรมเลี้ยงดู
3. ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมในสังคมนั้น

จันท์เพ็ญ โชติศิริ (2532 : 73) กล่าวถึง องค์ประกอบที่ทำให้อัตมโนทัศน์เปลี่ยนแปลง ได้แก่

1. สังคมที่เขาอยู่ การเป็นที่ยอมรับหรือไม่ยอมรับจากสังคมที่เขาอยู่ มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ของบุคคล

2. ผู้ใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา ครู ญาติ หรือเพื่อนสนิท มีอิทธิพลเหนือพัฒนาการของบุคคลนั้น ความไว้วางใจ ความเชื่อถือ เจตคติที่คนเหล่านั้นมีต่อบุคคลจะมีผลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์

3. อัตมโนทัศน์ตามอุดมคติ หมายถึง ความนึกคิดหรือเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองตามที่บุคคลนั้นปรารถนาจะเป็น บุคคลจะตั้งอัตมโนทัศน์ตามอุดมคติเอาไว้ ถ้าทำได้ อัตมโนทัศน์ของบุคคลก็จะดีขึ้น ถ้าทำไม่ได้ก็จะเกิดความท้อถอย รับรู้ตนเองว่าไม่มีค่า ทำให้อัตมโนทัศน์ของตนด้อยลง

พรรณี ช.เจนจิต (2534 : 203-205) กล่าวถึงปัจจัยที่มีผลต่ออัตมโนทัศน์ไว้ดังนี้

1. ประสบการณ์ในช่วงแรกของชีวิต ความบกพร่องของประสบการณ์ในช่วงแรกของชีวิต ซึ่งจะทำให้เป็นคนเปิดเผย แสดงออกดังประสบการณ์ในช่วงแรก ความทรงจำต่างๆ ในอดีตเป็นสิ่งที่ฝังใจและมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์

2. อิทธิพลทางวัฒนธรรม บุคคลในทุกวัฒนธรรมจะพัฒนาบุคลิกภาพขึ้นมาเพื่อให้เป็นไปตามมาตรฐานของสังคมนั้นๆ ดังนั้นในช่วงของการอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่เล็ก เด็ก

อาจจะได้รับการอบรมสั่งสอนให้มีบุคลิกภาพเป็นไปตามความต้องการของสังคมนั้นๆ ค่านิยมของวัฒนธรรมจะสะท้อนให้เห็นได้จากการอบรมเลี้ยงดู สังคมใดที่ฝึกเด็กให้เป็นคนที่ทำอะไรมักนึกถึงครอบครัว เด็กจะมีลักษณะซื่อสัตย์ ให้ความร่วมมือ อุทิศตน ในทางตรงกันข้ามสังคมที่เลี้ยงดูเด็กในลักษณะคำนึงถึงตนเองเป็นใหญ่ เด็กจะมีลักษณะทำอะไรตามความต้องการของตนเอง ไม่คำนึงถึงสิทธิเสรีภาพ เห็นแก่ตัว

3. ร่างกาย มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ทางตรง คือ เป็นตัวกำหนดความสามารถว่าเด็กจะทำอะไรได้หรือไม่ได้ ทางอ้อม คือ เด็กคิดอย่างไรเกี่ยวกับร่างกายของตน ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากการที่เด็กคิดว่าคนรอบๆ ข้างคิดอย่างไรกับตน

4. สติปัญญา เด็กที่เฉลียวฉลาดมากๆ มักชอบทำอะไรแปลกๆ การที่เด็กมีอัตมโนทัศน์ว่าตัวเองต่างจากผู้อื่น ทำให้เด็กฉลาดทำตัวไม่ค่อยถูกเมื่อเข้ากลุ่ม ส่งผลให้รู้สึกไม่สบายใจ ไม่มั่นใจในตนเองในการคบเพื่อน ส่วนเด็กที่มีอัตมโนทัศน์ว่าตัวเองไม่ฉลาดเท่าเพื่อน ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นคนวงนอกจะทำให้เด็กพัฒนาความรู้สึกด้อย เด็กจะมีประสบการณ์แคบ เป็นผลให้ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเท่าที่ควร

5. ความสำเร็จและความล้มเหลว ความล้มเหลวไม่เป็นเพียงแต่สิ่งที่จะทำลายอัตมโนทัศน์เท่านั้น แต่ยังส่งผลถึงการปรับตัวในสังคมอีกด้วย ส่วนความสำเร็จจะนำไปสู่การพัฒนาอัตมโนทัศน์ช่วงส่งผลไปสู่การปรับตัวในสังคมต่อไปในอนาคต

6. การยอมรับทางสังคม เด็กที่ได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนในฐานะผู้นำกลุ่มจะสามารถพัฒนาความมั่นใจในตนเอง มีลักษณะมั่นคง มีความภาคภูมิใจ เด็กที่เป็นมิตรและมีความมั่นใจในตนเอง อยากจะมีเพื่อนมาก ยิ่งเด็กกว้างขวางในหมู่เพื่อนเท่าใด ก็ยิ่งพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นเท่านั้น ในทางตรงกันข้าม เด็กที่ไม่ค่อยกว้างขวางในหมู่เพื่อน จะเกิดความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ มีอารมณ์ขุ่นมัว หงุดหงิดและรู้สึกว่าเป็นเพื่อนๆ ไม่เป็นมิตรกับตน

7. สัญลักษณ์ของสถานภาพทางครอบครัว สัญลักษณ์ที่แสดงสถานภาพของครอบครัว ได้แก่ เสื้อผ้าเครื่องใช้ เด็กจะเรียนรู้สิ่งต่างๆ เหล่านี้ได้ดีเพราะเป็นเครื่องหมายที่แสดงให้เห็นถึงการยอมรับหรือไม่ยอมรับจากกลุ่ม

8. อิทธิพลของครู ครูจะต้องมีเจตคติในการยอมรับผู้อื่น การให้ความอบอุ่นและความเป็นกันเอง จะช่วยพัฒนาอัตมโนทัศน์ในทางบวกให้กับเด็กได้

9. อิทธิพลทางครอบครัว ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กมากที่สุด เพราะบ้านเป็นสังคมแรกที่เด็กเรียนรู้แบบแผนพฤติกรรมต่างๆ เด็กจะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับบ้านมากกว่าสังคมอื่นๆ เจตคติของพ่อแม่ที่มีต่อตัวเด็ก ถ้าเต็มไปด้วยความรัก ความเข้าใจ และความสนใจ จะช่วยให้เด็กปรับตัวได้ดี สำหรับเด็กที่ปรับตัวไม่ได้เพราะอยู่กับพ่อแม่ที่อารมณ์ปฏิเสธขาดความรักความอบอุ่น มีความรู้สึกเกลียดชัง ตลอดจนความเข้มงวดกวดขันในพฤติกรรมของเด็ก

2.1.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

สุชา จันท์เอม และสุรางค์ จันท์เอม (2529 : 166) สัมพันธภาพในครอบครัวเกิดจากบุคคลในครอบครัวให้ความรัก ความเข้าใจซึ่งกันและกัน เมื่อประสบปัญหาที่หันหน้าเข้าปรึกษากัน บิดามารดา เป็นบุคคลสำคัญที่สุดที่เด็กรักและเชื่อฟัง ดังนั้น ถ้าบิดามารดา ใช้อุทิศเวลาในการอบรมขัดเกลานิสัยเด็ก ให้ความรัก ความอบอุ่นอย่างเพียงพอ เด็กจะมีพฤติกรรมในทางที่ดีมากกว่ามีพฤติกรรมในทางที่ไม่ดี

กุหลาบ รัตนสังฆธรรม และคนอื่นๆ (2543 : 13-15) ได้สรุปแนวคิดของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้ว่า ครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดีจะต้องมีพฤติกรรมที่แสดงความรักและผูกพันในลักษณะต่อไปนี้

1. ต้องเอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรต่อกัน หมายถึง การดูแลสุขภาพของกันและกัน อาหารการกิน การเล่าเรียนของบุตร ความทุกข์และความสุข ที่ต้องการระบาย เป็นต้น
2. ต้องรู้จักคนที่เรารัก สำหรับบุตร บิดา มารดา ก็ต้องเข้าใจและมีความรู้เกี่ยวกับบุตร อุปนิสัยบุตร จุดเด่นจุดด้อยเป็นอย่างไร
3. ต้องเคารพซึ่งกันและกัน หมายถึง การเคารพที่มาจากใจ ซึ่งพฤติกรรม การแสดงออกหลายอย่าง เช่น การเกรงใจกัน การฟังกัน การเคารพในความคิดเห็นที่แตกต่าง เป็นต้น
4. ต้องมีความรับผิดชอบ หมายถึง การยอมรับความผิด หรือความชอบ
5. ต้องมีความไว้วางใจกันและกัน ควรมีต่อทั้งกายและทางใจ
6. ต้องให้กำลังใจกันและกัน อาจเป็นคำพูดหรือท่าทางที่ให้การสนับสนุน
7. ต้องให้อภัยกันและกัน ถ้ามีความรักอยู่ก็อภัยให้กัน ยกโทษให้กัน
8. ต้องรู้จักสื่อสารในครอบครัว ควรใช้กิริยาจาเราะหว่างบิดา มารดากับบุตร
9. ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่าและมีคุณภาพ มีกิจกรรมร่วมกันช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ที่มี
10. ต้องมีการปรับตัวตามภาวะเปลี่ยนแปลง
11. ต้องรู้ภาวะหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การอยู่ร่วมกันทุกคนต้องมีบทบาทหน้าที่ทั้งต่อตนเองและต่อสมาชิกในครอบครัว
12. มีความใกล้ชิดทางสัมผัส การสัมผัส เช่น การโอบกอดกันบ้างเป็นการแสดงความรักความอบอุ่นตามธรรมชาติของคน

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง สรุปได้ว่าสัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ได้แก่ การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง และการปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน มีส่วนสำคัญที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรม การเรียนที่เหมาะสม

2.1.5 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

นารี โนภระ (2536 : 9) กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียนถือว่าสำคัญที่สุด นอกจากด้านการเรียนการสอนและการให้การอบรมแก่นักเรียนแล้ว ครูยังต้องมีสัมพันธภาพที่ดีกับนักเรียน ส่งเสริมให้กำลังใจ ให้คำแนะนำ มีความเมตตากรุณา มีเหตุผล มีบุคลิกภาพที่ดี ให้ความรัก ความอบอุ่น เพื่อให้เด็กปรับตัวได้ดี และเสริมสร้างความสมบูรณ์ทางจิตใจให้แก่เด็ก

ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ (ศรีนทิพย์ พงษ์ศาสด. 2546 : 49; อ้างอิงจาก ไพฑูรย์ สีนลารัตน์. 2524) กล่าวว่า ในการเรียนการสอนทุกระดับนอกจากผู้เรียนต้องการผู้สอนที่มีความรู้ดี มีประสบการณ์ดีแล้ว ยังต้องการอาจารย์ที่มีวิธีการสอนที่เป็นกันเอง เข้าใจ และเห็นอกเห็นใจในผู้เรียนแต่ในขณะเดียวกันก็ควรชี้แนะให้เห็นถึงความถูกต้องเหมาะสม ให้ข้อติชมตรงไปตรงมา ซึ่งเต็มไปด้วยความหวังดีช่วยให้บรรยากาศการเรียนรู้อุดม

สลาวิน (ศิริบุรณ์ สายโกสุม. 2546 : 256; อ้างอิงจาก Slavin. 1980) ได้ศึกษา งานวิจัยจำนวนมาก ซึ่งชี้ว่าสัมพันธภาพทางบวกช่วยพัฒนาความสัมพันธ์ของครูกับนักเรียนและเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองของผู้เรียน แนวทางจากการศึกษา มีผลในการสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้เกิดความร่วมมือร่วมใจกันมากกว่าการแข่งขันกัน ครูและนักเรียนต่างมีความรู้สึกที่ละเอียดอ่อน องค์กรประกอบของความเป็นมนุษย์ไม่เพียงช่วยให้บังเกิดผลดีในทางวิชาการเท่านั้น สัมพันธภาพที่ดีช่วยให้สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงด้วย

ศิริบุรณ์ สายโกสุม (2546 : 256) ได้กล่าวถึง การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนว่า ความสัมพันธ์หรือความผูกพันระหว่างครูกับนักเรียนเป็นสื่อกลางที่ช่วยให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างราบรื่น ครูดีเพราะสามารถสร้างสัมพันธภาพในทางบวกกับนักเรียนได้

โคแกน (กมลรัตน์ พิชัยวงศ์. 2549 : 61; อ้างอิงจาก Cogan. 1975) ศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ที่เป็นมิตรระหว่างครูกับนักเรียนจะทำให้ผลการเรียนดีขึ้น ยิ่งครูและนักเรียนมีความสัมพันธ์ต่อกันมากเท่าใด นักเรียนจะพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ให้สูงถึงขีดสุดได้มากเพียงนั้น และลักษณะความสัมพันธ์ของครูกับนักเรียนจะมีอิทธิพลต่อความสนใจในวิชาที่เรียน นักเรียนที่มีความศรัทธาในตัวครูจะทำให้นักเรียนสามารถปรับตัวด้านการเรียนได้ดี

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู สรุปได้ว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูมีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านการเรียน เพราะครูให้ความรัก ความเข้าใจนักเรียนอย่างจริงใจ พร้อมทั้งยอมรับฟังความคิดเห็นและให้ความเป็นกันเองกับนักเรียนทุกคน ทำให้นักเรียนมีความสุขในการเรียน จึงทำให้นักเรียนตั้งใจเรียน และการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจะทำให้เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นในชั้นเรียน

2.1.6 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

2.1.6.1 ความหมายของการเลียนแบบ

เดมโบและไซดิง คูนิน (ประสาธ อิศรปริดา. 2547 : 294; อ้างอิงจาก Dembo. 1991 & Citing Kounin. 1970) ได้กล่าวถึง เพื่อนๆ ในฐานะที่เป็นแม่แบบว่า การได้

เห็นเพื่อนคนอื่น ๆ ได้รับรางวัลและได้รับโทษ เป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้ของเด็ก พบว่าปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับเด็กมีอิทธิพลต่อเด็กคนอื่น ๆ ที่เขาได้พบเห็นโดยไม่ตั้งใจ เมื่อครูตำหนิเด็กคนหนึ่งที่ทำบางสิ่งบางอย่างไม่เหมาะสมก็จะมีผลให้เด็กคนอื่น ๆ ในชั้นเรียนนั้นไม่กล้าทำพฤติกรรมดังกล่าวในทำนองเดียวกัน เมื่อครูให้ตัวเสริมแรงแก่เด็กคนใดคนหนึ่ง คนอื่น ๆ ก็เกิด ความคาดหวังการเสริมแรงนั้น โดยมีแนวโน้มจะมีพฤติกรรมเช่นเดียวกับแม่แบบ

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2540 : 62) ได้กล่าวถึง การเรียนรู้จากการเลียนแบบ (Learning Through Modeling) ของแบนดูราว่า การเรียนรู้ของมนุษย์จากผลกรรมมีข้อจำกัดอยู่มาก ทั้งนี้เพราะสิ่งที่เรียนรู้มีมากกว่าทั้งเวลา และโอกาสจะอำนวย ดังนั้นการเรียนรู้จากการเลียนแบบจึงเป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้มนุษย์สามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างกว้างขวางขึ้น พฤติกรรมของมนุษย์หลายอย่างเกิดขึ้นมาโดยที่มนุษย์ไม่เคยมี 50 ประสบการณ์ตรงเลย แต่มนุษย์สังเกตเห็นตัวแบบหรือผู้อื่นกระทำ เช่น คนส่วนมากงดเว้นจากการเสพ เฮโรอีน ทั้งๆ ที่ไม่เคยประสบกับผลกรรมที่จะได้รับจากการเสพเฮโรอีน ทั้งนี้เพราะ คนเหล่านี้เรียนรู้ว่า การเสพเฮโรอีนจะได้รับผลกรรมทางลบ คือ ทำลายสุขภาพและถึงตายในที่สุด การเรียนรู้จากตัวแบบเป็นกระบวนการต่อเนื่อง โดยบุคคลสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่นแล้วคิดว่าจะสร้างพฤติกรรมใหม่ได้

มาลี จุฑา (2542 : 298) ได้กล่าวถึงการทำตามแบบอย่าง (modeling) ว่า โดยปกติมนุษย์เรียนรู้สิ่งต่างๆ จากประสบการณ์ตรงและประสบการณ์รอง จากการสังเกตพบว่า มนุษย์ชอบเลียนแบบผู้อื่น สังเกตได้จาก แฟชั่นต่างๆ ทั้งนี้เพื่อการปรับตัวเข้ากับสังคม การเลียนแบบเป็นจึงเป็นวิธีลดหรือขจัดความกลัว ความวิตกกังวล โดยใช้แบบอย่างที่เหมาะสมเป็นตัวแบบ โดยให้เด็กดูแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมแล้วให้ทำตามแบบนั้นๆ

จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคนอื่นๆ (2543 : 33-34) กล่าวว่า พฤติกรรมของบุคคลสามารถสังเกตได้ เช่น การเดิน การยืน การพูด อารมณ์ดีใจ เสียใจ หรือโกรธ แต่พฤติกรรมบางอย่างไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง ด้วยอวัยวะรับความรู้สึก และอาจจะต้องใช้เครื่องมือบางอย่าง เพื่อวัดพฤติกรรมบางอย่าง เช่น เครื่องมือจับเท็จ เป็นต้น

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2544 : 28) กล่าวว่า การเลียนแบบเป็นการนำเอาแบบอย่างของบุคคลอื่นมาเป็นของตน เพื่อที่ตนเองจะได้เป็นที่ยอมรับของสังคม การเลียนแบบจะช่วยให้เกิดความอบอุ่นใจและมีความมั่นใจมากขึ้น เช่น บุคคลที่ชอบแต่งตัว ไว้ทรงผมตามอย่างดาราภาพยนตร์

สมโภชน์ เอี่ยมสุภามิตร (2548) การเลียนแบบเป็นกระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมพฤติกรรมจากตัวแบบ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ๆ หรือเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กได้ การเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบนี้ถือได้ว่าเป็นวิธีที่เกิดตามธรรมชาติ โดยที่จะเห็นได้ว่าพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกส่วนใหญ่นั้นมาจากการลอกเลียนแบบตัวแบบที่อยู่ใกล้ชิดเขาหรือที่เขาสนใจทั้งสิ้น ในการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบนี้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2548) สำหรับกลวิธีการให้ตัวแบบของแบนดูรา นั้น กล่าวว่า มนุษย์สามารถเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่น ดังนั้น พฤติกรรมส่วน

ใหญ่ของมนุษย์จึงได้รับอิทธิพลจากการสังเกตพฤติกรรมและผลของการแสดงพฤติกรรมของบุคคลอื่น และในการบำบัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์สามารถจัดให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสถานการณ์ให้เกิดการเรียนรู้โดยอาศัยตัวแบบ

2.1.6.2 บุคคลที่เด็กเลียนแบบ

สวานา พรพัทธ์กุล (2525 : 2-7) กล่าวว่า บุคคลที่เด็กจะเลียนแบบนั้น จะเริ่มต้นจากคนใกล้ชิดที่สุดแล้วค่อยๆ ห่างออกไปจากตัวเด็กตามพัฒนาการทางสังคมของเขา ซึ่งสามารถแบ่งออกได้ ดังนี้

1. การเลียนแบบจากพ่อแม่และครู ในช่วงที่เด็กเริ่มเลียนแบบได้ บุคคลจะเลียนแบบบุคคลใกล้ชิดที่สุดคือพ่อแม่ ซึ่งรวมถึงผู้ปกครอง และผู้ที่เลี้ยงดูเด็กแทนพ่อแม่ เมื่อเด็กเติบโตขึ้นได้ไปโรงเรียนเวลาครึ่งหนึ่งของชีวิตในแต่ละวันอยู่กับครู ดังนั้นความสำคัญของครูในการเป็นตัวแบบจึงพอๆ กับพ่อแม่ ผู้ปกครองและครูจึงควรเป็นตัวแบบที่ดี แต่ต้องไม่แสดงบทบาทของตัวแบบให้แก่เด็ก

2. เลียนแบบจากตัวแบบที่เด็กชอบ จะต้องเป็นตัวแบบที่ก่อให้เกิดความพอใจแก่เด็กอาจเป็นเพื่อนและบุคคลอื่นๆ ที่แวดล้อมเขาอยู่

3. เลียนแบบจากตัวแบบที่ตรงกับความสนใจ การเลียนแบบจะเกิดขึ้นเมื่อตัวแบบนั้นตรงตามความสนใจ เด็กหญิงจะเลียนแบบแตกต่างไปจากเด็กชายเนื่องจากความสนใจแตกต่างกัน แม้ในกลุ่มเด็กหญิงหรือเด็กชายด้วยกันความสนใจก็จะแตกต่างกันไปอีก เช่น เด็กหญิงบางคนสนใจเลียนแบบการทำงานในบ้านของพ่อแม่แต่บางคนอาจจะสนใจศิลปะการ แสดงต่างๆ ที่ตนเห็นในรายการโทรทัศน์และพยายามที่จะเลียนแบบ

4. เลียนแบบจากผู้กล้าหาญ ไม่ว่าจะเป็เด็กหญิงหรือเด็กชายย่อมจะมีผู้กล้าหาญที่ตนยกย่องและพอใจจะเลียนแบบตาม ตัวแบบอาจมาจากเรื่องจริงหรือไม่ก็ได้ ตัวแบบของเด็กมักเป็นบุคคลที่มีอายุมากกว่า

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเลียนแบบเพื่อน สรุปได้ว่า การเลียนแบบเพื่อนมีอิทธิพลต่อความคิดความรู้สึก และการกระทำของเด็กเป็นอย่างมาก เพราะเด็กต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับและประทับใจของกลุ่มเพื่อน จึงยอมทำตามกลุ่มแม้ว่าบางครั้งอาจต้องฝืนต่อความรู้สึกของตนเองก็ตาม

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน

2.2.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอายุ

2.2.1.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

โจนส์ (Jones. 1970 : 42-48) ได้ศึกษาการเปลี่ยนแปลงความรู้สึก รับผิดชอบของเด็กตามอายุ ผลการศึกษาพบว่า เด็กอายุ 9-11 ปี มีความรู้สึกรับผิดชอบน้อยและมีช่วงความรับผิดชอบไม่แตกต่างกัน อายุ 13 ปีขึ้นไป จะมีความรับผิดชอบสูงขึ้นเรื่อยๆ จนถึงอายุ 16-17 ปี จึงจะคงที่

ฮาร์เลย์ (กรมวิชาการ. 2543 : 11; อ้างอิงจาก Herley. 1986) ได้สำรวจตัวแปรเรื่องอายุที่เหมาะสมในการเรียนภาษาอังกฤษ และให้ข้อสรุปว่า การเรียนภาษาอังกฤษตั้งแต่วัยเยาว์มีข้อได้เปรียบกว่าการเรียนเมื่อโตแล้ว และครูที่มีประสิทธิภาพสามารถช่วยผู้เรียนให้เรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วในทุกระดับของการเรียน

แมคคาร์ธี (จักรินทร์ พริ้งทองฟู. 2546 : 14; อ้างอิงจาก McCarthy. 1986) ได้ศึกษาการเรียนรู้อยู่ด้วยตนเอง และเจตคติของนักศึกษาระดับปริญญาตรีเอกคณิตศาสตร์ระหว่างนักศึกษาอายุน้อยกับนักศึกษาที่มีอายุมาก โดยใช้ SDLRS และ MAS (The Math Attitude Scale) ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาอายุน้อยมีระดับการเรียนรู้อยู่ด้วยตนเองในระดับปานกลางและมีเจตคติต่อวิชาคณิตศาสตร์เชิงลบ นักศึกษาอายุมากมีระดับการเรียนรู้อยู่ด้วยตนเองในระดับปานกลางและสูงกว่ามีเจตคติต่อการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ แต่ยังคงมีความวิตกกังวลต่อการเรียนเช่นเดียวกับนักศึกษาอายุน้อย

ชู (นพเก้า ณ พัทลุง. 2548 : 10; อ้างอิงจาก Hsu. 2004) ได้ศึกษาผลจากอายุและแรงจูงใจ และปัจจัยสนับสนุน 3 ด้าน คือ รูปแบบการเรียน (Learning Styles) ภาษาอังกฤษที่ผู้เรียนได้รับนอกห้องเรียน และวิธีการสอนของผู้สอน ต่อผลการเรียนภาษาอังกฤษของผู้เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในไต้หวัน พบว่า ผู้เรียนเริ่มเรียนภาษาอังกฤษที่มีอายุน้อยกว่าจะประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติ (Performance) ดีกว่า

2.2.1.2 งานวิจัยในประเทศ

อรพินทร์ ชูชม และคนอื่นๆ (ปิยะรัตน์ ดิกลาง. 2550 : 30; อ้างอิงจากอรพินทร์ ชูชม และคนอื่นๆ. 2542) ได้ศึกษาการพัฒนาแบบวัดแรงจูงใจภายในของบุคคลจำแนกตามเพศและอายุ โดยมีกลุ่มตัวอย่าง คือ อาจารย์นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า แบบวัดแรงจูงใจภายในสามารถจำแนกคนที่มีแรงจูงใจภายในสูงและต่ำได้ นักเรียนที่มีเพศและการศึกษาต่างกัน มีแรงจูงใจภายในต่างกัน โดยนักเรียนหญิงมีแรงจูงใจภายในรวม แรงจูงใจด้านความต้องการมีความสามารถ และด้านความมุ่งมั่นมากกว่านักเรียนชาย และแรงจูงใจภายในของนักเรียนเพิ่มขึ้นตามระดับอายุหรือระดับการศึกษา

กฤษฎ์ ทรงเจียรระพานิช (2548 : 74-75) ได้ศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อปัญหาการเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนออเงิน (อөнเหมอนุสรณ์) เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า อายุ เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อปัญหาการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า ระดับอายุที่แตกต่างกัน มีผลทำให้นักเรียนประสบปัญหาที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดว่า อายุน่าจะเป็นสิ่งสำคัญที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

2.2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

2.2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

อิงลิช (English. 1963 : 459) ได้ศึกษาพบว่า วิทยาลัยเข้าสู่วัยผู้ใหญ่จะต้อง หลีกเลียงจากความวิตกกังวล ความกดดันต่างๆ ที่ทำให้เกิดโรคประสาท ซึ่งถ้าบุคคลใดมีสุขภาพจิต ดี ก็สามารถผ่านชีวิตในวัยต่างๆ ไปได้อย่างราบรื่น

ไรท์ (Write. 1977 : 60) กลุ่มอายุที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดความเครียดมากที่สุด คือ 35-50 ปี เนื่องจากภาวะร่างกายเริ่มมีการเสื่อมถอย

ไคร์เรียโก และซัทคลอฟ (Kyriacou ; & Sutcliffe. 1978 : 185) ได้ทำการ สืบหาความเครียดของครู จำนวน 257 คน จากโรงเรียนมัธยมขนาดกลาง 16 แห่ง ในประเทศ อังกฤษ ผลการสืบหาพบว่า ครูร้อยละ 19.9 มีความเครียดที่รุนแรง และในปีต่อมาได้สืบหา ความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมอีกครั้ง พบว่าครูร้อยละ 23.4 มีความเครียดที่สูงมาก นอกจากนี้ยังพบว่า ความเครียดสัมพันธ์กับประวัติของครู ได้แก่ เพศ คุณวุฒิ อายุ ประสบการณ์ในการสอน และตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน

แอนโทนอนอฟสกี (Antonovsky. 1987 : 111) กล่าวถึง ความสัมพันธ์ระหว่าง สถานภาพสมรส จากการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากคู่สมรสที่มีสัมพันธ์ภาพดีในครอบครัว จะช่วยลดความเครียดจากการทำงานได้

กรีนเบอร์ก, ไฮเกล และไลทซ์ (อรุณศิริ เกียรติศิริ. 2547 : 37; อ้างอิง จาก Greenberg; Siegel; & Leitch. 1983) ได้ศึกษาเปรียบเทียบอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนกับบิดา มารดาที่มีต่อสุขภาพจิตวัยรุ่น ในด้านการมองเห็นคุณค่าในตนเอง และความพึงพอใจในชีวิต โดย ศึกษาในวัยรุ่นซึ่งกำลังเรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาในช่วงอายุ 12-19 ปี แยกเป็นเพศชาย 123 คน เพศหญิง 79 คน วัยรุ่นเหล่านี้อาศัยอยู่ในครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม ระดับกลาง ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามวัดการปรับตัวในชีวิตประจำวัน มโนคติต่อตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต ความใกล้ชิดกับบิดามารดา และกลุ่มเพื่อน ผลการศึกษาพบว่า สัมพันธภาพของ วัยรุ่นกับบิดามารดา และกลุ่มเพื่อน มีความสัมพันธ์กับการมองเห็นคุณค่าในตัวเอง และความพึง พพอใจในชีวิต นอกจากนี้ยังพบว่าความใกล้ชิดกับบิดามารดาสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิต ได้มากกว่าความใกล้ชิดกับเพื่อน นั่นคือความมีสัมพันธภาพที่ดีกับบิดามารดา มีอิทธิพลต่อ สุขภาพจิตวัยรุ่นมากกว่ากลุ่มเพื่อน

เทอร์แมน และฮัมเพรีย์ (Tyreman and Humphrey. 1984 : 1901) ได้ ศึกษาปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นในช่วงอายุ 12-16 ที่มาให้บริการด้านสุขภาพจิต จำนวน 24 คน โดยเปรียบเทียบกับวัยรุ่นในช่วงวัยเดียวกันซึ่งไม่มีปัญหาสุขภาพจิต โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับ สุขภาพทั่วไป เหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน การได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัว และ สิ่งแวดล้อมในครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่มีปัญหาสุขภาพจิตได้รับความช่วยเหลือจาก ครอบครัวน้อยกว่าต้องเผชิญกับความเครียดในชีวิตประจำวันสูงกว่าวัยรุ่นปกติ

2.2.2.2 งานวิจัยในประเทศ

เพ็ญทิวา นรินทรานุกร ณ อยุธยา (2533 : 63-68) ได้ศึกษาปัญหาเรื่องปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควตา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตบางเขน วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิต จำแนกตามเพศ ชั้นปี และวิชาเอก กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตโควตา จำนวน 204 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามปัญหาการปรับตัวและแบบสอบถามสุขภาพจิตเอสซีแอล-90 ผลการศึกษา พบว่านิสิตโควตาส่วนใหญ่คิดว่าตนเองมีปัญหาการปรับตัวที่ระดับน้อย ปัญหาสุขภาพจิตของนิสิตโควตาที่พบอยู่ในระดับปานกลาง คือ ด้านย่ำคิดย่ำทำ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ด้านซึมเศร้า ด้านก้าวร้าว ชอบทำลาย ด้านกลัวโดยปราศจากเหตุผล ด้านหวาดระแวง และโรคจิต นิสิตโควตาเพศชายและเพศหญิงมีปัญหาสุขภาพจิตแตกต่างกัน

อรัญญา จันทร์ดั่ง (2536 : 62-63) ได้ทำการศึกษาเรื่องสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 268 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามสุขภาพจิต เอสซีแอล-90 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีปัญหาสุขภาพจิตอยู่ในระดับปกติ สุขภาพของนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกัน 2 ด้าน คือความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น โรคจิตเกี่ยวกับสุขภาพจิตของนักเรียนที่แยกตามแผนการเรียน คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง พบว่ามีปัญหาสุขภาพจิตทั้ง 9 ด้านไม่แตกต่างกัน

นลินรัตน์ อภิชาติ (2536 : 107-110) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของครู ซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ กลุ่มตัวอย่างเป็นครูจำนวน 158 คน ผลการศึกษาพบว่า ครูซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษมีสุขภาพที่อยู่ในระดับปกติ ครูชายมีสุขภาพจิตแตกต่างกับครูหญิง โดยครูชายมีสุขภาพจิตด้านความหวาดระแวง โรคจิตและด้านอาการร่วมอื่นๆ สูงกว่าครูหญิง

พลาภรณ์ จันทร์ขามเรียน (2539 : 69) ได้ศึกษา สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิต สังกัดทบวงมหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2538 ผลการศึกษาพบว่า สุขภาพจิตของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับจำนวนพี่น้อง ยกเว้นตัวแปรด้านเพศ ลำดับการเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาชีพของผู้ปกครอง ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง รายได้ของผู้ปกครอง และสภาพครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า สุขภาพจิตมีผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน ดังนั้น สุขภาพจิตน่าจะเป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ทำให้นักเรียนโรงเรียนเซนต์ดอมินิก มีการปรับตัวกับเพื่อนแตกต่างกัน

2.2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอัตมโนทัศน์

2.2.3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

โรเจอร์ส (อภิญา สุทธิสิงห์. 2541 : 24 อ้างอิงจาก Rogers. 1972) พบว่า อัตมโนทัศน์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว กล่าวคือ บุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ดีจะสามารถปรับตัวได้ดีหรือในทางกลับกัน บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีก็จะมีอัตมโนทัศน์ดี

จอห์น ไฮเวิร์ด ดันซีม (ปริศนา เกตรา. 2544 : 74; อ้างอิงจาก John Howard Deitch. 1959) ศึกษาอัตมโนทัศน์ระหว่างเด็กชายที่มีปัญหาด้านความประพฤติ กับเด็กชายที่ไม่มีปัญหาด้านความประพฤติ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กชายอายุ 15-16 ปี จำนวน 100 คน ใช้แบบวัดอัตมโนทัศน์ของเทเนเนสซี ผลการวิจัยพบว่า เด็กชายไม่มีปัญหาด้านความประพฤติมีอัตมโนทัศน์ดีกว่าเด็กชายที่มีปัญหาด้านความประพฤติ

2.2.3.2 งานวิจัยในประเทศ

ผ่องพรรณ ติปัญญ (อภิขญา สุทธิสิงห์. 2541 : 22; อ้างอิงจาก ผ่องพรรณ ติปัญญ. 2518) ศึกษาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนโรงเรียนในกรุงเทพมหานคร โดยใช้มาตรวัดที่ดัดแปลงมาจากมาตรวัดอัตมโนทัศน์ของสิทธิโชค วรานุสันติกุล ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีจากครอบครัวชั้นกลางมีอัตมโนทัศน์สูงกว่านักเรียนที่มาจากสภาพเศรษฐกิจและสังคมต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล และไข่มุก วิเชียรเจริญ (อภิขญา สุทธิสิงห์. 2541 : 22; อ้างอิงจากกอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล และไข่มุก วิเชียรเจริญ. 2527) ศึกษาอัตมโนทัศน์ของอาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดล โดยใช้มาตรวัดอัตมโนทัศน์ของเทเนเนสซี พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนโดยรวมของอาจารย์หญิงสูงกว่าอาจารย์ชาย อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และคะแนนอัตมโนทัศน์ในด้านต่างๆ 8 ด้าน พบว่า อาจารย์หญิงมีอัตมโนทัศน์ในด้านศีลธรรมและด้านครอบครัวสูงกว่าอาจารย์ชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนด้านอื่นๆ ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านความเป็นเอกลักษณ์ ด้านความพึงพอใจในตนเอง ด้านพฤติกรรมกรรมและด้านวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง อาจารย์ชายและอาจารย์หญิงไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่า อัตมโนทัศน์โดยรวมระหว่างช่วงอายุไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อวิเคราะห์แยกในแต่ละด้าน พบว่า อัตมโนทัศน์ด้านพฤติกรรมกรรมของอาจารย์ระหว่างช่วงอายุ 21 ถึง 30 ปี กับช่วงอายุ 41 ถึง 60 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิขญา สุทธิสิงห์ (2541 : 63) ศึกษาสหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของพฤติกรรมแบบเอ และอัตมโนทัศน์กับนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 200 คน ด้วยมาตรวัดอัตมโนทัศน์เทเนเนสซีพบว่า องค์ประกอบ TAB ด้านความพยายามเพื่อความสำเร็จมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับอัตมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง องค์ประกอบของ TAB ด้านความไม่อดทน ความหงุดหงิด มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับ อัตมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง

พรรณวดี จันทราช (2544 : 73) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมผิดวินัย ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวกับอัตมโนทัศน์มีความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนกับนักเรียน ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน กับอัตมโนทัศน์มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ปัจจัยด้านสื่อสารมวลชน

กับอ้อมโนทัศน์ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า อ้อมโนทัศน์ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

2.2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

2.2.4.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ไซมอน (Symond. 1973 : 283-285) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของพ่อแม่ที่แสดงถึงการยอมรับ เปรียบเทียบกับการปฏิเสธบุตร ผลการศึกษาพบว่า บุตรที่พ่อแม่ยอมรับจะเป็นผู้ที่เพื่อนฝูงยอมรับเป็นอย่างดี ชอบเข้าสังคม สนใจการเรียน มองโลกในแง่ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีมโนคติเกี่ยวกับตนเอง คือ รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความอบอุ่นและปลอดภัย

เมเยอร์แบงก์ (Marjoribank. 1991 : 103-109) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเอาใจใส่ของผู้ปกครอง ความคาดหวังของผู้ปกครอง สภาพแวดล้อม และระดับฐานะทางสังคมกับสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนอายุ 11 ปี จำนวน 158 คน โดยใช้แบบทดสอบ Primary Mental Ability จากแบบทดสอบพบว่า นักเรียนที่ผู้ปกครองให้การส่งเสริมการเล่าเรียน จะมีคะแนน จากแบบทดสอบ Primary Mental Ability สูง ซึ่งคะแนนจากแบบทดสอบ Primary Mental Ability ยังมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงด้วย

2.2.4.2 งานวิจัยในประเทศ

บำเพ็ญ วังเงิน (2541 : 121-128) ศึกษาเรื่องอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนกรณีศึกษาโรงเรียนก้นทรวงวิชัย จังหวัดมหาสารคาม ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนสาเหตุหนึ่งมีผลมาจากอิทธิพลของครอบครัว เช่น สภาพความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันทางวัฒนธรรม และสัมพันธภาพของบุคคลในครอบครัว

เต็มศักดิ์ คทวณิช (2549: 56) ได้ศึกษาปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 801 คน ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า เด็กที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ปกครองจะมีแนวโน้มมีพฤติกรรมเหมาะสมในการปรับตัวกับเพื่อนที่เหมาะสม ในด้านความมั่นคงทางอารมณ์ ความขยันหมั่นเพียร มีแรงจูงใจที่ดีในการเรียน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง น่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

2.2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

2.2.5.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

วูน และแรนดอล เจย์ (สุพัตรา ผลรัตน์ไพบูลย์. 2550 : 60; อ้างอิงจาก Voorn; & Randall Jay. 1990) ได้ทำการศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนมีอิทธิพลต่อการ

ประสบความสำเร็จอย่างไร โดยแยกเป็นเด็กสองพวก คือ พวกที่ถือตัวเป็นศูนย์กลางและพวกที่ถือนักเรียนเป็นศูนย์กลาง ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมที่แสดงความจงเกลียดจงชังของครูต่อเด็กทำให้เด็กเป็นคนเฉยเมยถอยหนี เจือจางต่อการแก้ปัญหา เป็นปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ก้าวร้าวปรับตัวไม่ได้

2.2.5.2 งานวิจัยในประเทศ

ชุตินัน ศรีแก้ว (2546 : 121) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติต่อการเรียนรู้โดยเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางโรงเรียนสารวิทยา สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อการเรียนมีสัมพันธภาพระหว่างครูดี

สุพัตรา เรืองทอง (2550 : 67) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาการทำงานกลุ่มของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนประชาราษฎร์อุปถัมภ์วิทยา เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาการทำงานกลุ่มของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 ระดับ ปัจจัยโดยเรียงลำดับจากปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และนิสัยทางการเรียน

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า สถานการณ์ที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนที่ดีนั้นครูและนักเรียนต้องมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ครูควรมีความเมตตา กรุณา มีความยุติธรรม มีวิธีสอนที่ดี สนใจนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะทำให้เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นในชั้นเรียน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู น่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

2.2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

2.2.6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

คูมิ่งส์ (Cummings. 1988 : 176) ได้ศึกษา สาเหตุของการเกิดค่านิยม ผลการศึกษาพบว่า เพื่อนและสังคมของวัยรุ่นเป็นสาเหตุของการเกิดค่านิยมทั้งส่วนตัววัยรุ่นและค่านิยมของสังคม

บราวน์ (หทัยขวัญ สหชัยยันต์. 2548 : 55; อ้างอิงจาก Brown. 1982 : 121-133) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบจากความกดดันของกลุ่มเพื่อนที่มีต่อนักเรียนมัธยมศึกษา พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงได้รับความกดดันจากกลุ่มเพื่อนเป็นอย่างมากในด้านวิธีการแต่งกาย สัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศ และการร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น การออกันต์ และการไปงานสังสรรค์ สำหรับความเด่นชัดของกลุ่มเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนวัยรุ่นชาย ได้แก่ การดื่มสุรา และการใช้สารเสพติด

2.2.6.2 งานวิจัยในประเทศ

อรรถนอลันซ์ เพชรทองคำ (2551 : 73) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้เวลาว่างของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 พบว่า การเลียนแบบเพื่อนในการใช้เวลาว่าง ส่งผลต่อการ

วางแผนในการใช้เวลาว่าง เพราะการที่นักเรียนกับเพื่อนปฏิบัติต่อกันในการให้ความช่วยเหลือและพึ่งพาซึ่งกันและกันในเรื่องการเรียนและเรื่องส่วนตัว การให้ความเป็นกันเอง ยอมรับฟังและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทางการเรียนและการใช้เวลาว่าง เพราะนักเรียนถือว่าการได้รับการยอมรับจากกลุ่มถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ ความสนิทสนมระหว่างเพื่อนจะทำให้เกิดความผูกพันระหว่างกัน

จากงานวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนประพฤติปฏิบัติตามอย่างเพื่อน ในเรื่องของการปรับตัวด้านการเรียน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการปรับตัวกับเพื่อน เพื่อต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับและประทับใจของกลุ่มเพื่อน เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า การเลียนแบบเพื่อน น่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

3.1 ประวัติโรงเรียน

โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เดิมชื่อ "ดอนบอสโกวิทยา" ต่อมาเปลี่ยนชื่อเป็น "เซนต์ดอมินิก" ซึ่งเป็นโรงเรียนในเครือซาเลเซียน ซึ่งมีสาขาอยู่ทั่วโลก

การจัดตั้ง : โรงเรียนได้อนุญาตจัดตั้งเมื่อวันที่ 12 พฤษภาคม พ.ศ. 2504 โดยเปิดสอนเพียงชั้น ป.1 ก-ข-ค ถึง ป.5 ก-ข-ค จำนวนนักเรียน 214 คน

เจ้าของเดิม : นายปรีชา แสงสว่าง รับเป็นเจ้าของเอง (ทั้งผู้จัดการและครูใหญ่) เพราะหลักฐาน เอกสารของมูลนิธิยังไม่เรียบร้อยต่อมาโอนการเป็นเจ้าของให้แก่ "คณะซาเลเซียนแห่งประเทศไทย" โดยมีบาทหลวงยอห์น อุลลิอานา เป็นเจ้าของ ปัจจุบันเจ้าของโรงเรียนได้แก่ "มิสซังโรมันคาทอลิก กรุงเทพฯ" โดย บาทหลวง ดร.มัญญ สนเจริญ เป็นผู้ถือใบอนุญาต

อธิการ/ผู้อำนวยการ ได้แก่ บาทหลวง ดร.มัญญ สนเจริญ

รองอธิการ ได้แก่ บาทหลวงอำนาจ ฤทัยคงถาวร

ผู้จัดการ ได้แก่ บาทหลวงเกรียงศักดิ์ ชัยพรแก้ว

เปิดดำเนินการสอน : ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 รับเฉพาะนักเรียนชาย จัดเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่ประเภทสามัญศึกษา สังกัดสำนักบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ มีเนื้อที่ 9 ไร่ 3 งาน 6 ตารางวา

สถานที่ตั้ง : โรงเรียนเซนต์ดอมินิก ตั้งอยู่เลขที่ 1526 ถนนเพชรบุรี แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร 10400 โทรศัพท์ 0-2652-7477-80 โทรสาร 0-02652-7777

<http://www.sd.ac.th>

E-mail : webmaster@sd.ac.th

3.2 ปรัชญาโรงเรียน

เสริมสร้างความรู้ เชิดชูวินัย ใส่ใจสิ่งแวดล้อม พร้อมพัฒนาสังคม อุดมด้วยคุณธรรม
เสริมสร้างความรู้ หมายถึง นักเรียนทุกคนจะได้รับความรู้และประสบการณ์โดยผ่านกระบวนการเรียนการสอนที่มีคุณภาพ

เชิดชูวินัย หมายถึง มุ่งเน้นให้นักเรียนเป็นผู้มีระเบียบวินัยในตนเอง และเคารพกฎระเบียบของโรงเรียน

ใส่ใจสิ่งแวดล้อม หมายถึง เห็นความสำคัญ และอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติตลอด จนสาธารณสมบัติอย่างถูกวิธี

พร้อมพัฒนาสังคม หมายถึง นักเรียนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาตนเองและสังคม

อุดมด้วยคุณธรรม หมายถึง นักเรียนประพฤติปฏิบัติตนตามหลักคำสอนของศาสนา และค่านิยมที่ถูกต้อง

3.3 คติพจน์โรงเรียน

ขยัน ศรีทธา ร่าเริง

ขยัน หมายถึง การมีความตั้งใจในการทำหน้าที่ของตนอย่างดีที่สุด และสม่ำเสมอ

ศรีทธา หมายถึง การมีความเลื่อมใสเชื่อมั่นในอุดมการณ์แห่งความดีปฏิบัติศาสนกิจของศาสนาที่ตนนับถืออย่างครบถ้วน รวมทั้งเคารพยกย่องในการกระทำความดีของทุกๆ คน

ร่าเริง หมายถึง การมีจิตใจบริสุทธิ์ดีงาม โดยสะท้อนออกมาให้เห็นเด่นชัดภายนอกด้วยกิริยาท่าทางที่สดชื่นแจ่มใส และมีชีวิตชีวา

3.4 วิสัยทัศน์

โรงเรียนเซนต์ดอมินิก มุ่งผลิตนักเรียนให้เป็นเลิศทางวิชาการและเทคโนโลยี เป็นคนดี มีคุณธรรม สามารถดำรงชีวิตกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดีและมีความสุข พร้อมทั้งจะช่วยพัฒนาสังคมและประเทศชาติ

3.5 ภารกิจ

1. จัดโรงเรียนให้มีบรรยากาศ สิ่งแวดล้อม เพื่อให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ เกิดการเรียนรู้ เกิดทักษะ และเกิดการพัฒนาตนเอง เพื่อให้ได้ผลผลิตคือผู้เรียนที่มีคุณภาพตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร เพื่อปลูกฝังคุณธรรม ความรับผิดชอบและรักการทำงาน ขยัน ศรีทธา ร่าเริง ตามแบบอย่างของนักบุญดอมินิก ซาวีโอ องค์อุปถัมภ์ของโรงเรียน

2. ส่งเสริม สนับสนุน การจัดการเรียนการสอนด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัย ให้ผู้เรียนมีความรู้ ความคิดสร้างสรรค์ ความสามารถ รู้จักเหตุผล มีวิสัยทัศน์กว้างไกล และสามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์

3. พัฒนาบุคลากรให้มีศักยภาพและความสามารถในการรับผิดชอบที่สูงขึ้น เพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมปัจจุบัน และความต้องการของสังคมในอนาคตได้อย่างเหมาะสม

4. การบริหารและการจัดการ เน้นการทำงานอย่างมีระบบชัดเจน เพื่อให้ภารกิจจัดการศึกษาของโรงเรียนได้ผลผลิตที่มีคุณภาพ ตลอดจนมีการตรวจสอบคุณภาพการจัดการศึกษาอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง พร้อมทั้งมีการติดตามประเมินผล สรุปผลการดำเนินงานของโรงเรียนในแต่ละปีการศึกษา และมีการประชาสัมพันธ์ให้ผู้เกี่ยวข้อง ชุมชน และสังคมรับทราบ

5. ส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้ปกครองและชุมชน ได้เข้ามามีบทบาทร่วมรับผิดชอบ และสนับสนุนการจัดการศึกษาของโรงเรียน มีการติดต่อสัมพันธ์สร้างความเข้าใจอันดีต่อกัน ทั้งนี้เพื่อให้โรงเรียนได้เป็นส่วนหนึ่งของชุมชนอย่างแท้จริง

3.6 เป้าหมายของโรงเรียน

มุ่งเสริมสร้างเยาวชนให้สมบูรณ์แบบตามแนวทางแห่งความเป็นจริง ส่งเสริมการพัฒนาความสามารถ อีกทั้งพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา รวมถึงการสร้างศักยภาพทางการศึกษาให้กับนักเรียน ท่ามกลางบรรยากาศแห่งอิสรภาพที่รู้จักรับผิดชอบ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวนทั้งสิ้น 785 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 234 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 268 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 283 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 261 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 78 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 89 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 94 คน ซึ่งทั้งหมดได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random sampling) จากประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 จากตารางของยามานะ (Yamane. 1967 : 886-887) โดยใช้ระดับชั้นเป็นชั้น (Strata) โดยการสุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ผู้วิจัยจำแนกประชากรออกเป็น 3 ระดับชั้น คือประถมศึกษาปีที่ 1 มีนักเรียนจำนวน 234 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 มีนักเรียนจำนวน 268 คน และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีนักเรียนจำนวน 283 คน

2. ผู้วิจัยประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 จากตารางของยามานะ (Yamane. 1967 : 886-887) พบว่า ต้องใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 261 คน ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้สัดส่วนประชากร : กลุ่มตัวอย่าง = 3 : 1 ผู้วิจัยจึงสุ่มตัวอย่างได้ดังนี้ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 78 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 89 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 94 คน

ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับชั้น

ระดับชั้น	เพศชาย (คน)	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1	234	78
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2	268	89
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3	283	94
รวม	785	261

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ซึ่งแบ่งออกเป็น 7 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
- ตอนที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ-60
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามอัตมโนทัศน์
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง
- ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู
- ตอนที่ 6 แบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน
- ตอนที่ 7 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

วิธีการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ อายุ มีรายละเอียดดังตัวอย่างต่อไปนี้

ตัวอย่าง แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้ว โปรดเติมข้อความลงในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

1. อายุ.....ปี

ตอนที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ 60)

ผู้วิจัยใช้แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ 60) เป็นแบบคัดกรองสุขภาพจิต ของเดวิดโกลด์เบิร์ก และพอลวิลเลียม (David Goldberg and Paul Williams) แปลเป็นไทยโดย นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิท และคณะ (2539) ประกอบด้วย คำถาม 60 ข้อ เป็นแบบคัดกรองสุขภาพจิตเบื้องต้น ไม่สามารถวินิจฉัยโรคได้

ตัวอย่างแบบคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ 60

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพโดยทั่วไปของนักเรียนในระยะ 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้างโปรดตอบคำถามต่อไปนี้ โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () ที่ใกล้เคียงกับสภาพของนักเรียนในปัจจุบันหรือในช่วง 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาที่ท่านเคยมีในอดีต และกรุณาตอบคำถามทุกข้อ

แบบคัดกรองสุขภาพจิต

ในระยะ 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียน.....

ข้อ 0 รู้สึกสบายและมีสุขภาพดี

() ดีกว่าปกติ () เหมือนปกติ () แย่กว่าปกติ () แย่กว่าปกติมาก

ข้อ 00 นอนไม่หลับเพราะกังวลใจ

() ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้ที่ตอบข้อใดข้อหนึ่งใน 2 ข้อแรก จะได้คะแนน 0 คะแนน

ผู้ที่ตอบข้อใดข้อหนึ่งใน 2 ข้อหลัง จะได้คะแนน 1 คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายของ ธนา นิลชัยโกวิท และคณะ (2539). ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังต่อไปนี้

คะแนน ตั้งแต่ 0 – 11

หมายถึง

สุขภาพจิตดี

คะแนน ตั้งแต่ 12 ขึ้นไป

หมายถึง

สุขภาพจิตบกพร่อง

ตอนที่ 3 แบบสอบถามอัตมโนทัศน์

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามอัตมโนทัศน์ ตามขั้นตอนต่อไปนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอัตมโนทัศน์เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

3.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามอัตมโนทัศน์ของ ดรุณี ขอเจริญ (2546 : 104-106) และ เมทินี รุ่งรังษี (2548 : 112-113)

3.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามอัตมโนทัศน์ ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 3.1 และ 3.2 ลักษณะแบบสอบถามอัตมโนทัศน์เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และ จริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามอัตมโนทัศน์

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามอัตมโนทัศน์ ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามนี้ อย่างละเอียด แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายเท่านั้น โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
000	<u>ด้านร่างกาย</u> นักเรียนพอใจในรูปร่างของตนเอง มีบางส่วนของร่างกายที่นักเรียน พยายามปกปิดไม่ต้องการให้คนอื่น เห็น					
000	<u>ด้านความสามารถ</u> ไม่ว่าจะทำอะไรนักเรียนมักจะประสบ ความสำเร็จ เมื่อเจออุปสรรคนักเรียนมักท้อแท้และ ล้มเลิกสิ่งที่จะทำ					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
0	<u>ด้านสังคม</u> นักเรียนคิดว่าเพื่อนๆ ชอบนิสัยของ นักเรียน					
00	นักเรียนมักหงุดหงิดกับคนรอบข้าง เป็นประจำ					

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจ และให้คะแนนตามความหมายของคำถามในแต่ละข้อ ดังนี้

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538 : 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	มีอัตมโนทัศน์ดี
คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66	หมายถึง	มีอัตมโนทัศน์ดีพอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33	หมายถึง	มีอัตมโนทัศน์ไม่ดี

ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ตามขั้นตอนต่อไปนี้

4.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

4.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ของชลดายอดอ่วม (2552 : 113-114) และวรสิริ ลิขิตวงศ์ (2547 : 110-112)

4.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 4.1 และ 4.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพ ระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามอย่างละเอียด แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายเท่านั้น โดยมีหลักเกณฑ์การเลือก ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
000	<u>การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง</u> นักเรียนมีปัญหาเรื่องส่วนตัว นักเรียนจะเก็บไว้ไม่บอกให้ผู้ปกครองรู้					
00	นักเรียนเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ปกครอง					
000	<u>การปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน</u> ผู้ปกครองคอยให้กำลังใจแก่นักเรียน					
00	เมื่อนักเรียนทำความผิด ผู้ปกครองจะว่ากล่าวโดยไม่ถามสาเหตุ					

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจ และให้คะแนนตามความหมายของคำถามในแต่ละข้อ ดังนี้

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2

ข้อความที่มีความหมายทางบวก	ข้อความที่มีความหมายทางลบ
(คะแนน)	(คะแนน)
จริงบ้าง	3
จริงน้อย	4
จริงน้อยที่สุด	5

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538 : 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 - 5.00	หมายถึง	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองดี
คะแนนเฉลี่ย 2.34 - 3.66	หมายถึง	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองดีพอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 2.33	หมายถึง	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองไม่ดี

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ตามขั้นตอนต่อไปนี้

5.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

5.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ของ กมลรัตน์ พิชัยวงศ์ (2549 : 148-150) และพัชรินทร์ สมหมาย (2549 : 158-159)

5.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 5.1 และ 5.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริงจริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูแล้ว กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
0 00	<u>พฤติกรรมที่นักเรียนปฏิบัติต่อครู</u> นักเรียนรู้สึกไม่พอใจที่ครูว่ากล่าว ตักเตือน นักเรียนช่วยเหลืองานครูทุกครั้ง เมื่อ มีโอกาส					
0 00	<u>พฤติกรรมที่ครูปฏิบัติต่อนักเรียน</u> ครูมักจะทำโทษโดยไม่ยอมรับฟัง เหตุผลของนักเรียน ครูให้ความรักและเอาใจใส่ เมื่อ นักเรียนขอคำปรึกษาเรื่องส่วนตัว					

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจ และให้คะแนนตามความหมายของคำถามในแต่ละข้อ ดังนี้

ข้อความที่มีความหมายทางบวก

ข้อความที่มีความหมายทางลบ

	(คะแนน)	(คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538 : 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูดี
คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66	หมายถึง	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูดีพอใช้
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33	หมายถึง	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูไม่ดี

ตอนที่ 6 แบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน ตามขั้นตอนต่อไปนี้

6.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

6.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน ของ ชลดา ยอดอ่วม (2552 : 123-124) อรรถพลันซ์ เพชรทองคำ (2550 : 143) และเอริสา มโนธรรม (2550 : 93)

6.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน ตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 7.1 และ 7.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อนแล้ว กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
0	เพื่อนนักเรียนชอบเล่นกีฬา นักเรียนมักจะทำตาม					
00	เวลาที่เพื่อนทำอะไรนักเรียนจะชอบทำตามเพื่อน					

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจ และให้คะแนนตามความหมายของคำถามในแต่ละข้อ ดังนี้

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538 : 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00	หมายถึง	การเลียนแบบเพื่อนมาก
คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66	หมายถึง	การเลียนแบบเพื่อนปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33	หมายถึง	การเลียนแบบเพื่อนน้อย

ตอนที่ 7 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ตามขั้นตอนต่อไปนี้

7.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างนิยามศัพท์เฉพาะ

7.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ของ สาวิตรี อินสวัสดิ์ (2551 : 70-73)

7.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนตามแนวคิดที่ได้จากข้อ 8.1 และ 8.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่าตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง บ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนแล้ว กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
0	<u>ด้านการทำงานร่วมกับเพื่อน</u> นักเรียนมักจะถูกทอดทิ้งจากเพื่อนๆ ขณะทำงานกลุ่ม					
0	<u>ด้านการเห็นความสำคัญของตนเอง และเพื่อน</u> นักเรียนรู้สึกที่ไม่มีใครอยากจะเล่นกับ นักเรียน					
0	<u>ด้านการทักทายและแสดงพฤติกรรมที่ เหมาะสมกับเพื่อน</u> นักเรียนสามารถที่จะยิ้มกับเพื่อนๆ ได้ อย่างสนิทสนม					
0	<u>ด้านการได้รับการยอมรับจากเพื่อน</u> เพื่อนๆ ไม่ยอมให้นักเรียนเล่นด้วย เพราะนักเรียนชอบเล่นรุนแรง					

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจ และให้คะแนนตามความหมายของคำถามในแต่ละข้อ ดังนี้

ข้อความที่มีความหมายทางบวก

ข้อความที่มีความหมายทางลบ

(คะแนน)

(คะแนน)

จริงที่สุด

5

1

จริง

4

2

จริงบ้าง

3

3

จริงน้อย

2

4

จริงน้อยที่สุด

1

5

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของ วิเชียร เกตุสิงห์ (2538 : 9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.67 – 5.00

หมายถึง

มีการปรับตัวกับเพื่อนดี

คะแนนเฉลี่ย 2.34 – 3.66

หมายถึง

มีการปรับตัวกับเพื่อนดีพอใช้

คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 2.33

หมายถึง

มีการปรับตัวกับเพื่อนไม่ดี

การหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการเพื่อหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ตามลำดับต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) ของแบบสอบถาม โดยนำแบบสอบถามที่สร้างไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่ รองศาสตราจารย์เวชนี กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา และภาษาที่ใช้ในข้อคำถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนนำไปทดลองใช้

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามซึ่งปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (Item Discrimination) โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t - test โดยเลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่า t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มาเป็นแบบสอบถามการวิจัย

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วตามข้อ 2 มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ผลดังนี้

3.1 แบบสอบถามอัตโนมัตินทัศน์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 18 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.220 – 4.830 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .862

3.2 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 16 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 1.122 – 7.190 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .816

3.3 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.449 – 4.733 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .868

3.4 แบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 3.067 – 11.159 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .899

3.5 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 26 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 1.240 – 7.442 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .918

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล ตามลำดับดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปยื่นต่อผู้อำนวยการโรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง ในระหว่างวันที่ 8 – 12 กุมภาพันธ์ 2553 จำนวน 261 ฉบับ และได้รับแบบสอบถามคืนมาครบทุกฉบับ

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามจำนวน 261 ฉบับ ที่นักเรียนตอบมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม ปรากฏว่าสมบูรณ์ทุกฉบับคือตอบครบทุกข้อ จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

3. วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าร้อยละ (Percentage)

1.2 ค่าเฉลี่ย (Mean)

1.3 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ ได้แก่

2.1 การหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (Item Discrimination) ของแบบสอบถามโดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t - test

2.2 การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

3.2 วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เพื่อให้
เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการ
วิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน	จำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา F-distribution
t	แทน	ค่าสถิติการแจกแจงแบบ t
df	แทน	ระดับขั้นของความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
SS	แทน	ผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยกำลังสองของคะแนนแต่ละค่า (Mean Square)
r_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	กำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
a	แทน	ค่าคงที่ของสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
b	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ซึ่งพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ซึ่งพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
SE	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์
SE_b	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์
SE_{est}	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์
\hat{Y}	แทน	สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนโดยใช้คะแนนดิบ
Z	แทน	สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนโดยใช้คะแนนมาตรฐาน
X_1	แทน	อายุ
X_2	แทน	สุขภาพจิต
X_3	แทน	อัตมโนทัศน์
X_4	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง
X_5	แทน	สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

X_6	แทน	การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน
Y	แทน	การปรับตัวกับเพื่อน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการคำนวณหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 4 ตอนตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 เสนอผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอัตมโนทัศน์ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน และการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 2 เสนอผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 เสนอผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอัตมโนทัศน์ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน และการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ สุขภาพจิต และอัตมโนทัศน์ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน และการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ปัจจัย	\bar{X}	S.D	การแปลผล
อายุ	7.89	.95	วัยเด็กตอนกลาง
สุขภาพจิต	8.98	.83	ดี
อัตมโนทัศน์	3.80	.62	ดี
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง	3.94	.64	ดี
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู	3.95	.59	ดี
การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน	2.73	.99	ปานกลาง
การปรับตัวกับเพื่อน	3.57	.64	ดีพอใช้

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร มีอายุอยู่ในช่วงวัยเด็กตอนกลาง มีสุขภาพจิตดี มีอัตมโนทัศน์ดี มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองดี มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูดี มีการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อนปานกลาง และมีการปรับตัวกับเพื่อนดีพอใช้

ตอนที่ 2 เสนอผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 3

ตาราง 3 แสดงผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

ปัจจัย	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	X ₆	Y
X ₁	1.000	.098	-.126*	-.076	-.169**	-.011	-.084
X ₂		1.000	-.412**	-.383**	-.405**	.026	-.361**
X ₃			1.000	.352**	.437**	.021	.405**
X ₄				1.000	.516**	-.346**	.697**
X ₅					1.000	-.024	.477**
X ₆						1.000	-.376**
Y							1.000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 ปัจจัย ได้แก่ อึดทนโหด (X₃) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X₄) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X₅)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สุขภาพจิต (X₂) และการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X₆)

ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 1 ปัจจัย ได้แก่ อายุ (X₁)

ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 4

ตาราง 4 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อค้นหาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	4	58.740	14.685	80.716**
Residual	256	46.575	.182	
Total	260	105.315		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า มีปัจจัยจำนวน 4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 5

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 6

ตาราง 5 แสดงผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ปัจจัย	b	SE _b	β	R	R ²	F
X ₄	.484	.053	.490	.697	.485	244.282**
X ₄ , X ₃	.180	.049	.174	.717	.514	136.694**
X ₄ , X ₃ , X ₆	-.133	.029	-.206	.738	.544	102.401**
X ₄ , X ₃ , X ₆ , X ₅	.156	.056	.143	.747	.558	80.716**
	a	=	.725			
	R	=	.747			
	R ²	=	.558			
	SE _{est}	=	.427			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยส่งผลมากที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) อัตมโนทัศน์ (X_3) การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5) ซึ่งปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัยนี้ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ได้ร้อยละ 55.80 ผู้วิจัยจึงนำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์มาเขียนสมการพยากรณ์ได้ ดังนี้

สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = .725 + .484 X_4 + .180 X_3 - .133 X_6 + .156 X_5$$

สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = .490 X_4 + .174 X_3 - .206 X_6 + .143 X_5$$

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านส่วนตัว ด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

สมมติฐานของการวิจัย

1. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
2. ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวนทั้งสิ้น 785 คน เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 234 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 268 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 283 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2552 จำนวน 261 คน เป็นนักเรียน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 78 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 89 คน และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 94 คน ซึ่งทั้งหมดได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random sampling) จากประชากรที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 จากตารางของยามานะ (Yamane. 1967 : 886-887) โดยใช้ระดับชั้นเป็นชั้น (Strata)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ซึ่งแบ่งออกเป็น 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ อายุ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ-60 เป็นแบบคัดกรองสุขภาพจิตของเดวิด โกลด์เบิร์ก และพอลวิลเลียม (David Goldberg and Paul Williams) แปลเป็นไทย โดยนายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ (2539) ประกอบด้วย คำถาม 60 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามอัตมโนทัศน์ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 18 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.220 – 4.830 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .862

ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 16 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 1.122 – 7.190 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .816

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.449 – 4.733 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .868

ตอนที่ 6 แบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 3.067 – 11.159 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .899

ตอนที่ 7 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert) มี 5 ระดับ จำนวน 26 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 1.240 – 7.442 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .918

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยจะดำเนินการเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล ตามลำดับดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปยื่นต่อผู้อำนวยการโรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง ในระหว่างวันที่ 8 – 12 กุมภาพันธ์ 2553 จำนวน 261 ฉบับ และได้รับแบบสอบถามคืนมาครบทุกฉบับ

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามจำนวน 261 ฉบับ ที่นักเรียนตอบมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม ปรากฏว่าสมบูรณ์ทุกฉบับคือตอบครบทุกข้อ จากนั้นจึงนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาวิเคราะห์ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. วิเคราะห์ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 ปัจจัย ได้แก่ อัตมโนทัศน์ (X_3) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5)
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สุขภาพจิต (X_2) และการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6)
3. ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร มี 1 ปัจจัย ได้แก่ อายุ (X_1)

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยส่งผลมากที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) อัตมโนทัศน์ (X_3) การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5) ซึ่งปัจจัยทั้ง 4 ปัจจัยนี้ สามารถรวมกันอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ได้ร้อยละ 55.80

5. สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

5.1 สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = .725 + .484 X_4 + .180 X_3 - .133 X_6 + .156 X_5$$

5.2 สมการพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = .490 X_4 + .174 X_3 - .206 X_6 + .143 X_5$$

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 ปัจจัย ได้แก่ อัตมโนทัศน์ (X_3) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5) อภิปรายผลได้ดังนี้

1.1 อัตมโนทัศน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีอัตมโนทัศน์ดี มีการปรับตัวกับเพื่อนดี อัตมโนทัศน์นั้นเป็นการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับตนเองที่เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ความสามารถ และการกระทำกิจวัตรของตน ดังนั้นนักเรียนที่มีอัตมโนทัศน์ต่อตนเองดีมักจะมีการรับรู้ความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นและมีการปรับตัวที่ดี มักจะมีความสุขและเห็นคุณค่าในตนเอง มองตนเองและผู้อื่นดี ไม่เกิดความขัดแย้ง ไม่ดูถูกผู้อื่น และจะเข้าไปสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ง่ายและปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี ดังที่ กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2527 : 208-209) สรุปแนวคิดของนักจิตวิทยาในเรื่องอัตมโนทัศน์ไว้ว่า อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลเกี่ยวกับตนเองทั้งทางสภาพร่างกายและจิตใจ ได้แก่ บุคลิกลักษณะ รูปร่างหน้าตา อารมณ์ ความรู้สึก คนที่มีอัตมโนทัศน์ดีหรือทางบวก มักเกิดความมั่นใจในตนเอง มีความเชื่อมั่นใน

ตนเอง มีความกล้าในการแสดงความสามารถ แต่ถ้ามีมากเกินไปมักจะเป็นคนขี้โม้ ขี้คุย มักกล่าวยกตนข่มท่านบ่อยครั้ง และมักถูกยกความสามารถของคนอื่นว่าด้อยกว่าตน สำหรับคนที่มีอัตมโนทัศน์ไม่ดีหรือในทางลบ มักไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงความสามารถในตนเองเมื่ออยู่ต่อหน้าคนอื่น ถ้ามีมากเกินไป มักจะเป็นคนที่ถูกยกตนเอง คิดว่าตนเองมีปมด้อย มีการถ่อมตัว และเกรงกลัวหรือยอมทำตามผู้อื่นโดยเฉพาะคนที่มีลักษณะเก่งกว่าเขา โดยทั่วไปบุคคลมักมีอัตมโนทัศน์เป็น 2 รูปแบบ คือ การมีอัตมโนทัศน์ที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง (Real Self-Concept) และการมีอัตมโนทัศน์ตามอุดมคติ (Idea Self) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เมทินี รุ่งรังษี (2548) ได้ศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการทำงานกลุ่มของนักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) วิทยาลัยเทคโนโลยีภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่า อัตมโนทัศน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการทำงานกลุ่มของนักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) วิทยาลัยเทคโนโลยีภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้น อัตมโนทัศน์ จึงมีความสัมพันธ์ทางบวกการปรับตัวการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

1.2 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองดี มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้ เพราะ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองเป็นการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง และการปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง ได้แก่ การเคารพ เชื่อฟัง การปฏิบัติตามคำสั่งสอนทั้งด้านการดำเนินชีวิตส่วนตัว การเรียนและการช่วยเหลืองานภายในบ้าน และการปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน ได้แก่ การให้ความรักให้กำลังใจ ดูแลเอาใจใส่สุขภาพ อบรมสั่งสอน เป็นที่ปรึกษาทั้งด้านการเรียนและด้านส่วนตัวให้กับนักเรียน จากการที่นักเรียนได้รับการดูแลเอาใจใส่ทั้งทางร่างกาย และได้รับความรัก ความอบอุ่น ทางจิตใจจากผู้ปกครอง ที่คอยเป็นกำลังใจในด้านการเรียนให้แก่เด็กนักเรียนด้วยการแสดงออกทางคำพูด และการกระทำ โดยการหมั่นพูดคุย ชักถาม รับฟังความคิดเห็น และคอยติดตามถามไถ่เกี่ยวกับเรื่องการเรียนรู้ของนักเรียน จึงเป็นการช่วยกระตุ้นให้นักเรียนตื่นตัว มีความสนใจและเอาใจใส่ในการเรียนอย่างสม่ำเสมอ ทำให้นักเรียนมีกำลังใจในการเรียน เพราะ รู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มีความค่า เป็นความหวังของผู้ปกครอง นักเรียนจึงมีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะศึกษาเล่าเรียน มีความเอาใจใส่ในการเรียน เพื่อมุ่งไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ดังที่ นิดดา หงษ์วิวัฒน์ (2542 : 5) กล่าวว่า ผู้คนมากมายในสังคมไทยที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ไม่ได้มาจากการเป็นนักเรียนที่ไต่คะแนนเยี่ยมยอด แต่มาจากการเป็นคนดี ที่มีมานะ มีความขยัน มีปฏิภาณ มีความทะเยอทะยาน รักดี ใฝ่ฝันสูงๆ ฉะนั้น พ่อแม่จึงควรใส่ใจ ให้ความสุข ความอบอุ่นต่อลูก ทำครอบครัวให้มีความสุข มีความผูกพันกันระหว่างพ่อแม่ลูก ซึ่งถือเป็นการเริ่มสร้างรากฐานแห่งชีวิต

และความสำเร็จให้กับลูก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิภา คำภาฑู (2547 : 66) ได้ศึกษา ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสคูลของนักเรียนเกรด 9 โรงเรียนนานาชาติเอกมัย เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับบิดา มารดา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวในการเรียนระดับไฮสคูลของนักเรียนเกรด 9 โรงเรียนนานาชาติเอกมัย เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง จึงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

1.3 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูดี มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู เป็นการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครู และการปฏิบัติตนของ ครู ต่อนักเรียนทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน เพื่อทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน โดยการที่ นักเรียนให้ความเคารพเชื่อฟัง และปฏิบัติตามคำสั่งของครู ช่วยเหลืองานของครูเต็มความสามารถ ขอคำแนะนำจากครูเมื่อประสบกับปัญหา ตั้งใจเรียนและสนใจในบทเรียนที่ครูสอน และครูให้ความรักความเอาใจใส่ ยอมรับความคิดเห็น ให้ความเป็นกันเองต่อนักเรียน และให้คำปรึกษาทั้งด้านการเรียนและด้านส่วนตัว เมื่อครูมีความสัมพันธ์ที่ดีกับนักเรียน นักเรียนจะรู้สึกเป็นกันเองและปรับตัวเข้ากับครูได้ดีในขณะเดียวกันนักเรียนต้องให้ความเคารพและเชื่อฟังครูด้วยความจริงใจ ดังที่ ประทีป แสงเปี่ยมสุข (2533 : 2) ได้กล่าวถึงความสำคัญของสัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียนว่า ความสำเร็จในด้านการสอน ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพที่ดีของครูกับนักเรียน ภายใต้บรรยากาศปราศจากการข่มขู่เด็ก นักเรียนต้องเรียนรู้อยู่ในโรงเรียนเด็กจึงมีความผูกพันอยู่กับครู การแสดงนิสัยใจคอและทุกสิ่งทุกอย่างที่ครูปฏิบัติต่อนักเรียนย่อมมีอิทธิพลต่อผลการเรียน และสภาพจิตใจของเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นุจรี มุราชัย (2551 : 77) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู จึงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 ปัจจัย ได้แก่ สุขภาพจิต (X_2) และการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6) อภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 สุขภาพจิต มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีสุขภาพจิตดี (คะแนนน้อย) มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะจากผลการวิจัย โดยใช้แบบคัดกรองสุขภาพจิต (Thai GHQ 60) พบว่า นักเรียนที่ได้คะแนนสุขภาพจิตน้อย คือ ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี ดังนั้นการที่นักเรียนมีสุขภาพจิตดี จึงส่งผลให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีความสมบูรณ์ทางจิตใจ เป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ดี ใจกว้าง มีเจตคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงสภาพแวดล้อมสามารถยอมรับและเผชิญความเป็นจริง สามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคและปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบ และมีความยืดหยุ่น เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย จึงสามารถปรับตัวกับเพื่อนได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชาราวดี อธิมาทรานนท์ (2548 : 95) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ของนักศึกษาพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ผลการวิจัยพบว่า สุขภาพจิต มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักศึกษาที่มีสุขภาพจิตดีมีการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ได้ดี (คะแนนจากการวัดสุขภาพจิตน้อย แสดงว่า สุขภาพจิตดี)

ดังนั้น สุขภาพจิต จึงมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

2.2 การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อนมาก มีการปรับตัวกับเพื่อนไม่ดี ทั้งนี้เพราะ การเลียนแบบเพื่อนมีอิทธิพลต่อความคิดความรู้สึก และการกระทำของนักเรียนเป็นอย่างมาก เพราะนักเรียนต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับและประทับใจของกลุ่มเพื่อน จึงยอมทำตามกลุ่มแม้ว่าบางครั้งอาจต้องฝืนต่อความรู้สึกของตนเองก็ตาม นักเรียนทุกคนถือว่าการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเป็นรางวัลที่มีค่าและสำคัญที่สุด นักเรียนจึงให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนในวัยเดียวกันมาก ด้วยการเอาใจเพื่อนและประพฤติตามอย่างเพื่อน รวมทั้งรับเอาแนวคิด ทศนคติ ตลอดจนแบบแผนของกลุ่มมาปฏิบัติทั้งทางด้านการเรียนและการปรับตัวกับเพื่อน ดังที่ สวนาพรพัฒน์กุล (2525 : 2-7) กล่าวว่า บุคคลที่เด็กจะเลียนแบบนั้นจะเริ่มต้นจากบุคคลที่เด็กใกล้ชิดที่สุดแล้วค่อยๆ ห่างออกไปจากตัวเด็กตามพัฒนาการทางสังคมของเขา ตัวแบบที่เด็กชอบจะต้องเป็นแบบที่ก่อให้เกิดความพอใจแก่เด็ก อาจเป็นเพื่อนและบุคคลอื่นๆ ที่แวดล้อมเขาอยู่ แต่ถ้า

นักเรียนไปอยู่กับกลุ่มเพื่อนที่เป็นคนไม่ดี และนักเรียนเลียนแบบพฤติกรรมของเพื่อนเหล่านั้น ซึ่งเป็นตัวแบบที่ไม่ดี เพื่อต้องการให้เพื่อนกลุ่มนั้นยอมรับ ก็จะทำให้นักเรียนมีการปรับตัวกับเพื่อนไม่ดี เมื่อนักเรียนไปอยู่ร่วมกับเพื่อนกลุ่มอื่นๆ สอดคล้องกับ อีเกล ริชแมน และโคเกล (Egel, Richman & koegel. 1981) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการใช้ตัวแบบที่เป็นเพื่อนร่วมชั้นเรียน และอยู่ในวัยเดียวกับผู้ที่ประสงค์ให้เลียนแบบ ผลการทดลองพบว่าการใช้ตัวแบบที่อยู่ในวัยเดียวกัน เพศเดียวกัน อายุไล่เลี่ยกัน และเป็นเพื่อนร่วมชั้นเรียนเดียวกันกับผู้รับการทดลอง ตลอดทั้งการเสริมแรงแก่ตัวแบบจะทำให้ประสิทธิภาพการเลียนแบบนั้นเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว และแม้ในช่วงที่นำตัวแบบออกไป พฤติกรรมการตอบสนองที่พึงประสงค์ก็ยังคงเกิดขึ้นต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ บราวน์ (หทัยขวัญ สหชัยยันต์. 2548 : 55; อ้างอิงจาก Brown. 1982 : 121-133) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบจากความกดดันของกลุ่มเพื่อนที่มีต่อนักเรียนมัธยมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงได้รับความกดดันจากกลุ่มเพื่อนเป็นอย่างมากในด้านวิธีการแต่งกาย สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนต่างเพศ และการร่วมกิจกรรมทางสังคม เช่น การออกนัด และการไปงานสังสรรค์ สำหรับความเด่นชัดของกลุ่มเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อนักเรียนวัยรุ่นชาย ได้แก่ การดื่มสุรา และการใช้สารเสพติด

ดังนั้น การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน จึงมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

3. ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร มี 1 ปัจจัย ได้แก่ อายุ (X_1) อภิปรายผลได้ดังนี้

3.1 อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร แสดงว่า นักเรียนที่มีอายุมากบางคน มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะ นักเรียนที่มีอายุมากบางคนจะมีความเป็นผู้ใหญ่ มีความคิดไตร่ตรองเป็นอย่างดี ในการตัดสินใจกระทำเรื่องต่างๆ มีความรับผิดชอบในการเรียน มีเหตุผลในการตัดสินใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ในโรงเรียนเป็นอย่างดี นักเรียนที่อายุมากบางคน จึงมีการปรับตัวกับเพื่อนดี

นักเรียนที่มีอายุมากบางคน มีการปรับตัวกับเพื่อนไม่ดี นักเรียนบางคนอาจมีภาระในการรับผิดชอบมากเกินไปและหน้าที่การงานมากกว่านักเรียนที่อายุน้อย ประกอบกับความสามารถของบุคคลในการเรียนรู้เมื่ออายุมากขึ้นจะลดลงตามลำดับ จนอาจทำให้เกิดความแตกต่างจากเพื่อนในท้องที่อายุยังน้อยกว่า ทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวได้ไม่ดี นักเรียนที่อายุมากบางคน จึงมีการปรับตัวกับเพื่อนไม่ดี ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยาภรณ์ ครองจันทร์ (2546 : ออนไลน์) ที่ได้ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล และบรรยากาศองค์การที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลการวิจัยพบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้ด้วยตนเองของพนักงานในองค์การเอกชน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ญกุล ยัมศิริ (2546 : 52-55) ที่ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเรียนภาษาญี่ปุ่น ในสถาบันการศึกษาเอกชน กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่สมัครเข้าเรียนภาษาญี่ปุ่น ในสถาบันสอนภาษาสมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นทั้ง

3 สาขา ได้แก่ สาขาราชดำริ สาขาปั้นเกล้า และสาขาลาดพร้าว ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเรียนภาษาญี่ปุ่น ของนักศึกษา สถาบันการศึกษาเอกชน

ดังนั้น อายุ จึงไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

4. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยส่งผลมากที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง (X_4) อัตมโนทัศน์ (X_3) การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน (X_6) และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู (X_5) อภิปรายผลได้ดังนี้

4.1 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง เป็นปัจจัยอันดับแรกที่สุดที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองดี ทำให้มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล และการอยู่ร่วมกันในสังคม สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวเกิดจากบุคคลในครอบครัวให้ความรัก ความห่วงใย ความเข้าใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ดังนั้นการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครองจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก นักเรียนควรให้ความเคารพ เชื่อฟังสมาชิกในครอบครัว ปฏิบัติตามคำสั่งสอนทั้งทางด้านการใช้ชีวิตส่วนตัวการเงินและการเรียน ส่วนการปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน ก็เป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ปกครองควรให้ความรักความเอาใจใส่ต่อนักเรียน โดยการอบรมสั่งสอน เป็นที่ปรึกษาทั้งเรื่องส่วนตัวและการเรียน ทั้งนี้หากผู้ปกครอง อุทิศเวลาให้ความสนใจให้คำปรึกษา ให้ความรักความอบอุ่นอย่างเพียงพอ นักเรียนกับผู้ปกครองจะมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน นักเรียนจะประพฤติตนในทางที่ดี ตั้งใจเรียน ทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียน นักเรียนที่มาจากรอบครัวที่มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ผู้ปกครองให้ความรักความเข้าใจ เป็นแบบอย่างที่ดี และให้คำปรึกษาในเรื่องต่างๆ ก็จะทำให้การปฏิบัติตนในการคบเพื่อนไม่ออกนอกกลุ่มนอกรทาง จากวัฒนธรรม ประเพณีที่ดีงาม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสริมศรี ชื่นเชวง (2551 : 81) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อเจตคติต่อรูปแบบการเรียนรู้อัตนคติของนักเรียนโรงเรียนสยามกลการ นุชญา สาขาสีลม เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ส่งผลต่อเจตคติต่อรูปแบบการเรียนรู้อัตนคติของนักเรียนโรงเรียนดนตรีสยามกลการ นุชญา สาขาสีลม กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

4.2 อัตมโนทัศน์ เป็นปัจจัยอันดับสองที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีอัตมโนทัศน์ดี ทำให้มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะ อัตมโนทัศน์ เป็นความรู้สึกนึกคิด ความคิดเห็น ค่านิยมหรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเองในด้านต่างๆ เป็นการรับรู้ตนเองทั้ง ทางด้านร่างกายและจิตใจอันเป็นผลมาจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับ สิ่งแวดล้อมสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา มีทั้งอัตมโนทัศน์ที่ดีและไม่ดีขึ้นอยู่กับ การรับรู้ตนเองในสถานการณ์แต่ละขณะ ซึ่งจะมีผลต่อความสามารถในการปรับตัว พฤติกรรมและ บุคลิกภาพของบุคคลนั้น ดังที่ พรธณี ชูทัย เจนจิต (2538 : 605) กล่าวว่าอัตมโนทัศน์ เริ่มมี การพัฒนาตั้งแต่วัยทารกถึงวัยรุ่น และมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา การพัฒนาของอัตมโน ทัศน์ในแต่ละวัย เมื่อเด็กเริ่มเข้าสู่โรงเรียน บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กใน วัยนี้ ได้แก่ พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ครู โดยเฉพาะกลุ่มเพื่อนจะเริ่มมีความสำคัญกับเด็กพอๆ กับ ที่ครูมีความสำคัญ ในวัยนี้เด็กได้มีโอกาสสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน และเริ่มได้รับประสบการณ์ นอกบ้านเป็นครั้งแรก เด็กจะเริ่มมีความรู้สึกว่าการให้เพื่อนยอมรับตน โดยการทำงานหรือทำ สิ่งใดๆ ให้สำเร็จ ซึ่งการที่เด็กประสบผลสำเร็จในการเรียนจะก่อให้เกิดความมานะพากเพียร พยายาม สามารถทำงานกับผู้อื่นได้ ส่วนเด็กที่ไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียนจะไม่มี ความเชื่อมั่น ในตนเอง ไม่สามารถร่วมทำงานกับผู้อื่น เด็กจะไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนซึ่งจะทำให้พัฒนา ความรู้สึกที่ช่วยตนเองไม่ได้ เกิดความรู้สึกต่ำต้อย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดิญา แสนละมุล (2541 : 56) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในโรงเรียนประจำของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัฒนาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า อัตมโนทัศน์ ส่งผลต่อการปรับตัวในโรงเรียนประจำของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัฒนาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร

ดังนั้น อัตมโนทัศน์ จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วง ชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

4.3 การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน เป็นปัจจัยอันดับสามที่ส่งผลต่อการ ปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขต ราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อนมาก ทำให้มีการปรับตัว กับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะ นักเรียนในช่วงวัยเด็กตอนกลางเป็นช่วงที่เด็กเริ่มเข้าโรงเรียน กลุ่มเพื่อน ร่วมวัยจะเริ่มมีบทบาทอย่างมากต่อชีวิต และจะเพิ่ม ความสำคัญมากขึ้นเรื่อยๆ จนถึงขีดสูงสุดใน ระยะวัยรุ่น เมื่อเด็กเริ่มเปลี่ยนสังคมบ้านมาสู่สังคมโรงเรียน เด็กจะรู้สึกว่าแห้ว ขาดที่พึ่งทาง ความคิดและอารมณ์ เด็กจะเริ่มมีการรวมกลุ่มกับเพื่อนร่วมวัยหลายๆ คน ให้ความรู้สึกอบอุ่นใจ สนุกสนาน กลุ่มเพื่อนจะเริ่มมีอิทธิพลต่อเด็กมากขึ้น เด็กจึงพยายามหาวิธีปฏิบัติเพื่อให้เพื่อน รับเข้าร่วมกลุ่ม ซึ่งถือได้ว่าเพื่อนเป็นบุคคลที่เริ่มมีอิทธิพลต่อนักเรียนในวัยนี้ จากการที่ต้องการให้ เป็นที่ยอมรับจากกลุ่มเพื่อน จึงทำให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่จะทำให้ออกกลุ่มเพื่อนยอมรับ ตนเอง ซึ่งพฤติกรรมนั้นเกิดจากการเลียนแบบจากกลุ่มเพื่อน เช่น การแต่งกาย การตั้งใจเรียน

การร่วมกิจกรรมต่างๆ การเล่นเกม และการเล่น เพื่อให้เป็นที่ยอมรับจากกลุ่มเพื่อนนั้น จึงทำให้นักเรียนมีการปรับตัวกับเพื่อนดี ดังที่ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2544 : 28) กล่าวว่า การเลียนแบบ เป็นการเอาแบบอย่างของบุคคลอื่นมาเป็นของตนเอง เพื่อที่ตนเองจะได้เป็นที่ยอมรับของสังคม การเลียนแบบจะช่วยให้เกิดความอบอุ่นใจและมีความมั่นใจมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชลดา ยอดอ่วม (2552 : 83) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนที่เหมาะสมวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า การเลียนแบบพฤติกรรมการเรียนที่เหมาะสมของเพื่อนส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนที่เหมาะสมวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้น การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อ การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

4.4 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู เป็นปัจจัยอันดับสี่ซึ่งเป็นปัจจัยอันดับสุดท้ายที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูดี ทำให้มีการปรับตัวกับเพื่อนดี ทั้งนี้เพราะ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู เป็นการปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครูและการปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียนทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธที่ดีต่อกัน ดังนี้ การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครูทั้งในและนอกห้องเรียน ได้แก่ การเคารพ เชื่อฟัง ตั้งใจและสนใจกระทำในสิ่งที่ครูสั่งสอน ชักถาม แสดงความคิดเห็นในด้านการเรียน ปรึกษาครูทั้งในด้านการเรียนและด้านส่วนตัว และการปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียน ทั้งในและนอกห้องเรียน ได้แก่ การให้ความเมตตา ความสนใจ เอาใจใส่ต่อนักเรียน การเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามหรือแสดงความคิดเห็น การให้คำปรึกษาและการชี้แนะแก่นักเรียนทั้งด้านการเรียนและด้านส่วนตัว ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู จึงมีความสำคัญที่ทำให้นักเรียนมีการปรับตัวกับเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับไรอัน (Ryans. 1960 : 278-284) ที่กล่าวว่าลักษณะของครูที่ดีอย่างหนึ่งคือ มีสัมพันธภาพที่ดีกับนักเรียน เช่น มีความเข้าใจนักเรียน แสดงความเป็นเพื่อน ช่วยเหลือปัญหาส่วนตัวเช่นเดียวกับปัญหาการเรียน ยกย่องชมเชยนักเรียนที่ทำงานดี ยอมรับความสามารถและความคิดเห็นของนักเรียน ส่งเสริมและให้กำลังใจนักเรียน และสอดคล้องกับรอตแมน (Rothman.1968 : 34-36) ที่กล่าวว่าสิ่งที่ควรคำนึงถึงให้มากที่สุดในระบบการเรียนการสอน นั่นคือ สัมพันธภาพที่ดีของครูผู้สอนกับผู้เรียน ครูจะต้องยอมรับและเข้าใจ มีความเป็นกันเอง ตลอดจนส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักพัฒนาตนเอง ถ้านักเรียนมีความสัมพันธ์กับครูผู้สอนอย่างเป็นกันเอง รูปแบบการเรียนการสอนของครูมีความน่าสนใจ ทำให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจในการเรียนมากขึ้น ครูให้ความรัก ความเอาใจใส่นักเรียนอย่างใกล้ชิด เป็นที่ปรึกษาที่ดีในเวลาที่นักเรียนมีปัญหา และให้ความเป็นกันเองกับนักเรียนย่อมส่งผลให้นักเรียนสามารถปรับตัวด้านการเรียนและการปรับตัวกับเพื่อนได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาวคนธ์ สาทา (2550 : 71)

ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียน แผนการเรียนวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ ของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียน ของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 4 แผนการเรียนวิทยาศาสตร์ - คณิตศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลจากการวิจัยครั้งนี้ สามารถใช้เป็นแนวทางให้ผู้บริหาร ครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ปกครองและบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ได้ทราบข้อมูลเพื่อพิจารณา สามารถนำไปเป็นข้อมูลประกอบการวางนโยบายในการช่วยเหลือหรือหาวิธีการในช่วยเหลือนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ที่มีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน โดยนำปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ทั้ง 4 ปัจจัย โดยเรียงลำดับจากปัจจัยส่งผลมากที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง อ้อมโนทัศน์ การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1.1 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง สามารถพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เป็นอันดับแรก ดังนั้น ผู้ปกครอง ครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน โดยเฉพาะผู้ปกครองของนักเรียน ควรให้ความรัก การดูแลเอาใจใส่ เข้าใจในตัวนักเรียนให้มากกว่าเดิม เปิดโอกาสให้นักเรียนเข้าไปปรึกษาปัญหาการเรียนหรือปัญหาส่วนตัว และคอยชี้แนะแนวทางในการดำรงชีวิตในสังคมควบคู่กับการเรียน เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจถึงความเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมและปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้อย่างเหมาะสม

1.2 อ้อมโนทัศน์ สามารถพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เป็นอันดับสอง ดังนั้น ผู้ปกครอง ครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ควรมีการจัดสภาพแวดล้อม และจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการพัฒนาอ้อมโนทัศน์ของตนเองให้สูงขึ้น และมีอ้อมโนทัศน์ที่ดีต่อตนเองในด้านต่างๆ ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจอันเป็นผลมาจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา มีทั้งอ้อมโนทัศน์ที่ดีและไม่ดีขึ้นอยู่กับความรู้ตนเองในสถานการณ์แต่ละขณะ ซึ่งจะมีผลต่อความสามารถ

ในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

1.3 การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน สามารถพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เป็นอันดับสาม ดังนั้น ผู้ปกครอง ครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ควรมีการส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักที่จะเลียนแบบเพื่อนในสิ่งดีๆ ที่เพื่อนทำ สร้างตัวแบบที่ดีให้แก่ นักเรียน เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ที่จะปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสม ในการปรับตัวกับเพื่อน พัฒนาตัวแบบเพื่อให้นักเรียนเกิดการเลียนแบบที่ดีกับกลุ่มนักเรียนด้วยกัน เน้นให้นักเรียนทำกิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกลุ่มเพื่อน หรือจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคม ดังนั้น ผู้ปกครอง ครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน จึงควรส่งเสริมการเลียนแบบในการปรับตัวกับเพื่อนที่ดีต่อไป

1.4 สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู สามารถพยากรณ์การปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร เป็นอันดับสี่ ดังนั้น ผู้ปกครอง ครูประจำชั้น ครูผู้สอน ครูแนะแนว ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน โดยเฉพาะครู ควรสร้างบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ให้นักเรียนเกิดความอบอุ่นและเป็นกันเอง เป็นผู้ที่เข้าใจความรู้สึกของนักเรียนแต่ละคน เพิ่มความไว้วางใจซึ่งกันและกันกับนักเรียน ตักเตือนโดยใช้เหตุผลเมื่อนักเรียนทำความผิด เปิดโอกาสให้นักเรียนกล้าซักถาม กล้าแสดงออกเพื่อเพิ่มพูนความเชื่อมั่น มีการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันเพิ่มมากขึ้น เช่น การไปทัศนศึกษา อันจะส่งผลให้นักเรียนสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมและปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้อย่างเหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวกับเพื่อนของผู้เรียนในระดับอื่นๆ ในโรงเรียนด้วย เช่น นักเรียนช่วงชั้นที่ 2-4 เพราะเด็กในปัจจุบันมีพัฒนาการเร็วกว่าสมัยก่อนมาก เพื่อจะได้ทราบว่าปัจจัยอะไรบ้างที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของเด็ก

2.2 ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนเพิ่มเติม เช่น บุคลิกภาพ และแรงจูงใจ เป็นต้น

2.3 ควรนำปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ทั้ง 4 ปัจจัย ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ ผู้ปกครอง อ้อมโนทัศน์ การเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ไปพัฒนาเป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้เทคนิคทางจิตวิทยา เช่น การศึกษาบุคคล เป็นรายกรณี กิจกรรมกลุ่ม การปรับพฤติกรรม เทคนิคแม่แบบ และการเสริมแรงทางสังคม เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. (2524). *สุขภาพจิตในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- (2527). *จิตวิทยาสังคม*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- กมลรัตน์ พิชัยวงศ์. (2549). *ปัญหาการเรียนวิชาภาษาอังกฤษและวิธีแก้ไขของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนชุมชนวัดสมรโกฏิ จังหวัดนนทบุรี*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กมลลักษณ์ ทองสมัคร. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความท้อแท้ในการปฏิบัติงานของพนักงานธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) ฝ่ายสำคัญทางธุรกิจธนาคาร สำนักงานใหญ่ กรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กฤษณู ทรงเจียรพานิช. (2548). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อปัญหาการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนออเงิน (อ๋อนเหมอนุสรณ์) เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กันยา สุวรรณแสง. (2533). *การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว*. กรุงเทพฯ : รวมสาส์นภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- กรมการแพทย์. (2529). *กระทรวงสาธารณสุข, แผนการศึกษาแห่งชาติ 2533*. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท. ศึกษาธิการ, กระทรวง. (2542). *ร่างพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542*.
- กุหลาบ รัตนสังขธรรม; และคนอื่นๆ. (2540). *สัมพันธภาพในครอบครัวกับปัญหาสุขภาพจิตและพฤติกรรมทางเพศของนักศึกษา ระดับอาชีวศึกษาในภาคตะวันออก*. กรุงเทพฯ : สำนักนโยบายและแผนอุดมศึกษา สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย.
- กุญชรี้ คำชาย. (2540). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา.
- จักรินทร์ พริ้งทองฟู. (2546). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา หลักสูตรการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญเขตคลองสานกรุงเทพมหานคร 1 สังกัดกรมการศึกษา นอกโรงเรียนกระทรวงศึกษาธิการ*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคนอื่นๆ. (2543). *จิตวิทยาทั่วไป*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- ชลดา ยอดอ่วม. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนที่เหมาะสมวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชุตินัน ศรีแก้ว. (2546). ปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติต่อการเรียนรู้ที่เห็นผู้เรียนเป็นสำคัญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสารวิทยา เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชูชัย สมितिไกร. (2530). ผลของประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อทัศนคติส่วนบุคคลตามการรับรู้ของผู้รับการฝึก. ภาควิชาจิตวิทยาคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัย เชียงใหม่, 2530.
- ณุกุล ยิ้มศิริ. (2546). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเรียนภาษาญี่ปุ่นในสถาบันการศึกษาเอกชน กรุงเทพมหานคร . ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดรุณี ขอเจริญ. (2547). ปัจจัยที่ส่งผลต่ออัตมโนทัศน์ของนักศึกษา มหาวิทยาลัยหัวเฉียว. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เต็มศักดิ์ คทวนิช. (2549, มกราคม-ธันวาคม). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ. วิชาการศึกษาศาสตร์. 7(1-3) : 56.
- ธัญชนก ศิริสุขชัยวุฒิ. (2542). การศึกษารายกรณีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชนะดี สุริยะจันทร์หอม. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติต่อการสื่อสารผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์ Hi5 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนมัธยมประชานิเวศน์ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์และคณะ. (2539, มกราคม-มีนาคม) “GHO ฉบับภาษาไทย” วารสารสมาคมจิตแพทย์ประเทศไทย. 41(1) : 1-17.
- ธาราวดี อธิมาทรานนท์. (2548). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตรของนักศึกษาพยาบาล คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- นวดดี โมกชะเวส. (2551). ปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติในการให้บริการของพยาบาลวิชาชีพศูนย์
การแพทย์ โรงพยาบาลกรุงเทพ. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นลินรัตน์ อภิชาติ. (2536). สุขภาพจิตของครูซึ่งสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ.
ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาพิเศษ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- นารี โนภระ. (2536). ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพของครูประจำชั้นนักเรียนและสุขภาพจิตของ
นักเรียนชาวเขาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์เชียงใหม่และโรงเรียน
ประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- นิดดา หงษ์วิวัฒน์. (2542). การเรียนรู้ของเด็ก = *How children learn*. กรุงเทพฯ : แสงแดด.
- นิภา นิธยานน. (2520). การปรับตัวและบุคลิกภาพ จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต. กรุงเทพฯ :
สารศึกษาศึกษาการพิมพ์.
- นุจรี มุราชัย. (2551). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนช่วงชั้น
ที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นพเก้า ณ พัทลุง. (2548). การจัดการเรียนการสอนภาษาอังกฤษระดับประถมศึกษา = *Teaching
and learning english at elementary education level*. ภารกิจเอกสารและตำรา กลุ่มงาน
บริการการศึกษา สงขลา : มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- บุหงา วชิระศักดิ์มงคล. (2527). สุขภาพจิตในโรงเรียน. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- บำเพ็ญ วังเงิน. (2541). อิทธิพลของครอบครัวที่มีผลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน :
กรณีศึกษาโรงเรียนกัณฑ์วิชัย อำเภอกัณฑ์วิชัย จังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.
(ไทยคดีศึกษา). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ประทีป แสงเปี่ยมสุข. (2533). กระบวนการกลุ่มภาคปฏิบัติ : มิติหนึ่งของการสอนที่เน้นผู้เรียน
เป็นสำคัญ. กรุงเทพฯ : เมธีพิปส์.
- ประพนธ์ ชูจำปา. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อเจตคติต่อการเรียนในหลักสูตรธรรมศึกษาของนักเรียน
โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย อำเภอลองหลวง จังหวัดปทุมธานี.
ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรี
นครินทรวิโรฒ.
- ประสาธ อิศรปรีดา. (2547). จิตวิทยาการศึกษา. ขอนแก่น : คลังนานาวิทยา.
- ประเทือง ภูมิภัทราคม. (2540). การปรับพฤติกรรม : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ : โอเดียน
สโตร์.

- ปิยะดา จุลวรรณา. (2549). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อทักษะการฟังการอ่านภาษาอังกฤษของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนวิมุตยารามพิทยากร เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- ปิยะรัตน์ ตีกลาง. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อแรงจูงใจในการมาเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนชนาการสงเคราะห์ จังหวัดหนองคาย. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- ผกา บุญเรือง และวิณี ชิตเชิดวงศ์. (2535). *รายงานการวิจัยเรื่องสุขภาพจิตของเด็กในแปลงอุตสาหกรรมชายฝั่งทะเลภาคตะวันออกเฉียง. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.*
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โครงการส่งเสริมการแต่งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.*
- . (2530). *สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์.*
- ฝน แสงสิงแก้ว. (2521). *เรื่องของสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ: [ม.ป.พ.].*
- พรรณี ชูทัย เจนจิต. (2538). *จิตวิทยาการเรียนการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ดันอ้อแกรมมี.*
- พัชชา สุวรรณพานิชย์. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติต่อการเรียนวิชานาฏศิลป์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนสุเหร่าบางมะเขือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- พัชรินทร์ สมหมาย. (2549). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อปัญหาการเรียนในหลักสูตรการศึกษาระดับพื้นฐานพุทธศักราช 2544 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- พลาภรณ์ จันทร์ขามเรียน. (2539). *สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสาธิตสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.*
- พยอม ธีธรรส. (2540). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุพรรณบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2543). *ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ธนรัชการพิมพ์.*
- . (2544). *จิตวิทยาการศึกษา = Education technology. กรุงเทพฯ : พัฒนาศึกษา.*
- มาลี จุฑา. (2542). *จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ : อักษราพิพัฒน์. ราชบัณฑิตยสถาน. (2542). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.*

- เมทินี รุ่งรังษี. (2548). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการทำงานกลุ่มของนักศึกษาระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) วิทยาลัยเทคโนโลยีภาคเหนือ จังหวัดนครสวรรค์*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ลักขณา สรีวัฒน์. (2545). *สุขวิทยาจิตและการปรับตัว*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- . (2545). *จิตวิทยาการปรับตัว*. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วรสิริ ลิขิตวงศ์. (2547). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลายโรงเรียนวัดระฆังพิณี เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วราภรณ์ ตระกูลสถิตย์. (2543). *จิตวิทยาการปรับตัว*. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- . (2544). *จิตวิทยาการปรับตัว*. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วรรณ นิมวุ่น. (2549). *การปรับตัวในการใช้ชีวิตในกรุงเทพมหานคร ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนเทพลีลา เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิรัชาม์ กุลเพิ่มทวีรัตน์. (2547). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนวัดราชโอรส เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538, กุมภาพันธ์-มีนาคม). *ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย : เรื่องง่ายๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้*. ข่าวสารการวิจัยการศึกษา. (11) : 8.
- วิทยากร เชียงกุล. (2546). *อธิบายศัพท์การศึกษาและความรู้สาขาต่างๆ*. กรุงเทพฯ : สายธาร.
- วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. (2549). *สุขวิทยาจิต*. เอกสารประกอบการสอน ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศรินทิพย์ พงษ์ศาวัตต์. *ปัจจัยที่ส่งผลต่อแรงจูงใจในการเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษา โดยวิธีสอบตรงของนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2539). *ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ (รู้เขารู้เรา)*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน.
- . (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริบูรณ์ สายโกสุม. (2546). *จิตวิทยาการศึกษา = Educational psychology : PC 615 (715)*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

- ศุภาภรณ์ อหันตะ. (2551). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อทัศนคติต่อสถานบันเทิงของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สวณา พรพัฒน์กุล. (2525). *เครื่องมือในการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.*
- สาธิต ใจตรง. (2548). *การศึกษาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น. ปรินฎานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สาวตรี อินสวัสดิ์. (2551). *ผลของการใช้พฤติกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทศบาลอ้อมน้อย อำเภออ้อมน้อย จังหวัดสมุทรสาคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สมบัติ ตาปัญญา. (2551). *กระบวนการปรับตัว (Adjustment Process). สืบค้นเมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2551, จาก <http://www.med.cmu.ac.th>.*
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2548). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม = Theories and techniques in behavior modification. พิมพ์ครั้งที่ 2, ฉบับปรับปรุงแก้ไข. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,*
- สุพัตรา เรืองทอง. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาการทำงานกลุ่มของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนประชาราษฎร์อุปถัมภ์วิทยา เขตคลองสามวา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สุพัตรา ผลรัตนไพบูลย์. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนสุราษฎร์พิทยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี. ปรินฎานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สุชา จันทน์เอม. (2544). *จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.*
- สุมาลี สุวรรณภักดี. (2541). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลในเขตภาคใต้ สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. ปรินฎานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สุรางค์ จันทน์เอม. (2527). *จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.*
- สุดใจเน มีริยะเกิด. (2530). *สุขวิทยาจิต. พิษณุโลก : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว สหวิทยาลัยพุทธชินราช พิษณุโลก วิทยาลัยครูพิบูลสงคราม.*
- เสาวคนธ์ สาทา. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนแผนการเรียนวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ของนักเรียนในระดับช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*

- หทัยขวัญ สหชัยยันต์. (2548). *องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อเจตคติต่อการคบเพื่อนต่างเพศของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนการเคหะท่าทราย เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร.*
 ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรพินท์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ. (2532). *องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น.* กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
 ถ่ายเอกสาร.
- อรรณอลันซ์ เพชรทองคำ. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการวางแผนในการใช้เวลาว่างของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร.* ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรัญญา จันทรตั้ง. (2536). *สุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์.* ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- อริศรา จารุรัตน์. (2547). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2544 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต 1.* ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรุณศิริ เกียรติศิริ. (2547). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวในหอพักของนักเรียนเตรียมทหาร โรงเรียนเตรียมทหารกรมยุทธศึกษาทหาร กองบัญชาการทหารสูงสุด กระทรวงกลาโหม.* ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อมรรัตน์ หอมชื่น. (2548). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง โรงเรียนไทยบริหารธุรกิจและพาณิชย์การ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร.*
 สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัจฉรา สุขารมณ. (2529). *จิตวิทยาพัฒนาการเด็ก.* กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อารมณ มัตตะเดช. (2543). *การศึกษาการใช้กลไกการปรับตัวด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร.* ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เอริสา มโนธรรม. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการประหยัดของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัยเขตพระนครกรุงเทพมหานคร.* ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- Bernard Haroll W. (1970). *Mental Health in the Classroom*. New York : McGraw Hill Inc.,
- Coleman, Jame C. and Hammen. (1981). *Abnormal Psychology and Modern Life*.
Bombay : D.B. Tarapore vala.
- Cumming. (1988). *The Revival of Values Education in Asia and the West*. Oxford :
Pergamon Press.
- David G. Ryans. (1960). *Characteristics of teachers : their description, comparison, and appraisal, a research study*. Washington, D.C. : American Council on Education.
- Donald and other. (1989). *Sociology*. Newyork : Knopf.
- Gillmer, B. Von.Haller and Others. (1971). *Industrail and Organizational psychology*.
New York : Mcgraw-Hill Book Company.
- Hurlock, Elizabeth Bergner. *Child development*. New York : McGraw-Hill, 1956-1964.
Edition : 3nd ed.
- Jahoda, Marie. (1970). *The Psychological Meaning of Various Criteria of Mental Health*.
Social Psychological and Mental Health. New York : Holt Rinchart & Winston.
- Jones, Harold E. (1970). *"Personality Development in Children"*. Austin : University of
Texas.
- Kaplan, Lous and other. (1980). *Comprehensive Textbook of Psychiatry III*. Baltimor :
William and Wilkins.
- Landis, Judson T. (1955). *Personal adjustment, marriage, and family living* . New York :
Prentice-Hall, Englewood Cliffs.
- Lazarus, Richard Stanley. (1971). *Personality*. 2nd ed. Englewood Cliffs : Prentice-Hall.
- Maslach, Christina Burnout. (1986). *The cost of Caring*. 2nd ed : Englewood Cliffs, N.J. :
Prentice -Hall Inc.
- Porteous,M.A.(1985). *"Development Aspects of Adolescents Problem Disclose in England and Iceland"* *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 26:3.
- Rathus Spencer A. (1995). *Adjustment and Growth : the Challengers of Life*. 5th ed.
Fort Worth : Harcaurt Brace Jovanovich College.
- Roy, S.C. (1984). *Introduction to Nursing : An Adaptation Model*. Englewood Cliffs. N.J.
: Prentice – Hall.
- Worchel, Stephen and Goethalo, George R. (1989). *Adjustment Path Way to Personal Geowth*. New Jersey : Prentice Hall, Englewood Cliff

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามทั้งหมดมี 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามคัดกรองสุขภาพจิต Thai GHQ-60

ตอนที่ 3 แบบสอบถามอัตมโนทัศน์

ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

ตอนที่ 6 แบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

ตอนที่ 7 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร จึงใคร่ขอความร่วมมือจากนักเรียนทุกท่านในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งนักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ คำตอบของนักเรียนไม่มีถูกหรือผิด ไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาแต่อย่างใด นักเรียนไม่ต้องลงชื่อของนักเรียนไว้ คำตอบทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยให้ผู้อื่นทราบ

จึงขอให้นักเรียนตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนให้มากที่สุด โปรดตอบให้ครบทุกข้อ

ขอขอบคุณอย่างสูงที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

นางสาวศรดา โตทยานนท์

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักเรียน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้ว โปรดเติมข้อความลงในช่องว่าง ให้ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

1. อายุ.....ปี

ตอนที่ 2 แบบคัดกรองสุขภาพจิตไทย จี เอช คิว 60 (Thai GHQ 60)

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพโดยทั่วไปของนักเรียนในระยะ 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้างโปรดตอบคำถามต่อไปนี้ โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () ที่ใกล้เคียงกับสภาพของนักเรียนในปัจจุบันหรือในช่วง 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมามากที่สุด โดยไม่รวมถึงปัญหาที่นักเรียนเคยมีในอดีต และกรุณาตอบคำถามทุกข้อ

ในระยะ 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียน.....

1. รู้สึกสบายและมีสุขภาพดี

() ดีกว่าปกติ () เหมือนปกติ () แยกว่าปกติ () แยกว่าปกติมาก

2. นอนไม่หลับเพราะกังวลใจ

() ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก

3. รู้สึกทรุดโทรมและสุขภาพไม่ดี

() ไม่เลย () ไม่มากกว่าปกติ () ค่อนข้างมากกว่าปกติ () มากกว่าปกติมาก

ตอนที่ 3 แบบสอบถามอัตมโนทัศน์

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามอัตมโนทัศน์ ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามนี้ อย่างละเอียด แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายเท่านั้น โดยมีหลักเกณฑ์การเลือกดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
1	<u>ด้านร่างกาย</u> นักเรียนพอใจในรูปร่างของตนเอง					
2	นักเรียนมีรูปร่างหน้าตาดี					
3	นักเรียนมีร่างกายแข็งแรง					
4	นักเรียนแต่งกายได้เหมาะสมกับ รูปร่าง					
5	นักเรียน ยืน เดิน นั่ง ได้สง่า					
6	เมื่อนักเรียนส่องกระจก นักเรียนพอใจ ตัวตนที่นักเรียนเป็น					
7	นักเรียนดูดีไม่ว่าจะใส่ชุดอะไร					
8	นักเรียนมีรูปร่างที่ไม่ดี					
9	เพื่อนๆ ชอบล้อเกี่ยวกับใบหน้า นักเรียนเสมอ					
10	<u>ด้านความสามารถ</u> ไม่ว่าจะทำอะไรนักเรียนมักจะประสบ ความสำเร็จ					
11	นักเรียนเป็นคนเรียนเก่ง					
12	นักเรียนสามารถเป็นผู้นำกลุ่มได้					
13	นักเรียนกล้าแสดงความคิดเห็นเรื่อง ต่างๆ					
14	<u>ด้านสังคม</u> นักเรียนคิดว่าเพื่อนๆ ชอบนิสัยของ นักเรียน					
15	นักเรียนมักหงุดหงิดกับคนรอบข้าง เป็นประจำ					
16	นักเรียนเป็นคนมีเพื่อนมาก					
17	ทุกคนจะรู้สึกสนุกสนานเมื่ออยู่ใกล้ นักเรียน					
18	นักเรียนเป็นคนที่เพื่อนไว้วางใจ					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามอย่างละเอียด แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อละหนึ่งเครื่องหมายเท่านั้น โดยมีหลักเกณฑ์การเลือก ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	<u>การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อผู้ปกครอง</u> นักเรียนมีปัญหาเรื่องส่วนตัว นักเรียนจะเก็บไว้ไม่บอกให้ผู้ปกครองทราบ					
2	นักเรียนเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ปกครอง					
3	นักเรียนไม่เคยทำกิจกรรมใดๆ ร่วมกับผู้ปกครองเลย					
4	นักเรียนหงุดหงิดเมื่อผู้ปกครองซักถามเรื่องส่วนตัว					
5	นักเรียนได้รับความรักและความเอาใจใส่จากผู้ปกครองเสมอ					
6	เมื่อมีปัญหา นักเรียนจะพยายามไม่แสดงออกให้ผู้ปกครองทราบ					
7	นักเรียนมักทำตามใจตนเองมากกว่าทำตามที่คุณปกครองอยากให้ทำ					
8	<u>การปฏิบัติตนของผู้ปกครองต่อนักเรียน</u> ผู้ปกครองคอยให้กำลังใจแก่นักเรียน					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
9	เมื่อนักเรียนทำความผิด ผู้ปกครองจะ ว่ากล่าวโดยไม่ถามสาเหตุ					
10	ผู้ปกครองให้คำปรึกษาปัญหาส่วนตัว ของนักเรียนได้					
11	ผู้ปกครองไม่ไว้ใจใจให้นักเรียนทำ กิจกรรมร่วมกับเพื่อนตามลำพัง					
12	ผู้ปกครองรับฟังเหตุผลของนักเรียน					
13	ผู้ปกครองให้ความรักและความอบอุ่น นักเรียนเสมอ					
14	ผู้ปกครองให้ความเอาใจใส่ในสุขภาพ ของนักเรียนเสมอ					
15	ผู้ปกครองมักยุ่งกับงานจนไม่ค่อยมี เวลาให้นักเรียน					
16	ผู้ปกครองกล่าวชมเชยนักเรียนเมื่อ นักเรียนทำคะแนนสอบได้ดี					

ตอนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูแล้ว กรุณาทำ
เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของ
นักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
1	การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครู นักเรียนรู้สึกไม่พอใจที่ครูว่ากล่าว ตักเตือน					
2	นักเรียนช่วยเหลืองานครูทุกครั้ง เมื่อมีโอกาส					
3	นักเรียนไม่กล้าปรึกษาครูเรื่องส่วนตัว					
4	นักเรียนได้รับความเป็นกันเองจากครู ใน โรงเรียน					
5	เมื่อพบครูนักเรียนแสดงความเคารพ เสมอ					
6	นักเรียนพยายามปฏิบัติตนให้ถูก ระเบียบเพื่อให้ครูสบายใจ					
7	นักเรียนให้ความร่วมมือทุกครั้งเมื่อครู ขอให้ร่วมกิจกรรม					
8	การปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียน ครูเอาใจใส่ เมื่อนักเรียนขอคำปรึกษา เรื่องส่วนตัว					
9	ครูเป็นแบบอย่างที่ดีของนักเรียน					
10	ครูชมเชยเมื่อนักเรียนทำความดี					
11	ครูสนใจนักเรียนทุกคนในห้องเรียน					
12	ครูไม่สนใจฟังปัญหาของนักเรียน					
13	ครูให้ความเป็นกันเองกับนักเรียน					
14	เมื่อนักเรียนขอคำปรึกษาจากครู เกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้น ครูยินดีให้ คำแนะนำแก่นักเรียน					
15	ครูให้ความช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมี ปัญหาด้านการเรียน					

ตอนที่ 6 แบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนในการปรับตัวกับเพื่อนแล้ว กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
1	นักเรียนมักเล่นกีฬาตามเพื่อน					
2	ไม่ว่าเพื่อนจะทำกิจกรรมใด นักเรียนมักทำตาม					
3	นักเรียนเลียนแบบการแต่งกายของเพื่อนที่นักเรียนชอบ					
4	นักเรียนเลียนแบบเพื่อนในการซื้อสินค้า					
5	นักเรียนเลียนแบบเพื่อนในการซื้อเครื่องแต่งกาย					
6	ถ้าเพื่อนชอบดูโทรทัศน์รายการใด นักเรียนจะทำตาม					
7	นักเรียนเลียนแบบเพื่อนในการเล่นคอมพิวเตอร์					
8	เมื่อเห็นเพื่อนเลี้ยงสัตว์เลี้ยงชนิดใด นักเรียนจะทำตาม					
9	นักเรียนชอบทำกิจกรรมของโรงเรียนตามเพื่อน					
10	ในเวลาว่างนักเรียนชอบเล่นตามเพื่อน					
11	นักเรียนทำงานกลุ่มตามเพื่อน					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
12	นักเรียนพูดจาไพเราะตามเพื่อน					

ตอนที่ 7 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนแล้ว กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือ ช่องใดช่องหนึ่งจาก 5 ช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
1	<u>ด้านการทำงานร่วมกับเพื่อน</u> นักเรียนมักจะถูกทอดทิ้งจากเพื่อนๆ ในการทำงานกลุ่ม					
2	นักเรียนชอบทำงานคนเดียวมากกว่า ทำงานกลุ่ม					
3	นักเรียนยินดีจะให้ความร่วมมือกับ กลุ่มเพื่อนในการทำกิจกรรมต่างๆ					
4	นักเรียนจะให้ความร่วมมือทำงานกับ เพื่อนอย่างเต็มที่ เมื่อได้รับมอบหมาย ให้ทำงานกลุ่ม					
5	นักเรียนเต็มใจที่จะให้ความร่วมมือกับ เพื่อนในการทำงานกลุ่ม					
6	นักเรียนมักจะทำหน้าที่ที่ได้รับมอบ หมายจากกลุ่มอย่างเต็มความสามารถ ทุกครั้ง					
7	นักเรียนมักจะไม่ให้ความร่วมมือกับ เพื่อนๆ ในการทำงานกลุ่ม					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
8	<u>ด้านการเห็นความสำคัญของตนเอง และเพื่อน</u> นักเรียนรู้สึกว่ามีใครอยากจะทำเล่นกับ นักเรียน					
9	นักเรียนมีความสุข เมื่อได้ให้ความ ช่วยเหลือแก่เพื่อน					
10	นักเรียนรู้สึกว่าเป็นเพื่อนๆ ไม่เข้าใจในตัว นักเรียนอย่างแท้จริง					
11	นักเรียนรู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่ไม่ค่อย มีความสำคัญเวลาอยู่ในกลุ่มเพื่อน					
12	นักเรียนรู้สึกว่ามีใครอยากจะทำกับ นักเรียน					
13	เมื่อเพื่อนทำอะไรไม่ถูกใจ นักเรียนจะ ตอบโต้อย่างรุนแรงเสมอ					
14	นักเรียนมักแกล้งเพื่อนเสมอ เมื่อมี โอกาส					
15	เมื่อมีการทำงานกลุ่ม นักเรียนมักจะ ให้ความสำคัญแก่เพื่อนทุกคนในกลุ่ม					
16	<u>ด้านการทักทายและแสดงพฤติกรรมที่ เหมาะสมกับเพื่อน</u> เมื่อพบเพื่อนและมีโอกาส นักเรียนจะ เข้าไปทักทายเพื่อนก่อนเสมอ					
17	นักเรียนไม่รู้ว่าจะทักทายเพื่อนอย่างไร จึงทำท่าเฉยๆ เมื่อพบเพื่อน					
18	ฉันกับเพื่อนทะเลาะกันบ่อยๆ					
19	เพื่อนในห้องไม่ชอบพูดกับนักเรียน					
20	<u>ด้านการได้รับการยอมรับจากเพื่อน</u> เพื่อนๆ ชอบทำให้นักเรียนรู้สึกว่าเป็น ตัวตลกในกลุ่ม					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
21	นักเรียนไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ขณะทำงานร่วมกับเพื่อน					
22	นักเรียนรู้สึกอึดอัดใจมาก เมื่อ จำเป็นต้องแสดงความคิดเห็นใน ห้องเรียน					
23	นักเรียนชอบแยกตัวออกจากกลุ่ม เพื่อนมาอยู่ตามลำพังเสมอ					
24	นักเรียนเป็นคนเอาแต่ใจตนเอง จึง มักจะถูกเพื่อนๆ ปฏิเสธให้เข้าร่วม กลุ่ม					
25	นักเรียนชอบแสดงความคิดเห็น ร่วมกับเพื่อน ขณะทำงานกลุ่ม					
26	นักเรียนเรียนไม่เก่ง จึงไม่กล้าแสดง ความคิดเห็นกับกลุ่มเพื่อน					

ภาคผนวก ข
คุณภาพเครื่องมือ

ตาราง 6 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามอัตมโนทัศน์

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1	2.966
2	2.814
3	3.347
4	2.220
5	3.454
6	3.424
7	2.543
8	2.837
9	2.546
10	4.123
11	4.151
12	2.646
13	2.376
14	2.876
15	4.320
16	3.416
17	4.194
18	4.830

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .862

ตาราง 7 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1	3.254
2	2.236
3	4.583
4	2.206
5	3.813
6	5.270
7	3.121
8	1.886
9	3.771
10	1.122
11	2.414
12	2.758
13	2.876
14	2.646
15	7.190
16	1.825

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .816

ตาราง 8 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ
ครู

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1	3.071
2	2.837
3	2.463
4	2.814
5	3.035
6	3.416
7	4.249
8	2.449
9	4.710
10	3.000
11	4.733
12	3.400
13	3.668
14	3.870
15	4.513

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .868

ตาราง 9 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามการเลียนแบบเพื่อนใน
การปรับตัวกับเพื่อน

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1	3.937
2	3.067
3	6.063
4	11.159
5	10.420
6	4.461
7	5.317
8	4.937
9	6.243
10	5.463
11	4.677
12	8.081

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .899

ตาราง 10 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t) ของแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (t)
1	-2.942
2	-3.230
3	2.868
4	4.320
5	4.123
6	3.910
7	7.442
8	2.934
9	2.986
10	3.660
11	3.368
12	2.589
13	3.473
14	2.824
15	3.930
16	1.240
17	3.147
18	3.930
19	2.434
20	4.782
21	4.114
22	2.841
23	2.245
24	3.922
25	3.326
26	5.700

ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .918

ภาคผนวก ค

หนังสือขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ
หนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5730

ที่ ศธ 0519.12/1140

วันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวศรดา โद्यยานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมริดา แสนคำเครือ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ เวย์น กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสณา จุลรัตน์ และ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารูเพ็ง เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียน เซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวศรดา โद्यยานนท์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒน์กุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ศธ 0519.12/1141

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

12 กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนเซนต์ดอมินิก

เนื่องด้วย นางสาวศรดา โดษยานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อน ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรหมธิดา แสนคำเครือ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณีนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูล เพื่อการวิจัย โดยขอให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1–3 จำนวน 261 คน ตอบแบบสอบถามปัจจัยที่ ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวศรดา โดษยานนท์ ได้เก็บข้อมูล เพื่อการวิจัย และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวิฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 081-8875-908



ที่ ศธ 0519.12/ 2635

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

30 เมษายน 2553

เรื่อง ขอให้แบบคัดกรองสุขภาพจิต

เรียน นายแพทย์ธนา นิลชัยโกวิทย์

เนื่องด้วย นางสาวศรดา โद्यยานนท์ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอให้แบบคัดกรองสุขภาพจิต THAI GHQ 60 เพื่อการวิจัย

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวศรดา โद्यยานนท์ ได้ใช้แบบคัดกรองสุขภาพจิต และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5067

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อนิสิต โทรศัพท์ 081-887-5908

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	ศรุดา โตษยานนท์
วันเดือนปีเกิด	10 กันยายน 2527
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	99/33 หมู่บ้านสุวรรณวิลล่า ซอย 4 ถนนสิงห์วัฒน์ ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000 โทรศัพท์ 081-887-5908
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ครูปฏิบัติการสอนวิชาวิทยาศาสตร์พื้นฐาน ระดับประถมศึกษา
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนเซนต์ดอมินิก 1526 ถนนเพชรบุรี แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร 10400 โทรศัพท์ 0-2652-7477-80
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2540	จบการศึกษาระดับประถมศึกษา จากโรงเรียนโรจนวิทย์มาลาเปียง จังหวัดพิษณุโลก
พ.ศ. 2546	จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา จากโรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี จังหวัดพิษณุโลก
พ.ศ. 2550	จบการศึกษาระดับปริญญาตรี การศึกษบัณฑิต (กศ.บ.) วิชาเอกวิทยาศาสตร์ - ฟิสิกส์ คณะศึกษาศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2553	จบการศึกษาระดับปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร