ผลการใช้เทคนิคละครวิทยุต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด

รายงานการวิจัย

ของ

สกุลณา ชัยอนุรักษ์

เกตุแก้ว สวัสดิรักษ์

ญาดาสิริ ทองใหญ่

สงกรานต์ วจนะเสถียร

อณู วิมลเกียรติศักดิ์

อภิลักษณ์ ณ นคร

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา จต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ

สาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กุมภาพันธ์ 2549

บริจาค

153.23
ว191



ผลการใช้เทคนิคละครวิทยุต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด

รายงานการวิจัย

ของ

สกุลณา ชัยอนุรักษ์
เกตุแก้ว สวัสดิรักษ์
ญาดาสิริ ทองใหญ่
สงกรานต์ วจนะเสถียร
อณู วิมลเกียรติศักดิ์
อภิลักษณ์ ณ นคร

20 มี.ค. 2549

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา จต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ
สาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
กุมภาพันธ์ 2549

h285129

ผลการใช้เทคนิคละครวิทยุต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด

รายงานการวิจัย

ของ

สกุลณา	ชัยอนุรักษ์
เกตุแก้ว	สวัสดิรักษ์
ญาดาสิริ	ทองใหญ่
สงกรานต์	วจนะเสถียร
อณู	วิมลเกียรติศักดิ์
อภิลักษณ์	ณ นคร

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา จต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ

สาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กุมภาพันธ์ 2549

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ)

ผลการใช้เทคนิคละครวิทยุต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด

บทคัดย่อ

ของ

สกุลณา ชัยอนุรักษ์

เกตุแก้ว สวัสดิรักษ์

ญาดาสิริ ทองใหญ่

สงกรานต์ วจนะเสถียร

อณู วิมลเกียรติศักดิ์

อภิลักษณ์ ณ นคร

รายงานการวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนรายวิชา จต325 วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ

สาขาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กุมภาพันธ์ 2549

สกุลณา ชัยอนุรักษ์ และคณะ (2549). ผลการใช้เทคนิคละครวิทยุต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด. รายงานการวิจัย วท.บ.(จิตวิทยา). กรุงเทพฯ: สาขาวิชา จิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร.เรวดี ทรงเที่ยง.

การวิจัยในครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาเทคนิคละครวิทยุสำหรับเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และเทคนิคละครวิทยุ ซึ่งประกอบด้วยละครวิทยุจำนวน 3 เรื่อง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ t-test แบบ Paired-Samples

ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ดังนี้

1. ได้เทคนิคละครวิทยุสำหรับการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วยละครวิทยุจำนวน 3 เรื่อง

2. นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับเทคนิคละครวิทยุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประกาศคุณูปการ

การวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดี ด้วยความกรุณาของอาจารย์ ดร. เรวดี ทรงเที่ยง ซึ่งเป็นที่ปรึกษาของการวิจัยในครั้งนี้ ที่ให้ความกรุณาตั้งแต่เริ่มทำงานวิจัย จนกระทั่งงานเสร็จสมบูรณ์ ทั้งในด้านความรู้และสาระในการทำงานวิจัย รวมไปถึงข้อเสนอแนะต่างๆ อันถือได้ว่าเป็นประโยชน์ต่อการทำงานวิจัยในครั้งนี้เป็นอย่างสูงและเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้การวิจัยครั้งนี้สามารถดำเนินมาได้อย่างบริบูรณ์ คณะผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร. เรวดี ทรงเที่ยง มา ณ ที่นี้

อีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญและขาดมิได้ในการวิจัยครั้งนี้คือ องค์ความรู้ที่อาจารย์ทุกท่านในภาควิชาจิตวิทยาที่ได้ประสิทธิ์ประสาทจนสามารถนำความรู้ที่มีมาใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ และมีโอกาสในการสานต่อความรู้ที่มีและนำไปใช้ในการค้นคว้าให้มีความรู้ความสามารถยิ่งขึ้นอย่างไม่มีที่สิ้นสุดต่อไป จึงขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ทุกท่านมา ณ ที่นี้ด้วยเช่นกัน

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์และเจ้าหน้าที่โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ที่กรุณาอำนวยความสะดวกในการทำการวิจัยเป็นอย่างดี และขอขอบคุณน้องๆ นักเรียนตาบอดที่เข้าร่วมในการวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งงานวิจัยชิ้นนี้คงมิอาจสำเร็จได้หากปราศจากความร่วมมืออันดีจากน้องเหล่านี้

สุดท้ายนี้ขอให้คุณค่าของรายงานการวิจัยฉบับนี้ มอบแด่คุณพ่อคุณแม่ และครูอาจารย์ทุกท่านที่มีพระคุณอันมากล้นแก่คณะผู้วิจัยดังกล่าว

คณะผู้วิจัย

สกุลณา	ชัยอนุรักษ์
เกตุแก้ว	สวัสดิรักษ์
ญาดาสิริ	ทองใหญ่
สงกรานต์	วจนะเสถียร
อณู	วิมลเกียรติศักดิ์
อภิลักษณ์	ณ นคร

สารบัญ

บทที่ หน้า

1. บทนำ

ภูมิหลัง..... 1

ความมุ่งหมายของการวิจัย..... 3

ความสำคัญของการวิจัย..... 4

ขอบเขตของการวิจัย..... 4

กลุ่มทดลองที่ใช้ในการวิจัย..... 4

ตัวแปรที่ศึกษา..... 4

นิยามศัพท์เฉพาะ..... 4

นิยามปฏิบัติการ..... 5

กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 5

สมมติฐานของการวิจัย..... 5

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การเห็นคุณค่าในตนเอง..... 6

ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง..... 6

ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง..... 8

แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง..... 12

พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง..... 18

การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง..... 19

การตาบอด..... 33

ความหมายของการตาบอด..... 33

ประเภทของการตาบอด..... 34

ระดับการตาบอด..... 34

สถิติของคนตาบอด..... 35

สุขภาพจิตของคนตาบอด..... 35

การยอมรับตนเองของคนตาบอด..... 36

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับคนตาบอด..... 36

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

ความพิการ..... 37

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 49

3. **วิธีดำเนินการวิจัย**

การเลือกกลุ่มทดลอง..... 53

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... 53

แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง..... 53

เทคนิคละครวิทยุ..... 55

แบบแผนการทดลองและวิธีการดำเนินการทดลอง..... 59

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล..... 61

4. **ผลการวิเคราะห์ข้อมูล**

ข้อมูลเบื้องต้น..... 62

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... 63

5. **สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ**

วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... 65

สมมติฐานการวิจัย..... 65

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... 65

วิธีดำเนินการวิจัย..... 66

สรุปผลการวิจัย..... 66

อภิปรายผล..... 67

ข้อเสนอแนะ..... 68

บรรณานุกรม..... 71

ภาคผนวก..... 76

ภาคผนวก ก..... 77

ภาคผนวก ข..... 79

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก ค.....	81
ภาคผนวก ง.....	109
ภาคผนวก จ.....	117
ประวัติย่อคณะผู้วิจัย.....	120

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1 แสดงแบบแผนการทดลอง..... 59

2 วันและเวลาในการดำเนินการทดลอง..... 60

3 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนตาบอด จำแนกตามเพศ และระดับชั้น.. 62

4 ตาราง 3 แสดงจำนวน ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ..... 63

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1. แผนภูมิเส้นแสดงการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลัง
ได้รับเทคนิคละครวิทยุเป็นรายบุคคล..... 64

บทที่ 1
บทนำ

ภูมิหลัง

จากข้อมูลทางสถิติพบว่าในปัจจุบันนี้จำนวนผู้ที่มีความพิการทางสายตาในสังคมไทยมีจำนวนมากถึง 123,157 คน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2548 : Online) ซึ่งการมองเห็นนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญในการดำรงชีวิต คงไม่มีใครที่อยากใช้ชีวิตอยู่ในโลกโดยที่ไม่สามารถมองเห็นอะไรได้เลย และถูกมองว่าเป็นคนพิการตาบอด ที่ไม่มีคุณค่าและเป็นภาระต่อสังคมต้องคอยพึ่งพิงผู้อื่นและเป็นภาระต่อการพัฒนาประเทศชาติ คนส่วนมากมักไม่ให้ความสำคัญกับสิ่งเหล่านี้จะมีคนเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ทราบว่าบุคคลพิการเหล่านั้นก็มีความต้องการขั้นพื้นฐานที่เหมือนกับคนทั่วๆไป มีความคิด มีอารมณ์และยังต้องการการยอมรับจากสังคมเพื่อที่จะเป็นกำลังใจในการใช้ชีวิตอยู่ต่อไปในสังคม ในปัจจุบันหน่วยงานของรัฐและเอกชนให้ความสำคัญต่อบุคคลพิการ เปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม เช่น การจัดตั้งสมาคมคนตาบอดแห่งประเทศไทย สหกรณ์บริการคนตาบอดแห่งประเทศไทย การจัดตั้งโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพเพื่อเป็นการให้โอกาสทางการศึกษาแก่เด็กที่มีความพิการทางสายตา อีกทั้งยังมีศูนย์คนพิการแห่งเอเชียและแปซิฟิค เพื่อจัดการแข่งขันกีฬาเฟสปิกเกมส์ ที่เป็นการแข่งขันกีฬาสำหรับคนพิการได้แสดงศักยภาพแห่งตนที่มีอยู่

เป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่าการที่บุคคลเป็นผู้พิการนั้นมิได้หมายความว่าบุคคลเหล่านั้นจะสูญเสียความสามารถและคุณค่าความเป็นมนุษย์แต่อย่างใด หากบุคคลพิการเหล่านั้นได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพจะเป็นแรงผลักดันให้เขาเหล่านั้นสามารถแสดงศักยภาพของตนเอง เกิดความตระหนักในคุณค่าของตนเอง อันเป็นบ่อเกิดแห่งพลังศักยภาพผลักดันให้ก้าวไปสู่เป้าหมาย

คนตาบอดที่มองเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมักจะประสบความล้มเหลวในชีวิต เพราะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งทำให้ท้อแท้และขาดความอดทน หวั่นไหวต่อเสียงวิพากษ์วิจารณ์ของสังคมรอบข้าง คนพิการเหล่านี้ก็จะเกิดความพิการทางร่างกายซ้ำซ้อนกับความพิการทางจิตใจตามไปด้วย แต่หากว่าคนพิการคนใดสามารถมองเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถยอมรับตนเองได้ จะเป็นผู้ที่ไม่มีปมด้อย มีแต่จะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดความรู้สึกเป็นอิสระ ไม่ผูกใจของตนเองไว้กับความรู้สึกนึกคิดของคนในสังคม เกิดความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ มีแรงจูงใจที่จะพัฒนาศักยภาพแห่งตน เกิดแรงกระตุ้นทำให้เกิดความเพียรพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรค มองความพิการเป็นเพียงความบกพร่องของอวัยวะเพียงบางส่วนแต่ยังเหลืออวัยวะที่ดีและสติปัญญาที่สามารถใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

ดังนั้นความสำคัญของการมองเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ จึงมีความสำคัญ บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะรู้สึกว่าตนเองมีลักษณะที่น่าชื่นชม มีความสามารถที่จะเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตด้วยความมั่นใจ ปรับตัวได้ดี อุปนิสัยร่าเริง วิตกกังวลต่ำ อยากรู้อยากเห็น ว่องไว ชอบแสดงความคิดเห็น มองสิ่งต่าง ๆ ในแง่ดี ซื่อสัตย์ต่อตนเอง มีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จได้มากและใช้กลไกในการป้องกันตนเองน้อยมาก

ในกลุ่มคนพิการทางสายตานั้นกลุ่มที่น่าเป็นห่วงมากที่สุดคือกลุ่มเด็กที่พิการทางสายตาและกลุ่มที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และเป็นวัยที่ประสบกับความยุ่งยากในการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง ความต้องการการยอมรับและการเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นสิ่งที่วัยรุ่นให้ความสำคัญมาก การวิพากษ์วิจารณ์จากคนอื่นมีผลต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่ง (สุมิตรา อินทุยศ. 2536 : 1 ; อ้างอิงจาก Erikson. 1968. pp. 128) เด็กตาบอดที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นอาจจะต้องประสบกับปัญหาข้อจำกัดหลายด้าน ทั้งข้อจำกัดจากด้านร่างกาย ทำให้เกิดความคับข้องใจ เกิดความรู้สึกด้อยกว่าคนอื่น ขาดความกระตือรือร้นในการเรียนรู้ การปรับตัวและเกิดการประเมินคุณค่าในตนเองในทางลบได้ จากการศึกษางานวิจัย พบว่า เด็กที่พิการทางสายตามีความเสี่ยงต่อปัญหาทางจิตใจและการปรับตัวเข้ากับสังคม เช่น จากการศึกษา (สุมิตรา อินทุยศ. 2536 : 1 ; อ้างอิงจาก Beaty. 1992 ; Meighan. 1971, quoted to Huurre, Komularion and Aro. 1999. pp. 26) พบว่าความบกพร่องทางสายตาทำให้เด็กรู้สึกมีปมด้อย ซึ่งอาจเป็นตัวสะท้อนถึงการยอมรับจากสังคม ขาดโอกาสทางการศึกษา มีข้อจำกัดทางด้านร่างกาย และปัญหาการปรับตัวเข้ากับสังคม

การใช้เทคนิคละครวิทยุ ถือเป็นส่วนหนึ่งของการจัดโปรแกรมพิเศษเพื่อพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองแก่นักเรียนตาบอด ละครวิทยุจัดเป็นสื่อประเภทหนึ่งที่ต้องใช้การรับรู้ด้วยการฟังหรือโสตสัมผัส อาศัยเสียงพูด เสียงดนตรี และเสียงประกอบในการดำเนินเรื่อง และสร้างจินตภาพ (mental image) จึงจะเกิดความซาบซึ้งและคล้อยตามเนื้อเรื่อง การเสนอบทละครวิทยุจึงจะบรรลุเป้าประสงค์ได้ดี (สุกัญญา แพงโสม. 2532 : 2 ; อ้างอิงจาก Herlock. 1956. pp. 354) อีกทั้งยังมีผลการวิจัยเกี่ยวกับสื่อที่เกี่ยวกับละครวิทยุ เช่น วิทยุ และเครื่องบันทึกเสียง (Radio and Recording) พบว่าสื่อที่เกี่ยวกับละครวิทยุ มีอิทธิพลต่อผู้ฟังสูง รวดเร็ว มีประสิทธิภาพ สามารถเอาชนะข้อจำกัดบางประการที่อุปกรณ์ทางกายภาพไม่สามารถกระทำได้ (จิระพันธ์ เดมะ. 2524 : 55 ; อ้างอิงจาก Schram. 1914. pp. 16-18)

เนื่องจากนักเรียนตาบอดถือเป็นกลุ่มบุคคลที่ไม่สามารถใช้ประสาทสัมผัสทางตาได้หรือใช้ได้ไม่เต็มที่ การใช้สื่อเสียงจึงถือเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการรับรู้และเรียนรู้ เทคนิคละครวิทยุที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นจะช่วยให้ผู้รับการฝึกเกิดการรับรู้ตนเองในด้านดี เช่น ความสามารถของตน การรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง มีความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นถึงคุณค่าในตนเองที่มีอยู่ เกิดความคิดและทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับตนเอง และการนำเสนอในรูปแบบของละครจะเป็นประโยชน์อย่างมากสำหรับเยาวชน ซึ่งอยู่ในวัยที่จะพัฒนาความคิด รสนิยม จิตใจและความรู้ความสามารถด้านต่าง ๆ นักเรียนในวัยนี้จะสนใจละครทุกประเภท เพราะละครให้ชีวิตชีวาสมจริง ทำให้เกิดจินตนาการและโดยเฉพาะอย่างยิ่งละครวิทยุ ที่สามารถสร้างเรื่องราวให้ประทับใจหรือเร้าอารมณ์โดยใช้เสียงดนตรีประกอบ บทบาทคำพูดของตัวละคร และบทละคร (ชัชวาลย์ ช่อไสว. 2527 : 5 ; อ้างอิงจาก Callaham. 1948. pp. 112-113) ทำให้ละครวิทยุเป็นสื่อที่เหมาะสมมาก สำหรับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยจึงได้ทดลองใช้เทคนิคละครวิทยุที่มีเนื้อหาส่งเสริมและสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองแก่กลุ่มทดลองเพื่อศึกษาว่า การจัดโปรแกรมดังกล่าวมีผลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดหรือไม่ เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองแก่คนตาบอดซึ่งถือเป็นคนกลุ่มหนึ่งในสังคม และเป็นกลุ่มที่ควรได้รับการส่งเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นลำดับต้นๆ ด้วย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. ส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดโดยใช้ละครวิทยุ
2. ศึกษาผลการใช้ละครวิทยุเพื่อสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความสำคัญของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ทำการสร้างและทดลองใช้เทคนิคละครวิทยุสำหรับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง อันเป็นวิธีที่สามารถนำไปเผยแพร่แก่ประชาชนได้ในวงกว้าง และมีค่าใช้จ่ายน้อย อีกทั้งยังมีความสะดวกในการนำไปใช้ เมื่อนักเรียนตาบอดที่ได้ฟังละครวิทยุที่ทางกลุ่มสร้างขึ้นและมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงแล้ว ก็จะมีแรงจูงใจในการพัฒนาศักยภาพของตน รู้จักปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติแทนที่จะเป็นภาระแก่ตัวเอง ครอบครัว และประเทศชาติ ในทางกลับกัน ถ้าไม่มีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง คนตาบอดก็จะรู้สึกด้อย เหงา เฉื่อยชา ไม่กล้าเข้าสังคม มีแต่ความวิตกกังวล ไวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับความสามารถของตน และเป็นผู้ที่มีความต้องการพึ่งพิงผู้อื่นสูง และหากนำละครที่สร้างขึ้นนี้ไปเผยแพร่ ก็ช่วยให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น และจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่ได้รับสื่อทางวิทยุ หรือทางโสตสัมผัสเป็นอันมาก

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะนักเรียนตาบอดที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548

กลุ่มทดลองที่ใช้ในการวิจัย

เป็นนักเรียนตาบอด ระดับชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 จำนวน 23 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ คือ การใช้เทคนิคละครวิทยุ
2. ตัวแปรตาม คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

นักเรียนตาบอด

หมายถึง นักเรียนที่ถูกจัดว่าเป็นผู้ตาบอดและได้เข้ารับการศึกษาอยู่ในโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ

ละครวิทยุ

หมายถึง การนำเสนอเรื่องราวโดยการใช้การแสดงออกด้วยคำพูด ดนตรี และเสียงประกอบให้ผู้ฟังสามารถเห็นเหตุภาพพจน์ เหตุการณ์ ท่าทาง มีความรู้สึก และอารมณ์ไปกับเรื่องที่เสนอ

กลุ่มทดลอง

กลุ่มที่ได้รับเทคนิคละครวิทยุ

นิยามปฏิบัติการ

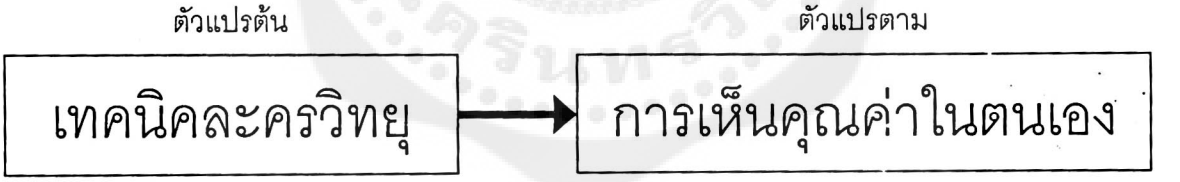
การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)

หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดี มีความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีอำนาจในการควบคุมตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองมีค่าความสามารถและมีคุณค่า ซึ่งสามารถวัดโดยใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของศศิมา รักษ์อายะธรรม (2548) ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตรวัด 2 ตัวเลือก คือ ใช่ตัวฉันและไม่ใช่ตัวฉัน จำนวน 32 ข้อ โดยมีค่าความเชื่อมั่น Cronbach's Alpha เท่ากับ 0.867

การใช้เทคนิคละครวิทยุ

หมายถึง การที่ผู้รับการทดลองได้ฟังละครวิทยุที่ผู้ทดลองเสนอให้จำนวน 3 เรื่อง โดยเสนอวันละ 1 เรื่อง เป็นระยะเวลา 4 วัน (เรื่องที่ 3 แบ่งออกเป็นสองตอน และให้ฟังวันละ 1 ตอน)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมติฐานในการวิจัย

นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับเทคนิคละครวิทยุ

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง
2. การตาบอด
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง

1.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)

จิตตินันท์ บุญสถิรกุล (2545 : 63-64) ได้ให้ความหมายของการมองเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)การมองเห็นคุณค่าในตนเอง คือ การที่บุคคลนั้น ๆ มีความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถในการแก้ไขปัญหา ในการฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ รู้สึกว่าตนเองมีความมั่นใจในตนเอง ยอมรับตนเองอย่างที่เป็นจริง มองว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถและมีคุณค่า ดังนั้น การที่ครูจะแสวงหาความรู้ความเข้าใจและวิธีในการช่วยเหลือให้นักเรียนที่มีความบกพร่องในการเรียน ซึ่งโดยทั่วไปมักจะมองตนเองในด้านลบ มองตนเองว่าไม่มีคุณค่าที่จะทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถและมีคุณค่า จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างมาก

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2540 : 4-8) Self-Esteem พลังแห่งความเชื่อมั่น ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการสร้างภาพพจน์ที่ดีให้กับตนเอง มีความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง มองตนเองว่ามีคุณค่า มีความสามารถ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนเราเป็นอย่างมาก เช่น ทำให้มีความเป็นตัวของตัวเองสูง ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นคนที่มีบุคลิกลักษณะดี มีสุขภาพจิตดี ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลใดขาดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จะทำให้เป็นคนที่ชอบโยนความผิดของตนให้กับผู้อื่น เป็นคนที่ชอบเอาชนะและเป็นฝ่ายถูกเสมอ บุคคลประเภทนี้มักจะใช้ทุกวิถีทางและใช้ความรุนแรงเพื่อที่จะให้ตนเองชนะ เป็นคนชอบพึ่งพิงผู้อื่นอยู่เสมอ ยิ่งร้ายไปกว่านั้นคนที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำยังเป็นคนที่พยายามฆ่าตัวตายเพื่อหลีกหนีปัญหา

คูเปอร์สมิธ (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 21 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1984. unpaged) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นการที่บุคคลพิจารณาประเมินตนเองแล้วแสดงออกในแง่ของการยอมรับในตนเองหรือไม่ยอมรับตนเอง ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงขอบเขตความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จและความมีคุณค่าของตนเองซึ่งเป็นเรื่องอัตวิสัยซึ่งบุคคลอื่นสามารถรับรู้ได้จากคำพูดและท่าทีที่บุคคลนั้นแสดงออก

แซสซี (Sasse. 1978 : 48) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความรู้สึกของบุคคลว่าตนเองมีความสำคัญ และมีคุณค่าในตนเอง มีความต้องการได้รับความเชื่อถือโดยได้รับการสนับสนุน หรือการยอมรับนับถือจากผู้อื่นเพื่อที่จะได้เกิดความภาคภูมิใจและนับถือตนเอง

เบรนเดน (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 21 ; อ้างอิงจาก Branden. 1981. unpaged) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นลักษณะของความเชื่อมั่นและการมีความนับถือตนเอง อันเกิดจากความเชื่อมั่นในความมีคุณค่าของตนเอง ความมั่นใจในความสามารถของตนที่กระทำสิ่งใดให้สำเร็จได้ตามความพอใจ

ฮีลเลย์ และซีกเกอร์ (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 7 ; อ้างอิงจาก Hjelle and Ziegler. 1983. unpaged) ได้ให้ความหมายของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า คือความนิยมชมชอบในอัตมโนภาพของตนเอง หรือความภาคภูมิใจที่เกิดขึ้นจากการกระทำสิ่งต่างๆให้กับตนเอง

อามาชิก (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 2 ; อ้างอิงจาก Hamachek. 1987. pp. 3) ได้กล่าวไว้ว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) เป็นความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองเป็นการชื่นชมหรือให้คุณค่าแก่ "ตน" ซึ่งเป็นส่วนที่บุคคลรับรู้หรือรู้จักว่าเป็นตัวเขาทั้งหมด ส่วนนิวแมน (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 3 ; อ้างอิงจาก Newman. 1986. pp. 281) บุคคลที่รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีคนรัก ได้รับการยกย่องหรือประสบความสำเร็จ มักจะประเมินตนเองในด้านดี เห็นคุณค่าของตน แต่หากบุคคลมีความรู้สึกว่าไม่มีใครสนใจ ไม่ได้รับการยอมรับ ถูกเหยียดหยามหรือทำอะไรไม่ประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่าซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคลนั้น

มาส์โลว์ (Maslow. 1970 : 45) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการทำสิ่งต่าง ๆ มีความสามารถและความเชี่ยวชาญในการทำภารกิจต่าง ๆ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกและเจตคติที่บุคคลมีต่อตนเองว่ามีคุณค่า มีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ มีความเชื่อมั่นและมีความนับถือตนเอง

1.2 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

คูเปอร์สมิธ ได้แบ่งระดับการเห็นคุณค่าในตนเองดังต่อไปนี้ (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 154-155 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981. unpaged)

ระดับสูง ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง จะมีลักษณะดังต่อไปนี้

1) รับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง
2) ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตนเอง
3) จิตใจเปิดกว้าง ยอมรับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง
4) สามารถแสดงพฤติกรรมต่างๆได้เหมาะสมกับเหตุการณ์
5) มีความกระตือรือร้น มานะพยายาม
6) มีความเชื่อมั่นในตนเอง
7) มีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ
8) ไม่กลัวการเสี่ยงเพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ
9) ไม่เป็นทุกข์มากนัก เมื่อทำอะไรไปแล้วไม่เกิดผลดี
10) มักจะเป็นผู้นำการอภิปราย
11) มีความเป็นตัวของตัวเองในการแสดงความคิดเห็น
12) ไม่หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์
13) มีความคิดสร้างสรรค์
14) มองโลกในแง่ดี
15) มีความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า
16) พึงพอใจ และเคารพตนเอง
17) รับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ยอมรับตนเอง
18) ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น
19) ใส่ใจและรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น
20) ใช้กลไกปรับตัวป้องกันตัวเองน้อย
21) มักริเริ่มสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นก่อน
22) มีความยืดหยุ่น
23) มีความวิตกกังวลน้อย
24) โดยภาพรวมแล้วมีความสุข และใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

ระดับต่ำ ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ จะมีลักษณะดังต่อไปนี้

1) ไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง

2) มองตนเองว่าเป็นคนไม่ดีไม่มีความสามารถ มีข้อบกพร่อง
3) ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นแตกต่างไปจากคนอื่น
4) มีความวิตกกังวลสูง
5) รู้สึกไม่เป็นสุข
6) ไม่มีความพยายามที่จะทำงานยากลำบาก
7) เมื่อพบอุปสรรคก็ท้อถอย
8) หลีกเลี่ยงการเผชิญกับปัญหา
9) ไม่มีความยืดหยุ่น
10) ยึดติดอยู่กับสิ่งที่รู้จักและคุ้นเคย
11) หลีกเลี่ยงการคบหาสมาคมกับผู้อื่น
12) มักจะคล้อยตามผู้อื่น
13) มีความอับอายสูง
14) ไม่กล้าปฏิเสธสิ่งที่ตนไม่ต้องการ
15) กลัวการตัดสินใจของคนอื่นต่อตนเอง
16) รู้สึกว่าตนเองด้อย
17) กลัวการทำให้คนอื่นโกรธ
18) หวั่นไหวต่ออิทธิพลของสังคม
19) มักนำความคิดของผู้อื่นมาใส่ใจ
20) มักคิดว่ากลุ่มเพื่อนไม่ให้การยอมรับแก่ตน
21) มักไม่ให้ความสนใจกับเรื่องอื่น
22) เกิดความรู้สึกเสียใจ น้อยใจบ่อยๆ
23) มีอาการเครียดทางประสาท
24) ไม่ใส่ใจกิจกรรมทางสังคม
25) ความคาดหวังกับความสำเร็จในชีวิตต่ำ
26) มักได้รับความทุกข์จากอาการจิตประสาทแปรปรวน เช่น วิตกกังวล นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ กัดเล็บ ใจสั่น ซึมเศร้า

ลักษณะต่างๆของการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งระดับสูงและระดับต่ำ บ่งบอกให้ทราบถึงบุคลิกภาพที่ต่างกันอย่างชัดเจน อันเป็นผลพวงมาจากพัฒนาการของแต่ละคน ทุกข้อได้รับการคัดสรรเพื่อให้เป็นส่วนสำคัญของรายการสำรวจที่ คูเปอร์สมิธ นำเสนอสำหรับการตรวจสอบคุณสมบัติด้าน

การเห็นคุณค่าในตนเอง โดยให้แต่ละคนพิจารณาตัดสินใจว่า ตนเองมีลักษณะตรงกับข้อใดของการเห็นคุณค่าของตนเองในแต่ละระดับ

ผู้ที่มีลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ แสดงว่าเป็นผู้ที่มีอุปสรรคขัดขวางและบั่นทอนทำให้การพัฒนาตนเป็นไปได้ยากยิ่ง กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำนั้นนอกจากจะเป็นอุปสรรค เป็นผลเสียต่อการพัฒนาตนแล้วยังจะก่อให้เกิดปัญหานานาประการทั้งแก่ตนเอง สังคมและประเทศชาติที่จะต้องรับภาระในด้านการบำบัดรักษา เพื่อลดหรือขจัดปัญหาที่บังเกิดขึ้นจากการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ ดังที่ซัลลิแวน (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 156-157 ; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953. unpaged) จิตแพทย์ในกลุ่มฟรอยด์ใหม่ ผู้พัฒนาทฤษฎีเวชศาสตร์ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มาใช้บำบัดผู้ป่วยทางจิตและได้ถ่ายทอดประสบการณ์ส่วนตัวเกี่ยวกับการบำบัดรักษาให้เป็นที่ทราบว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำตามปกติทั่วไป (Customarily Low Self-esteem) นั้น เป็นบุคคลที่ได้กระทำตนให้เป็นคนที่ไม่เห็นคุณค่าในตนเองอย่างมาก เมื่อเปรียบเทียบกับบุคลอื่น ทั้งนี้เป็นเพราะเขาได้รับและยอมรับเคราะห์กรรมจากประสบการณ์ ซึ่งยังผลให้เกิดความคิดว่าตนเองต้อยต่ำ จนกระทั่งก่อให้เกิดความท้อถอยในด้านแรงจูงใจต่างๆไปพร้อมกันด้วย (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 156-157)

ซัลลิแวน (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 156-157 ; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953. unpaged) ผู้ให้ข้อสังเกตว่าบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ นอกจากจะแสดงความรู้สึกที่ดีต่อคนอื่นได้ยากแล้วยังมีความรู้สึกวิตกกังวลอย่างมากจนกระทั่งต้องหาทางลดลงไป เช่น โดยการแยกตัวออกจากสังคมหรือการปรับสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเข้าไปสู่แนวทางแสวงหาผลประโยชน์ หรือเข้าไปสู่กระบวนการทดแทน หรือโดยกระบวนการแยกตัว และแนวทางพอจะสังเกตเห็นได้ดังนี้

1) *การแยกตัวออกจากสังคม* เป็นลักษณะหนึ่งของการปกปิด มิให้คนอื่นเข้าถึงได้ บางครั้งผู้แยกตัวออกจากสังคมจะปกปิดตนเองโดยใช้เรื่องที่แต่งขึ้นมาอย่างแนบเนียน และกลายเป็นความจริงที่ตนเองคุ้นเคย และแสดงออกจนแทบไม่มีข้อสงสัยแต่ประการใด การแยกตัวออกจากสังคมทำให้การปฏิสัมพันธ์โดยทั่วไปมีข้อจำกัด บุคคลวัยหนุ่มสาวบางคนที่แยกตนเองออกไปจากสังคมปกติ หลังจากที่ได้รับเคราะห์กรรมจากประสบการณ์บางอย่าง พอนานๆเข้าเมื่อจวนเจียนจะมีอาการทางจิตเภท ซึ่งจะมีรูปแบบเฉพาะของอาการหมกมุ่น คือ มักจะครุ่นคิดว่าตนเองมีความเจ็บป่วยที่อวัยวะเพศ และทุกครั้งที่มีความเครียดขึ้นมาผนังกระเพาะปัสสาวะจะไปกดทับหูรูดด้านในของท่อปัสสาวะ พออาการเครียดลดลงไปในบางครั้งบางคราว หูรูดจะคลายตัวและเมื่อพร้อมที่จะทำงานก็หลั่งน้ำปัสสาวะออกจากกระเพาะปัสสาวะ เข้าสู่ท่อทางเดินปัสสาวะและกระตุ้นให้ถ่ายปัสสาวะออกมาอย่างรีบด่วนมากกว่าปกติ

2) *แนวทางแสวงหาผลประโยชน์* เป็นความสัมพันธ์ที่มีความละเอียดอ่อนระหว่างบุคคลอื่นกับบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ ทางจิตเวชเรียกความสัมพันธ์นี้ว่าเป็นลักษณะการพึ่งพาโดยวางเฉย บางครั้งบางคนปล่อยตัวเองให้ถูกเด็กหนิติเตียนเหยียดหยามแต่พอนานๆไปก็ได้รับผลตอบแทนเป็นสิ่งที่ตนเองต้องการที่ให้ความพอใจและความมั่นคงปลอดภัย ทั้งนี้ เพราะเขาได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่เมตตาสงสาร บางครั้งก็มีบุคคลหรือกลุ่มบุคคลบางกลุ่มที่หวังจะได้รับผลประโยชน์จากความเห็นอกเห็นใจของคนทั่วไปที่มีต่อบุคคลที่มีความต่ำต้อย

3) *กระบวนการทดแทน* ซัลลิแวนเห็นว่า ความคิดหมกมุ่นอยู่ในข่ายของกระบวนการทดแทนและมีความคิดหมกมุ่นต่างๆกัน เช่น ความคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับตนเองมีความคล่องตัวผิดธรรมดาในการใช้เวลาคิดเรื่อยเปื่อยหรือสนทนาโดยแสดงความคิดออกมาเป็นชุดๆติดต่อกันเป็นเวลานาน และจบลงโดยตัวผู้พูดหลั่งน้ำตาจากการที่ถูกโชคชะตากระทำอย่างโหดร้ายเพื่อแสดงให้เห็นว่าได้รับความทุกข์ร้อนอย่างมาก ความคิดหมกมุ่นบางครั้งก็เป็นเรื่องเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยเกี่ยวกับสุขภาพ หรือเกี่ยวกับการทำงานของร่างกาย บางคนแสดงอาการหมกมุ่นกับความเจ็บป่วยออกมาแต่เฉพาะต่อบุคคลที่มีน้ำใจไมตรีเท่านั้น

4) *กระบวนการแยกตัว* เป็นอาการแตกแยกทางด้านบุคลิกภาพของบุคคลที่มีความอ่อนแออันเป็นความด้อยทางอารมณ์ที่แสดงออกมาด้วยอาการประหลาดต่างๆ เช่น ความหวาดเสียว ความน่ากลัว ความขยะแขยง อันเป็นลักษณะของบุคคลที่เกิดมีความแตกแยกขององค์ประกอบต่างๆ ในด้านบุคลิกภาพและนำไปสู่ความรู้สึกว่าตนเองถูกคนอื่นเอาเปรียบพร้อมกับมีความรู้สึกประหลาดใจอย่างรุนแรงมากจนทำให้เกิดความทุกข์ อันเกิดจากความสงสัยว่า อะไรทำให้ต้องหลบเลี่ยง และมีความสงสัยที่ทำให้เกิดความกลัวตามมา

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2540 : 5-8) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่มีภาพพจน์ทางลบกับตัวเองดังนี้

1) ชอบโยนความผิดของตนเองให้ผู้อื่น คนที่มีภาพพจน์ด้านลบเกี่ยวกับตัวเองมักโทษผู้อื่นและมักเป็นผู้ที่มีความรู้สึกลึกๆว่าตัวเองไม่มีคุณค่าและหาทางเพิ่มคุณค่าในตนเองได้โดยการลดคุณค่าของผู้อื่นให้ต่ำต้อยลง

2) ชอบหาความผิดพลาดของคนอื่น มีความสุขในการจับผิดความผิดพลาดของบุคคลอื่นเป็นวิธีการที่ชดเชยความรู้สึกต่ำต้อยของตน โดยการพยายามแสดงให้บุคคลอื่นเห็นว่าตนเองเป็นฝ่ายถูก คนอื่นเป็นฝ่ายผิด

3) ต้องการการเอาใจใส่และการยอมรับอย่างสูง คนที่เห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำจะต้องการความรักความเอาใจใส่จากผู้อื่นมากผิดปกติอยู่ตลอดเวลา

4) เป็นคนที่ไม่ค่อยมีเพื่อน คนที่มีความรู้สึกไม่ค่อยดีกับตนเอง มักเป็นคนที่ขาดเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนสนิท เมื่อคนเราไม่ชอบตนเองก็มักจะเลือกที่จะใช้ชีวิตตามลำพัง เพราะเชื่อว่าถ้าคนอื่นรู้จักตน ก็คงจะไม่ชอบตนเองเช่นเดียวกัน

5) เป็นคนที่ชอบเอาชนะ ต้องการเป็นฝ่ายถูกเสมอ บุคคลเหล่านี้จะใช้ทุกวิถีทางและมักใช้ความรุนแรงเพื่อให้ตนเองเป็นผู้ชนะ เพื่อที่จะได้รู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ที่มีคุณค่า

6) ติดสิ่งเสพติด คนที่ไม่เห็นคุณค่าในตนเองมักจะต้องพึ่งสิ่งเสพติดเพื่อชดเชยความรู้สึกในใจลึกๆที่ขาดหายไป

7) ซึมเศร้าสิ้นหวังในชีวิต เป็นคนที่หมดกำลังใจง่าย ท้อแท้ในชีวิต ขาดความกระตือรือร้น ท้อถอยเมื่อเจออุปสรรค

8) เห็นแก่ตัวและมีความต้องการทางวัตถุสูง เป็นบุคคลที่แทบจะไม่มีเวลาสนใจคนอื่น เพราะตนเองมีความรู้สึกขาดบางสิ่งบางอย่างอยู่ตลอดเวลา จึงใช้วัตถุมีค่าต่างๆเป็นตัวทดแทนความรู้สึกมีค่าในตนเองให้เพิ่มขึ้นและเพื่อ ให้คนอื่นยอมรับในตนเอง

9) ไม่ชอบตัดสินใจและผัดวันประกันพรุ่ง เพราะเกรงว่าสิ่งที่ตนตัดสินใจจะเป็นสิ่งที่ไม่ดี คนอื่นไม่ยอมรับ ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดการผัดวันประกันพรุ่ง มักเป็นคนที่ไม่ทำอะไรเลยหรือใช้เวลานานกว่าจะสำเร็จ เพราะในใจเกรงว่าสิ่งที่ตนทำลงไปจะเป็นที่วิพากษ์วิจารณ์ของบุคคลอื่น

10) เป็นคนที่ชอบอวดอ้างตนเอง ชอบทำให้ตนเองเด่นในหมู่เพื่อนฝูง พยายามใช้พฤติกรรมภายนอกเพื่อเรียกร้องความสนใจจากบุคคลอื่น เช่น การอวดความสามารถที่เกินจริงของตน

11) ชอบทำตัวน่าสงสาร มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ต้องพึ่งพาคนอื่นอยู่เสมอ คนพวกนี้สามารถทำให้ตนเองป่วยไข้ อ่อนแอน่าสงสาร เพื่อเรียกร้องความสนใจของคนอื่นอยู่เสมอ

12) พยายามฆ่าตัวตาย หลายๆคนคิดว่าคนที่พยายามฆ่าตัวตายเป็นคนที่พยายามหนีโลก แต่ความจริงคนเหล่านี้พยายามหลีกหนีตัวเองเพราะเห็นว่าตัวเองเป็นคนไร้ค่า รู้สึกเจ็บปวดกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมาก มักโทษและประณามตนเอง พยายามหลีกหนีสิ่งที่ไม่ดีในตนเองโดยการฆ่าตัวตาย

1.3 แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.3.1 แนวคิดทั่วไปเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ภาพพจน์ของบุคคล บุคคลจะมีการกระทำหรือการแสดงออก ที่สอดคล้องกับภาพพจน์ของตัวเราเอง ดังนั้นภาพพจน์ของตนเองจึงเปรียบเสมือนเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือความทุกข์ เพราะบุคคลไม่สามารถมีพฤติกรรมหรือการแสดงออกที่ขัดกับภาพพจน์ของตัวเองได้ แม้ว่าจะมีความมุ่งมั่นตั้งใจเพียงใดก็ตาม ยกตัวอย่างเช่น เด็กสาววัยรุ่นที่มีภาพพจน์ของตัวเองว่าเป็น

คนที่น่ารังเกียจไม่มีใครชอบ ก็มักจะชอบเก็บตัวอย่างเงียบๆไม่ชอบร่วมกิจกรรม เล่นกีฬาและเข้าสังคมกับเพื่อนๆ แม้ว่าผู้ปกครอง และครูจะให้ความสนับสนุนสักเพียงใดก็ตาม (เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2540 : 4)

การที่บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) ด้วยการสร้างภาพพจน์ด้านบวกให้กับตัวเอง โดยใช้พลังคำพูด (การใช้คำพูดดี ๆ กับตัวเอง และการรับฟังคำพูดดี ๆ จากผู้อื่น) พลังจินตนาการ (จินตนาการมีความสัมพันธ์เป็นอย่างยิ่งกับการเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ตัวเอง) ภวังค์แห่งการเรียนรู้ (Trance) หรือภวังค์แห่งสมาธิซึ่งจะเกิดขึ้นเมื่อสมองของเราส่งคลื่นสมองอัลฟาออกมา ในสภาวะนั้นจะมีจิตใจสงบเยือกเย็น สมดุลและตื่นตัวพร้อมจะทำกิจกรรมใด ๆ ของชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด และพลังแห่งความรักซึ่งเป็นพลังด้านบวกที่ทำให้ชีวิตสดใสหรือเป็นจุดหมายปลายทางของชีวิตที่มีความสุข (จรัญญา ขันกฤษณ์. 2543 : บทคัดย่อ ; อ้างอิงจาก กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. 2542.)

การได้ฟังคำพูดด้านบวกจากคนรอบข้างการได้ฟังคำพูดด้านบวกจากคนรอบข้างจะมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง คำพูดด้านบวกจากคนรอบข้าง หมายถึง คำพูดดีๆจากคนในครอบครัว เพื่อนๆ วิทยุ เพลง โทรทัศน์ เทป เป็นต้น คำพูดจากบุคคลหรือสิ่งต่างๆ เหล่านี้จะมีผลต่อจิตใต้สำนึกของคนเรา ข้อมูลพื้นฐานในจิตใต้สำนึกของคนเราไม่ว่าจะเป็นด้านบวกหรือด้านลบ ส่วนใหญ่มักเกิดจากคำพูดของคนรอบข้าง ถ้าเราได้รับคำพูดดีๆ จากคนรอบข้างในวัยต้นๆของชีวิต คำพูดดีๆเหล่านี้ จะถูกบันทึกไว้ในจิตใต้สำนึกอย่างล้ำลึก คำพูดเหล่านี้อาจเป็นคำสั้นๆ เช่น เก่ง ดี เยี่ยม หรืออาจเป็นประโยคความหมายดีๆ เช่น เธอเป็นคนที่ฉลาด เธอเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ เธอเป็นคนขยันขันแข็ง

คำพูดดีๆเหล่านี้จะสร้างความรู้สึกที่ดีให้เกิดขึ้น และส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถทำให้ชีวิตตนเองมีคุณค่า โดยการทำตัวให้เป็นคนที่มีประโยชน์สูงสุดกับตัวเองและคนรอบข้าง

มาสโลว์ (Maslow. 1970. unpaged) ได้กล่าวว่าบุคคลทุกคนในสังคมต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท ด้วยกันคือ

1) ต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง อยากให้ตนเป็นผู้ที่เข้มแข็ง ประสบความสำเร็จ มีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ มีอิสรภาพและเชื่อมั่นในการเผชิญโลก

2) ต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่า ต้องการให้บุคคลอื่นยอมรับและยกย่องตนเอง เป็นผู้มีอำนาจเหนือผู้อื่น เป็นบุคคลที่มีความสำคัญ แนวคิดของมาสโลว์สอดคล้องกับคูเปอร์สมิธ ที่กล่าวว่าองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประเภท คือ องค์ประกอบภายใน และองค์ประกอบภายนอก

บาบลาดิลิส (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22-24. ; อ้างอิงจาก Babladelis. 1984. unpaged) ได้กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองประกอบด้วยกระบวนการทั้ง 4 ประการ ดังนี้

1) การสะท้อนจากผู้อื่น (Reflected Appraisal) บุคคลเรียนรู้ว่าตนเองเป็นคนอย่างไรได้จากคำพูด ท่าทาง ของบุคคลอื่น และการเห็นคุณค่าในตนเอง จะสะท้อนได้จากคำพูดที่พูดเกี่ยวกับเรื่องตนเองเองแสดงถึงการยอมรับในตนเอง

2) การเปรียบเทียบทางสังคม (Social comparison) บุคคลจะประเมินตนเองจากการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นที่อยู่ในระดับสังคมที่ต่ำกว่าเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้สูงขึ้น ในขณะที่การเปรียบเทียบกับบุคคลที่อยู่ในระดับสังคมที่สูงกว่าตนเองจะทำให้ลดการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลจึงมักที่จะลดคุณค่าของผู้อื่นเพื่อคงไว้ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง

3) การแสดงบทบาทสมมติ (Role play) ถ้าบุคคลได้ทำอะไรในวิถีทางที่แน่นอนแล้วเราจะสามารถสังเกตได้ทั้งพฤติกรรมและผลที่ตามมาเพื่อประเมินตนเอง มีการศึกษาที่ได้สนับสนุนความคิดนี้ ได้แก่ การให้กลุ่มตัวอย่างพูดชมเชยตนเอง หลังการทดลองพบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น

4) ความแตกต่างทางสังคม (Social Discrimination) คนผิวดำมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าคนผิวขาว เพศชายเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง อันเนื่องมาจากประเพณีที่เพศชายจะได้รับการยกย่องและคุณค่ามากกว่าเพศหญิง บาบลาดิลิส ได้สรุปว่า การเปลี่ยนแปลงคุณค่าในสังคมอาจส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงคุณค่าในตนเองได้

เบรนเดน (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22 ; อ้างอิงจาก Branden. 1981. unpaged) ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ 2 แง่ด้วยกันคือ เป็นสิ่งบ่งบอกถึงคุณสมบัติของบุคคลและบ่งบอกถึงคุณค่าของบุคคลและประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการคือ ความมั่นใจในตนเองและความเคารพนับถือตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นความเชื่อมั่น ที่บุคคลเชื่อว่าตนเองมีคุณสมบัติในการทำงานอย่างเพียงพอ ในการดำรงชีวิต เบรนเดนมีความเชื่อว่า โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์โดยทั่วไปมีความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่บุคคลอาจไม่มีความรู้ว่าจะต้องทำอย่างไร

1.3.2 แนวความคิดเชิงจิตวิทยาเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

เจมส์ (ปรีชา ธรรมา. 2547. : 153 ; อ้างอิงจาก James. 1890. unpaged) กำหนดให้การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสัดส่วนระหว่างความสำเร็จที่แท้จริงกับความคาดหวังของบุคคลนั้น (การเห็นคุณค่าของตน=ความสำเร็จ) โปลิโต (Polito ปรีชา ธรรมา. 2547. : 153 ; อ้างอิงจาก James.

1890. unpaged) มีความเห็นว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นผลมาจากการประเมินคุณค่าของตนเองในด้านความรู้สึกต่างๆ

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

ดิเรก ชัยชนะ (2546 : 20-21) แบ่งองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 2 ประเภท คือ

1) *องค์ประกอบภายในตน* หมายถึง ลักษณะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน ซึ่งประกอบไปด้วย ลักษณะทางกายภาพ ความสามารถ สมรรถภาพ การกระทำ ภาวะทางอารมณ์ ค่านิยมส่วนบุคคล และความทะเยอทะยาน

2) *องค์ประกอบภายนอกตน* หมายถึง สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน สภาพแวดล้อมดังกล่าวประกอบไปด้วย ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ทางบ้าน โรงเรียน และการศึกษา สถานภาพทางสังคมและกลุ่มเพื่อน

ศศิมา รักษ์อารยะธรรม (2548 : 3-4) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีบทบาทอย่างสำคัญต่อความสุขและความสำเร็จในชีวิตอีกทั้งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลสามารถเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้เมื่อเขาได้รับประสบการณ์ด้านใดด้านหนึ่งหรือมากกว่านั้น ก็จะส่งผลให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้ ด้วยเหตุที่โรงเรียนเป็นสถาบันการศึกษาที่จัดการเรียนการสอนให้แก่ผู้เรียน นอกจากจะมุ่งส่งเสริมผู้เรียนให้มีความรู้ความสามารถ ตลอดจนมีทักษะเบื้องต้นในการประกอบอาชีพและสามารถศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไป โรงเรียนยังมีหน้าที่พัฒนาคุณภาพแห่งจิตใจในตัวผู้เรียนและให้ความสำคัญต่อการส่งเสริมคุณลักษณะ บุคลิกภาพ ที่จะเอื้ออำนวยต่อการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นแก่พวกเขาเหล่านั้นด้วย คุณลักษณะหนึ่งที่ควรสร้างเสริมและควรปลูกฝังให้เกิดขึ้นแก่ผู้เรียนควบคู่ไปกับความรู้และทักษะต่าง ๆ ก็คือ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียนตาบอดน่าจะมีระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ดังนั้น ครอบครัว โรงเรียน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงควรเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองให้แก่เด็กตาบอด

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, นิภาพร เฉลิมฉัตร์. ม.ป.ป. : 27 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981. unpaged) พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นผลมาจากองค์ประกอบ 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ มาสโลว์ (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 24 ; อ้างอิงจาก Maslow. 1970. unpaged) คือ ประเภทที่เป็นลักษณะบุคคล และประเภทส่วนประกอบภายนอก สรุปได้ดังนี้องค์ประกอบที่เป็นส่วนประกอบภายใน

ประกอบด้วยลักษณะทางร่างกาย เพศ สภาพจิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การงาน ค่านิยมส่วนตนและระดับความมุ่งหวังในชีวิตองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

1) องค์ประกอบที่เป็นลักษณะเฉพาะบุคคล ประกอบด้วย

1.1) ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes)

ลักษณะทางกายภาพมีความสัมพันธ์ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เช่น ความงามด้วยรูปกาย ความแข็งแรงของร่างกาย ความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหว บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพดี จะมีความพึงพอใจและเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพด้อย อย่างไรก็ตามลักษณะทางกายภาพจะส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่เพียงใดนั้น ยังขึ้นอยู่กับค่านิยมในสังคมนั้นๆที่เป็นตัวกำหนดอีกด้วย

1.2) สมรรถภาพ ความสามารถและผลงาน (General Capacity, Ability and Performance)

ลักษณะทั้ง 3ด้านนี้มีความสัมพันธ์ระหว่างกันและช่วยส่งเสริมให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง อีกทั้งยังเป็นตัวชี้บอกถึงความถี่ของการประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในสิ่งที่กระทำ ซึ่งจะมีเรื่องสติปัญญาเข้ามาเป็นตัวสนับสนุนด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่อยู่ในวัยเรียน สติปัญญาจะมามีผลต่อสมรรถภาพและผลการเรียนของผู้เรียนด้วย อันจะนำไปสู่การเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

1.3) ภาวะทางอารมณ์ (Affective States)

ภาวะทางอารมณ์เป็นภาพสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกพอใจ ความรู้สึกเป็นสุข ความรู้สึกวิตกกังวลหรือสภาวะอื่นๆ ที่อยู่ในตัวบุคคล ทั้งที่แสดงออกและไม่แสดงออก โดยส่วนใหญ่เป็นผลสืบเนื่องมาจากการประเมินถึงสิ่งที่ตนเองได้ประสบ และเป็นผลสืบเนื่องมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพอใจเป็นสุข ในขณะที่บุคคลที่ประเมินตนเองในทางไม่ดีจะเกิดความรู้สึกไม่พอใจในสภาวะชีวิตปัจจุบันของตน และหมดหวังกับอนาคต

1.4) ค่านิยมส่วนตัว (Self-Values)

บุคคลจะประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนให้คุณค่า สอดคล้องกับอุดมคติตนและบุคคลยังมีแนวโน้มที่จะใช้เกณฑ์ค่านิยมของสังคมเป็นตัวตัดสินคุณค่าของตนอีกด้วย

1.5) ระดับความมุ่งหวัง (Aspiration)

การตัดสินคุณค่าของบุคคลส่วนหนึ่งเกิดขึ้นจากการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติและความสามารถของตนกับความสำเร็จที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะประสบการณ์การได้รับความสำเร็จนำไปสู่

ความมุ่งหวังในความสำเร็จครั้งต่อๆไปในอนาคต การสามารถปฏิบัติได้ตามเกณฑ์หรือดีกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ จะนำไปสู่การมองตนเองว่ามีคุณค่า

1.6) เพศ (Sex)

สังคมและวัฒนธรรมโดยส่วนใหญ่มักจะให้ค่านิยมที่ดีต่อเพศชาย โดยเพศชายมักได้รับมอบหมายตำแหน่งที่มีอำนาจในสังคมในขณะที่เพศหญิงได้รับตำแหน่งและบทบาททางสังคมที่ด้อยกว่า และเพศหญิงที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะประสบความสำเร็จในการเรียนมากกว่าผู้ชายที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

2) องค์ประกอบที่เป็นส่วนประกอบภายนอกประกอบด้วย

2.1) ความสัมพันธ์กับบิดามารดา

ประสบการณ์ทางครอบครัวมีส่วนในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล ครอบครัวใดที่พ่อแม่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่น และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับลูกโดยการดูแล เอาใจใส่ เข้าใจตัวในลูก ให้คุณค่าและกำลังใจ ผลที่ตามมาก็คือเด็กจะมีความรู้สึกภาคภูมิใจในคุณค่าของตนเอง ส่วนพ่อแม่ที่ไม่ให้ความสนใจ ไม่มีการปรึกษากันในครอบครัวไม่มีอิสรเสรีในการแลกเปลี่ยนความคิดและการตัดสินใจในครอบครัว ใช้วิธีการลงโทษที่รุนแรงและครอบงำความคิดของเด็ก จะมีผลให้เด็กเกิดความรู้สึกสับสนและประเมินคุณค่าของตนเองต่ำ

2.2) โรงเรียนและการศึกษา

ประสบการณ์ที่โรงเรียนมีส่วนในการสนับสนุนต่อจากทางบ้าน โรงเรียนมีหน้าที่ช่วยให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นในทักษะ ความสามารถ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเมื่ออยู่ในชั้นเรียน การให้โอกาสนักเรียนในการแก้ปัญหาต่างๆจะช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจยิ่งขึ้น
สถานภาพทางสังคม การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น เพื่อชี้บอกสถานภาพทางสังคมของบุคคล เช่น ตำแหน่งการงาน บทบาททางสังคม ฐานะทางเศรษฐกิจ เป็นต้น บุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมระดับสูงจะได้รับการปฏิบัติที่ทำให้ตนเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงกว่าคนอื่น อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่า สถานภาพทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองไม่เด่นชัด เพราะบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมระดับต่ำมีทั้งบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำและมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

2.3) สังคมและกลุ่มเพื่อน

การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับกลุ่มเพื่อนจะช่วยในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่ไม่ได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนไม่เป็นที่ประทับใจหรือไม่อยู่ในความสนใจของเพื่อนๆ

ไม่แบ่งปันความคิดเห็นส่วนตัวร่วมกับเพื่อน ในที่สุดก็จะไม่เป็นที่วางใจของเพื่อนทำให้เกิดความรู้สึกว่าไม่มีใครชอบและเกิดความรู้สึกไม่นับถือตนเองเลย

จะเห็นได้ว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอันจะทำให้ บุคคลเกิดความเชื่อมั่นสามารถแสดงศักยภาพของตนที่มีอยู่ ในการทำสิ่งต่างๆได้อย่างเต็มที่มีประสิทธิภาพ

คูเปอร์สมิธได้กล่าวว่าระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากหรือน้อยนั้นขึ้นอยู่กับวิธีการอบรมเลี้ยงดูหรือสัมพันธ์ภาพระหว่างพ่อแม่กับเด็กเป็นเบื้องแรก(จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 3 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1981. unpaged) ส่วนมเยอร์ และ มเยอร์ได้กล่าวว่าอาจเกิดจากการได้รับข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) จากการที่เขาได้แสดงตนเองให้บุคคลอื่นรู้จัก (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 3 ; อ้างอิงจาก Myers and Myers. 1985. pp. 67-68) หากเป็นเด็กในวัยเรียนระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับความสามารถทางวิชาการหรือทักษะต่าง ๆ เช่น การวาดภาพ (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 3-4 ; อ้างอิงจาก Hamamcheck. 1987. pp. 201-206) หรือมีความสัมพันธ์ในเชิงลบกับพฤติกรรมก้าวร้าว (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 4 ; อ้างอิงจาก Coopersmith, 1981. pp. 137) หรือพฤติกรรมที่มีความอายสูง (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 3-4 ; อ้างอิงจาก Solomon, quoted in Zimbardo. 1977. pp. 202)

1.4 พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง

ชนิดา สุวรรณศรี (2542 : 30-35) พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นสิ่งที่เริ่มพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็กโดยช่วงแรกเกิด เด็กไม่สามารถแยกตนเองออกจากสิ่งแวดล้อมได้ จนเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เด็กจึงได้เรียนรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ รับรู้ตนเองและมีสัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองกับบุคคลอื่นและสิ่งอื่นๆ ในชีวิต แล้วจึงพัฒนามาเป็นการรับรู้ลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตนขึ้น

การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีเทคนิคหลายอย่าง เช่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 27 ; อ้างอิงจาก Coopersmith. 1984. pp. 10-11) การจัดโปรแกรมพิเศษ (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 27 ; อ้างอิงจาก Huhn. 1987. pp. 307-A) การฝึกอบรมมนุษย์สัมพันธ์ (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 27 ; อ้างอิงจาก Ronkin. 1982. pp. 1093-A) เป็นต้น

เจอร์นาโด และ เอฟวรี่ (นิภาพร เฉลิมฉัตร์. ม.ป.ป. : 30 ; อ้างอิงจาก Girnado and Every. 1979. pp. 146-149) เสนอวิธีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลไว้ 3 วิธี คือ

1) ใช้ภาษาเชิงบวก

ซึ่งเป็นกระบวนการที่บุคคลให้การเสริมแรงภาพลักษณ์ของตน โดยชี้ให้เห็นลักษณะทางบวกของตนเอง เช่น ลักษณะบุคลิกภาพที่เด่นหรือบุคลิกภาพที่น่าภาคภูมิใจ

2) ยอมรับคำยกย่องชมเชย

เมื่อมีบุคคลกล่าวยกย่องชมเชยก็แสดงการยอมรับโดยปราศจากท่าทีหรือคำตอบที่แสดงการถ่อมตน ควรใช้ประโยคกล่าวแสดงความขอบคุณแทน วิธีนี้จะเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสม อันจะทำให้บุคคลประทับใจและมองตนเองทางบวก

3) การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออก

เป็นวิธีที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมในทางบวกในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

บรูโน (นิภาพร เฉลิมฉัตร์. ม.ป.ป. : 29 ; อ้างอิงจาก Bruno 1983. pp. 363) ได้กล่าวถึงวิธีการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

1) การรับข้อเสนอแนะและข้อคิดโดยตรงจากบุคคลอื่น (Feedback) หรือตนเองแนะนำตนเอง (self-feedback) เป็นวิธีการให้ข้อมูลซึ่งมีผลให้บุคคลเกิดกำลังใจและสร้างความภาคภูมิใจได้

2) การส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเพียรพยายามในการสร้างความสำเร็จแก่ตนเองมากขึ้น การลดความคาดหวังของตนเองลง โดยยังสามารถคงไว้ในสิ่งที่ตนเองภาคภูมิใจ (สุมิตรา อินทุยศ. 2536 : 10)

1.5 การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

1) ประโยชน์ของการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

จิตตินันท์ บุญสถิรกุล (2545 : 66-67) กล่าวว่าคนที่มีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและมีความสามารถที่จะวางเป้าหมายชีวิตได้ว่าจะทำอะไรต่อไป และพยายามทำตามเป้าหมายนั้นให้สำเร็จ เมื่อสำเร็จแล้วก็จะเกิดความรู้สึกพึงพอใจในผลงานของตนก็ยิ่งเพิ่มความรู้สึกว่าตนเองมีทักษะและมีคุณค่ามากขึ้น ในทางตรงกันข้ามนักเรียนที่ขาดความรู้สึกการมองเห็นคุณค่าในตนเองมักจะมีแนวโน้มที่จะสงสารตนเอง และมีความทุกข์ คนที่มีความทุกข์มักจะทำให้คนอื่นเกิดความทุกข์ไปด้วย การมองเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยสำคัญในการช่วยนักเรียนให้พัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพ

2) แนวทางการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

คูเปอร์สมิธ (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 4 ; อ้างอิงจาก Coopersmith, 1981. pp. 36-37) กล่าวว่า บุคคลสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ด้วยวิธีต่อไปนี้

1) การได้รับการนับถือ ยอมรับ การได้รับปฏิบัติตอบจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต
2) การประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งมีผลให้บุคคลเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลายและมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งทางสังคม
3) การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนาของตน
4) ลักษณะการตอบสนองต่อการถูกลดคุณค่า บุคคลอาจได้รับความกระทบกระเทือนหรือถูกลดคุณค่าการกระทำ อันอาจทำให้รู้สึกลดคุณค่าของตนเองลงไป
5) บุคคลอาจจะปฏิเสธหรือไม่ใส่ใจกับการตัดสินใจของผู้อื่นที่มีต่อตน ตรงกันข้ามบุคคลอาจเพิ่มการรับรู้ให้ว่องไวขึ้น หรือตระหนักต่อการตัดสินของผู้อื่นมากขึ้น

ประสบการณ์ของซัลลิแวนในส่วนที่เกี่ยวข้องกับผลเสียที่เป็นอุปสรรคขัดขวางหรือบั่นทอนพัฒนาการแห่งตน ช่วยให้ตระหนักถึงความสำคัญของการดำรงรักษาและเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นส่วนสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อการพัฒนาตน หรือการพัฒนาบุคลิกภาพ อันเป็นภาระหน้าที่ความรับผิดชอบของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนามนุษย์ โดยแต่ละฝ่ายต้องมีแนวทางที่นำไปสู่ผลด้านการพัฒนาตนที่พึงประสงค์ แนวทางการดำรงรักษาและเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองอาจโดยการปรับตนและให้การสนับสนุนทางสังคม (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 156-157)

การปรับตน เป็นกระบวนการตอบสนองของบุคคลเมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง หรือเกิดขึ้นกับสิ่งแวดล้อมของตนเอง เพื่อให้คงสภาวะสมดุลทั้งทางร่างกายและจิตใจในฐานะที่บุคคลประกอบด้วยส่วนที่เป็นร่างกาย จิตใจ สังคม ที่มีความสัมพันธ์ผสานเป็นหน่วยงานเดียวกัน เพื่อดำรงตนให้อยู่ในภาวะปกติสุข ดังนั้นเมื่อเหตุการณ์ใดๆบังเกิดขึ้น และมีผลกระทบต่อ ร่างกาย จิตใจ สังคม ไม่ว่าเวลาใดหรือที่ใดก็ตาม บุคคลจำเป็นต้องมีการปรับตนเพื่อดำรงรักษาภาวะสมดุลภายในตนโดยใช้กลไกการปรับตัวอย่างเหมาะสม ผู้ที่ปรับตัวได้สำเร็จย่อมมีความมั่นคงในชีวิต มีสุขภาพดี สามารถดำรงรักษาและเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองได้ตามสภาพที่สอดคล้องกับความเป็นจริง (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 158 ; อ้างอิงจาก Roy and Andrew. 1991. unpaged)

การสนับสนุนทางสังคม

ตามแนวทฤษฎีจิตเวชด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ตามแนวคิดของซัลลิแวน (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 158 ; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953. unpaged) ดังกล่าว พฤติกรรมของบุคคลตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หรืออิทธิพลทางสังคมซึ่งเป็นตัวกำหนดของ

ข่ายการเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละบุคคล การดำรงรักษาและเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงควรได้รับการสนับสนุนทางสังคม เพื่อตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานที่บุคคลต้องการในส่วนที่เกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การสนับสนุนทางสังคมเป็นส่วนสำคัญที่จะมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะของการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลพึงจะได้รับอันได้แก่ การสนับสนุนทางอารมณ์ การสนับสนุนทางด้านสติปัญญา เช่น ข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจสิ่งต่างๆและสามารถปรับตัวได้ การสนับสนุนด้านสิ่งของบริการต่างๆที่ช่วยแก้ปัญหาได้ การสนับสนุนด้านเครื่องมือ วัสดุอุปกรณ์ สิ่งของ เงินทอง ที่ช่วยให้บุคคลสามารถทำงานที่รับผิดชอบได้ ตลอดถึงการได้รับการสนับสนุนด้านการช่วยเหลือในการประเมินผลที่ให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อประเมินตนเองด้วยความมั่นใจ

บรูโน (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 159 ; อ้างอิงจาก Bruno. 1983. unpaged) ได้เสนอแนวทางสร้างเสริมคุณลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยจำแนกเป็นข้อๆไว้ดังนี้ ซึ่งเหมาะสมที่จะไปประยุกต์ใช้ในแวดวงการศึกษาปัจจุบัน

1) ให้สร้างความมั่นใจโดยนึกถึงความสำเร็จเบื้องหน้าของชีวิต

2) ให้การยอมรับแก่ตนเองเมื่อสามารถทำงานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เช่น การให้รางวัลชมเชย การให้สิ่งที่มีความหมาย

3) บันทึกความสำเร็จ สิ่งที่ทำได้ดีสะสมเอาไว้

4) นอกจากนี้ มีข้อที่ควรนำมาประกอบการพิจารณาดำเนินการอีก 4 ประการคือ

5) รับการเสนอแนะโดยตรงจากผู้อื่นหรือจากตนเอง มาเป็นข้อมูลนำเข้าที่ให้เกิดกำลังใจและการเสริมแรงทางบวกอย่างต่อเนื่อง

6) เพิ่มความสำเร็จให้แก่ตนเอง เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

7) ลดความคาดหวังลงให้พอเหมาะพอดี

8) ให้หยุดการประเมินตนเอง ที่ใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผลทางปัญญา

แซสซี (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 159 ; อ้างอิงจาก Sasse. 1978. unpaged) เสนอการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้วยวิธีการดังนี้

1) การสร้างความมั่นใจในตนเอง โดยการนึกถึงความสำเร็จในวันข้างหน้าของชีวิต

2) ก่อนระลึกถึงงานที่ตนทำได้สำเร็จ แล้วให้รางวัลตนเองหรือชมเชยตนเอง จะทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่องานที่ทำมากขึ้น

3) บันทึกความสำเร็จที่ได้รับ สิ่งที่ทำได้ดีเป็นเวลาติดต่อกันหลายสัปดาห์ หรือหลายๆ เดือน

เจอร์ดาโน และ เอเวอร์รี่ (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 30 ; อ้างอิงจาก Girdano and Everly. 1979. unpaged) ได้เสนอวิธีการ 3 ประการ ในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้

1) การใช้ภาษาเชิงบวก คือการที่บุคคลเสริมแรงภาพลักษณ์ของตน โดยชี้ให้เห็นถึงลักษณะทางบวกของตนเอง

2) การยอมรับคำยกย่องชมเชย เมื่อได้รับคำยกย่องชมเชยก็แสดงการยอมรับโดยปราศจากท่าทีหรือคำตอบที่ถ่อมตน แต่ควรใช้ประโยคแสดงความยินดีแทน วิธีนี้จะทำให้บุคคลประทับใจและมองตนเองในทางบวกมากขึ้น

3) การฝึกกิจกรรมกล้าแสดงออก เป็นวิธีที่จะทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเชิงบวก

มาสโลว์ (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 30 ; อ้างอิงจาก Maslow. 1970. pp. 45) ได้กล่าวว่าบุคคลทุกคนในสังคมต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท ด้วยกันคือ

1) ต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง อยากให้ตนเป็นผู้ที่เข้มแข็ง ประสบความสำเร็จ มีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ มีอิสรภาพและเชื่อมั่นในการเผชิญโลก

2) ต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่า ต้องการให้บุคคลอื่นยอมรับและยกย่องตนเอง เป็นผู้มีอำนาจเหนือผู้อื่น เป็นบุคคลที่มีความสำคัญ

แนวคิดของมาสโลว์สอดคล้องกับคูเปอร์สมิธ ที่กล่าวว่าองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประเภท คือ องค์ประกอบภายใน และองค์ประกอบภายนอก

บาบลาดิลิส (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22-24 ; อ้างอิงจาก Babladelis. 1984. unpaged) ได้กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองประกอบด้วยกระบวนการทั้ง 4 ประการ ดังนี้

1) การสะท้อนจากผู้อื่น (Reflected Appraisal)

บุคคลเรียนรู้ว่าตนเองเป็นคนอย่างไรได้จาก คำพูด ท่าทาง ของบุคคลอื่น และการเห็นคุณค่าในตนเอง จะสะท้อนได้จากคำพูดที่พูดเกี่ยวกับเรื่องตนเองแสดงถึงการยอมรับในตนเอง

2) การเปรียบเทียบทางสังคม (Social comparison)

บุคคลจะประเมินตนเองจากการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่อยู่ในระดับสังคมที่ต่ำกว่าเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้สูงขึ้น ในขณะที่การเปรียบเทียบกับบุคคลที่อยู่ในระดับสังคมที่สูงกว่าตนเองจะทำให้ลดการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลจึงมักที่จะลดคุณค่าของผู้อื่นเพื่อคงไว้ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง

3) การแสดงบทบาทสมมติ (Role play)

ถ้าบุคคลได้ทำอะไรในวิถีทางที่แน่นอนแล้วเราจะสามารถสังเกตได้ทั้งพฤติกรรมและผลที่ตามมาเพื่อประเมินตนเอง มีการศึกษาที่ได้สนับสนุนความคิดนี้ ได้แก่ การให้กลุ่มตัวอย่างพูดชมเชยตนเอง หลังการทดลองพบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น

ความแตกต่างทางสังคม (Social Discrimination) คนผิวดำมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าคนผิวขาว เพศชายเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง อันเนื่องมาจากประเพณีที่เพศชายจะได้รับการยกย่องและให้คุณค่ามากกว่าเพศหญิง บาบลาดิลิส ได้สรุปว่า การเปลี่ยนแปลงคุณค่าในสังคมอาจส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงคุณค่าในตนเองได้

เบรนเดน (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22 ; อ้างอิงจาก Branden. 1981. unpaged) ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ 2 แง่ด้วยกันคือ เป็นสิ่งบ่งบอกถึงคุณสมบัติของบุคคลและบ่งบอกถึงคุณค่าของบุคคลและประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการคือ ความมั่นใจในตนเองและความเคารพนับถือตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นความเชื่อมั่น ที่บุคคลเชื่อว่าตนเองมีคุณสมบัติในการทำงานอย่างเพียงพอ ในการดำรงชีวิต เบรนเดนมีความเชื่อว่า โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์โดยทั่วไปมีความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่บุคคลอาจไม่มีความรู้ว่าจะต้องทำอย่างไร

จอห์นสัน (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 14 ; อ้างอิงจาก Johnson. 1979. unpaged) ได้เสนอแบบแผนปฏิสัมพันธ์ของการเข้าร่วมกลุ่มที่สัมพันธ์กับการสร้างเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่าต้องมีลักษณะดังนี้

1) ให้การยอมรับบุคคลอย่างไม่มีเงื่อนไข
2) ให้การสนับสนุน ช่วยเหลือบุคคลในด้านการเรียน และในด้านส่วนตัว
3) เข้าใจความรู้สึกของบุคคล
4) ให้การตอบสนองด้านจิตใจ
5) ให้บุคคลได้รับความสำเร็จในสถานการณ์ที่ต้องการ
6) ให้บุคคลสร้างกำลังใจในชีวิตให้กับตนเอง

เฟลเคอร์ (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 14 ; อ้างอิงจาก Felker. 1974. unpaged) มีความเห็นว่า การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองแก่กลุ่มบุคลนั้น จะต้องให้บุคคลได้รับความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ตนมีโอกาสประสบความสำเร็จในสิ่งที่ได้ทำไปและมีความเชื่อมั่นว่าตนมีคุณค่าและมีโอกาสสร้างคุณค่าขึ้นมาใหม่ได้หากรู้สึกว่าคุณค่าของตนลดลง

แบรดชอว์ (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 14 ; อ้างอิงจาก Bradshaw. 1981. pp. 11) ได้อธิบายว่า บุคคลที่จะพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้นั้นก็ต่อเมื่อได้รับประสบการณ์ดังนี้

1) การได้รับความสำเร็จที่เด่นชัดตามเป้าหมายหรือตามความคาดหวังของตน
2) การได้รับความรู้สึกเห็นคุณค่า ความสนใจ ใส่ใจ และการยอมรับจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตน

3) การได้แสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับค่านิยมที่สำคัญของตน

4) การได้รับประสบการณ์ที่ส่งผลให้คุณค่าของตนเพิ่มสูงขึ้น เมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์เหล่านี้ โดยอาจเป็นด้านใดด้านหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งด้านก็จะส่งผลให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น อัตมโนทัศน์ก็จะเป็นบวกมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีความมุ่งมั่น มีความมองกงาม ใจกว้าง ไว้วางใจผู้อื่น กล้าเผชิญกับความจริง มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าแสดงออก

การสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (เกสสุรางค์ สักกะบูชา. 2540 : 8-14 ; อ้างอิงจาก Bandura. 1977. unpaged) โดยการเรียนรู้จากแม่แบบ (Learning Through Modeling) ด้วยกระบวนการเรียนรู้ด้วยการสังเกต (Observation Learning) คือการสังเกตพฤติกรรมและผลที่เกิดขึ้นมาจากการกระทำของผู้อื่น เช่น การได้ยินฟังคำบอกเล่าการได้อ่านข่าวสาร ซึ่งเป็นการเรียนรู้ทางอ้อม แชละจะเป็นข้อมูลที่บุคคลนำมาพิจารณาสำหรับการกระทำพฤติกรรมใหม่ในอนาคตต่อไป ในขณะเดียวกันผู้เรียนที่ประสบตัวอย่างหรือแบบอย่างที่แตกต่างกันก็จะเกิดการเรียนรู้ที่ต่างกันด้วย เมื่อบุคคลได้เห็นตัวแบบก็จากสามารถรับรู้สัญลักษณ์ของการกระทำนั้น และสัญลักษณ์เหล่านั้นจะชี้นำให้แสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม

กระบวนการเรียนรู้ด้วยการสังเกต มีองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ คือ

1) กระบวนการใส่ใจ (Attentional Process)

เป็นกระบวนการที่สำคัญในการเลียนแบบ บุคคลจะไม่เกิดการเรียนรู้หากขาดความใส่ใจ และขาดการรับรู้พฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออก สิ่งที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการนี้คือ ลักษณะของแม่แบบ แม่แบบที่มีความเด่นชัด จดจำได้ง่าย มีความดึงดูดใจสูง มีความซ้ำซ้อนของพฤติกรรม กิจกรรม และลักษณะของแม่แบบมีความสำคัญใกล้เคียง และเกี่ยวข้องกับผู้สังเกตรวมทั้งพฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออกมีประโยชน์ต่อผู้สังเกต และโน้มน้าวจิตใจของผู้สังเกตให้ใส่ใจได้มาก นอกจากนี้ถ้าพฤติกรรม กิจกรรม และลักษณะของแม่แบบมีความสำคัญใกล้เคียง และเกี่ยวข้องกับผู้สังเกตรวมทั้งพฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออกมีประโยชน์ต่อผู้สังเกต และโน้มน้าวจิตใจของผู้สังเกตให้ใสใจได้มาก ลักษณะของผู้สังเกต กระบวนการนี้จะขึ้นอยู่กับความสามารถในการสังเกต การรับรู้ รวบรวม และตีความจากพฤติกรรมของแม่แบบ รวมทั้งการมีความตื่นตัว และสนใจในพฤติกรรม

2) กระบวนการเก็บจำ (Retentional Process)

เป็นกระบวนกรที่ผู้สังเกตรวบรวมข้อมูลรูปแบบพฤติกรรมของแม่แบบที่สังเกตแต่ละครั้งแล้วนำมาวางรูปแบบของพฤติกรรมที่เด่นชัดในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Coding) แทนกิจกรรมที่เลียนแบบ การเก็บจำ ในรูปสัญลักษณ์กรทำใน 2 ลักษณะ คือ การประมวลได้ในลักษณะของมโนภาพ (Imaginal Coding) และในลักษณะของภาษา (Verbal Coding) การเก็บจำในรูปมโน

ภาพจะง่ายเมื่อมีสิ่งเร้า (แม่แบบ) มาแสดงให้เห็นบ่อยๆ ส่วนการเก็บจำในรูปภาษาพัฒนาหลังจากมีมโนภาพและช่วยให้การเรียนรู้ประสบผลสำเร็จยิ่งขึ้น เพราะสัญลักษณ์ในรูปภาษาสามารถให้ข้อมูลที่มากพอ และง่ายต่อการสะสมความรู้ที่ได้มาไว้ด้วย นอกจากนี้การฝึกคิด หรือการกระทำตามแบบแผนการตอบสนองของแม่แบบยังช่วยให้การเรียนรู้จากการสังเกตได้ผลดียิ่งขึ้น ดังนั้นการเลียนแบบจึงอาจจะเกิดขึ้นตามการกระทำของแม่บทโดยตรงทันที หรืออาจจะเกิดขึ้นหลังจากการสังเกตแม่แบบมาแล้วระยะหนึ่ง

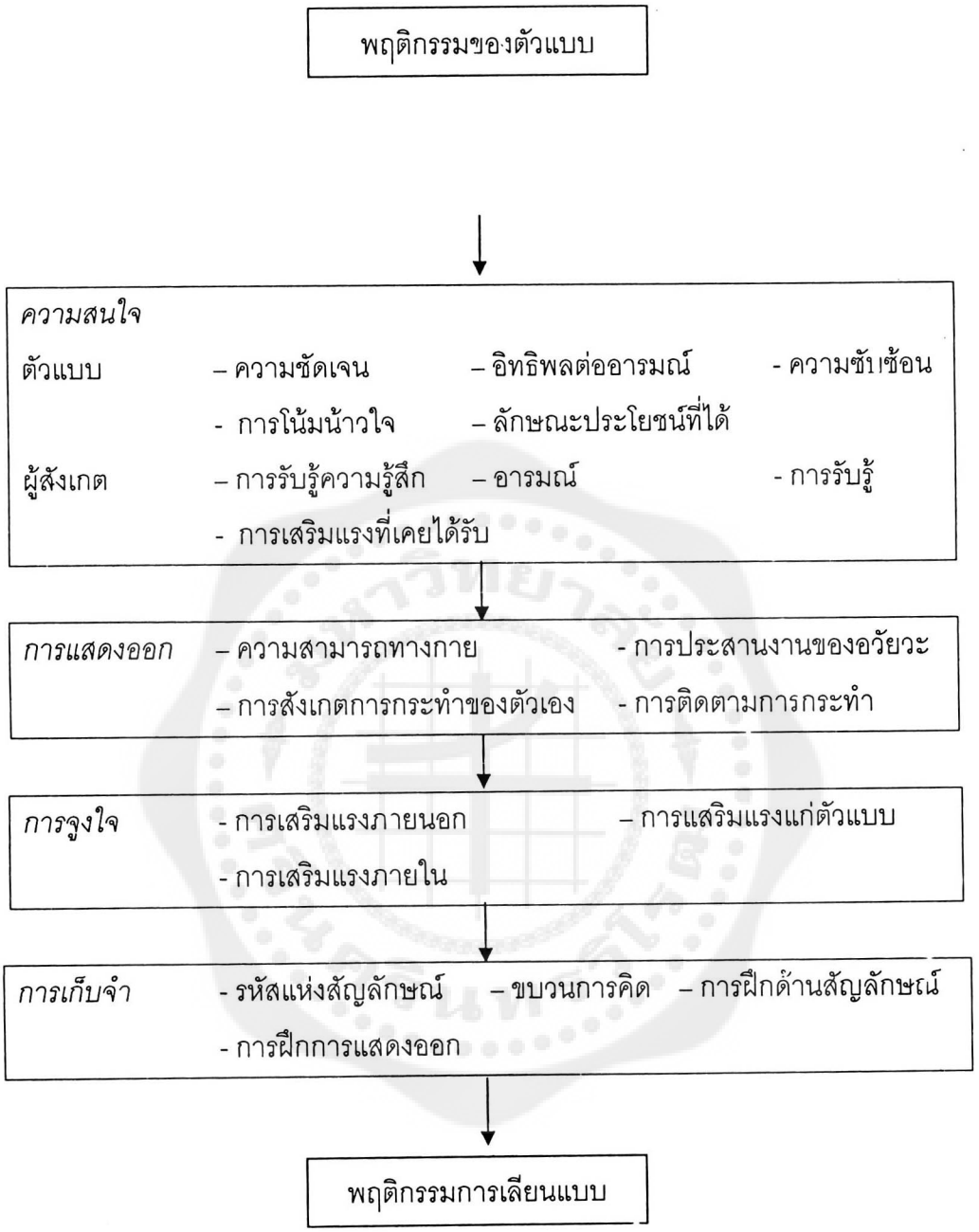
3) กระบวนการแสดงออก (Motor Reproductional Process)

เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตเปลี่ยนสัญลักษณ์ของการเก็บจำจากการสังเกตจากตัวแบบในรูปของความจำมาเป็นการกระทำหรือการแสดงออกที่เหมาะสมโดยการใช้กลไกของความคิด ผู้สังเกตจะแสดงพฤติกรรมได้ครบตามที่สังเกตจากกตัวแบบ หรือไม่นั้นจะขึ้นอยู่กับระดับความคิด และความซับซ้อนของพฤติกรรม การดัดแปลงสัญลักษณ์ให้มาเป็นการกระทำที่เหมาะสมนั้นทำได้ยากมากในระยะแรก แต่เมื่อทราบตัวข้อบกพร่องระหว่างสัญลักษณ์กับการดัดแปลง ให้เป็นพฤติกรรมจะช่วยให้การกระทำตามแม่บทในคราวต่อไปถูกต้องมากยิ่งขึ้น นอกจากจะมีการสังเกตการกระทำตามตัวแบบได้อย่างดีแล้ว จะต้องมีการติดตามการกระทำซึ่งจะต้อง เป็นข้อมูลย้อนกลับที่แม่นยำด้วย จึงจะช่วยให้การกระทำตามแม่แบบได้ผลดียิ่งขึ้น นอกเหนือจากการปรับปรุงทักษะพื้นฐานที่มีอยู่แล้ว ของผู้สังเกตด้วยการให้แม่แบบและการฝึกฝน

4) กระบวนการจูงใจ (Motivational Process)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม แสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ได้เรียนรู้มากับการกระทำ เพราะในชีวิตจริงของบุคคล ไม่สามารถจะกระทำตามแม่แบบได้ทั้งหมด บุคคลจึงเลือกที่จะกระทำตามแม่แบบเมื่อการกระทำนั้นก่อให้เกิดผลดีตอบแทนมากกว่าพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดผลเสีย การประเมินคุณค่าของพฤติกรรมของแม่แบบโดยผู้สังเกตเป็นไปในรูปของการรับเอาสิ่งที่ตนพึงพอใจเอาไว้ และไม่ยอมรับสิ่งที่ตนไม่เห็นด้วย

พฤติกรรมการเลียนแบบที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้ด้วยการจัดวางรูปแบบในการเรียนรู้ จากแม่แบบอย่างเหมาะสมโดย กระตุ้นให้ผู้สังเกตใส่ใจกับแม่แบบอย่างจริงจัง จนสามารถจดจำและนำมาสร้างสัญลักษณ์แทนกิจกรรมที่เลียนแบบ และนำออกมาใช้ได้อย่างเหมาะสมในภายหลัง



ภาพ 1 แผนภาพแสดงกระบวนการของพฤติกรรมการเลียนแบบที่สมบูรณ์

จากภาพ 1 แสดงให้เห็นถึงกระบวนการของพฤติกรรมการเลียนแบบที่สมบูรณ์ ตั้งแต่แรกเริ่มสังเกตเห็นพฤติกรรมของตัวแบบ ไปจนถึงการมีพฤติกรรมการเลียนแบบ

อิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกต

แบนดูรา สรุปอิทธิพลของแม่แบบที่มีต่อผู้สังเกตดังนี้คือ

1) การสร้างพฤติกรรมใหม่ เมื่อผู้สังเกตได้เห็นการกระทำของแม่แบบซึ่งเป็นการกระทำที่ผู้สังเกตไม่เคยพบเห็นมาก่อน ผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบของการกระทำใหม่นี้ในรูปของสัญลักษณ์แล้วถ่ายทอดออกมาเป็นพฤติกรรมใหม่

2) การสร้างกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่ จะเกิดขึ้นในสภาพที่ผู้สังเกตเห็นการกะทำของแม่แบบในลักษณะต่างๆ เช่น การตัดสินใจ รูปแบบทางภาษา เป็นต้น จากนั้นผู้สังเกตจะทดสอบการกระทำตามแม่แบบลักษณะต่างๆ และถ้าการตอบสนองส่งผลทางบวก ผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบลักษณะของแม่แบบในลักษณะต่างๆ แล้วนำมาสร้างเป็นกฎเกณฑ์หรือหลักการใหม่

3) การสอนความคิดและพฤติกรรมสร้างสรรค์ การมีแม่แบบจะช่วยสนับสนุนการพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ เพราะ เมื่อมนุษย์เห็นแม่แบบกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง มนุษย์อาจจะใช้ประสบการณ์ต่างๆ ที่มีอยู่ประกอบกับการกระทำของแม่แบบ มาพัฒนาเป็นความคิดหรือพฤติกรรมใหม่ขึ้นมา อย่างไรก็ตาม ยังมีข้อจำกัดของแม่แบบเชิงสร้างสรรค์ ถ้าแม่แบบนี้ไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอ หรือ ผู้สังเกตมีทักษะจำกัด พฤติกรรมสร้างสรรค์จะไม่มีอิทธิพลเพียงพอต่อการกระทำตามของผู้สังเกต

4) การยับยั้งการกระทำและการลดความหวั่นเกรงที่จะกระทำ การได้เห็นแบบแม่ถูกลงโทษ ผู้สังเกตมีแนวโน้มที่จะไม่กระทำตามแม่แบบนั้น ในทำนองเดียวกัน ถ้าได้เห็นแม่แบบทำพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องและถูกห้ามปรามแล้ว ไม่มีผลกรรมใดๆตามมา ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะกระทำตามแม่แบบ

5) การส่งเสริมการกระทำ การมีแม่แบบจะมีอิทธิพลต่อการส่งเสริมการกระทำ ทั้งที่เป็นทางบวกและทางลบ ถ้าผู้สังเกตได้เห็นแม่แบบแสดงพฤติกรรมหนึ่งและได้รับรางวัล ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะกระทำตามมากขึ้น ในทำนองเดียวกันถ้าผู้สังเกตได้เห็นแม่แบบที่แสดงความก้าวร้าวและได้รับการยกย่องว่าเป็นสิ่งดี ผู้สังเกตก็มีแนวโน้มที่จะกระทำตามมากขึ้น ดังนั้นการเสนอแม่แบบในสังคมจำเป็นต้องมีความระมัดระวังอย่างยิ่ง เพราะอาจจะมีผลต่อการเพิ่มพฤติกรรมทางลบได้

6) ทางด้านอารมณ์ การมีแม่แบบนอกจากจะส่งผลต่อการกระทำแล้วยังมีผลต่ออารมณ์ของผู้สังเกตให้รุนแรงเพิ่มขึ้นและกระตุ้นให้เกิดอารมณ์คล้อยตามไปด้วย

7) การเอื้ออำนวยให้เกิดการกระทำตามแม่แบบ การกระทำใดที่คนให้คุณค่า และมีความชื่นชมอยู่เสมอ การกระทำของแม่แบบนั้นก็จะทำให้ผู้สังเกตกระทำได้โดยรวดเร็วและกระทำตามได้ง่าย นอกจากนี้เมื่อคนสามารถกระทำตามแม่แบบได้เร็วจะทำให้เกิดการแผ่ขยายจากสังคมหนึ่งไปสู่อีก

สังคมหนึ่งได้โดยเร็วด้วย ดังจะเห็นได้ว่าการมีแม่แบบนอกจากจะทำให้ผู้สังเกตมีความเปลี่ยนแปลงภายในตนเองแล้วยังทำให้สังคมนั้น ๆ มีการเปลี่ยนแปลงอีกด้วย

การนำทฤษฎีของแบนดูราไปใช้

กลวิธีในการเรียนรู้จากตัวแบบ ในการนำทฤษฎีของแบนดูราไปใช้ เพื่อให้ผู้สังเกตเลียนแบบพฤติกรรมต่างๆ เพิ่มมากขึ้นนั้น แบล็คแมนและซิลเบอร์แมน (เกสสุรางค์ สักกะบูชา. 2540 : 8-14 ; อ้างอิงจาก Blackman and Silberman. 1975 pp. 57) ได้สรุปเพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติดังนี้

1) กำหนดพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้
2) มีแม่แบบซึ่งแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้อย่างเหมาะสม
3) ให้แรงเสริมกับแม่แบบ เมื่อแม่แบบสามารถแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้สังเกตเรียนรู้
4) วิธีการให้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 61-69) ได้กล่าวถึงวิธีการให้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพ จะต้องพิจารณาองค์ประกอบต่อไปนี้

การคัดเลือกตัวแบบ

1) ตัวแบบจะต้องมีชื่อเสียง มีความน่าเชื่อถือและเป็นตัวแบบที่ได้รับการคัดเลือกแล้วว่าเป็นตัวอย่างที่ดี เหมาะสม และสอดคล้องกับเป้าประสงค์ซึ่งจะทำให้ผู้เลียนแบบมั่นใจที่จะเลียนแบบตัวแบบนั้นมากยิ่งขึ้น

2) ตัวแบบและผู้เลียนแบบหรือผู้สังเกต ควรจะมีความคล้ายคลึงกัน หรือมีลักษณะ หรือคุณสมบัติร่วมกัน ซึ่งจะช่วยดึงดูดความสนใจของผู้สังเกต และจะช่วยให้ประสิทธิภาพของการเลียนแบบสูงขึ้น เช่นอยู่ในวัยเดียวกัน เป็นเพื่อนกัน

3) ลักษณะของกิจกรรมที่เลียนแบบ ควรจะเป็นกิจกรรมที่ไม่สลับซับซ้อน เพราะการเลียนแบบจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ดึงดูดความสนใจของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบ และจะทำให้เกิดการเลียนแบบได้อย่างง่ายขึ้น

วิธีการให้ตัวแบบ

1) ควรจะเสนอตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรง โดยจะต้องให้แรงเสริมแก่ตัวแบบ และให้แรงเสริมแก่ผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบ เมื่อสามารถแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ได้เช่นเดียวกับตัวแบบหรือเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ ได้อย่างเหมาะสม

2) ควรจะเสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างโดยสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างนี้จะทำหน้าที่เป็นสัญญาณบอกให้อินทรีย์รู้ว่า ถ้าแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะได้รับการเสริมแรง และการเสริมแรงนี้จะช่วยให้การเลียนแบบเกิดขึ้นอย่างคงทนและมีประสิทธิภาพ

3) ควรจะเสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง การเสริมแรงทางบวก และการให้ข้อมูลย้อนกลับที่ถูกต้อง

ความใกล้ชิดของตัวแบบ

บุคคลที่เด็กเลียนแบบ สวนา พรพัฒน์กุล (2525 : 2-7) กล่าวว่า บุคคลที่เด็กจะเลียนแบบนั้นจะเริ่มต้นจากคนใกล้ชิดที่สุดแล้วค่อย ๆ ห่างออกไปจากตัวเด็กตามพัฒนาการทางสังคมของเขาซึ่งสามารถแบ่งออกได้ดังนี้

1) เลียนแบบจากพ่อแม่และครู ในช่วงที่เด็กเริ่มเลียนแบบได้ เด็กจะเลียนแบบบุคคลใกล้ชิดที่สุดคือพ่อแม่ ซึ่งรวมถึงผู้ปกครอง และผู้ที่เลี้ยงดูเด็กแทนพ่อแม่ เมื่อเด็กเติบโตขึ้นได้ไปโรงเรียนเวลาครึ่งหนึ่งของชีวิตในแต่ละวันอยู่กับครู ดังนั้นความสำคัญของครูในการเป็นตัวแบบจึงพอ ๆ กับพ่อแม่ผู้ปกครองและครูจึงควรเป็นตัวแบบที่ดี แต่ต้องไม่แสร้งแสดงบทบาทของตัวแบบให้แก่เด็ก

2) เลียนแบบจากตัวแบบที่เด็กชอบ จะต้องเป็นตัวแบบที่ก่อให้เกิดความพอใจแก่เด็ก อาจเป็นเพื่อนและบุคคลอื่น ๆ ที่แวดล้อมเขาอยู่

3) เลียนแบบจากตัวแบบที่ตรงกับความสนใจ การเลียนแบบจะเกิดขึ้นต่อเมื่อตัวแบบนั้นตรงตามความสนใจ เด็กหญิงจะเลียนแบบแตกต่างไปจากเด็กชายเนื่องจากความสนใจแตกต่างกัน แม้ในกลุ่มเด็กหญิงหรือเด็กชายด้วยกันความสนใจก็จะแตกต่างกันไปอีก เช่น เด็กหญิงบางคนสนใจเลียนแบบการทำงานในบ้านของพ่อแม่แต่บางคนอาจจะสนใจศิลปการแสดงต่าง ๆ ที่ตนเห็นในรายการโทรทัศน์และพยายามที่จะเลียนแบบสิ่งนั้นก็ได้

4) เลียนแบบจากผู้กล้าหาญ ไม่ว่าจะเป็นเด็กหญิงหรือเด็กชายย่อมจะมีความกล้าหาญที่ตนยกย่องและพอใจจะเลียนแบบตาม ตัวแบบอาจอาจมาจากเรื่องจริงหรือไม่ก็ได้ ตัวแบบของเด็กมักเป็นบุคคลที่อายุมากกว่า

5) เลียนแบบจากตัวละคร ซึ่งเป็นตัวละครในนิยาย ภาพยนตร์และโทรทัศน์ เป็นต้น

ข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 69) กล่าวถึงข้อดีและข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบดังนี้

- *ข้อดีของวิธีการให้ตัวแบบ*

1) การให้ตัวแบบจะทำให้ความถี่ของการเกิดพฤติกรรมเป้าหมาย หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ค่อย ๆ เกิดขึ้น มีความถี่สูงขึ้น และจะคงทนถาวรยิ่งขึ้น เมื่อให้การเสริมแรงแก่อินทรีย์ภายหลังที่อินทรีย์สามารถเลียนแบบหรือแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้เช่นเดียวกับตัวแบบหรือเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ ได้อย่างเหมาะสม

2) การให้ตัวแบบจะทำให้ผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบเกิดพฤติกรรมใหม่ที่ไม่เคยเกิดมาก่อน

3) การให้ตัวแบบจะช่วยเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้สังเกตหรือผู้เลียนแบบ

4) การให้ตัวแบบช่วยเอื้ออำนวยให้พฤติกรรมของผู้สังเกตหรือผู้ที่จะเลียนแบบที่เคยเรียนรู้มาก่อนแล้วให้มีแนวโน้มที่จะแสดงออก

ข้อจำกัดของวิธีการให้ตัวแบบ

1) หากใช้การให้ตัวแบบอย่างเดียวในการสร้างหรือสอนพฤติกรรมใหม่ การเกิดพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์อาจจะเกิดได้ช้า ด้วยเหตุนี้ควรใช้การให้ตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรงทางบวก การให้ข้อมูลย้อนกลับและสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่างเพื่อให้พฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ต้องการจะสร้างหรือสอนนั้นเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

2) การคัดเลือกตัวแบบ ตลอดทั้งกิจกรรมที่จะให้เลียนแบบ ผู้คัดเลือกตัวแบบและกิจกรรมที่จะให้เลียนแบบจะต้องตระหนักถึงความสำคัญของเรื่องดังกล่าวนี้ เพราะมิฉะนั้นจะทำให้เสียเวลาในการทดลองโดยไร้ประโยชน์

การใช้ละครวิทยุเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความหมายของละครวิทยุ

บุญเกื้อ ควรหาเวช (2539 : 134) ได้อธิบายละครวิทยุไว้ว่า เป็นการนำเสนอเรื่องราวโดยการใช้การแสดงด้วย คำพูด ดนตรี และเสียงประกอบ ให้ผู้ที่ฟัง สามารถเห็นภาพพจน์ เหตุการณ์ ท่าทาง มีความรู้สึกและอารมณ์คล้อยตามไปกับเรื่องที่เสนอ ละครวิทยุจึงจำเป็นต้องมีทุกอย่างเช่นเดียวกับละครเวทีหรือละครโทรทัศน์ คือ มีทั้งฉาก สีสันบรรยากาศ การเคลื่อนไหว ของตัวละคร และสิ่งแวดล้อม โดยอาศัยศิลปะและเทคนิคในการผลิตรายการ

ชม ภูมิภาค (2520 : 213) กล่าวว่าละครวิทยุ ก็คือเรื่องราวที่แสดงด้วยคำพูด เสียงดนตรีและเสียงประกอบ เพื่อให้คนฟังเห็นภาพพจน์เหตุการณ์และท่าทาง

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ละครวิทยุคือ การนำเสนอเรื่องราวโดยอาศัยเสียง ต่างๆเช่น เสียงพูด เสียงดนตรี เสียงเพลง เสียงประกอบ เพื่อที่จะให้ผู้ฟังสามารถรับรู้ ภาพพจน์ เหตุการณ์ ท่าทาง อารมณ์และความรู้สึก ที่ผู้นำเสนอต้องการจะเสนอได้

ประเภทของละครวิทยุ

ละครวิทยุมีด้วยกัน 3 แบบคือ

1) ละครจบในตัว (Complete Drama) เป็นเรื่องจบใน 30 นาที หรือ 1 ชั่วโมง
2) ละครยาวเป็นตอนๆ (Serial Drama) หรือละครชุด
3) เรื่องสั้นดัดแปลง หรือการนำเรื่องสั้นมาเล่าทางวิทยุ

การจัดทำละครวิทยุ

การสร้างละครวิทยุนั้นมีขั้นตอนด้วยกันดังนี้

การเขียนบทละครวิทยุ

ละครวิทยุนั้นไม่ได้มีเพียงบทเจรจาและเพลงคั่นเท่านั้น ละครวิทยุจะต้องมีฉาก มีความเคลื่อนไหวขอเหตุการณ์ต่างๆ ตลอดจนสีสันเช่นเดียวกับละครเวทีหรือละครโทรทัศน์ เพราะฉะนั้นเสียงทุกอย่างที่ออกมาจากการแสดงละครวิทยุ จำเป็นที่จะต้องบอกสิ่งเหล่านี้ได้ครบถ้วน ผู้ฟังจึงจะเกิดมโนภาพและเกิดความเข้าใจอย่างปราศจากข้อสงสัย โดยบทละครวิทยุนั้นจะต้องมีส่วนประกอบ ดังนี้

(1) หัวเรื่อง

ต้องมีทุกครั้ง เปรียบเสมือนไตเติ้ลของภาพยนตร์ โดยหัวเรื่องจะประกอบไปด้วย เพลงประจำคณะผู้จัดทำ, ชื่อคณะผู้จัดทำ, เพลงประจำเรื่อง, ชื่อเรื่อง, เค้าโครงเรื่องโดยย่อ, เวลาออกอากาศและการบรรยายนำเรื่อง

(2) ดนตรี

ดนตรีในละครวิทยุจะเป็นเครื่องมือสำหรับใช้ในการสร้างบรรยากาศให้แก่ผู้ฟัง จนเกิดความเคลิบเคลิ้ม ไปกับตัวละคร ไม่ว่าจะเป็นความสนุกสนาน ตลอกขบขัน โศกเศร้า สดชื่น หรือน่ากลัว โดยที่การใช้ดนตรีนั้นจะใช้ในโอกาสดังนี้ ตอนที่ปิดรายการ, เมื่อต้องการสร้างบรรยากาศ, เมื่อต้องการเปลี่ยนฉากและใช้เป็นเพลงประกอบอารมณ์ของสถานการณ์ ลักษณะของเพลงที่ใช้การทำละครวิทยุนั้น ส่วนมากจะใช้เพลงสากลจำพวกไลท์มิวสิค หรือเพลงซาวด์แทรคจากภาพยนตร์

(3) เสียงประกอบ

เสียงประกอบนั้นช่วยให้ผู้ฟังสามารถรับรู้ถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนั้นได้อย่างชัดเจนยิ่งขึ้น และยังช่วยให้ผู้ฟังสามารถรับรู้ถึงระดับของการกระทำต่างๆว่ามีความรุนแรงหนักเบาเพียงใด เสียงประกอบเป็นได้ตั้งแต่เสียง เดิน ไปจนถึง เสียงของการต่อสู้กัน โดยเราจะสามารถหาเสียงประกอบเหล่านี้ได้จากสื่อบันทึกต่างๆ, ทำขึ้นเองในระหว่างผลิตรายการณ์ หรือ ไปบันทึกมาจากเสียงจริง

(4) บทเจรจา

เป็นส่วนที่จะสามารถใช้ในการบอกได้ถึงบุคลิกลักษณะของตัวละครว่าเป็นคย่างไร ในการเขียนบทเจรจาต้องพยายามทำให้เป็นภาษาพูดให้มากที่สุด การใช้สรรพนามแทนตัวของตัวละครจะเป็นการบ่งบอกถึงระดับฐานะของตัวละครนั้นๆด้วย บทเจรจาอาจจะมีการกำหนดน้ำเสียงของ

ตัวละครไว้ด้วย ข้อบังคับที่สำคัญของบทเจรจาคือห้ามไม่ให้ใช้คำหยาบโดยเด็ดขาดเพราะมีข้อบังคับไว้ว่าไม่ให้พูดคำหยาบคายออกอากาศกระจายเสียงทางวิทยุ

(5) ท้ายเรื่อง

ประกาศบอกผู้ฟังว่าจบแล้วและจบตอนที่เท่าไหร่ถ้ามีการนำเสนอเป็นหลายตอน บอกบทประพันธ์ว่าเป็นของใคร ใครเป็นคนจัดทำ ผู้แสดงมีใครบ้าง บอกรายชื่อผู้ทำเสียงประกอบ ผู้บันทึกเสียง และผู้ควบคุมการแสดง ถ้าหากว่าต้องมีตอนต่อไปให้บอกเวลาออกอากาศของตอนต่อไปด้วย

คัดเลือกนักแสดง

น้ำเสียงของนักแสดงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของการเลือกนำแสดงในการจัดทำละครวิทยุ เพราะว่านักแสดงสามารถใช้เสียงได้เพียงอย่างเดียว ในการชวนให้ผู้ฟังเกิดความคิด เข้าใจในบทบาทของตัวละครได้ การเลือกผู้แสดงที่ไม่ดีจะทำลายบทพูดละครที่ดีได้

โทนเสียงของนักแสดงนั้นเสียงที่มีระดับต่ำจะดีกว่าระดับสูง หรือเสียงที่ดังกรรโชกซึ่งเป็นเสียงที่ผู้ฟังจะไม่พอใจเมื่อออกอากาศ การฟังเสียงเพื่อคัดเลือกนักแสดงนั้นควรฟังเสียงผ่านลำโพง เพราะเสียงจริงกับเสียงที่ออกมาทางลำโพงนั้นจะไม่เหมือนกัน

ในการคัดเลือกผู้คัดเลือกไม่ควรได้พบกับเจ้าของเสียงโดยตรงเพราะการเห็นหน้าอาจทำให้เกิดอคติได้ ดังนั้นสามารถใช้วิธีอัดเทป หรือให้ผู้ถูกคัดเลือกอยู่ในห้องอีกห้องหนึ่งและพูดคุยกันผ่านทางลำโพง

ผลิตรายการ

1) เตรียมบทละคร

ก่อนทำการแสดงผู้กำกับจะทำการแจกบทละครให้กับนักแสดงคนละชุดเพื่อทำการศึกษาบทของตน ผู้กำกับจะต้องคอยสอบถามและชี้แจงรายละเอียดในแต่ละเหตุการณ์เพื่อให้นักแสดงเห็นภาพที่ตรงกันแล้วจึงชี้แจงเกี่ยวกับลำดับการเข้าทำการแสดงรวมทั้งจังหวะที่จะมีเสียงประกอบ หรือเสียงเพลง

2) กำหนดการซ้อม

ก่อนที่จะทำการบันทึกเทปจริงจะต้องมีการให้นักแสดงแต่ละคนได้ซักซ้อมบทของตนเองโดยการอ่านออกเสียงไม่ต้องใช้ไมโครโฟน ในขั้นตอนนี้ผู้กำกับจะต้องเป็นคนคอยบอกถึงอารมณ์ในแต่ละบทพูดว่าควรจะเป็นอย่างไร แต่ไม่ควรบังคับนักแสดงให้ทำตามที่ต้องการ ควรให้นักแสดงได้เข้าใจในบทอย่างแท้จริงและพิจารณาบทบาทด้วยตนเอง ในการซ้อมอ่านนั้นผู้กำกับยังไม่ควรหยุดนักแสดงกลางคันควรปล่อยให้อ่านไปจนจบบทก่อนแล้วจึงค่อยวิพากษ์วิจารณ์

ในการซ้อมกับเสียงประกอบให้ใช้วิธีการกำหนดเวลาให้กับเสียงประกอบแต่ละอย่าง แล้วจึงทำการซ้อมโดยให้นักแสดงอ่านบทไปตามปกติไม่ต้องใช้ไมโครโฟน ถ้าหากมีการขัดจังหวะโดยผู้กำกับจะต้องหยุดการนับเวลาไว้ก่อนแล้วค่อยนับต่อ และเสียงประกอบต่างๆสามารถใช้จากเสียงที่บันทึกไว้แล้วหรือทำขึ้นเองก็ได้ แล้วแต่ความสะดวก

3) บันทึกเทป

ในขั้นตอนการบันทึกเทปนั้นจะไม่แตกต่างกับตอนซ้อมมากนักแต่ว่าผู้กำกับจะไม่มีการขัดจังหวะในระหว่างการบันทึก และเมื่อทำการบันทึกเสร็จสิ้นควรมีการตรวจสอบดูว่ามีสวนใดที่ต้องปรับปรุงแก้ไขหรือไม่ อย่างไร

รายการวิทยุ

รายการวิทยุของคนตาบอดมี3รายการ ดังนี้

1. รายการ "สังคมเดียวกัน" ออกอากาศทางสถานีวิทยุศึกษา กรมการศึกษานอกโรงเรียน ทุกวันอังคารและพฤหัสบดี เวลา 15.30 – 16.00 น. คลื่น FM 92 MHz และ AM 1161 KHz ครอบคลุมพื้นที่ภาคกลาง โดยมีคุณกิติพงษ์ สุทธิ เลขาธิการสมาคมฯ เป็นผู้จัดรายการ

2. รายการ "สื่อสัมพันธภาพ" ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยกรมประชาสัมพันธ์ ทุกวันอาทิตย์ เวลา 14.30 – 15.00 น. คลื่น AM 891 KHz ครอบคลุมพื้นที่หลายจังหวัดเกือบทั่วประเทศ โดยมีคุณธรรม จตุนาม ประชาสัมพันธ์สมาคมฯ เป็นผู้จัดรายการ

3. รายการ "อาทิตย์ละครั้ง" ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดสุพรรณบุรี ทุกวันอาทิตย์ เวลา 6.30 -7.00 น. ก่อนข่าว คลื่น FM 102.25 MHz รับได้ที่จังหวัดสุพรรณบุรีและจังหวัดใกล้เคียง เช่นกาญจนบุรี โดยมีนายธีรพล โพธิ์หวี เป็นผู้จัดรายการ

2. การตาบอด

2.1 ความหมายของการตาบอด

คำจำกัดความของคำว่าตาบอด มีความหมายแตกต่างกันไปมากมาย ตั้งแต่ทางกฎหมายไปจนถึงทางการแพทย์ คนทั่วไปเข้าใจว่าการตาบอดจะหมายถึงมองไม่เห็นอะไรเลย แท้จริงแล้วการตาบอดอาจหมายถึงการมองเห็นแต่จำกัดมากก็ได้ โดยความหมายของการตาบอดที่คณะผู้วิจัยรวบรวมไว้มีดังนี้

ในอเมริกาเหนือ และประเทศในยุโรป

ส่วนมากจะให้คำจำกัดความคำว่า ตาบอด ทางกฎหมายคือ 'Visual acuity (vision) of 20/200 (6/60) or less in the better eye with best correction possible' ซึ่งหมายถึงคน

ที่อยู่ห่างจากวัตถุ 20 ฟุต แต่มีการมองเห็นเทียบเท่ากับคนปกติอยู่ห่างออกไป 200 ฟุต และอีกหลายประเทศระบุว่าคนที่มีมุมการมองเห็นน้อยกว่า 20 องศาเป็นผู้ที่ตาบอดด้วยเช่นกัน (บุคคลปกติจะมีมุมการมองเห็นประมาณ 180 องศา)

พจนานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน

ได้ให้ความหมายของคำว่าตาบอดไว้ว่า ตามืด, ตามองไม่เห็น

องค์การอนามัยโลก

ได้ให้ความหมายของคำว่าตาบอดไว้ใน 10th Revision of the WHO International Statistical Classification of Diseases Injuries and Causes of Death ว่า 'Visual acuity of less than 3/60, or corresponding visual field loss to less than 10 degrees, in the better eye with best possible correction' ซึ่งหมายถึงมีการมองเห็นวัตถุในระยะ 3 ฟุตเทียบเท่ากับสายตาบุคคลปกติอยู่ในระยะ 60 ฟุต หรือมีมุมมองในการมองเห็นน้อยกว่า 10 องศา (WHO. 2006 : Online)

2.2 ประเภทของการตาบอด

สมพงษ์ สิงหะพล (รัตนาภรณ์ มุกนนท์. 2546 : 13-20 ; อ้างอิงจาก สมพงษ์ สิงหะพล. 2536. หน้า 43) ได้แบ่งประเภทของเด็กที่มีความบกพร่องทางการมองเห็นออกเป็น 2 ประเภท คือ

บุคคลตาบอดตามกฎหมาย

หมายถึงผู้ที่มีการมองเห็น 20/200 หรือน้อยกว่าในตาข้างที่ดีกว่าภายหลังได้รับการแก้ไขแล้ว เช่นใส่แว่นสายตา หรือมีลานสายตาแคบไม่เกิน 20 องศา (ตัวเลข 20/200 หมายความว่า บุคคลตาบอดจะมองเห็นเมื่อยืนที่ 20 ฟุต ในขณะที่คนปรกติยืนที่ 200 ฟุต สายตาปรกติคือ 20/20)

บุคคลสายตาเห็นบางส่วนตามกฎหมาย

หมายถึงผู้ที่มีการมองเห็น 20/70 - 20/200 ในตาข้างที่ดีกว่าภายหลังได้รับการแก้ไขแล้ว หรือมีลานสายตามากกว่า 20 องศา

2.3 ระดับการตาบอด

1) ระดับการตาบอดแบ่งตาม Dr. Herman Snellen

ในปี 1862 Dr. Herman Snellen (1834-1908) จักษุแพทย์แห่งประเทศเนเธอร์แลนด์ ได้สร้างระบบการวัดโดยใช้แผนภูมิที่เรียกว่า 'Snellen eye chart' ซึ่งใช้ในการวัดระดับการมองเห็น และนำไปใช้ในการวัดระดับการตาบอด ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันแพร่หลายจนถึงทุกวันนี้ หลักการวัดก็คือ ผู้ถูกทดสอบจะถูกขอร้องให้อ่านตัวหนังสือ ที่มีขนาดไม่เท่ากัน ตั้งแต่บนลงล่าง โดยบรรทัดบนสุดจะเป็นตัวอักษรขนาดใหญ่ที่สุด และลดลงเรื่อยๆ ระดับการมองเห็น จะเท่ากับอัตราส่วน

ของระยะของบุคคลกับตัวอักษร กับระยะห่างที่บุคคลปกติสามารถอ่านตัวอักษรนั้นได้ โดยผู้ที่ถูกนิยามว่าตาบอดคือผู้ที่ไม่สามารถอ่านอักษรตัวที่ใหญ่ที่สุดได้ แม้จะแก้ไขอย่างดีที่สุดแล้ว (Best corrected acuity) เช่นการใช้แว่นสายตาเป็นต้น

2) ระดับการตาบอดแบ่งตาม International Blind Sports Association (IBSA)

International Blind Sports Association (IBSA) ได้จัดประเภทของการบกพร่องทางการมองเห็นไว้ 3 ประเภทคือ B1-B3 ดังนี้

B1 ไม่สามารถมองเห็นแสงใดๆ ได้ หรือมองเห็นแสงได้บ้าง แต่จะไม่สามารถแยกแยะรูปร่างของมือไม่ว่าระยะ หรือทิศทางใด

B2 สามารถเห็นรูปร่างของมือได้ในระยะ 2/60 และ/หรือ มีมุมการมองเห็นน้อยกว่า 5 องศา

B3 สามารถเห็นรูปร่างของมือได้ในระยะไกลกว่า 2/60 ไปจนถึง 6/60 และ/หรือ มีมุมการมองเห็นมากกว่า 5 องศา แต่น้อยกว่า 20 องศา

2.4 สถิติของคนตาบอด

องค์การอนามัยโลก (WHO. 2002 : Online) ได้รายงานไว้ใน Magnitude and causes of visual impairment จากการสำรวจเมื่อปี ค.ศ. 2002 ทั่วโลกมีผู้ที่บกพร่องทางการมองเห็นอยู่มากกว่า 161 ล้านคน ประมาณ 124 ล้านคนเป็นสายตาเรือนลาง และที่เหลือประมาณ 37 ล้านคนเป็นคนตาบอด โดยเพศหญิงเป็นเพศที่บกพร่องทางการมองเห็นมากกว่าเพศชาย และมากกว่า 90% ของผู้ที่บกพร่องทางการมองเห็นอาศัยอยู่ในประเทศกำลังพัฒนา เฉพาะในเขตเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มีคนบกพร่องทางการมองเห็นประมาณ 45.1 ล้านคน ในประเทศไทยจากการประมาณการของสมาคมคนตาบอดแห่งประเทศไทย มีจำนวนคนตาบอดประมาณ 600,000 คน

ถือได้ว่าในโลกและประเทศไทยเองมีจำนวนผู้ที่บกพร่องทางการมองเห็นเป็นจำนวนมาก และถือได้ว่าเป็นกลุ่มประชากรที่มีความสำคัญต่อประเทศชาติเช่นกัน จึงจำเป็นที่จะต้องช่วยเหลือกลุ่มผู้ที่บกพร่องทางการมองเห็นนี้ให้มีสภาพความเป็นอยู่ รวมถึงสุขภาพจิตที่ดีขึ้น

2.5 สุขภาพจิตของคนตาบอด

ความบกพร่องทางกายไม่ว่าจะมีมาตั้งแต่กำเนิด หรือเกิดขึ้นในภายหลังก็ล้วนแต่ผลักดันให้บุคคลตกอยู่ในสภาพบีบคั้นทางจิตใจ ซึ่งถือได้ว่า ความบกพร่องทางกาย มีส่วนสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตอย่างมาก (สว่าง โรจน์รัตนเกียรติ. 2524 : 21 ; อ้างอิงจาก วนิดา ไทยธวัช. ม.ป.ป. ไม่ปรากฏเลขหน้า.)

เพราะความบกพร่องทางกายมักจะทำให้เกิดความหย่อนสมรรถภาพในการทำกิจกรรมบางอย่าง และทำให้บุคคลผู้นั้นขาดโอกาสที่จะได้รับความสำเร็จ และสมหวังในการดำรงชีวิต ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่น รู้สึกอับอาย ไม่กล้าปรากฏตัวในสังคม

2.6 การยอมรับตนเองของคนตาบอด

การปรับตัวของนักเรียนตาบอดให้สามารถยอมรับการตาบอดของตนเองได้นั้น นักเรียนตาบอดจะต้องสามารถเอาชนะทัศนคติที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมต่างๆ เช่นความละอายใจในความพิการปมด้อยต่างๆ และอีกมากมายดังต่อไปนี้

1) การตาบอดเป็นเพราะถูกลงโทษ
2) ต้องมีอวัยวะครบเหมือนบุคคลอื่นถ้าขาดไปคือผิดปรกติ
3) ร่างกายที่พิการสามารถนำไปสู่จิตใจที่พิการด้วย
4) จะไม่มีใครยอมแต่งงานกับคนตาบอด
5) เด็กตาบอดจะเป็นภาระแก่ครอบครัวตลอดไป
6) การตาบอดเป็นสิ่งที่น่าขยะแขยงและน่ารังเกียจมาก
7) การมีร่างกายปรกติเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่สุด

การปรับตัวในการยอมรับความพิการที่เกิดขึ้นของนักเรียนตาบอดนั้นจะต้องสามารถเอาชนะทัศนคติและความคิดในเชิงลบทั้ง 7 ข้อที่กล่าวมาให้ได้ก่อนเพราะเป็นทัศนคติที่คนส่วนมากมักคิดกันและเป็นตัวบั่นทอนจิตใจและทำลายสภาพจิตใจของคนพิการให้เกิดความรู้สึกน้อยใจ ไม่สมหวังและมองไม่เห็นคุณค่าในตนเองในที่สุด ในทางตรงข้ามหากคนตาบอดสามารถปรับตัวยอมรับ และเอาชนะทัศนคติแง่ลบได้จะทำให้เขามีกำลังใจในการดำเนินชีวิต และมองเห็นคุณค่าในตนเองในที่สุด

2.7 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับคนตาบอด

1) ทฤษฎี Body-Image

ซิลเดอร์ได้ศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงในมโนภาพของรูปร่างของคนเมื่อร่างกายส่วนหนึ่งได้สูญเสียไป ไม่ว่าจะเป็นการสูญเสียการทำหน้าที่หรือการสูญเสียไปเลย ก็ย่อมทำให้จิตใจแปรปรวนไปด้วย (ส่วาง โรจน์รัตนเกียรติ. 2524 : 21 ; อ้างอิงจาก สงัน สุวรรณเลิศ. ม.ป.ป. ไม่ปรากฏเลขหน้า.) รูปภาพหรือลักษณะของตัวเองนี้ เกิดขึ้นในใจหรือในความคิดของตนเอง ซึ่งเป็นมโนภาพที่เกิดขึ้นเองในทุกบุคคล

การมีมโนภาพร่างกายเปลี่ยนแปลงไปเพราะการตาบอดนี้ มีผลกระทบกระเทือนคนตาบอดเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะผู้ที่ตาบอดหลังกำเนิด เพราะเป็นการยากที่จะทำให้เกิดความ

สมบูรณ์ทางจิตใจได้เหมือนเดิม และเมื่อเด็กตาบอดเติบโตขึ้นไปแล้ว ก็จะมีปัญหาประสบการณ์ทางชีวิตและปัญหาทางอารมณ์เข้ามาเกี่ยวข้องด้วย โดยคนตาบอดคนนั้นมักจะย้อนกลับไปมี Body-image เมื่อยังมีตาปกติอยู่เสมอ

2) ทฤษฎี Inferiority-Complex

อัลเฟรด แอดเลอร์ เป็นผู้สร้างทฤษฎีนี้ขึ้นมาจากประสบการณ์ของตนเอง เนื่องจากเขาเป็นคนไม่แข็งแรงจากโรคกระดูกอ่อนในวัยเด็ก เขาพบว่าความผิดปกติของอวัยวะในร่างกายทำให้เกิดความแปรปรวนทางจิตใจได้โดยที่ทำให้เกิดปมด้อยขึ้นมา ภายในใจเมื่อเปรียบเทียบกับผู้อื่น จึงต้องหาทางแก้ไขโดยอัตโนมัติเพื่อชดเชยหรือข่มปมด้อยนั้น เขาได้เน้นความสำคัญของปมด้อย ว่ามีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของคนเรามาก ปมด้อยจะช่วยหล่อหลอมบุคลิกภาพให้เด่นชัดขึ้น ปมด้อยจะเกิดเมื่อบุคคลไม่สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ ทำให้เกิดความตึงเครียดขึ้น ซึ่งถ้าคนตาบอดเห็นว่าการตาบอดเป็นปมด้อยอย่างหนึ่งของตนเองแล้ว ก็จะเกิดความวิตกกังวลขึ้น มีความละอาย จึงต้องพยายามหาความรู้สึกเด่นขึ้นมาทดแทน และวิธีการที่จะไปสู่ความรู้สึกเด่นนั้นมีแตกต่างกันไป จึงก่อให้เกิดบุคลิกภาพประจำตัวขึ้น คนที่มีสุขภาพจิตดีย่อมที่จะต่อสู้อย่างกล้าหาญและมีสามัญสำนึกยอมรับสภาพความเป็นจริงได้

คนที่รู้สึกมีปมด้อยทางกายภาพ เป็นความรู้สึกพื้นฐานที่มนุษย์จะต้องพยายามปรับตัวเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ในการทำสิ่งทดแทนเพื่อแก้ปมด้อยนั้น อาจนำมนุษย์ไปสู่ความสำเร็จในทางสร้างสรรค์ หรือเป็นโรคประสาทไปก็ได้ (สว่าง โรจน์รัตนเกียรติ. 2524 : 21 ; อ้างอิงจาก Wright, A. Beatrice. n.d. unpaged.)

2.8 ความพิการ

ประเภทและลักษณะของความพิการ

1. องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้จัดแบ่งเด็กที่มีความต้องการพิเศษตามลักษณะไว้ดังนี้ (สถาบันราชภัฏนครราชสีมา. 2548: ออนไลน์)

1.1 แบ่งตามความบกพร่อง (Classification of Impairment) ได้แก่

1.1.1 บกพร่องทางสติปัญญาหรือความทรงจำ (Intelligence or Memory-Impairment) .

1.1.2 บกพร่องทางจิตอื่นๆ (Other Psychological Impairment)

1.1.3 บกพร่องทางภาษา หรือ การสื่อความหมาย (Language or Communication Impairment)

1.1.4 บกพร่องทางการได้ยิน (Aural Impairment)

1.1.5 บกพร่องทางการมองเห็น (Ocular Impairment)

1.1.6 บกพร่องทางอวัยวะภายใน (Visceral Impairment)

1.1.7 บกพร่องทางโครงกระดูก (Skeletal Impairment)

1.1.8 บกพร่องทางประสาทสัมผัส (Sensory Impairment)

1.1.9 อื่น ๆ

1.2 แบ่งตามการไร้ความสามารถ (Classification of Disabilities)

1.2.1 ไร้ความสามารถทางอุปนิสัย (Behavior Disabilities)

1.2.2 ไร้ความสามารถทางการสื่อความหมาย (Communication Disabilities)

1.2.3 ไร้ความสามารถทางการดูแลตนเอง (Personal Care Disabilities)

1.2.4 ไร้ความสามารถทางการเคลื่อนไหว (Locomotors Disabilities)

1.2.5 ไร้ความสามารถทางความคล่องแคล่วของอวัยวะ (Dexterity Disabilities)

1.2.6 ไร้ความสามารถทางสิ่งแวดล้อม (Environmental Disabilities)

1.2.7 ไร้ความสามารถในบางสถานการณ์ (Situational Disabilities)

1.3 แบ่งตามการเสียเปรียบ (Classification of Handicap)

1.3.1 เสียเปรียบทางความสำนึก (Orientation Handicap)

1.3.2 เสียเปรียบทางกายไม่เป็นอิสระ ต้องพึ่งผู้อื่น (Physical Independence Handicap)

1.3.3 เสียเปรียบทางการเคลื่อนไหว (Mobility Handicap)

1.3.4 เสียเปรียบทางด้านกิจกรรม (Occupation Handicap)

1.3.5 เสียเปรียบทางด้านสังคม (Social Integration Handicap)

1.3.6 เสียเปรียบทางสภาพเศรษฐกิจ (Economic Self- Sufficiency Handicap)

2. คณะกรรมการร่วมขององค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ หรือ ยูนิเซฟ (UNICEF) กับองค์การฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการระหว่างประเทศ ได้กำหนดประเภทของเด็กที่มีความต้องพิเศษ โดยอาศัยลักษณะของความพิการและปัญหาของเด็กเป็นเกณฑ์ คือ (สถาบันราชภัฏนครราชสีมา. 2548: ออนไลน์)

2.1 ตาบอด

2.2 มองเห็นได้อย่างเลือนลาง หรือบางส่วน

2.3 มีความบกพร่องทางการได้ยิน

2.4 ปัญญาอ่อน

2.5 พิการเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว ซึ่งเกิดจากความพิการทางสมอง ความพิการทางแขน ขา ลำตัว

2.6 มีความบกพร่องทางการพูด หรือ การใช้ภาษา

2.7 มีปัญหาการเรียนรู้เฉพาะด้าน

2.8 มีปัญหาทางพฤติกรรมต่าง ๆ

2.9 เรียนหนังสือได้ช้า

2.10 มีปัญหาความพิการซ้อน

3. ทางการแพทย์ สำหรับทางการแพทย์ มีการจัดประเภทความต้องการพิเศษ เพื่อการบำบัดรักษาตามสภาพความพิการเป็นประเภทอย่างกว้าง ๆ ดังนี้ (สถาบันราชภัฏนครราชสีมา. 2548: ออนไลน์)

3.1 ความพิการทางแขน ขา ลำตัว

3.2 ความพิการทางหู

3.3 ความพิการทางตา

3.4 ความพิการทางสติปัญญา

3.5 ความพิการทางอารมณ์และจิตใจ

4. กองการศึกษาเพื่อคนพิการ กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ได้กำหนดประเภทเด็กที่มีความต้องการพิเศษตามลักษณะที่ได้ดำเนินการจัดให้บริการทางการศึกษา โดยแบ่งเป็น (กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับคนพิการ. 2548: ออนไลน์)

4.1 เด็กพิเศษประเภทตาบอด

4.2 เด็กพิเศษประเภทหูหนวก

4.3 เด็กพิเศษประเภทปัญญาอ่อน

4.4 เด็กพิเศษประเภทพิการทางร่างกาย รวมทั้งเด็กเจ็บป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาล

4.5 เด็กขาดโอกาสที่จะเรียน หรือ เด็กศึกษาสงเคราะห์ ได้แก่ เด็กชาวบ้าน ชาวเขา ชาวเรือ ชาวแพ ชาว์เกาะ

5. คณะอนุกรรมการโครงการการศึกษาพิเศษ โครงการพัฒนาศึกษาอาเซียน ได้จัดประเภทเด็กที่มีความต้องการพิเศษที่จะให้บริการทางการศึกษาไว้ ดังนี้ (กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับคนพิการ. 2548 : ออนไลน์)

5.1 เด็กที่มีความบกพร่องทางการมองเห็น

5.2 เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน

5.3 เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

5.4 เด็กที่มีความบกร่องทางร่างกายและสุขภาพ

5.5 เด็กที่มีปัญหาทางการเรียนรู้

6. พระราชบัญญัติการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พ.ศ. 2534 ตามพระราชบัญญัติการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พ.ศ. 2534 แบ่งประเภทของบุคคลที่มีความต้องการพิเศษ เพื่อการจดทะเบียนและการฟื้นฟูสมรรถภาพไว้ คือ (กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับคนพิการ. 2548 : ออนไลน์)

6.1 คนพิการทางการเห็น

6.2 คนพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย

6.3 คนพิการทางกายหรือการเคลื่อนไหว

6.4 คนพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม

6.5 คนพิการทางสติปัญญาหรือการเรียนรู้

โดยมีเกณฑ์การคัดกรองบุคคลที่พิการทางการเห็นดังต่อไปนี้

1) ไม่สามารถมองเห็นสิ่งรอบ ๆ ตัวได้
2) ก้ม เอนหรือเคลื่อนศีรษะไปมาเพื่อหาจุดที่มองเห็นที่สุด
3) มองภาพหรือสิ่งของในระยะใกล้ๆ
4) เวลาอ่านหรือเขียนหนังสือมักจะก้มจนเกือบชิดกระดาษ
5) มักเขียนอักษรตัวใหญ่
6) มองเห็นสิ่งของไม่ชัดเจนไม่สามารถบอกรายละเอียดของภาพหรือสิ่งของได้
7) มักใช้ประสาทสัมผัสส่วนอื่นมากกว่าการใช้สายตา
8) เบิ่งตา หรี่ตา หรือปิดตาข้างหนึ่งเพื่อให้เห็นชัดขึ้น
9) ขยี้ตา กระพริบตาถี่ หรือกลอกกลิ้งลูกตาไปมาบ่อยๆ จนผิดปกติ
10) ชอบหรี่ตา และป้องแสงไม่ให้เข้าตา
11) ไม่สามารถบอกความแตกต่างของสีที่ใกล้เคียงกัน หรือสีที่ไม่ตัดกัน เช่น สีเขียวกับ สีฟ้า สีขาวกับสีเทา เป็นต้น
12) เดินงุ่มง่าม ชน และสะดุดวัตถุ
13) เดินหรือวิ่งไม่สม่ำเสมอ สะดุดพลาดโดยไม่มีสาเหตุ

7. ในการจัดการแข่งขันกีฬาเฟสปิคเกมส์ ได้จัดแบ่งความพิการออกเป็น 5 ประเภทดังนี้ (เครือข่ายกาญจนาอภิเษก. 2548: ออนไลน์)

7.1 ความพิการทาง แขน - ขา

7.2 ความพิการทางตา

7.3 ความพิการทางสมอง

7.4 กลุ่มคนพิการที่นั่งรถวีลแชร์

7.5 ความพิการทางปัญญา

จากการจัดแบ่งประเภทข้างต้น จะเห็นว่าในส่วนของการมองเห็น จะแบ่งออกเป็นสองลักษณะคือประเภทตาบอดหรือมองเห็นได้เลือนลาง ซึ่งทั้งสองลักษณะนี้ล้วนไม่สามารถใช้การมองเห็นให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้

การสงเคราะห์และฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ

เด็กพิการที่เรียนร่วมกับเด็กปกติเหล่านี้จะต้องเผชิญกับความเครียดและความกดดันในหลายทางสิ่งสำคัญที่โรงเรียนซึ่งได้เปิดโอกาสให้เด็กพิการได้เรียน รู้และใช้ชีวิตการเรียนเช่นเด็กปกติทั้งหมดนั้น คือโรงเรียนจะต้องสอนและสร้างการเรียนรู้ ความเข้าใจในเด็กพิการเหล่านี้ยอมรับสภาพความจริงของความพิการที่เกิดขึ้น และกล้าเผชิญกับความจริงดังกล่าว จุดมุ่งหมายของโรงเรียนไม่เพียงแต่ต้องการให้เขามีความรู้ทางวิชาการเท่านั้น แต่จะต้องสอนการดำเนินชีวิตของเขาร่วมกับคนปกติในการยอมรับความจริง กล้าเผชิญและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้ ขณะเดียวกับที่โรงเรียนจะต้องสร้างความเข้าใจและทัศนคติที่ดีให้กับครู นักเรียน ในโรงเรียนได้เข้าใจเด็กพิการ แต่มิใช่ด้วยความสงสาร สมเพช แต่ด้วยความยอมรับในความสามารถ ความพยายามตลอดจนการให้กำลังใจ ให้เวลา ให้โอกาสแก่เด็กพิการเหล่านั้นด้วย (กิตติยา รัตนากร. 2531 : 79)

ปฏิกิริยาที่มีต่อความพิการ

ความพิการทางร่างกายที่ก่อให้เกิดความสูญเสียของอวัยวะที่ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทั้งที่เห็นได้ชัดเจนหรือไม่ชัดเจนก็ตามย่อมส่งผลกระทบต่อผู้พิการทั้งทางตรงและทางอ้อม ปฏิกิริยาของคนพิการที่มีต่อความพิการที่ได้รับนั้นโดยรวมแล้วจะมีหลายลักษณะ เช่น หมดกำลังใจ วิตกหดหู่ โมโหร้าย ท้อแท้ แต่ลักษณะของความรุนแรงขอปฏิกิริยาต่างๆ เหล่านี้ของแต่ละบุคคลย่อมไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่สำคัญทั้ง 3 ประการ (กิตติยา รัตนากร. 2531 : 21)

ลักษณะความพิการที่เกิดขึ้น ปรากฏให้เห็นมาก-น้อยเพียงใด เพราะความพิการนั้นทำให้สูญเสียอวัยวะที่จำเป็นและสำคัญมากหรือความพิการบริเวณใบหน้าซึ่งเป็นอวัยวะที่มีผลต่อความสวยงาม ย่อมทำให้มีปฏิกิริยาของความสูญเสียมากกว่าที่อื่นๆ

ระยะเวลาของการเกิดความพิการ หากเป็นความพิการแต่กำเนิด ปฏิกิริยาของความสูญเสียย่อมน้อยกว่าผู้พิการทางสายตาในภายหลัง

บุคลิกลักษณะเฉพาะตัว คนพิการที่มีสภาพจิตใจเข้มแข็ง อดทน สามารถยอมรับสภาพและปรับตัวเข้ากับสภาพพิการนั้นๆ ภายในระยะเวลาไม่นาน ไม่เหมือนกับผู้ที่มีสภาพจิตใจอ่อนแอ หวั่นไหว ชอบพึ่งพิงผู้อื่น เป็นต้น

หลักการสงเคราะห์คนพิการ

การสงเคราะห์หรือการให้ความช่วยเหลือบุคคลใดก็ตาม ตามหลักปรัชญาของงานสังคมสงเคราะห์ คือ "การช่วยเขาเพื่อให้เขาสามารถช่วยเหลือตนเองได้" การสงเคราะห์คนพิการก็เช่นกัน มิได้มุ่งเพื่อจัดหาทดแทนส่วนที่บกพร่องสูญเสียไป หรือมุ่งตอบสนองความต้องการของคนพิการเพียงเท่านั้น ทั้งนี้เพราะเป้าหมายหลักที่สำคัญที่สุดในการช่วยเหลือคนพิการคือความพยายามที่จะให้เขาได้ใช้ความสามารถที่มีอยู่ ช่วยเหลือตนเองให้ได้และสามารถแก้ปัญหาต่างๆได้ สามารถตัดสินใจโดยใช้วิจารณญาณของตนเองได้ ไม่ตกเป็นภาระของสังคม ตลอดจนสามารถบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมและเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประเทศในที่สุด (กิตติยา รัตนากร). 2531 : 51)

วิสัยทัศน์สำหรับคนพิการ

วิริยะ นามศิริพงศ์พันธุ์ (2539 : 117-127) ได้กล่าวถึงวิสัยทัศน์ของคนพิการไว้ดังนี้ วิสัยทัศน์ในที่นี้หมายถึงความใฝ่ฝันที่อยากจะให้เป็นหรืออยากจะให้มีหรือคนพิการ
แยกเป็น 4 ด้านคือ

1. วิสัยทัศน์สำหรับตัวบุคคลผู้พิการ
2. วิสัยทัศน์สำหรับครอบครัวคนพิการ
3. วิสัยทัศน์สำหรับการรวมกลุ่มของคนพิการ
4. วิสัยทัศน์สำหรับสังคม

1. วิสัยทัศน์สำหรับตัวบุคคลผู้พิการ

1.1 เป็นคนที่มีสุขภาพดีเต็มตามศักยภาพ

ไม่ได้เป็นความต้องการที่จะให้หายการหายจากความพิการ แต่เป็นผู้ที่มีสุขภาพเต็มตามศักยภาพที่พึงจะมีได้ คนที่เกิดมาแล้วต้องพิการต้องให้ความพิการนั้นเกิดน้อยที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องได้รับการฟื้นฟูทางการแพทย์ทันทีที่ทราบว่ามีความพิการเกิดขึ้นเพื่อที่จะไม่ให้ความพิการเกิดมากขึ้น หรือช่วยฟื้นฟูส่วนที่พิการไปแล้วให้กลับดีขึ้นได้ การใช้กีฬาหรือดนตรีเข้ามาช่วยจะทำให้การฟื้นฟูมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น อีกทั้งคนพิการยังต้องการให้ครอบครัวและชุมชนเข้ามามีบทบาทในการฟื้นฟูด้วย ในกรณีที่ไม่อาจฟื้นฟูความพิการได้ ก็ควรมีเครื่องช่วยเหลือเช่นแขนเทียม ขาเทียม รถเข็น ไม้เท้า และที่สำคัญต้องมีการพัฒนาทักษะให้คนพิการ เพื่อที่จะให้คนพิการช่วยเหลือตนเองและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมของสังคมได้ ก็จะทำให้คนพิการมีสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น

นอกไปจากนี้คนพิการและครอบครัวของคนพิการยังต้องการความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตจากแพทย์หรือนักจิตวิทยา คนพิการจำนวนมากที่ไม่ได้รับการดูแลจากแพทย์หรือนักจิตวิทยา ทำให้มีสุขภาพจิตที่เสื่อมโทรมและทำให้สุขภาพกายอ่อนแอไปด้วย การให้บริการทางการฟื้นฟูจิตใจแก่คนพิการจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง

1.2 เป็นคนมีความรู้ความสามารถเต็มตามศักยภาพ

คนพิการมีศักยภาพที่จะมีความรู้ความสามารถไม่แตกต่างจากบุคคลทั่วไปมากนัก คนพิการจึงต้องการมีความรู้ความสามารถเต็มตามศักยภาพของตนเหมือนอย่างบุคคลทั่วไป และคนที่พิการตั้งแตกยังเป็นทารกต้องมีวิธีการกระตุ้นพัฒนาที่เหมาะสมเพื่อให้เด็กมีพัฒนาการไม่แตกต่างไปจากเด็กทั่วๆ ไป แต่เนื่องจากสภาพความพิการ ทำให้คนพิการต้องการเครื่องมือที่เหมาะสมที่จะช่วยในการเรียนรู้เช่นหนังสืออักษรเบลล์ หนังสือเสียง และสิ่งเหล่านี้ก็จะช่วยให้เด็กพิการสามารถเรียนร่วมกับนักเรียนทั่วไปได้ หากเด็กพิการได้รับสิ่งที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ ก็จะสามารถเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถไม่ต่างจากบุคคลทั่วไปได้

1.3 เป็นคนมีงานทำ

คนพิการต้องการที่จะได้รับการฝึกอาชีพเหมือนคนทั่วไป โดยต้องการฝึกอาชีพที่คนพิการสามารถทำได้ดี สอดคล้องกับความต้องการของตลาดและมีรายได้ดี หรือให้พอเลี้ยงชีพได้ และต้องการโอกาสมีงานทำเหมือนบุคคลทั่วไป อาจจะเป็นอาชีพอิสระ หรือเป็นลูกจ้าง อีกทั้งยังต้องการเสรีภาพในการเลือกทำงาน ไม่ต้องการการถูกห้ามไม่ให้ทำงานบางอย่าง ไม่ว่าจะเป็นลูกจ้างทั่วไปหรือ งานราชการรัฐวิสาหกิจ

1.4 เป็นคนดี

คนพิการต้องการการอบรมปลูกฝังอุปนิสัยที่ดี ตั้งแต่อุปนิสัยเพื่อการอยู่รอด เช่นความขยัน ความประหยัด ความอดทนอดกลั้น ความเชื่อมั่นใจตนเอง รวมไปถึงอุปนิสัยที่จำเป็นต่อการมีสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เช่นรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา รู้จักประนีประนอม รู้จักให้อภัย รวมไปถึงอุปนิสัยของการเป็นพลเมืองที่ดี เช่นความมีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย อุทิศตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมตามสมควร

1.5 เป็นคนมีศักดิ์ศรี

คนพิการต้องการศักดิ์ศรีและสิทธิเท่าเทียมกับบุคคลทั่วไป ต้องการสิทธิที่เสมอภาคจากหน่วยงานของรัฐ เช่นการทำบัตรประจำตัวประชาชน ต้องการสิทธิที่จะเลือกเรียน เลือกอาชีพ รวมไปถึงสิทธิทางการเมือง เช่นการสมัครรับเลือกตั้งเป็นต้น

2. วิสัยทัศน์สำหรับครอบครัวคนพิการ

2.1 เป็นครอบครัวที่มีความเข้าใจคนพิการเป็นอย่างดี

คนพิการต้องการความเข้าใจจากครอบครัวเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะพิการมาแต่กำเนิดหรือพิการในภายหลังก็ตาม ความเข้าใจที่ดีเกี่ยวกับคนพิการจะช่วยให้คนพิการมีพัฒนาการในด้านต่างๆ ได้ดี ไม่แตกต่างไปจากบุคคลทั่วไป

ในด้านชีวิตคู่ก็เช่นกัน คนพิการต้องการมีชีวิตคู่เช่นเดียวกับคนทั่วไป และในกรณีที่คู่สมรสของคนพิการเป็นคนปกตินั้น คนพิการก็ต้องการให้คู่สมรสได้เข้าใจว่าคนพิการก็สามารถให้ความสุขในด้านต่างๆ ได้ไม่แตกต่างจากคนทั่วไป และต้องการให้คู่สมรสอยู่ด้วยความเข้าใจไม่ใช่ความสงสาร

และคนพิการยังคาดหวังว่าครอบครัวที่มีสมาชิกเป็นคนพิการจะเข้าใจคนพิการเป็นอย่างดี และเข้ามามีบทบาทในการสนับสนุนส่งเสริมให้คนพิการได้ประสบผลสำเร็จในชีวิต แทนที่จะปล่อยให้คนพิการท้อแท้ หมดอะไรตายอยากในชีวิต

2.2 เป็นครอบครัวที่ชายหญิงร่วมกันรับผิดชอบในงานบ้านและเลี้ยงดูลูก

เด็กพิการต้องการได้รับการฝึกหัดให้รู้จักทำการบ้านและเลี้ยงดูน้อง เพื่อวันหนึ่งจะมีครอบครัวของตน จะได้สามารถดูแลบ้านและเลี้ยงดูลูกได้ สตรีพิการยังต้องการเห็นชายเข้ามามีส่วนร่วมในการทำงานบ้านและเลี้ยงดูลูกเช่นเดียวกับสตรีทั่วไป

2.3 เป็นครอบครัวที่อบอุ่น

ต้องการให้พ่อแม่มีเวลาให้อย่างเพียงพอ รวมไปถึงต้องการให้คู่สมรสมีเวลาให้อย่างเพียงพอ และมีเวลาที่จะให้ความสุขทางเพศซึ่งกันและกันอย่างเพียงพอและเหมาะสม คนพิการต้องการความไว้วางใจที่ตั้งอยู่บนรากฐานของความไม่ประมาท ต้องการการให้อภัยจากบุคคลในครอบครัว ต้องการครอบครัวที่มีแต่การให้ซึ่งกันและกัน แทนการขอหรือเรียกร้องเอาแต่เพียงฝ่ายเดียว

2.4 เป็นครอบครัวที่มั่นคง

เช่นเดียวกับบุคคลทั่วไป คือคนพิการต้องการพ่อแม่หรือคู่สมรสที่รักเดียวใจเดียว ไม่นอกใจกัน ไม่มักมากในกาม มีความอดทนอดกลั้น ไม่ใช้อารมณ์เป็นสำคัญในการตัดสินปัญหาต่างๆ ต้องการได้ยินคำพูดที่มีอารมณ์สุนทรียะเป็นครั้งคราว โดยเฉพาะผู้หญิงจะต้องการจากผู้ชายมากเป็นพิเศษ และไม่ต้องการเห็นครอบครัวของตนมีการหย่าร้าง

3 วิสัยทัศน์สำหรับการรวมกลุ่มของคนพิการ

3.1 มีองค์กรของคนพิการทั้งในระดับท้องถิ่นและระดับประเทศ

คนพิการต้องการเห็นคนพิการแต่ละประเภทรวมตัวกันเป็นชมรม หรือสมาคม เพื่อเป็นปากเสียงและพิทักษ์สิทธิประโยชน์ของคนพิการประเภทนั้นๆ และเพื่อตอบสนองความต้องการของคนพิการในแต่ละประเภทที่แตกต่างกันออกไป รวมไปถึงต้องการให้องค์กรของคนพิการแต่ละประเภทนั้นรวมตัวกันเป็นองค์กรประสานงานเป็นสภาคนพิการทุกประเภท เพื่อให้การรวมกลุ่มนั้นมีพลังที่จะเป็นปากเสียงแทนคนพิการและสามารถพิทักษ์ผลประโยชน์ของคนพิการได้ทั่วทั้งหมด มิใช่ปล่อยให้คนพิการไร้ผู้นำ ถูกชักจูงไปใช้เป็นเครื่องมือในการแสวงหาผลประโยชน์ของคนบางคน

3.2 มีองค์กรของคนพิการที่เข้มแข็ง

คนพิการต้องการองค์กรของคนพิการที่มีการบริหารงานอย่างมืออาชีพ ทำงานเป็นระบบ มีการตรวจสอบที่มีประสิทธิภาพ มีคนพิการเป็นสมาชิกจำนวนมาก และคนพิการทุกคนมีสิทธิมีเสียงในการเลือกผู้นำ ตลอดจนได้รับการสนับสนุนทางการเงินจากภาครัฐและเอกชนในการบริหารและทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้เป็นปากเป็นเสียงของคนพิการได้อย่างแท้จริง และสามารถพิทักษ์ผลประโยชน์ของคนพิการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4 วิสัยทัศน์สำหรับสังคม

4.1 เป็นสังคมที่เข้าใจคนพิการดี

คนพิการต้องการเห็นสังคมเข้าใจคนพิการว่าไม่ได้เกิดขึ้นจากบาปกรรมของใคร เป็นคนที่มีศักดิ์ศรีเหมือนกับบุคคลอื่น เป็นคนที่มีความสามารถ ถ้าหากได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพอย่างเหมาะสมในทุกด้าน ไม่ใช่เป็นที่น่าสมเพช น่าสงสาร แต่เป็นคนที่มีชีวิตจิตใจ ความรู้สึก และอารมณ์เหมือนกับบุคคลทั่วไป ต้องการสิทธิและโอกาสในการศึกษา สิทธิในการเมือง สิทธิในสังคม และเสรีภาพในการเดินทาง รวมถึงสิทธิที่ได้รับบริการสาธารณะจากหน่วยงานของรัฐอย่างเท่าเทียมกับบุคคลอื่น ต้องการมีคู่สมรส คนพิการหวังว่าสังคมจะเข้าใจและยอมรับว่าคนพิการก็มีความสามารถ มีชีวิตจิตใจและศักดิ์ศรีไม่แตกต่างไปจากบุคคลทั่วไป

4.2 เป็นสังคมที่เปิดโอกาสคนพิการได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทางสังคม

คนพิการต้องการให้สาธารณสถานไม่ว่าของรัฐหรือเอกชนมีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับคนพิการ คนพิการคาดหวังว่าจะสามารถปรากฏตัวอยู่ได้ทุกแห่งในสังคมปนกับบุคคลทั่วไป

4.3 เป็นสังคมที่มีเมตตาธรรมตามความเหมาะสม

คนพิการที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ก็ต้องการได้รับการสงเคราะห์ ระบบสงเคราะห์ดีที่ควรช่วยให้คนพิการสามารถอยู่ร่วมกับครอบครัวได้อย่างอบอุ่นต่อไป แต่หากไม่สามารถทำได้ สถานสงเคราะห์ของรัฐ และเอกชนก็ควรจะมีความอบอุ่น คนพิการต้องการให้ทำบุญกับสถานสงเคราะห์หรือสถานให้บริการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการที่มีผลงาน ไม่ใช่ทำบุญให้กับขอทานตามท้องถนน ต้องการให้สังคมมีระบบงานอาสาสมัครโดยที่คนพิการเข้าไปมีส่วนร่วมในกระบวนการนั้นด้วยการจะแก้ไขปัญหาใดๆ ของคนพิการ ควรที่จะทำความเข้าใจความคาดหวังของคนพิการเสียก่อน ว่าความสมบูรณ์สำหรับคนพิการนั้นเป็นอย่างไร ทั้งในลักษณะของตัวคนพิการเอง และสิ่งแวดล้อมของคนพิการด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนพิการจะมีวิสัยทัศน์บางอย่างที่แตกต่างไปจากบุคคลโดยทั่วไป เนื่องมาจากความบกพร่องทางกาย หรือสติปัญญา หรือพฤติกรรม การเข้าใจรายละเอียดเหล่านี้จะทำให้ช่วยแก้ไขปัญหาของคนพิการได้ดียิ่งขึ้น

เจตคติของคนพิการ

1) เจตคติต่อตนเองของคนพิการ

คนพิการมีเจตคติต่อตนเองไปในทางลบ โดยเชื่อว่าคนพิการไม่สามารถทำอะไรได้ เชื่อว่าความพิการเป็นปมด้อย เป็นเรื่องน่าอับอาย เป็นเรื่องที่คนอื่นจะดูถูกดูแคลนได้ เจตคติทางลบนี่เองที่มีผลให้คนพิการขาดความเชื่อมั่นในตนเองและทำให้คนพิการไม่ต้องการได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพในทุกๆด้าน ทำให้คนพิการขาดความกระตือรือร้นในการรับบริการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการในด้านต่างๆ ทำให้การฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการไม่มีประสิทธิผลเท่าที่ควร

2) ตัวบุคคลพิการ

ปัญหา ชนิด และสภาพของการพิการที่เกิดขึ้นกับคนพิการนั้น สามารถส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิด เจตคติต่อตนเอง และต่อสังคม ซึ่งหากเป็นไปในทิศทางลบคือ มีความคาดหวังต่ำ ขาดกำลังใจและความมุ่งหวังในอนาคต และเป็นตัวทำลายความสุข ความมีคุณค่า สติปัญญา ขาดเหตุผล เกิดความรู้สึกว่าขังตนเองไว้กับความพิการ โดยไม่คิดมองหาแนวทางพึ่งพาตนเองเลย แต่ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลพิการมีความรู้สึกนึกคิดและเจตคติเป็นไปในทางสร้างสรรค์คือคิดว่าความพิการเป็นเพียงความบกพร่องของอวัยวะเพียงบางส่วนแต่ยังเหลืออวัยวะที่ดีที่ยังทดแทนกันได้ คิดหาทางที่แก้ไขทดแทนสิ่งที่สูญเสียไปแล้ว สร้างตนเองให้มีสังคมมีอาชีพ มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ต่อสังคม หน้าที่การงาน เพื่อนฝูง ความสุขและความสำเร็จย่อมเกิดกับบุคคลพิการผู้นั้น

ตัวของบุคคลพิการเองนั้นสามารถที่จะเกิดเจตคติ ความรู้สึกนึกคิดที่มิต่อตนเองและสังคมได้ 2 แบบคือ แบบทางลบ และแบบทางบวก ซึ่งหากสภาพจิตใจของคนพิการเป็นไปในทางลบจะเกิดความพิการซ้ำซ้อนทั้งร่างกายและจิตใจขึ้นมา แต่หากสภาพจิตใจของคนพิการเป็นไปใน

ทางบวกจะทำให้คนพิการมองอะไรสดใน มีกำลังใจในการดำรงชีวิต และเข้าสังคม ย่อมส่งผลให้คนพิการลุกขึ้นยืนต่อสู้กับความพิการของตนและสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้โดยไม่เป็นภาระให้กับบุคคลอื่น

การยอมรับตนเองของคนพิการ

Berger, E. ได้สรุปไว้ในปี ค.ศ. 1952 โดยแก้ไขจากแนวคิดที่กล่าวเอาไว้ในปี ค.ศ. 1949 ดังนี้ว่า

1) ยึดเอาค่านิยมภายในใจและมาตรฐานมากกว่าอิทธิพลของสิ่งภายนอก
2) มีความศรัทธาในวิสัยสามารถ (Capacity) ที่จะดำเนินชีวิตได้ดี
3) มีความรับผิดชอบต่อผลการกระทำของตนเอง
4) ยอมรับคำสรรเสริญและคำติเตียนของบุคคลอื่นอย่างมีเหตุผล
5) ไม่พยายามปฏิเสธหรือบิดเบือนอารมณ์ แรงจูงใจ ข้อจำกัด ความสามารถของตนเอง
6) ยอมรับนับถือคุณค่าของตนเองและผู้อื่น
7) ไม่คาดหวังให้ใครปฏิเสธเขา และไม่คิดว่าตนเองต่างจากคนอื่นอย่างสมบูรณ์

ปฏิกิริยาที่มีต่อความพิการ

ความพิการทางร่างกายที่ก่อให้เกิดความสูญเสียของอวัยวะที่ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทั้งที่เห็นได้ชัดเจนหรือไม่ชัดเจนก็ตามย่อมส่งผลกระทบต่อผู้พิการทั้งทางตรงและทางอ้อม ปฏิกิริยาของคนพิการที่มีต่อความพิการที่ได้รับนั้นโดยรวมแล้วจะมีหลายลักษณะ เช่น หมดกำลังใจ วิตกหดหู่ โมโหร้าย ท้อแท้ แต่ลักษณะของความรุนแรงขอปฏิกิริยาต่างๆ เหล่านี้ของแต่ละบุคคลย่อมไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่สำคัญทั้ง 3 ประการ

ลักษณะความพิการที่เกิดขึ้น ปรากฏให้เห็นมาก-น้อยเพียงใด เพราะความพิการนั้นทำให้สูญเสียอวัยวะที่จำเป็นและสำคัญมากหรือความพิการบริเวณใบหน้าซึ่งเป็นอวัยวะที่มีผลต่อความสวยงาม ย่อมทำให้มีปฏิกิริยาของความสูญเสียมากกว่าที่อื่นๆ

ระยะเวลาของการเกิดความพิการ หากเป็นความพิการแต่กำเนิด ปฏิกิริยาของความสูญเสียย่อมน้อยกว่าผู้พิการทางสายตาในภายหลัง

บุคลิกลักษณะเฉพาะตัว คนพิการที่มีสภาพจิตใจเข้มแข็ง อดทน สามารถยอมรับสภาพและปรับตัวเข้ากับสภาพพิการนั้นๆ ภายในระยะเวลาไม่นาน ไม่เหมือนกับผู้ที่มีสภาพจิตใจอ่อนแอ หวั่นไหว ชอบพึ่งพิงผู้อื่น เป็นต้น

ปัญหาของคนพิการ

ปัญหาทั่วไปของคนพิการ

คนพิการมีปัญหาและอุปสรรคมากมาย ซึ่งส่งผลต่อการที่จะมุ่งไปสู่วิสัยทัศน์ที่ตั้งใจไว้ และจะทำให้คนพิการที่ไม่สามารถไปถึงวิสัยทัศน์กลายเป็นคนพิการที่มีปัญหาเอง ซึ่งการทราบถึงปัญหาหรือสาเหตุจะนำมาใช้เป็นพื้นฐานในการค้นหาแนวทางที่จะแก้ไข

ปัญหาของคนพิการได้ ซึ่ง (วิริยะ นามศิริพงศ์พันธุ์. 2539 : 129-145) ได้รวบรวมปัญหาที่สำคัญของคนพิการไว้ดังนี้

1. เจตคติในทางลบต่อคนพิการ
2. ปัญหาด้านกฎหมาย
3. ปัญหาความยากจน

1. เจตคติในทางลบต่อคนพิการ

1.1 สังคม

เชื่อว่าคนพิการเป็นผลิตผลของบาปกรรมของตนเองหรือครอบครัว เป็นคนไร้ความสามารถ ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ น่าสงสาร และควรอยู่แต่บ้าน ซึ่งส่งผลให้สาธารณสถานและพาหนะขนส่งสาธารณะสร้างโดยไม่ได้คำนึงถึงคนพิการ ทำให้ชีวิตคนพิการเป็นไปด้วยความยากลำบาก อีกทั้งกฎหมาย ข้อบังคับหลายอย่าง ก็ออกมาจำกัดสิทธิของคนพิการ

1.2 เจ้าของสถานประกอบการ

เชื่อว่าคนพิการไม่สามารถทำงานได้ หรือทำได้ก็ไม่ดีเท่ากับบุคคลทั่วไป การทำงานของคนพิการจะสร้างความยุ่งยากแก่สถานประกอบการของตน ซึ่งทำให้เจ้าของสถานประกอบการส่วนใหญ่ไม่ยอมรับคนพิการเข้าทำงาน หรือให้ทำงานโดยได้รับผลตอบแทนต่ำกว่าบุคคลทั่วไป

1.3 ครอบครัวของคนพิการ

เชื่อว่าคนพิการทำให้ครอบครัวต้องอับอาย และเป็นภาระหนักของครอบครัว การให้คนพิการทำงานถือว่าเป็นการสร้างเวรกรรม จึงไม่ให้คนพิการได้ทำอะไร ถูกเก็บตัวไว้แต่ในบ้าน

1.4 ตนเอง เชื่อว่าความพิการทำให้ตนเองไม่สามารถทำอะไรได้ เป็นปมด้อยน่าอาย เป็นผลทำให้คนพิการขาดความเชื่อมั่นในตนเองและไม่ต้องการได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพของตน

2 ปัญหาด้านกฎหมาย

มีกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับต่างๆ ทำให้คนพิการไม่มีสิทธิและโอกาสทัดเทียมกับคนอื่นๆ เช่นคนพิการห้ามรับราชการ หรือรัฐวิสาหกิจ การเลือกปฏิบัติต่อคนพิการทั้งๆ ที่บางอย่างนั้นเป็นสิ่งที่คนพิการสามารถทำได้ จึงทำให้ไม่มีงานทำและไม่มีศักดิ์ศรีเท่าเทียมผู้อื่น

3. ปัญหาความยากจน

ความยากจนของครอบครัวคนพิการทำให้ไม่สามารถแบกรับภาระเลี้ยงดูคนพิการได้ ต้องขายคนพิการ หรือให้ไปเป็นขอทาน หรือถูกทอดทิ้ง และโดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัวในชนบท ไม่มีเงินพอสำหรับการนำคนพิการไปยังสถานฟื้นฟู จึงทำให้คนพิการขาดการฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งทางการแพทย์ การศึกษา หรืออาชีพ

ปัญหาสุขภาพจิตของคนพิการ

ความบกพร่องทางร่างกายที่มีมาตั้งแต่กำเนิด หรือเกิดขึ้นภายหลัง เช่นตาบอด หูหนวก พูดไม่ชัด อวัยวะแขนขาไม่ปรกติ หรือแม้แต่ขาดความสวยงาม เหลานี้ล้วนผลักดันให้บุคคลผู้นั้นตกอยู่ในสภาพจิตบีบคั้นทางจิตใจได้ทั้งนั้น จึงนับได้ว่าความบกพร่องทางกายมีความสัมพันธ์กับสภาพทางจิตใจเป็นอันมาก

กล่าวได้เลยว่าความพิการที่เกิดขึ้นนั้นไม่ว่าจะเป็นตั้งแต่กำเนิดหรือเกิดขึ้นภายหลังนั้นล้วนแต่สามารถสร้างปัญหาทางจิตใจให้แก่คนที่พิการได้ทั้งสิ้นขึ้นอยู่ว่าจะมากหรือน้อยตามแต่สภาพของความพิการที่บุคคลพิการได้รับ

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 งานวิจัยในประเทศ

ศศิมา รักษ์อารยะธรรม (2548 : 3-4) ผลการวิจัย พบว่า ระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดไม่มีความแตกต่างกับนักเรียนปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ด้านตนเองโดยทั่วไป ด้านสังคมกลุ่มเพื่อน ด้านครอบครัวพ่อแม่ ไม่มีความแตกต่างกัน มีเพียงด้านโรงเรียนและการศึกษาเพียงด้านเดียวที่มีความแตกต่างกัน

ภลิวัลย์ ฉัตรมณีฤกษ์ (2547 : 105-106) ผลการวิจัย พบว่าระดับการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูงของคนตาบอด การมีสมาธิและความเชื่อมั่น ไม่หวาดหวั่นต่อความยากลำบาก ความกล้าหาญ ความไม่ย่อท้อ และการมีหัวใจที่เข้มแข็ง เป็นผู้ไม่รู้จักหมดหวัง ความเป็นคนขยันขันแข็ง และมีความมุ่งหมายในชีวิต เป็นผู้มีจิตใจเบิกบาน มองโลกในแง่ดี เป็นคนละเอียดลออ รอบคอบ ระมัดระวังในการตัดสินใจ เพื่อมิให้เกิดข้อผิดพลาด ระดับการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูงของคนพิการอยู่ในระดับมาก เฉลี่ย 3.85 ระดับการมองเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ต้องการการเอาใจใส่และการยอมรับสูง

ซึมเศร้าสิ้นหวัง ต้องการทางวัตถุ เห็นแก่ตัวและชอบขี้คุยขี้โอ่หรือทำตัวเด่น ชอบโยนความผิดให้ผู้อื่น และชอบเอาชนะ ไม่ชอบตัดสินใจและผัดวันประกันพรุ่ง รวมทั้งมักติดสิ่งเสพติด

การประเมินตนเองของคนพิการต่อประเภทความพิการมีผลต่อการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูงแตกต่างกัน นุชจรี ฌายีเนตร (2538 : 7) ผลการศึกษา พบว่า คนพิการกลุ่มทดลอง หลังการฝึกทักษะการดำเนินชีวิต มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนได้รับการฝึกทักษะการดำเนินชีวิต คนพิการกลุ่มทดลอง หลังการฝึกทักษะการดำเนินชีวิต และติดตามผลหลังการทดลอง 1 เดือน มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไม่ต่างกัน คนพิการกลุ่มควบคุม หลังการทดลองมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกันจากก่อนทดลอง คนพิการในกลุ่มควบคุม หลังการทดลองและติดตามผลหลังการทดลอง 1 เดือน มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน คนพิการกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน คนพิการกลุ่มทดลองหลังได้รับการฝึกทักษะการดำเนินชีวิต มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม คนพิการในกลุ่มทดลองหลังฝึกทักษะการดำเนินชีวิตไป 1 เดือน มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ชยาพร ลี้ประเสริฐ (2535 : จ) ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษาของ โซโลมอน (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 27 ; อ้างอิงจาก Solomon Quoted in Zimbardo. 1997. pp. 302) พบว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญกับความรู้สึกอายไม่กล้าแสดงออก และความกล้าแสดงออกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2531 : 27 ; อ้างอิงจาก Conaway. 1997. pp. 3915-3916-A) งานวิจัยของจรัญญา ขันกฤษณ์ (บทคัดย่อ) การศึกษาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาล วัดศรีสุพรรณ พบว่า นักเรียนหญิงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนชาย ซึ่งนักเรียนหญิงมีระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลาง ส่วนนักเรียนชายมีระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ

ผลการวิจัยของ พรรณี ฉุ้นประดับ (2538 : บทคัดย่อ) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุน ทางสังคมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในหญิงตั้งครรภ์ที่มี ภาวะเสี่ยง พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และรายได้ของครอบครัวสามารถร่วมทำนาย พฤติกรรมเผชิญความเครียดได้ โดยที่หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะ เสี่ยงที่มีความรู้สึกมี

คุณค่าในตนเองสูง ได้รับการสนับสนุน ทางสังคมที่ดี และมีรายได้ของครอบครัวสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดได้เหมาะสม

งานวิจัยของ กมลพรรณ หอมนาน (2539 : บทคัดย่อ) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้ สมรรถนะในตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ· พบว่าภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัย สำคัญทางสถิติ

รุจิเรข สพกุศลสันติ และ สมชาย แสงจิตพันธุ์ (ชม ภูมิภาค 2520 : 137) ได้สำรวจความต้องการในเนื้อหาของ รายการวิทยุกระจายเสียงเพื่อการศึกษาตลอดชีพในจังหวัดสุพรรณบุรีและจังหวัดชลบุรี พ.ศ.2518 พบว่ารายการละครวิทยุได้รับความนิยมมากในรายการประเภทบันเทิง และ พบว่าเพศหญิงชอบรายการละครวิทยุมากกว่าเพศชายและได้รับความนิยมลดลงในผู้ฟังที่มีระดับการศึกษาสูงและ พบว่ารายการที่คนชอบฟังมากที่สุดคือ ตอบปัญหา รองลงมาได้แก่ การสัมภาษณ์หรือสนทนาและโต้วาที

จิระพันธ์ เดมะ (จิระพันธ์ เดมะ, 2524 : 94) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการใช้สิ่งช่วยจัดความคิดรวบยอดชนิดโสตสัมผัสแบบต่างๆก่อนการเสนอละครวิทยุทางการศึกษาที่มีผลต่อการเรียนรู้ด้านภาษาด้านความจำ ความเข้าใจ และความคงทนในการเรียนรู้สรุปผลได้ว่า ผลการเรียนรู้ด้านความเข้าใจในเนื้อหาที่เสนอโดยสื่อประเภทละครวิทยุของนักเรียนที่ได้รับและไม่ได้รับสิ่งช่วยขจัดความคิดรวบยอดชนิดโสตสัมผัสล่วงหน้าก่อนเสนอละครวิทยุแบบเสนอเค้าโครงเรื่องแบบเสนอเรื่องย่อและแบบเสนอคำถามเชิงอัตนัย แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความคงทนในการเรียนรู้เนื้อหาที่เสนอ โดยสื่อประเภทละครวิทยุของนักเรียนที่ได้รับและไม่ได้รับสิ่งช่วยขจัดความคิดรวบยอดชนิดโสตสัมผัสแบบเสนอเรื่องย่อ แบบเสนอเค้าโครงเรื่อง และแบบเสนอคำถามเชิงอัตนัย แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทวีศักดิ์ ทิพย์รอด (ทวีศักดิ์ ทิพย์รอด, 2526 : 84) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัยวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 3 จากการฟังรายการวิทยุที่เป็นบทละคร บทสนทนา และ บทความ ตามด้วยการอภิปรายรายกลุ่ม ซึ่งผลการทดลองสรุปได้ดังนี้ ผลการเรียนรู้ด้านพุทธพิสัยทั้ง 3 เรื่องที่ใช้ในการทดลอง คือ ยาเสพติดให้โทษสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ และวางแผนครอบครัว ในวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 3 ที่เกิดจากการฟังรายการวิทยุทั้ง 3 รูปแบบและการสอนปกติ ปรากฏว่ากลุ่มที่เรียนจากการฟังรายการวิทยุที่เป็นบทละครวิทยุ ตามด้วยการอภิปรายกลุ่ม มี ผลการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัยสูงกว่ากลุ่มที่เรียนจากการสอนปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 งานวิจัยต่างประเทศ

ลินน์ (ชนิดา สุวรรณศรี. 2542 : 80 ; อ้างอิงจาก Lynn. n.d. unpaged.) ได้ศึกษาโปรแกรมในการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยการฝึกทักษะทางสังคมเพื่อลดความวิตกกังวลในเด็กทุพพลภาพจำนวน 13 คน มีการให้ความรู้และทักษะแก่ผู้ปกครอง ในการช่วยให้เด็กพัฒนาการความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ใช้เวลาในการฝึก 8 เดือน การฝึกประกอบด้วย การฝึกทักษะทางสังคม การลดความวิตกกังวลและโปรแกรมการส่งเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยแสดงว่าเด็กทุพพลภาพมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น มีความวิตกกังวลลดลงและมีพัฒนาการทางสังคมสูงขึ้น

เดอร์ แอนนิโน ที และ ทีอี วองฮ์ (ชนิดา สุวรรณศรี. 2542 : 80 ; อ้างอิงจาก D'Annuno,T and T.E.Vaughn. 1992. pp. 253-258) หาผู้ป่วยที่ประสบความสำเร็จในการรักษาได้น้อยมากเนื่องจากต้องมีการปรับเปลี่ยนนิสัยที่เคยชินซึ่งเหมาะกับผู้ป่วยที่มีแรงกระตุ้นเท่านั้น สำหรับผู้ป่วยที่มีความนับถือในตนเองต่ำจะทำให้ดำเนินการรักษาไม่ค่อยประสบความสำเร็จ การรักษาแบบ Reformist style ใช้ได้ผลระยะสั้นเท่านั้น เนื่องจากผู้ป่วยจะรู้สึกขมขื่นและไม่พอใจในระยะยาว เพราะการรักษาด้วยวิธีนี้จะทำลายคุณค่าของผู้ป่วย ทำให้รู้สึกว่าตนเองด้อยค่าลง ผู้ป่วยส่วนมากจึงไม่สามารถรับการรักษาได้ในระยะยาว

บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การเลือกกลุ่มทดลอง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. แบบแผนการทดลองและวิธีการดำเนินการทดลอง
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การเลือกกลุ่มทดลอง

กลุ่มทดลองที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนตาบอด ระดับชั้นมัธยมศึกษา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ จำนวนทั้งสิ้น 23 คน แบ่งเป็นเพศชาย 9 คน และเพศหญิง 14 คน

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวน 2 ชิ้นคือ

2.1 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.2 เทคนิคละครวิทยุ ประกอบด้วยละครวิทยุจำนวน 3 เรื่อง โดยเรื่องที่ 3 แบ่งออกเป็นสองตอน รวมทั้งหมดมี 4 ตอน

2.1 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1.1 ขั้นตอนในการสร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1.1.1 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง เช่น งานวิจัยของ ดิเรก ชัยชนะ(2546), นริสา จิตรสมนึก (2540), ชนิดา สุวรรณศรี (2542), ศศิมา รักษ์อารยะธรรม (2548), ภลิวัลย์ ฉัตรมณีฤกษ์ (2547), นุชจรี ฌายีเนตร (2538), ชยาพร ลี้ประเสริฐ (2535), จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล (2531) และ หนังสือ Self-Esteem พลังแห่งความเชื่อมั่น (เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2537)

2.1.1.2 นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ของ ศศิมา รักษ์อายะธรรม (2548) ซึ่งปรับปรุงมาจากของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith Self-Esteem Inventory (SEI), 1981) มาปรับปรุง โดยผู้วิจัยได้แก้ไขเนื้อหาบางส่วนเพื่อให้เกิดความเหมาะสม หลังจากปรับปรุงแล้วเหลือข้อคำถามจำนวน 46 ข้อ เป็นข้อความทางลบ 19 ข้อ ทางบวก 27 ข้อ เป็นแบบวัดชนิดแบบตรวจสอบรายการ ให้เลือกตอบระหว่าง ใช่ตัวฉันหรือไม่ใช่ตัวฉัน

2.1.1.3 นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่ได้ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

2.1.1.4 ปรับปรุงข้อคำถามอีกครั้งตามความเหมาะสมและคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

2.1.1.5 นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองมาถ่ายทอดเป็นเสียงและบันทึกไว้ในรูปแบบไฟล์ดิจิตัลประเภท WAV จากนั้นนำไปแปลงสู่รูปแบบ อาว์ดิโอ ซีดี (Audio-CD)

2.1.1.6 เนื่องจากมีข้อจำกัดของจำนวนนักเรียนตาบอดที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ จึงนำแบบวัดไปทำการทดลองใช้ (Try-out) กับนักเรียนตาบอด ชั้นมัธยมศึกษา โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ โดยผู้วิจัยนำที่ได้มาใช้วิเคราะห์เพื่อหาคุณภาพรายข้อโดยใช้เทคนิคการหาสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) โดยคัดเลือกข้อที่มีความสัมพันธ์กับคะแนนรวมอยู่ในระดับนัยสำคัญที่ .1 ขึ้นไป พร้อมทั้งนำคะแนนของข้อวัดที่ผ่านเกณฑ์ มาใช้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test)

2.1.2 การหาคุณภาพของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1.2.1 ความตรงของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองนี้ มีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน

2.1.2.2 ความเชื่อมั่นของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

หาความเชื่อมั่นของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้เทคนิค Cronbach's Alpha Coefficient ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .867

2.1.3 ตัวอย่างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง: ให้นักเรียนฟังข้อความในแต่ละข้อและเลือกข้อที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

ข้อความ	ใช่ตัวฉัน	ไม่ใช่ตัวฉัน
0. ฉันต้องให้คนอื่นมาคอยบอกอยู่เสมอว่าจะต้องทำอะไรบ้าง		
00. ฉันรู้ว่าฉันควรจะพูดกับคนอื่นอย่างไร		

2.1.4 เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจและให้คะแนนตามความหมายของคำถามแต่ละข้อ ดังต่อไปนี้

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
ใช่ตัวฉัน	1	0
ไม่ใช่ตัวฉัน	0	1

2.2 เทคนิคละครวิทยุ

2.2.1 ขั้นตอนในการสร้างเทคนิคละครวิทยุ

2.2.1.1 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างละครวิทยุและกำหนดเนื้อหาให้เหมาะสม

2.2.1.2 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับละครวิทยุให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า เช่น สมชาย แสงจิตพันธุ์ (2527), หนังสือ คู่มือการผลิตรายการวิทยุกระจายเสียง (ชม ภูมิภาค : 2520) และ หนังสือ การผลิตรายการวิทยุกระจายเสียง วิทยุศึกษาและวิทยุโรงเรียน (บุญเอื้อ ควรหาเวช: 2539)

2.2.1.3 สร้างละครวิทยุตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

2.2.1. 1 คัดเลือกบทละคร จากเรื่องที่สอดคล้องกับหลักการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง และเพิ่มเติมเนื้อหาในส่วนที่จะช่วยเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2 2.1.3.1.1 เรื่องที่ 1 ชื่อเรื่อง ทางที่สร้าง โอกาสที่เลือก

สร้างให้สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura (เกสสุรางค์ สักกะบูชา. 2540 : 8-14 ; อ้างอิงจาก Bandura.1977) เพื่อให้กลุ่มทดลองเลียนแบบพฤติกรรมและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น ตัวละครเอกในละครเรื่องนี้ถูกสร้างตามหลักวิธีการให้ตัวแบบอย่างมีประสิทธิภาพของผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 61-69) ที่ว่าตัวแบบและผู้เลียนแบบหรือผู้สังเกตควรจะมีความคล้ายคลึงกัน หรือมีลักษณะหรือคุณสมบัติร่วมกันซึ่งจะช่วยดึงดูดความสนใจของผู้เลียนแบบและช่วยให้ประสิทธิภาพการเลียนแบบสูงขึ้น ซึ่งบทละครเรื่องทางที่สร้างโอกาสที่ถูกเลือกนี้ ตัวละครเอกมีลักษณะร่วมกับผู้เลียนแบบคือเป็นผู้ที่มีความพิการทางสายตาเช่นเดียวกัน

พฤติกรรมที่เลียนแบบนั้นเป็นกิจกรรมที่ไม่สลับซับซ้อน เพื่อให้การเลียนแบบเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ดึงดูดความสนใจของผู้เลียนแบบทำให้เลียบแบบได้ง่าย (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ 2530 : 61-69) และสิ่งสำคัญคือการใช้เทคนิคละครวิทยุเพื่อสร้างพฤติกรรมเลียนแบบเพราะเด็กจะเลียนแบบจากตัว

ละครซึ่งเป็นตัวละครในนิยาย ภาพยนตร์ โทรทัศน์ และสื่อต่างๆ (สวนา พรพัฒน์กุล : 2-7) พฤติกรรมของตัวละครจากละครวิทยุจะสามารถดึงดูดความสนใจและทำให้ผู้เลียนแบบจดจำได้ง่ายมากยิ่งขึ้น ในตอนจบของเรื่องได้ให้ข้อคิดโดยตรงในด้านของคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นวิธีการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของ บรูโน (นิภาพร เฉลิมฉัตร์. ม.ป.ป. : 29 ; อ้างอิงจาก Bruno 1983. pp. 363)

อาชีพของตัวละเอกในเรื่องเป็นการลดความคาดหวังของตนเองลง ตามวิธีการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของ Bruno การที่ได้เห็นตัวละครเอกมีอาชีพการทำงานที่ดีถือเป็นการสร้างความมั่นใจโดยการให้นึกถึงความสำเร็จเบื้องหน้าของชีวิต ซึ่งเป็นอีกข้อหนึ่งตามวิธีของบรูโน

ตัวละครเอกในเรื่องไม่ได้มีการประเมินตนเองโดยใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผลทางปัญญา แต่ประเมินในสิ่งที่ตนสามารถทำได้ และทำอย่างดีที่สุด ซึ่งก็สอดคล้องกับวิธีการของบรูโน อีกเช่นกัน และยังสามารถคงไว้ซึ่งสิ่งที่ตนเองภาคภูมิใจ (สุมิตรา อินทุยศ. 2536 : 10) เพราะเป็นอาชีพที่คนตาบอดสามารถทำได้ ไม่ได้เป็นอาชีพที่สูงส่งจนเกินความสามารถ ผู้ร่วมงานก็ชื่นชมและให้การสนับสนุนเป็นอย่างดี ทำให้อาชีพนี้เป็นอาชีพที่น่าภูมิใจ และทำให้ตนเองภูมิใจในอาชีพด้วย

อาชีพดังกล่าวยังถือเป็นการปรับตน อันเป็นกระบวนการหนึ่งในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของซัลลิแวน (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 156-157 ; อ้างอิงจาก Sullivan. 1953. unpaged) เพราะในเนื้อเรื่องจะเป็นตัวอย่างการปรับตนให้เข้ากับสภาพสังคม การเดินทาง และการทำงาน และตัวละครเอกในเรื่องปรับตัวจนสำเร็จ ซึ่งจะช่วยให้ มีความมั่นคงในชีวิต มีสุขภาพดี และสามารถดำรงรักษาและเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองได้ตามสภาพที่สอดคล้องกับความเป็นจริง (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 158 ; อ้างอิงจาก Roy and Andrew. 1991. unpaged) ซึ่งตัวละครเอกสามารถเป็นแบบอย่างได้อย่างดี

ลักษณะทางบวกที่โดดเด่นของตัวละครเอกก็คือประสาทสัมผัสทางด้านการรับฟัง ซึ่งตัวละครเอกสามารถทำได้ดี เป็นการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเจอร์ดาโนและเอเวอร์รี่ (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 30 ; อ้างอิงจาก Girdano and Everly. 1979. unpaged) ที่กล่าวไว้ว่าให้ใช้ภาษาเชิงบวก ชี้ให้เห็นถึงลักษณะทางบวกของตนเอง การยอมรับคนตาบอดเข้าทำงานจากที่เคยคิดว่าคนตาบอดไม่มีความสามารถในการทำงานใดๆ ถือเป็นการเปลี่ยนแปลงคุณค่าในสังคม และส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของคุณค่าในตนเอง ตามกระบวนการเห็นคุณค่าในตนเองของ บาบลาดิลิส (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22-24 ; อ้างอิงจาก Babladelis. 1984. unpaged) และการเปลี่ยนแปลงคุณค่าในสังคมปัจจุบันเป็นไปในทางที่ดีขึ้น สถานการณ์หนึ่งในละครได้แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวไว้ และจะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองไปในทางที่ดีขึ้น

นอกจากนี้ตัวเอกของละครวิทยุจะช่วยให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เพราะเป็นผู้ที่มีลักษณะเช่นเดียวกับตน ซึ่งเฟลเคอร์ (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 14 ; อ้างอิงจาก Felker.

1974. unpaged) ได้ให้ความเห็นไว้ว่าการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มบุคคลจะต้องให้บุคคลได้รับความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2.2.1.3.1.2 เรื่องที่ 2 ชื่อเรื่อง Lena Maria

สร้างตามแนวคิดการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของบาบลาดิลิส (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22-24 ; อ้างอิงจาก Babladelis. 1984. unpaged) เรื่องการเปรียบเทียบทางสังคม ซึ่งการเปรียบเทียบทางสังคมนั้นบุคคลจะประเมินตนเองจากการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่อยู่ในระดับที่ต่ำกว่าเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้เพิ่มสูงขึ้น ผู้วิจัยจึงคัดเลือกบทละครที่ตัวละครเอกมีความข้อจำกัดทางกายมากกว่ากลุ่มทดลอง ดังบทละครเรื่องที่ 2 เลน่า มาเรีย ซึ่งเป็นเรื่องจริงของนักร้องและนักกีฬาผู้มีชื่อเสียงซึ่งสามารถเอาชนะข้อจำกัดทางกายและทางสังคมจนประสบความสำเร็จในชีวิตได้ เพื่อที่กลุ่มทดลองจะได้เปรียบเทียบอุปสรรคของตนทั้งทางกายและทางสังคมกับตัวละครเอกและเมื่อกลุ่มทดลองเห็นว่าตัวละครมีลักษณะที่ด้อยกว่าตนเอง กลุ่มทดลองจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองที่เพิ่มสูงขึ้น และมองอุปสรรคของตนเป็นเรื่องที่เล็กลง และสอดคล้องกับแนวคิดการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของรอยและแอนดรูว์ (ปรีชา ธรรมา. 2547 : 158 ; อ้างอิงจาก Roy and Andrew. 1991. unpaged) เรื่องการปรับตน ซึ่งเป็นกระบวนการตอบสนองของบุคคลเมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น บุคคลก็จะปรับตนเพื่อดำรงตนให้อยู่ในภาวะปกติได้ โดยให้กลุ่มทดลองได้เห็นว่าเมื่อตัวละครเกิดการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับตนเองทั้งดีและไม่ดี ตัวละครจะต้องมีการปรับตนให้เกิดความสมดุลทั้งทางสภาวะร่างกายและจิตใจเพื่อให้ตนเองนั้นอยู่ได้อย่างมีความสุข

2.2.1.3.1.3 เรื่องที่ 3 เรื่องที่ ชื่อเรื่อง Marathon

เป็นบทละครที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับแนวทางสร้างเสริมคุณลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเอง ของบรูโน (นิภาพร เฉลิมฉัตร์. ม.ป.ป. : 29 ; อ้างอิงจาก Bruno 1983. pp. 363) โดยจำแนกเป็นข้อๆ โดยให้เด็กนักเรียนเรียนรู้การเสริมสร้างผ่านตัวละครที่เป็นโรคออทิสติกดังนี้

2.2.1.3.1.3.1 ตัวละครรับการเสนอแนะโดยตรงจากผู้อื่น มาเป็นข้อมูลนำเข้าที่ให้เกิดกำลังใจและการเสริมแรงทางบวกอย่างต่อเนื่อง

2.2.1.3.1.3.2 ตัวละครเพิ่มความสำเร็จให้แก่ตนเอง เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และลดความคาดหวังลงให้พอเหมาะพอดี

2.2.1.3.1.3.3 ตัวละครประเมินตนเองโดยใช้หลักเหตุผล และสอดคล้องกับจอห์นสัน (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 14 ; อ้างอิงจาก Johnson. 1979. unpaged) ที่ได้เสนอแบบแผนปฏิสัมพันธ์ของการเข้าร่วมกลุ่มที่สัมพันธ์กับการสร้างเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าใน

ตนเองว่า เป็นการเข้าใจความรู้สึกของบุคคล และให้บุคคลสร้างกำลังใจในชีวิตให้กับตนเอง ในเรื่องผู้ฟังจะค่อยๆเข้าใจความรู้สึกของตัวละครไปอย่างช้าๆจนจบเรื่องแล้วรู้สึกว่าเรื่องราวต่างๆเป็นการให้กำลังใจตนเอง แบรดชอว์ (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2531 : 14 ; อ้างอิงจาก Bradshaw. 1981. pp. 11) ได้อธิบายว่า บุคคลที่จะพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้นั้นก็ต่อเมื่อได้รับประสบการณ์ที่ส่งผลให้คุณค่าของตนเพิ่มสูงขึ้นเรื่องราวที่เกิดขึ้นในละครจะทำหน้าที่เป็นประสบการณ์ใหม่ที่จะช่วยสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองได้ ซึ่งแบนดูรา (เกสสุรางค์ สักกะบูชา. 2540 : 8-14 ; อ้างอิงจาก Bandura. 1977. unpaged)ได้กล่าวเกี่ยวกับการได้รับประสบการณ์ใหม่ว่าเมื่อผู้สังเกตได้เห็นการกระทำของแม่แบบซึ่งเป็นการกระทำที่ผู้สังเกตไม่เคยพบเห็นมาก่อน ผู้สังเกตจะรวบรวมรูปแบบของการกระทำใหม่นี้ในรูปของสัญลักษณ์แล้วถ่ายทอดออกมาเป็นพฤติกรรมใหม่

2.2.1.3.2 นำบทละครที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวนจำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา*ที่สอดคล้องกับหลักการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง* นำคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) และให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับบทละครได้อย่างอิสระด้วย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการแก้ไข โดยกำหนดให้มีค่าคะแนนความสอดคล้องไม่ต่ำกว่า .5 จึงจะผ่านเกณฑ์

2.2.1.3.3 ปรับปรุงบทละครตามความเหมาะสมและคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

2.2.1.3.4 คัดเลือกผู้พากษ์เสียงตัวละคร โดยคัดเลือกตามความเหมาะสมกับบทละครมากที่สุด

2.2.1.3.5 บันทึกเสียงในรูปแบบไฟล์ดิจิตัลประเภท WAV จากนั้นนำไปแปลงสู่รูปแบบ อาว์ดิโอ ซีดี (Audio-CD)

2.2.1.3.6 ตรวจสอบคุณภาพของละครวิทยุ *ด้านคุณภาพของละครวิทยุ* เช่น คุณภาพของเสียง น้ำเสียง การดำเนินเรื่อง เสียงเพลงประกอบฉาก โดยนำให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจำนวน 3 คน นำคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยกำหนดให้มีค่าคะแนนความสอดคล้องไม่ต่ำกว่า .5

2.2.1.3.7 แก้ไขละครที่สร้างขึ้นโดยปรับปรุงตามความเหมาะสมและตามความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ บันทึกเสียงส่วนที่แก้ไขในรูปแบบไฟล์ดิจิตัลประเภท WAV จากนั้นนำไปแปลงสู่รูปแบบ อาว์ดิโอ ซีดี (Audio-CD) อีกครั้ง จึงพร้อมนำไปใช้งานจริง

3. แบบแผนการทดลองและวิธีการดำเนินการทดลอง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงการทดลอง แบบก่อนการทดลอง (Pre-experimental) รูปแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง (The One-Group Pretest-Posttest Design) โดยมีแบบแผนการทดลองแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	การวัดผล	การทดลอง	การวัดผล
E	O_1	X	O_2

เมื่อ E หมายถึง กลุ่มทดลอง

O_1 หมายถึง การวัดผลก่อนการทดลอง (Pre-Test)

O_1 หมายถึง การวัดผลหลังการทดลอง (Post-Test)

X หมายถึง การให้เทคนิคละครวิทยุ

โดยกำหนดให้มีการดำเนินการทดลองดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 วันและเวลาในการดำเนินการทดลอง

ครั้งที่	วันที่	เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	จำนวน (คน)
1	เสาร์ 7 มกราคม 2549	9.00-10.00	Pre-test	1 ชั่วโมง	6 คน
		10.00-11.00	Pre-test	1 ชั่วโมง	6 คน
		11.00-12.00	Pre-test	1 ชั่วโมง	6 คน
		13.00-14.00	Pre-test	1 ชั่วโมง	5 คน
2	อาทิตย์ที่ 8 มกราคม 2549	9.00-9.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 1	45 นาที	12 คน
		10.00-10.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 1	45 นาที	11 คน
3	อาทิตย์ 15 มกราคม 2549	9.00-9.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 2	45 นาที	12 คน
		10.00-10.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 2	45 นาที	11 คน
4	เสาร์ 21 มกราคม 2549	9.00-9.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 3	45 นาที	12 คน
		10.00-10.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 3	45 นาที	11 คน
5	อาทิตย์ 22 มกราคม 2549	9.00-9.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 4	45 นาที	12 คน
		10.00-10.45	ฟังละครวิทยุ เรื่องที่ 4	45 นาที	11 คน
		11.00-12.00	Post-Test	1 ชั่วโมง	6 คน
		13.00-14.00	Post-Test	1 ชั่วโมง	6 คน
		14.00-15.00	Post-Test	1 ชั่วโมง	6 คน
		15.00-16.00	Post-Test	1 ชั่วโมง	5 คน

วิธีการดำเนินการทดลอง

ขั้นก่อนการทดลอง

1. ติดต่อขอความร่วมมือ เพื่อนัดหมายเวลาทำการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและขอคำแนะนำเพื่อดำเนินการทดลองจาก ผู้อำนวยการ โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพฯ

2. ให้นักเรียนตาบอดในโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพฯที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมในการทดลองจำนวน 23 คน ฟังและตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง จากนั้นผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคะแนนก่อนการทดลอง

ขั้นดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลอง โดยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมฟังละครวิทยุจำนวน 3 เรื่อง ใช้เวลาในการทำกิจกรรมทั้งสิ้น 3 สัปดาห์ สัปดาห์แรก 1 ครั้ง สัปดาห์ที่สอง 1 ครั้ง และสัปดาห์สุดท้าย 2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 30 นาที ในวันเสาร์และ/หรือวันอาทิตย์ เวลาประมาณ 9.00-9.30

ขั้นหลังการทดลอง

1. หลังเสร็จสิ้นการทดลองโดยใช้เทคนิคละครวิทยุ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลอง ฟังและตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองอีกครั้ง และนำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบวัดดังกล่าวเป็นคะแนนหลังการทดลอง

2. นำคะแนนที่ได้ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) โดยใช้สถิติเพื่อการวิเคราะห์ดังนี้

4.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่

4.1.1 ค่าเฉลี่ย(Mean)

4.1.2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D)

4.2 สถิติสำหรับทดสอบสมมุติฐาน เปรียบเทียบระหว่างคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดระดับมัธยมศึกษา ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพที่ได้รับเทคนิคละครวิทยุก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติ T-test แบบ Paired-Samples T-Test

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง คณะผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้น

ส่วนที่ 2 การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้น

แสดงจำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มทดลองโดยจำแนกตามตัวแปรเพศ และระดับการศึกษา

ตาราง 3 แสดงจำนวนและร้อยละของนักเรียนตาบอด จำแนกตามเพศ และระดับชั้น

	ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น		ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย		รวม	
เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	5	21.7	4	17.4	9	39.1
หญิง	8	34.8	6	26.1	14	60.9
รวม	13	56.5	10	43.5	23	100

จาก ตาราง 3 เพศหญิงมีจำนวนทั้งสิ้น 14 คน คิดเป็นร้อยละ 60.9 เพศชายมีจำนวนทั้งสิ้น 9 คน คิดเป็นร้อยละ 39.1 เมื่อจำแนกตามระดับชั้น พบว่ากลุ่มทดลองที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีจำนวนมากกว่า คือ 13 คน คิดเป็นร้อยละ 56.5 และกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 43.5

ส่วนที่ 2 การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ

ผลการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ โดยใช้สถิติ t-test แบบ Paired-Samples

คำนวณหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ เนื่องจากข้อมูลทั้งสองชุดควรจะแสดงความเป็นตัวแทนของกลุ่มเดียวกันในระยะเวลาที่ต่างกัน ดังนั้นค่าหาสัมพันธ์ควรมีค่าสูง ในครั้งนี้คำนวณได้ $r = .792$ $(p < .001)$ จึงสรุปว่าข้อมูลชุดนี้สามารถนำมาทำ t-test แบบ Paired-Samples ได้

ตาราง 4 แสดงจำนวน ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงมาตรฐาน และการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ

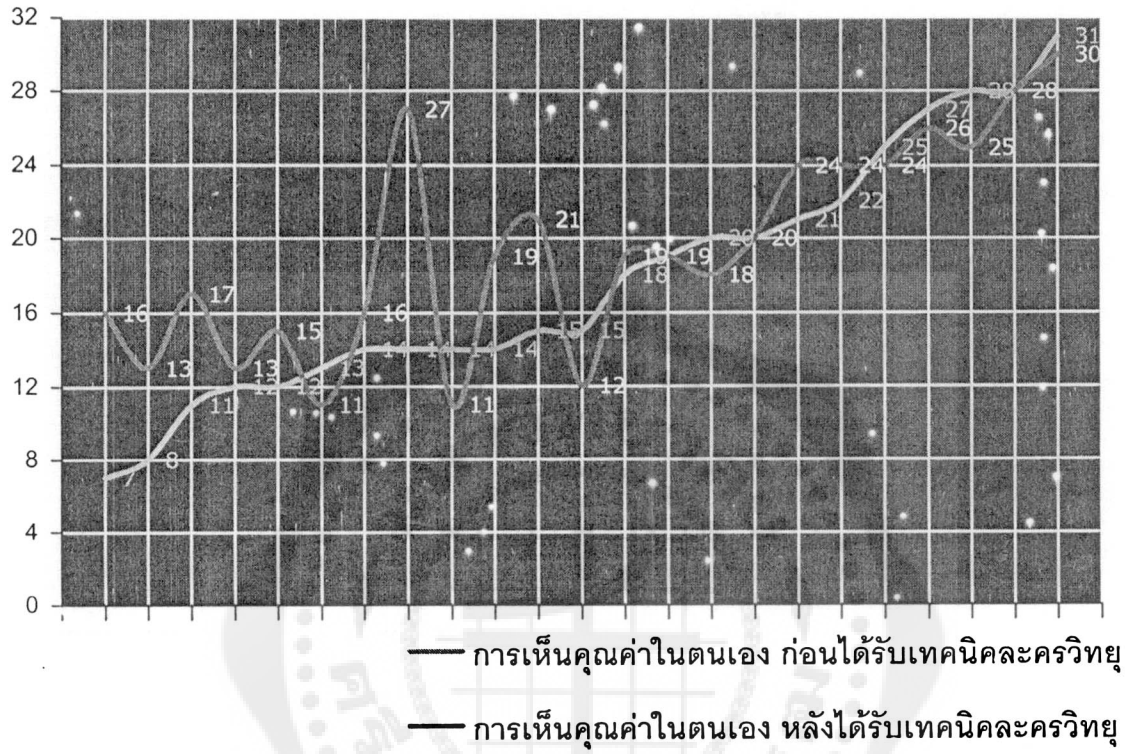
การเห็นคุณค่าในตนเอง	N	M	SD	t	df
การเห็นคุณค่าในตนเองก่อนได้รับเทคนิคละครวิทยุ	23	0.554	0.209	2.038*	22
การเห็นคุณค่าในตนเองหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ	23	0.609	0.178		

*$p < .05$

หมายเหตุ SD หมายถึง ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
M หมายถึง ค่าเฉลี่ย
N หมายถึง จำนวนข้อมูล
t หมายถึง ค่าสถิติ t
df หมายถึง ชั้นแห่งความเป็นอิสระ

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าภายหลังการได้รับเทคนิคละครวิทยุ นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 2.038$, $df = 22$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำข้อมูลคะแนนดิบของกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุมาแสดงเป็นแผนภูมิเส้นดังภาพ 1



ภาพ 1 แผนภูมิเส้นแสดงการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุเป็นรายบุคคล

จากภาพ 1 แสดงให้เป็นว่าภายหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ นักเรียนตาบอดจำนวน 12 คน มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น มีจำนวน 3 คนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่เปลี่ยนแปลง และมีจำนวน 8 คนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง

ทั้งนี้กลุ่มที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับเทคนิคละครวิทยุจะเป็นกลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ และในกลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงส่วนใหญ่จะคงที่หรือลดลง มีเพียงบางคนเท่านั้นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

บทที่ 5
สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้เป็นการสร้างเทคนิคละครวิทยุเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด โดยจัดเป็นงานวิจัยเชิงการทดลอง แบบก่อนการทดลอง (Pre-experimental) รูปแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อนและหลังทดลอง (The One-Group Pretest-Posttest Design) คณะผู้วิจัยขอสรุปผลและอภิปรายผลเป็นหัวข้อตามลำดับต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย
2. สมมติฐานการวิจัย
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. วิธีดำเนินการวิจัย
5. สรุปผลการวิจัย
6. อภิปรายผล
7. ข้อเสนอแนะ

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. สร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดโดยใช้ละครละครวิทยุ
2. เปรียบเทียบผลการใช้ละครวิทยุเพื่อสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

2. สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับเทคนิคละครวิทยุ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. เทคนิคละครวิทยุ

4. วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นก่อนการทดลอง

ติดต่อขอความร่วมมือ เพื่อนัดหมายเวลาทำการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและขอคำแนะนำเพื่อดำเนินการทดลองจาก ผู้อำนวยการ โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ให้นักเรียนตาบอดในโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพฯที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมในการทดลองจำนวน 23 คน ฟังและตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง จากนั้นผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคะแนนก่อนการทดลอง

ขั้นดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลอง โดยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมฟังละครวิทยุจำนวน 3 เรื่อง ใช้เวลาในการทำกิจกรรมทั้งสิ้น 3 สัปดาห์ สัปดาห์แรก 1 ครั้ง สัปดาห์ที่สอง 1 ครั้ง และสัปดาห์สุดท้าย 2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 30 นาที ในวันเสาร์และ/หรือวันอาทิตย์ เวลาประมาณ 9.00-9.30

ขั้นหลังการทดลอง

หลังเสร็จสิ้นการทดลองโดยใช้เทคนิคละครวิทยุ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลอง ฟังและตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองอีกครั้ง และนำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบวัดดังกล่าวเป็นคะแนนหลังการทดลอง นำคะแนนที่ได้ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

5. สรุปผลการวิจัย

1. ได้ละครวิทยุสำหรับเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบไปด้วยละครวิทยุจำนวน 3 เรื่อง (เรื่องที่ 3 มี 2 ตอน) รวมทั้งสิ้น 4 ตอน

2. นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับเทคนิคละครวิทยุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

6. อภิปรายผล

จากการศึกษาผลการใช้เทคนิคละครวิทยุที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดชั้นมัธยมศึกษาปีที่1-6 โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพฯ ปรากฏผลดังนี้

ผลจากการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด ก่อนและหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ พบว่า นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นหลังได้รับเทคนิคละครวิทยุ จากผลการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าเทคนิคละครวิทยุทำให้นักเรียนตาบอดมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น ทั้งนี้เพราะละครวิทยุเป็นสื่อที่นักเรียนตาบอดให้ความสนใจ ตัวละครในนิยายที่แสดงเป็นเรื่องราวจะสามารถดึงดูดความสนใจของเด็กตาบอดได้มากและทำให้จดจำได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ตัวละครจากละครวิทยุทั้ง 3 เรื่องที่ได้นำเสนอให้แก่นักเรียนนั้นมีลักษณะหรือคุณสมบัติร่วมกันกับนักเรียนตาบอดคือข้อจำกัดทางด้านร่างกาย ซึ่งช่วยทำให้นักเรียนตาบอดให้สนใจในพฤติกรรมของตัวละคร และเกิดการเลียนแบบความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้มีประสิทธิภาพสูงยิ่งขึ้น อีกทั้งพฤติกรรมของตัวละครยังเป็นกิจกรรมที่ไม่สลับซับซ้อน เพื่อให้การเลียนแบบเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและเลียนแบบได้ง่าย นอกจากนี้ละครวิทยุทั้ง 3 เรื่องได้แสดงให้เห็นถึงผลจากการกระทำของตัวละครต่างๆ ทั้งการประสบความสำเร็จและความล้มเหลวที่ไม่ได้ถูกจำกัดด้วยความสามารถทางกายเพียงเท่านั้น ผู้ที่พิการไม่ว่าจะเป็นด้านใดๆสามารถที่จะพบกับความความสำเร็จได้จากความพยายามไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทางกายและทางสังคม เมื่อเด็กนักเรียนตาบอดได้ฟังละครวิทยุจึงเกิดความคิดเช่นเดียวกับตัวละครเพราะเห็นว่าตัวละครสามารถประสบความสำเร็จได้จากการที่ไม่สิ้นหวังเพราะความพิการของตน สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (เกสสุรางค์ สักกะบูชา. 2540 : 8-14 ; อ้างอิงจาก Bandura. 1977. unpaged) โดยการเรียนรู้จากแม่แบบ (Learning Through Modeling) ที่กล่าวว่า การเลียนรู้ของเด็กส่วนใหญ่เกิดจากการกระทำตามแบบผู้อื่น

และละครวิทยุเรื่องที่ 2 และ 3 ได้แก่เรื่อง "Lena Maria" และ "Marathon" เป็นการนำเสนอเรื่องราวชีวิตของตัวแบบที่มีอุปสรรคและข้อจำกัดในการดำเนินชีวิตในระดับสูงกว่า หรืออยู่ในระดับเดียวกันกับนักเรียนตาบอด แต่สามารถดำเนินชีวิตได้ไม่ต่างจากคนปกติและบรรลุเป้าหมายในชีวิตได้จากการที่ไม่ยอมแพ้ และมีกำลังใจในการต่อสู้กับอุปสรรคที่เกิดขึ้นทั้งจากทางด้านร่างกาย และจากสังคม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ บาบลาดิจิส (ชยาพร ลี้ประเสริฐ. 2535 : 22-24 ; อ้างอิงจาก Babladelis. 1984. unpaged) ที่กล่าวว่า การเปรียบเทียบทางสังคม (Social comparison)นั้น บุคคลจะประเมินตนเองจากการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่อยู่ในระดับที่ต่ำกว่าเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองให้สูงขึ้น การเปรียบเทียบตนเองกับตัวละครในเรื่องของเด็กตาบอดทำให้เด็กตาบอดมองเห็นความพิการของตนเป็นเรื่องที่เล็กลง มีกำลังใจและเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น และละครวิทยุทั้ง 3 เรื่องนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของ รอยและแอนดรูว์ (ปรีชา

ธรรมา. 2547 : 158 ; อ้างอิงจาก Roy and Andrew. 1991. unpaged) เรื่องการปรับตน ซึ่งเป็นกระบวนการตอบสนองของบุคคลเมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น บุคคลก็จะปรับตนเพื่อดำรงตนให้อยู่ในภาวะปกติได้ นักเรียนตาบอดได้เรียนรู้จากตัวละครว่าเมื่อตัวละครมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับตนเองทั้งดีและไม่ดี ตัวละครนั้นสามารถปรับตนให้เกิดความสมดุลทั้งทางสภาวะร่างกายและจิตใจได้ และตัวละครที่ปรับตัวได้สำเร็จมีความมั่นคงในชีวิต มีสุขภาพดี สามารถดำรงรักษาและเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองได้ตามสภาพที่สอดคล้องกับความเป็นจริง

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ละครวิทยุทั้ง 3 เรื่อง มีการสร้างตัวละครหลักที่แตกต่างกันไป โดยมีส่วนคล้ายคลึงกัน คือ ตัวละครทุกตัวล้วนมีความบกพร่องในด้านต่าง ๆ จึงมีข้อควรระวังหากนำไปใช้กับผู้ที่มีความบกพร่องซึ่งเกิดขึ้นอย่างทันทีทันใดและเกิดขึ้นมาก่อนไม่นาน อาจกระทบกระเทือนจิตใจของผู้ฟังได้ แต่ทั้งนี้ จากการนำละครวิทยุไปใช้กับกลุ่มนักเรียนตาบอด ไม่พบว่ามีนักเรียนคนใดที่กระทบการเทือนใจจากตัวละครที่ตาบอดและยังสามารถให้ข้อมูล รวมไปถึงคำแนะนำเกี่ยวกับคนตาบอดทั่วไปแก่ผู้วิจัยเพิ่มมากขึ้นอีกด้วย

2. ละครวิทยุที่นำเสนอมีทั้งหมด 3 เรื่อง เรื่องที่สามแบ่งออกเป็น 2 ตอน รวมทั้งหมดมี 4 ตอน เนื่องจากเรื่องที่ 3 แบ่งออกเป็นสองตอน การนำเสนอควรเสนอในระยะเวลาไล่เลี่ยกัน เพื่อความต่อเนื่องของละครและผลในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง และละครทั้ง 3 เรื่องมีโครงสร้างของเรื่องและตัวละครที่แตกต่างกัน เพื่อให้การเสริมสร้างคุณค่าในตนเองได้ผลดีที่สุด ควรใช้ละครวิทยุให้ครบทุกเรื่อง โดยที่ระยะเวลาในการนำเสนอแต่ละครั้งไม่ควรเกิน 30 นาที เพราะนักเรียนอาจเบื่อหน่าย และสนใจฟังน้อยลง

7.2 ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการทดลองใช้ละครวิทยุสำหรับเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองกับนักเรียนตาบอดกลุ่มและบุคคลตาบอดในระดับอายุอื่น ๆ

2. ควรมีการทดลองใช้เทคนิคละครวิทยุสำหรับเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองกับผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกายด้านอื่น ๆ หรือผู้ที่ไม่มีความบกพร่องแต่เป็นกลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

3. ควรมีการติดตามผลภายหลังสิ้นสุดการทดลอง เพื่อศึกษาความคงทนของการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอดกลุ่มตัวอย่าง

4. ในการทดลองครั้งนี้ไม่มีการแบ่งกลุ่มควบคุม เนื่องจากประชากรมีจำนวนจำกัด หากมีกลุ่มคว์บคุมจะช่วยให้ควบคุมตัวแปรเกินอื่น ๆ ได้ และทำให้ผลของการทดลองมีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กมลพรรณ หอมนาน. (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้สมรรถนะในตนเอง กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพยาบาลผู้ใหญ่). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. บทคัดย่อ.

เกสสุรางค์ สักกะบูชา. (2540). *ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อนิสัยรักการอ่านของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนชุมพลบุรี จังหวัดสุรินทร์*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2540). *พลังแห่งความเชื่อมั่น : Self Esteem*. กรุงเทพฯ: ที.พี พริ้นท์.

ความรู้เกี่ยวกับเด็กพิการ. (2548). *กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับคนพิการ*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา: http://school.obec.go.th/mahasan/D%20LD%20Sutden.html. วันที่สืบค้น 19 ธันวาคม 2548.

เครือข่ายกาญจนาอภิเษก. (2548). *เฟสปิกเกมส์*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา: http://karchanapisek.or.th/kp4/book142/fespic.htm. วันที่สืบค้น 19 ธันวาคม 2548.

จรัญญา ขันกฤษณ์. (2543). *การเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลวัดศรีสุพรรณ จังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. บทคัดย่อ.

จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. (2532). *ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. (2545, มกราคม-เมษายน). กิจกรรมและวิธีการช่วยให้นักเรียนที่มีความบกพร่องในการเรียนรู้ พัฒนาการมองเห็นคุณค่าในตนเอง. *วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์.* 17 (1) : 61-77.

จิระพันธ์ เดมะ. (2524). *ศึกษาเปรียบเทียบการใช้สิ่งช่วยจัดความคิดรวบยอดชนิดโสตสัมผัสแบบต่างๆ ก่อนการเสนอละครวิทยุทางการศึกษาที่มีผลต่อการเรียนรู้ด้านความจำ ความเข้าใจและความคงทนในการเรียนรู้.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (เทคโนโลยีทางการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

ชนิดา สุวรรณศรี. (2548). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนผู้ติดยาเสพติด.* วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.

ชม ภูมิภาค. (2520). *คู่มือการผลิตรายการวิทยุกระจายเสียง.* กรุงเทพฯ: ภาควิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ชยาพร ลี้ประเสริฐ. (2535). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.* วิทยานิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

ชัชวาลย์ ช่อไสว. (2527). *การศึกษาผลของการเรียนรู้ด้านความเข้าใจในเนื้อเรื่องและความคงทนในการเรียนรู้จากบทบันทึกเสียงละครวิทยุกับบทบันทึกเสียงละครวิทยุประกอบภาพพลิก.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (เทคโนโลยีทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

ดิเรก ชัยชนะ. (2546). *การศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองและการรับรู้ปัจจัยส่งเสริมประสิทธิภาพการบำบัดของผู้เข้ากลุ่มให้คำปรึกษา เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มให้คำปรึกษาแบบต่อเนื่องและกลุ่มมาราธอน.* วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.

นิภาพร เฉลิมฉัตร์. (2547). *ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มต่อการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 โรงเรียนภาชี "สุนทรวิทยานุกูล" จังหวัดพระนครศรีอยุธยา*. วิทยานิพนธ์. ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

นุชจรี ฌายีเนตร. (2538). *ผลของการฝึกทักษะชีวิตที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.

บุญเกื้อ ควรหาเวช. (2539). *การผลิตรายการวิทยุกระจายเสียง วิทยุศึกษา และวิทยุโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ผลิตเอกสารและตำรา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน.

ปรีชา ธรรมา. (2547). *จิตวิทยาและจิตวิทยาพัฒนาการ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: โครงการส่งเสริมการแต่งตำราทบวงมหาวิทยาลัย ทบวงมหาวิทยาลัย.

พรรณี จุ้นประดับ. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง*. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. บทคัดย่อ.

ภลิวัลย์ ฉัตรมณีฤกษ์. (2547). *การมองเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ : ศึกษากรณีศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ*. ปริญญานิพนธ์ ศส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

รัตนาภรณ์ มุกนนท์. (2546). *การศึกษาปัญหาความต้องการด้านอาชีพและแนวทางการเลือกอาชีพของเด็กที่มีความบกพร่องทางการมองเห็น ระดับชั้นมัธยมศึกษาในโรงเรียนสอนคนตาบอด*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (พื้นฐานการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.

ศศิมา รักษ์อารยะธรรม. (2548). *การศึกษาแนวทางในการเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพฯ*. ปริญญานิพนธ์ สส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

สวนา พรพัฒน์กุล. (2525). *อิทธิพลของตัวแบบที่มีต่อการพัฒนาทางด้านความคิดและการเรียนรู้ทางสังคมของเด็กไทย*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สถาบันราชภัฏนครราชสีมา. (2548). ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเด็กที่มีความต้องการพิเศษ. (ออนไลน์). แหล่งที่มา: http://www.nrru.ac.th/web/Special_Edu/2-2.html. วันที่สืบค้น 19 ธันวาคม 2548.

สว่าง โรจน์รัตนเกียรติ. (2524). *สุขภาพจิตของนักเรียนตาบอดในประเทศไทย*. ปริญญานิพนธ์ สส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2544). *รายงาน การสำรวจคนพิการ พ.ศ. 2544*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา: http://service.nso.go.th/nso/data/data23/data23_1.html. วันที่สืบค้น 19 ธันวาคม 2548.

สุกัญญา แพงโสม. (2532). *ศึกษาเปรียบเทียบผลการเรียนรู้ที่ใช้ภาพการ์ตูนนำเรื่องต่างกันก่อนการเสนอละครวิทยุโรงเรียน*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (เทคโนโลยีทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. (2531). *การใช้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

สุมิตรา อินทุยศ. (2536). *องค์ประกอบในสถานศึกษาตามการรับรู้ของนักศึกษา ที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาในภาคใต้*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

Maslow, Abraham M. (1970). *Motivation and Personality*. 2d ed. New York : Harper&Row.

World Health Organization (WHO). (2002). *Magnitude and causes of visual impairment*. (Online). Available: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs282/en/. Retrieved December 19, 2005.

World Health Organization (WHO). (2005). *International Classification of Diseases (ICD)*. (Online). Available: http://www.who.int/classifications/icd/en/. Retrieved December 19, 2005.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำสั่ง: ให้นักเรียนฟังข้อความในแต่ละข้อและเลือกข้อที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

	ข้อความ	ใช่ตัวฉัน	ไม่ใช่ตัวฉัน
1	สิ่งต่างๆมักทำให้ฉันหงุดหงิดรำคาญใจ		
2	ฉันสามารถตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตัวเอง		
3	เพื่อนๆ มักรู้สึกสนุกสนานเมื่ออยู่กับฉัน		
4	เมื่ออยู่ที่บ้านฉันจะรู้สึกหงุดหงิดง่าย		
5	ฉันเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน		
6	ผู้ปกครองฉันเข้าใจความรู้สึกของฉัน		
7	ฉันมักจะยอมแพ้ต่อสิ่งต่างๆ		
8	ผู้ปกครองคาดหวังในตัวฉันไว้สูงเกินไป		
9	การที่เป็นฉัน เป็นสิ่งที่น่าอึดอัดน่าหนักใจ		
10	ฉันเบื่อและคิดว่าชีวิตเต็มไปด้วยความสับสนวุ่นวาย		
11	คนที่อายุน้อยกว่า มักคล้อยตามความคิดเห็นของฉัน		
12	ฉันเป็นคนไม่มีความสามารถมากนัก		
13	บ่อยครั้งที่ฉันอยากหนีออกจากบ้าน		
14	อยู่ที่โรงเรียนฉันรู้สึกอารมณ์เสียและหงุดหงิดบ่อยๆ		
15	ผู้ปกครองเข้าใจในตัวฉัน		
16	ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่ค่อยได้รับความนิยมชมชอบเหมือนคนอื่นๆ		
17	ฉันรู้สึกว่าผู้ปกครองวุ่นวายกับชีวิตของฉัน		
18	อยู่ที่โรงเรียนฉันมักรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจ		
19	มีหลายๆ ครั้งที่ฉันอยากเป็นคนอื่น		
20	เรื่องต่างๆไม่ทำให้ฉันรู้สึกกังวล		
21	ฉันมีความมั่นใจในตนเอง		
22	ฉันเป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่น		
23	ฉันมักใจลอยและคิดฝันเรื่องต่างๆ		
24	ฉันอยากกลับไปเป็นเด็กอีกครั้ง		

25	สิ่งที่ฉันทำมักถูกต้องเสมอ		
26	ฉันมีความภาคภูมิใจในผลการเรียนของตนเอง		
27	ฉันต้องให้คนอื่นมาคอยบอกอยู่เสมอว่าจะต้องทำอะไรบ้าง		
28	ฉันมักเสียใจในสิ่งที่ทำไปแล้ว		
29	ฉันไม่มีความสุขเลย		
30	ฉันชอบเล่นกับคนที่อายุน้อยกว่า		
31	ฉันชอบทุกคนที่ฉันรู้จัก		
32	ฉันชอบให้ครูเรียกฉันตอบคำถามในชั้นเรียน		
33	ฉันรู้จักและเข้าใจตัวเองดี		
34	ครอบครัวไม่ค่อยเอาใจใส่ฉัน		
35	ฉันไม่เคยถูกดุเลย		
36	ฉันไม่พอใจในผลการเรียนของฉัน		
37	ฉันมั่นใจในการตัดสินใจของตัวเอง		
38	ฉันไม่พอใจในเพศที่ฉันเป็นอยู่ขณะนี้เลย		
39	ฉันชอบอยู่คนเดียว		
40	ฉันมักเขินอายหรือประหม่า		
41	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกละอายตัวเอง		
42	ฉันพูดความจริงเสมอ		
43	คนอื่นทำให้ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่ดีเท่าที่ควร		
44	ฉันอารมณ์เสียและหงุดหงิดง่ายเมื่อถูกผู้อื่นต่อว่า		
45	ฉันรู้ว่าฉันควรจะพูดกับคนอื่นอย่างไร		
46	ฉันเป็นคนที่มีความสุขดี		

ภาคผนวก ข.

ตารางแสดงคุณภาพรายข้อของแบบทดสอบการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้วยวิธี Item-Total Correlation

ข้อความ	ค่า Item-Total Correlation	ระดับนัยสำคัญ
1. สิ่งต่างๆมักทำให้ฉันหงุดหงิดรำคาญใจ	0.40	0.03
2. เพื่อนๆ มักรู้สึกสนุกสนานเมื่ออยู่กับฉัน	0.26	0.11
3. เมื่ออยู่ที่บ้านฉันจะรู้สึกหงุดหงิดง่าย	0.43	0.02
4. ฉันเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน	0.42	0.02
5. ผู้ปกครองฉันเข้าใจความรู้สึกของฉัน	0.41	0.03
6. ฉันมักจะยอมแพ้ต่อสิ่งต่างๆ	0.36	0.05
7. การที่เป็นฉัน เป็นสิ่งที่น่าอึดอัดน่าหนักใจ	0.51	0.01
8. ฉันเบื่อและคิดว่าชีวิตเต็มไปด้วยความสับสนวุ่นวาย	0.48	0.01
9. คนที่อายุน้อยกว่า มักคล้อยตามความคิดเห็นของฉัน	0.52	0.01
10. ฉันเป็นคนไม่มีความสามารถมากนัก	0.30	0.08
11. บ่อยครั้งที่ฉันอยากหนีออกจากบ้าน	0.20	0.18
12. อยู่ที่โรงเรียนฉันรู้สึกอารมณ์เสียและหงุดหงิดบ่อยๆ	0.49	0.01
13. ผู้ปกครองเข้าใจในตัวฉัน	0.49	0.01
14. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่ค่อยได้รับความนิยมชมชอบเหมือนคนอื่นๆ	0.73	0.00
15. ฉันรู้สึกว่าผู้ปกครองวุ่นวายกับชีวิตของฉัน	0.21	0.17
16. อยู่ที่โรงเรียนฉันมักรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจ	0.35	0.05
17. มีหลายๆ ครั้งที่ฉันอยากเป็นคนอื่น	0.65	0 00
18. เรื่องต่างๆไม่ทำให้ฉันรู้สึกกังวล	0.77	0.00
19. ฉันมีความมั่นใจในตนเอง	0.55	0.00
20. ฉันเป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่น	0.47	0.01
21. สิ่งที่ฉันทำมักถูกต้องเสมอ	0.43	0.02
22. ฉันมีความภาคภูมิใจในผลการเรียนของตนเอง	0.66	0.00
23. ฉันมักเสียใจในสิ่งที่ทำไปแล้ว	0.42	0.02
24. ฉันไม่มีความสุขเลย	0.22	0.15
25. ฉันชอบให้ครูเรียกฉันตอบคำถามในชั้นเรียน	0.13	0.28
26. ฉันรู้จักและเข้าใจตัวเองดี	0.48	0.01
27. ครอบครัวไม่ค่อยเอาใจใส่ฉัน	0.26	0.11
28. ฉันไม่พอใจในผลการเรียนของฉัน	0.59	0.00
29. ฉันมั่นใจในการตัดสินใจของตัวเอง	0.65	0.00

ตารางแสดงคุณภาพรายข้อของแบบทดสอบการเห็นคุณค่าในตนเอง (ต่อ)

ข้อความ	ค่า Item-Total Correlation	ระดับนัยสำคัญ
30. บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกละอายตัวเอง	0.19	0.19
31. คนอื่นทำให้ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่ดีเท่าที่ควร	0.65	0.00
32. ฉันอารมณ์เสียและหงุดหงิดง่ายเมื่อถูกผู้อื่นต่อว่า	0.32	0.07

ภาคผนวก ค.

บทละครวิทยุเรื่องที่ 1 เรื่อง ทางที่สร้าง โอกาสที่เลือก

ผู้บรรยาย	ณ สำนักงานบริษัทแห่งหนึ่ง
เสียงประกอบ	(เสียงโทรศัพท์ดัง กริ๊ง.... กริ๊ง.....)
ผู้บรรยาย	ชนะ โทรไปที่นี่เป็นหนที่สองในรอบสัปดาห์แล้ว บริษัทแห่งนี้เป็นลูกค้ารายใหม่ของเขา
เสียงประกอบ	เสียงโทรศัพท์ดังแผ่วๆ + เสียงยกหูโทรศัพท์ (เสียงคุณชนะต้องเป็นเสียงผ่านโทรศัพท และมีเสียงสำนักงานเบาๆ ดังเป็นเบื้องหลัง)
เรณู	สวัสดีค่ะ บริษัท ต้นหญ้า จำกัด ค่ะ (เสียงเป็นมิตรและอ่อนโยน)
ชนะ	ผมขอเรียนสายคุณสมจิต ผู้อำนวยการฝ่ายทรัพยากรมนุษย์หน่อยครับ
เรณู	ขอโทษค่ะ ดิชั้นเรียนสายอยู่กับคุณชนะใช่ไหมคะ
ผู้บรรยาย	คุณชนะคิดในใจ
ชนะ	เค้าจำเสียงเราได้ด้วยเหรอ
เสียงประกอบ	เสียงก้องเล็กน้อย ให้รู้ว่าคิดตอนนี้ไม่ต้องเป็นเสียงผ่านโทรศัพท์แล้ว
ชนะ	ใช่แล้วครับ ขอบคุณครับที่จำผมได้
เรณู	ยินดีค่ะ ดินฉันจะโอนสายให้นะคะ
เสียงประกอบ	เสียงดนตรีรอสาย
ผู้บรรยาย	หลังจากที่ชนะสนทนากับสมจิตจบ
ชนะ	ผมจะแฟกซ์รายละเอียดปลีกย่อยไปไว้ที่เลขาของคุณนะครับ
สมจิต	ค่ะ ได้ค่ะ
ชนะ	เอ้อ!.....คุณสมจิตครับ
	ผมขอชมพนักงานรับโทรศัพท์ของคุณหน่อยนะครับ
	เธอเก่งจริงๆ ครับ เธอจำเสียงของผมได้ ช่างเป็นการให้บริการที่เกินความคาดหวังของผมจริงๆ ครับ
	ผมเองก็ไม่ได้เป็นลูกค้าประจำ และก็ไม่ได้โทรมาบ่อยๆ ขนาดที่เธอจะจำเสียงผมได้
	เธอมีเคล็ดลับอะไรครับ (เสียงชื่นชม)
สมจิต	อ้อ..
	เธอชื่อเรณูค่ะ เธอได้รับคำชมอย่างนี้บ่อยๆ ถ้าคุณได้ฟังเรื่องของเธอมากขึ้นกว่านี้

คุณจะประทับใจยิ่งขึ้นไปอีก สนใจจะฟังไหมคะ..

ชนะ ครับ สนใจสิครับ ช่วยกรุณาเล่าให้ผมฟังด้วยครับ (เสียงกระตือรือร้น)

สมจิต ค่ะ (เสียงอารมณ์ดี)

คุณเรณูเธอเป็นคนตาบอดค่ะ เธอจึงต้องอาศัยประสาทการรับรู้อย่างอื่นแทน

โดยเฉพาะด้านการฟังเสียง เธอได้เปรียบกว่าคนอื่นมากเลยค่ะ

ทำให้เธอสามารถจดจำเสียงของคนได้ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเธอใส่ใจกับงานที่ทำอยู่ด้วยหน่ะค่ะ ถึงจึงทำหน้าที่นี้ได้ดีเป็นพิเศษ

(พักหายใจก่อน เดี๋ยวขาดใจ)

บ้านเธออยู่ที่สมุทรปราการและเธอมาทำงานที่ออฟฟิศที่ดอนเมืองนี่ล่ะค่ะ

ซึ่งถือว่าไกลมาก สำหรับคนที่ต้องเดินทางด้วยรถเมล์อย่างเธอ

เสียงประกอบ เสียงรถเมล์ เสียงการจราจร เสียงไม้เท้าขาวกระทบพื้นถนน

นิรนาม ขอโทษครับ มีอะไรให้ผมด้วยมั๊ยครับ (เสียงเป็นมิตร)

เรณู ค่ะ ดิฉันกำลังรอรถเมล์สาย 39 อยู่หน่ะค่ะ ไม่ทราบว่ามาหรือยังคะ

นิรนาม ยังครับ ถ้ามาแล้วผมจะบอกให้นะครับ

เรณู ขอบคุณมากค่ะ

นิรนาม ไม่เป็นไรครับ ด้วยความยินดี

(เงียบชักพัก)

เอ่อ แล้วคุณจะไปไหนเหรอครับ

เรณู ดิฉันจะไปทำงานค่ะ อยู่แถวๆ ดอนเมือง

นิรนาม โอ้โห ไกลจังนะครับ

เสียงประกอบ เสียงรถเมล์จอด เปิดประตู

นิรนาม อ๊ะ! รถเมล์สาย 39 มาพอดี งั้นเดี๋ยวผมช่วยพาขึ้นรถนะครับ

เรณู ค่ะ ขอบคุณมากๆ ค่ะ

เสียงประกอบ เสียงไม้เท้า เสียงรถเมล์

เสียงชนะคุยในโทรศัพท์เช่นเดิม เสียงฉากหลังเป็นสำนักงาน

สมจิต ตอนที่เราย้ายสำนักงานจากในเมืองมาที่ดอนเมืองนี่ คนอื่นๆ ต่างเรียกร้องจะขอรถรับส่งของบริษัท

แต่เธอไม่เคยเลยนะคะ แล้วบางคน แม้มีรถส่วนตัว แต่ก็ยังมาทำงานสายพร้อมกับเหตุผลสารพัด

ทั้งที่เธอมาทำงานเช้ากว่าใครๆ ในบริษัทเลยค่ะ เฮ่อ คิดแล้วอายแทนพนักงานคนอื่นๆ จริงเลย

หยุดสักครู่)

คุณเรณู เธอมีทัศนคติต่องานของเธอ ดีมากๆเลยนะค่ะ

ผู้บรรยาย ย้อนกลับไปเมื่อคุณเรณูเข้ามาทำงานที่บริษัทใหม่ๆ

เรณู ค่ะ ดิฉันจะแจ้งให้คุณสมจิตทราบ ได้เรื่องอย่างไร จะติดต่อกลับไปอีกทีนะคะ

เสียงประกอบ เสียงวางโทรศัพท์

เสียงเดินส้นสูง แล้วหยุด

ผู้บรรยาย ระหว่างนั้น คุณสมจิตก็เดินเข้ามาที่โต๊ะทำงานของคุณเรณู

สมจิต เป็นอย่างไรบ้างคะ คุณเรณู เพิ่งเข้ามาทำงานใหม่ๆ คงวุ่นวายน่าดูเลยนะคะ กว่าทุกอย่างจะลงตัว

เรณู ก็มีติดขัดบ้างล็กน้อยนะคะ แต่ดิฉันก็จะพยายามทำให้ดีที่สุด

สมจิต ค่ะ ดิฉันเชื่อว่าคุณจะทำได้ คุณขยันออกอย่างนี้ มาทำงานแต่เช้าก่อนเวลาทุกวันเลย

เรณู คะ ดิฉันรักงานนี้มาก สำหรับดิฉันแล้วการรับโทรศัพท์ไม่ใช่แค่งาน...แต่มันคือชีวิต

เงินเดือนที่บริษัทให้กับฉัน ทำให้ดิฉันสามารถเลี้ยงตัวเองและครอบครัวได้เป็นอย่างดี

เสียงประกอบ เสียงดนตรีสลับฉากกลับมา

ชนะ น่าดีใจแทนบริษัทคุณนะครับ ที่มีพนักงานอย่างคุณเรณู

สมจิต ใช่ค่ะ เธอขยัน อดออม และยังมีเงินเหลือกับอีก พนักหลายคนอย่าว่าแต่เงินเลยค่ะ คอยจะเบิกเงินล่วงหน้ากันทุกเดือน (เสียงชื่นชม)

อันที่จริงแล้วนะคะ เพื่อนร่วมงานของเธอหลายคน เคยหยิบยืมเงินจากเธอในยามฉุกเฉินด้วยซ้ำไป

(หยุดสักครู่)

เมื่อปีที่แล้วเธอก็ได้รับเลือกให้เป็นพนักงานดีเด่นด้วยด้วยนะคะ

เสียงประกอบ บรรยากาศงานมอบรางวัล

พิธีกร มาถึงผลการประกาศรางวัลแห่งเกียรติยศ... ที่พนักงานทุกคนเฝ้ารอกันมานาน.....

พนักงานดีเด่นปีนี้ได้แก่

เสียงประกอบ เสียงดนตรี แอ่น แอน แอ้น

คุณเรณู โชคดีงาม

(หยุด 0.5 วินาที)

ขอเสียงปรบมือให้กับ คุณเรณู พนักงานดีเด่นประจำปีนี้ด้วยครับ

ขอเชิญคุณเรณูขึ้นมารับรางวัลและกล่าวอะไรเล็กๆ น้อยๆ ด้วยครับ

เรณู ดิฉันขอกล่าวอย่างภาคภูมิใจนะคะ ดิฉันรู้สึกซาบซึ้งในน้ำใจของผู้อำนวยการ และเพื่อนพนักงานทุกท่านเป็นอย่างสูง ที่ได้ให้โอกาสดิฉันมาร่วมทำงานกับทุกคน

ให้ดิฉันได้ทำในสิ่งที่ชื่นชอบและใช้ความสามารถที่มีให้เกิดประโยชน์

สิ่งที่ดิฉันเต็มใจตอบแทนให้ทุกคน ก็คือการทำงานให้เกิดประโยชน์สูงสุดในแต่ละวัน และทำมันอย่างดีที่สุด

ฉันใช้เวลาไม่นานนัก ที่จะเปลี่ยนความพยายามของดิฉัน ให้เป็นความรักที่มีให้กับการทำงาน

จนถึงตอนนี้ ทุกคืนก่อนเข้านอน ดิฉันอยากให้ถึงตอนเช้าเร็วๆ เพื่อจะได้รีบตื่นขึ้นมาทำงานที่ดิฉันอดใจรอ

ดิฉันพยายามใส่ใจทุกรายละเอียด... จดจำทุกเสียงที่โทรเข้ามา

ทุกๆ ครั้งที่โทรศัพท์ดังขึ้น..... มันช่วยกระตุ้นให้ความกระตือรือร้นของดิฉันไม่มีวันหมด ดิฉันดีใจและขอขอบคุณทุกคน สำหรับสิ่งดีๆ อีกครั้งค่ะ...

เสียงประกอบ เสียงปรบมือ

(กลับมาเป็นเสียงชนะในโทรศัพท์ และเสียงออฟฟิศเป็นฉากหลัง)

สมจิต แหมอย่าหาว่าดิฉันบ่นเลยคะ แต่พวกพนักงานอย่างพวกเราๆ กลับภาวนาให้ถึงวันหยุดเร็วๆ เสียนี่กระไร

(หัวเราะเบาๆ)

ชนะ ครับ (กลั้วหัวเราะ)

ได้ฟังเรื่องคุณเรณูแล้วผมเองก็ยังรู้สึกละอายตัวเองเลย บางทีผมเองก็รู้สึกท้อแท้กับงานที่ทำจนอยากจะเลิกทำงาน

ขอบคุณคุณสมจิตมากนะครับที่ทำให้ผมได้ฟังเรื่องดีๆอย่างนี้ .....

มีหลายสิ่งที่เรายังมองข้ามไป... นี่ถ้าไม่ได้ข้อคิดดีๆ จากคุณเรณู พวกเราเองคงมองโลกด้วยใจที่มืดสนิทซะจริงๆ

ผู้บรรยาย บ่อยครั้งเรามักจะได้ยินคนบ่นว่างานหนัก หรือไม่ก็ปัญหาเรื่องนั้น เรื่องนี้ ไม่หยุดหย่อน...

สิ่งที่คุณเรณูมีแตกต่างกับเราไม่ใช่ว่าเธอตาบอดหรอกครับ ความจริงพวกเราต่างหากที่บอด เราทัศนคติบอดไงล่ะ!

เราได้รับสิทธประโยชน์ต่างๆ มากมายจากนายจ้างจนเคยชินกระทั่งมองไม่เห็นคุณค่าของสิ่งเหล่านั้น

ยิ่งนานวัน... เรายิ่งเรียกร้องมากขึ้น

ในขณะที่คุณเรณู เธอกลับแตกต่างกับเราอย่างสิ้นเชิง เธอเข้าใจในคุณค่าของทุกสิ่งรอบๆ ตัวเธอ

หลายคนเบื่องาน จนอยากจะลาออกไปอยู่กับบ้านเฉยๆ

Dr. Denis Waitley ผู้แต่งหนังสือขายดีชื่อ 'The psychology of winning' ได้ยกรายงานวิจัยในอเมริกาที่บอกว่า

ผู้เกษียณอายุออกจากงานไปโดยไม่มีภารกิจอะไรทำมีอายุเฉลี่ยเพียงเจ็ดปี

หลังจากนั้นพวกเขาก็ตายด้วยความรู้สึกด้อยคุณค่า หรือภาษาชาวบ้านเรียกว่าเฉาตายนั่นล่ะครับ (พัก)

เราบางคนมีโอกาสได้ทำงานในสิ่งที่ตนเองรัก ในขณะที่คนจำนวนมากไม่มีโอกาสอย่างนั้น อย่างไรก็ตาม.. เรามีสิทธิที่จะเปลี่ยนทัศนคติเหล่านั้น โดยหันมารักและหลงไหลในสิ่งที่เราทำโดยไม่รอต้องให้โอกาสมาถึง

หากแต่วิ่งไปหาโอกาส.. โอกาสที่จะแสดงศักยภาพที่เรามี

ให้ความแตกต่าง เป็นบททดสอบความมีคุณค่าของตัวคุณเอง

ให้ความพยายาม เติมเต็มส่วนที่ขาดหายในชีวิตของเรา

แล้ววันนึง เราก็จะ...อยู่อย่างมีคุณค่า

ละครเรื่องนี้หลังจากตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญแล้วได้ปรับปรุงดังนี้

1. บทพูดบางส่วนของละครถูกตัดออกเพื่อความกระชับของเนื้อหา
2. แก้ไขสรรพนามแทนตัวเองของตัวละครต่างๆเพื่อลดความสับสน

บทละครวิทยุเรื่องที่ 2 เรื่อง Lena Maria

Maria	พ่อแม่พาขึ้นไปที่โรงพยาบาลเพื่อตรวจสุขภาพตามปกติ
เสียงประกอบ	เสียงโรงพยาบาล
หมอ	แน่นอนทีเดียวที่ลูกคุณ สามารถทำสิ่งพิเศษได้หลายๆ อย่างด้วยเท้าขวา และเท้าซ้ายซึ่งได้เคยผิดรูปร่างซึ่งหมอได้แก้ไขไปแล้วโดยการใช้เหล็กดามเท้าซ้ายเพื่อให้มันเข้าที่ นอกจากนี้ลูกคุณยังใช้ไหล่ และคางช่วยในการหยิบจับสิ่งต่างๆ หมอจึงคิดว่าเธอควรได้รับการผ่าตัดเอาซี่โครงซี่หนึ่งออกมาแล้วนำไปใส่ไว้ในบริเวณไหล่ เพื่อช่วยให้เธอหยิบจับสิ่งต่างๆ ง่ายขึ้น
พ่อ	แล้วเราจะเริ่มผ่าตัดกันเมื่อไหร่ครับ ตอนนี้เธอก็อายุได้หนึ่งขวบแล้ว ผมคิดว่ามันจะดีกว่า ถ้าเราจะรีบทำการผ่าตัด
หมอ	อย่างนั้นเราจะพาเธอไปตรวจสภาพร่างกายกันวันนี้เลย และผมคาดว่าจะสามารถวางแผนการผ่าตัดได้ภายในสองสัปดาห์นี้
Maria	สองสัปดาห์ถัดมา การผ่าตัดเป็นไปได้ด้วยดี เมื่อฉันอายุได้สามขวบ ขั้นได้ของขวัญชิ้นใหญ่ ซึ่งนำไปสู่จุดเปลี่ยนครั้งยิ่งใหญ่ในชีวิตของฉัน ตอนนั้นเท้าซ้ายที่ถูกดามด้วยเหล็กและพันด้วยผ้าพันแผล เหยียดตรงเป็นปกติแล้ว
แม่	มาเรีย... ดูซิลูกนี่อะไรเอ่ย พ่อเค้าซื้อมาให้ลูกแหน่ะ
พ่อ	มาเร็ว พ่อจะใส่ให้ เสร็จแล้วเราไปเดินเล่นกันนะลูก
มาเรีย	หา นั่นอะไรเหรอคะ ไว้ทามรายอะ
พ่อ	นี่คือขาเทียมจ๋ะลูก ไว้ใส่ที่ข้างซ้ายของลูก มะ เดี๋ยวพ่อใส่ให้
เสียงประกอบ	เสียงรัดสาย
แม่	พ่อต้องรัดตรงนี้ด้วย
พ่อ	แน่นเกินไปไม๊
มาเรีย	ไม่ค่ะพ่อ
พ่อ	ปะ เราออกไปฝึกเดินกันดีกว่านะ
แม่	โอ๊ะๆ ระวังล้มลูก ยังไม่ถนัดใช่ไหมจ๊ะ
มาเรีย	มันเหมือนจะหลุดหน่ะค่ะ แต่มันก็ติดดีอยู่
พ่อ	งั้นเราไปหาเข็มขัด เอามาคล้องตัวลูกเพื่อใช้จับเวลาลูกจะล้มดีกว่า สัก 2 เส้นเนอะแม่ ยึดตรงหน้าอกเส้นหนึ่ง และตรงสะโพกอีกเส้นหนึ่ง
Maria	นี่เป็นการฝึกเดินครั้งแรกแต่ก็ค่อยๆดีขึ้น ในที่สุดขั้นก็สามารถเดินได้เองโดยไม่ต้องมีเข็มขัดช่วยการทรงตัวของฉันไม่ดีเลยฉันมักจะล้มเสมอ ในวันก่อนคริสมาสปีหนึ่ง จนฉันลื่นตกจากบันไดที่ทำด้วยหิน พ่อกับแม่ต้องรีบพาฉันไปโรงพยาบาลเพื่อเย็บแผล
Maria	การใช้ขาปลอมทำให้ฉันเดินได้สะดวก ฉันต้องเดินทางปีละ2 – 3 ครั้งเพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญในการช่วยเหลือคนพิการตรวจขาของฉันเพื่อเปรียบเทียบกับขาปลอมอย่างน้อยปีละครั้ง ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับการเจริญเติบโตของฉัน แม้ว่าเป็นการเดินทางที่ไกลแต่ฉันก็จำเป็นต้องไปที่นั่นเพราะเป็นที่ๆ

	มีผู้เชี่ยวชาญเรื่องความพิการของฉันโดยเฉพาะ
เสียงประกอบ	เหตุการณ์บนรถ
มาเรีย	สนุกจังเลยค่ะคุณพ่อที่ได้ออกเดินทางมานอกเมืองแบบนี้
พ่อ	เตรียมตัวได้แล้วหล่ะลูก เราใกล้จะถึงกันแล้ว
มาเรีย	ค่ะ แต่วันนี้หนูรู้สึกได้เลยค่ะว่า หนูต้องโดนเปลี่ยนขาใหม่แน่เลย
แม่	(หัวเราะ)อย่ากลัวไปเลยลูก
เสียงประกอบ	รถจอด เสียงเดิน
หมอ	สวัสจ๊ะ หนูมาเรียเป็นยังไงบ้าง จากที่หมอเห็นนี่ หมอว่าหนูคงจะต้องเปลี่ยนขาใหม่แล้วหล่ะ มาเรามาตรวจกันหน่อยดีกว่า
มาเรีย	ค่ะ
หมอ	หมอตรวจเสร็จแล้วหล่ะ หนูยังจำขั้นตอนได้ใช่มั้ยจ๊ะ หมอจะเอาปูนปาสเตอร์ มาพอกไว้ที่ขาหนูจนถึงท้อง
มาเรีย	หวาย มันทั้งเปียกและก็อุ่นด้วยค่ะ
หมอ	จ๊ะ จากนั้นเราก็จะสวมเฝือกไว้ที่ด้านหน้าของขาข้าย รอจนมันแข็ง หมอก็จะใช้มีดกรีดเพื่อเอาปูนออกมาเพื่อไปเป็นแบบสำหรับหล่อขาปลอม
มาเรีย	ค่ะ หนูจำได้ มันทั้งน่าตื่นเต้นและก็น่ากลัวด้วยค่ะ
Maria	แล้วฉันก็เริ่มมีความชำนาญในการใช้ขาปลอม การทรงตัวของฉันก็ค่อยๆดีขึ้น อยู่ที่บ้านฉันชอบกระโดดขาเดียวมากกว่า
เสียงประกอบ	เสียงกระโดดลงบันได ปึงๆ
แม่	แม่นักกระโดดอย่าลงบันไดทีละสองขั้นสิจ๊ะเดี๋ยวก็ตกลงมาหรอก
Maria	ที่แม่ฉันมักเรียกว่านักกระโดดนั่นหล่ะถูกต้องแล้ว เพราะฉันชอบกระโดดไปไหนมาไหนด้วยขาข้างเดียวมากกว่า
Maria	เมื่อฉันอายุได้ 10 ขวบมีการสร้างโรงพยาบาลใหม่ซึ่งอยู่ใกล้กว่าเดิมและฉันก็คิดว่ามันเป็นสิ่งดี แต่ไม่นานก็พบว่า ขาปลอมจากโรงพยาบาลใหม่นี้ใช้ไม่สะดวก มันไม่ค่อยพอดีกับขาฉัน มันจึงเสียดสีผิวหนัง ฉันจึงต้องไปที่นี่หลายๆครั้งพร้อมกับพ่อแม่
พ่อ	คุณหมอครับ! ผมคิดว่าขาที่เคยทำให้ไปไม่ค่อยพอดีกลับมาเรีย
หมอ	เราทำดีที่สุดแล้ว! คุณยังต้องการอะไรอีกหล่ะ! เดี๋ยวก็ชินไปเองหล่ะน่า
Maria	ผลที่ได้ก็คือในวันหนึ่งขณะที่ฉันออกไปเดินเล่น
เสียงประกอบ	เสียงกระดูกหัก
มาเรีย	โอ๊ย! (มาเรียร้องด้วยความเจ็บปวด)
พ่อ	มาเรีย! เป็นอะไรไปลูก!
Maria	วันนั้นพ่ออุ้มฉันเดินกลับบ้านไป 2 km. จริงๆฉันต้องไปโรงพยาบาลแต่ฉันไม่มั่นใจโรงพยาบาลนั้นอีกแล้ว(เสียงร้องทรมานของมาเรีย) ฉันต้องทนทรมานอยู่ที่บ้านนานถึง 3 วัน จนวันที่ 4 ฉันถึงจะขยับตัวได้ ฉันยังต้องทนเจ็บที่สะโพกซ้ายเป็นเวลากว่า 2 ปีถึงจะดีขึ้น และนี่เป็นเหตุผลที่ทำให้ฉันไม่ยอมใช้ขาปลอมอีกเลย เพราะมันทำให้ฉันทั้งเจ็บและทรมาน แต่การที่ฉันอยู่บนรถเข็นก็ทำ

	ให้ฉันใช้เท้าทำอะไรได้มากขึ้น
เสียงประกอบ	เสียงแคชเชียร์
พนักงาน	ทั้งหมด 79 บาทค่ะ รับขนมจีบซาลาเปาเพิ่มไหมค่ะ!
มาเรีย	ไม่ดีกว่าค่ะ
พนักงาน	ให้ดิฉันช่วยหยิบเงินในกระเป๋าให้ไหมค่ะ
มาเรีย	ไม่เป็นไรค่ะ
Maria	ฉันปฏิเสธไปเพราะตอนนั้นฉันสามารถใช้เท้าหยิบจับสิ่งต่างๆได้อย่างสบายแล้ว
เสียงประกอบ	อากาศอบอุ่น เสียงนก เพลงชาติสวีเดน
Maria	ท่ามกลางวันที่มีอากาศอบอุ่น แสงแดดสาดส่อง และท้องฟ้าสดใส เพลงชาติสวีเดนดังกระหึ่ม ที่กรุงโซล เหรียญทองพาราลิมปิคก็คล้องคอชั้น ชั้นรู้สึกปลาบปลื้มมาก
เสียงประกอบ	เสียงเฮ
	ไม่มีใครคาดคิดว่าเด็กอายุสามขวบที่ไปเรียนในเมืองเยอเซอปิง จะได้รับเหรียญทอง นั่นเป็นช่วงเวลาที่ฉันเริ่มเรียนว่ายน้ำ เมื่อฉันเริ่มคุ้นเคยกับน้ำ พ่อแม่ให้ฉันลอยตัวในน้ำ โดยเอามือพยุงไว้ เมื่อฉันอายุ 5 ขวบ พ่อแม่สามารถปล่อยให้ฉันลอยตัวในน้ำได้ด้วยตัวเอง
เสียงประกอบ	เสียงว่ายน้ำ
พ่อ	เอ้า พ่อจะปล่อยมือแล้วนะ ไม่ต้องกลัวนะ วันนี้เราจะมาฝึกลอยตัวกัน
มาเรีย	อย่าเพิ่งสิคะ ๆ หนูจะจม ๆ
พ่อ	ไม่หรอกจ่ะ พ่อเอามือรองอยู่นี่ไง ทำตัวให้สบายๆ อย่าเกร็งนะ อ๊า เก่ง มาก อย่างนั้นล่ะ นี่ไง ลูกทำได้แล้ว
มาเรีย	ดีจังเลยค่ะพ่อ หนูรู้สึกเหมือนเป็นปลาเลย
Maria	หนึ่งปีต่อมา ฉันได้เรียนรู้มากขึ้น และสามารถว่ายน้ำได้ สำหรับฉัน การว่ายน้ำในท่ากรรเชียงเป็นธรรมชาติมาก เพราะฉันหงายตัวลอยน้ำได้ดีมาก
Maria	ฉันเคยมีความรักหลายครั้งและชั้นคิดว่าคนนี้แหละคือคนที่เหมาะสม นี่คือผู้ชายในชีวิตของชั้น แต่แล้วเราก็ต้องแยกจากกัน
แฟนคนแรก	เราเลิกกันเถอะ เราเข้ากันไม่ได้
เสียงประกอบ	เพลงดีเกินไปของแมว เอาเฉพาะทำนอง
มาเรีย	(ร้องเอง) เทอมีเหตุผลที่โคตรเก่า เก่าแก่เหลือเกิน....บอกว่าดีเกินไปบอกว่าดีเกินไป เป็นเหตุผลที่ไม่เคยเข้าใจ อือ ๆ .....
Maria	แล้วชั้นก้อได้พบกับบียอน เรารู้จักกันในขณะนักร้องเพลงที่มีชื่อว่า the master voice ที่วิทยาลัยการดนตรี ขณะนั้นบียอนกำลังศึกษาเพื่อเป็นครูสอนดนตรี เขาอยากเข้าร่วมกับเรา เรารู้ว่าเรามีหลาย ๆ อย่างคล้าย ๆ กัน เราจึงกลายเป็นเพื่อนสนิทกัน
บียอน	นี่ เทอรู้มั้ยว่าคำว่ารักสะกดยังงัย
มาเรีย	ก้อ แอล โอ วี อี ไง
บียอน	ขอบคุณนะครับมาเรีย ที่ได้สอนให้ผมรู้จักคำว่ารัก

มาเรีย	บ้า...พูดอะไร
Maria	ทีแรกไม่มีใครเชื่อว่าฉันจะเสียงดีพอที่จะร้องเพลงได้ แต่เรื่องนี้ไม่ได้ทำให้ฉันกังวล การร้องเพลงและเล่นดนตรี เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในชีวิตของฉันมาตั้งแต่เด็ก
เสียงประกอบ	เสียงหัดเล่น ในงานเลี้ยงสรรค์ต่างๆ มีบรรยากาศสนุกสนาน (เสียงปรบมือ)
เสียงหลายคน	Merry X'mas จ้า
เพื่อนคนนึง	ซานต้าจะเอาของขวัญมาใส่ในรองเท้าที่หนูแขวนมั้ยค่ะ หนูรอนานแล้ว
เพื่อนอีกคน	เทอขออะไรไปละ ชั้นขอบ้านพร้อมที่ดิน
เพื่อนคนนึง	เหอะ! เอาดินที่บ้านไปก่อนละกันนะ ไม่เอาและไปฟังดนตรีต่อดีกว่า
เสียงประกอบ	เสียงดนตรีคลอ
เพื่อน	มาเรียเล่นเพลงอื่นอีกซิ ขอเพลงหมอลำหน่อย
มาเรีย	บอกว่าอย่าขอหมอลำ บอกว่าอย่าขอหมอลำ ไม่รู้หมอลำเค้ารำแบบไหน แหม...อย่าแกล้งกันซี่
เพื่อน	มาเรียเล่นเพลงอื่นอีกซิ ขอ santa is coming to town
เสียงประกอบ	แล้วเสียงก็ค่อยๆ เบาลงไป
Maria	ฉันเริ่มร้องเพลงเด็กที่คริสตจักร นั่นเป็นครั้งแรกที่ฉันแต่งเพลงแรกชื่อว่า 'ฉันอยากเป็นเพื่อน' โดยพ่อเป็นผู้ใส่เนื้อร้อง
Maria	วันหนึ่งฉันได้ข่าวว่า มีสาขาดนตรีในชั้นมัธยม ซึ่งเรียกว่าสาขาสังคมและดนตรี ฉันสนใจมาก มีปัญหาอย่างเดียวก็คือ มีคนสมัครเข้าเรียกมาก กว่าจำนวนที่รับได้ และระดับคะแนนของฉันก็ไม่ถึง แต่โรงเรียนยอมรับฉัน ฉันรู้สึกว่าตัวเองโชคดีมาก ที่รับฉันเข้าในสาขาดนตรี หลังจากที่พวกเขาทดสอบความสามารถทางดนตรีของฉัน ฉันคิดว่าเหตุผลสำคัญที่โรงเรียนยอมรับฉัน เพราะฉันเป็นคนพิการ หลายปีหลังจากที่อยู่ในคณะนักร้องเยาวชนในคริสตจักร ฉันได้รับเลือกให้เป็นผู้นำ แน่นอนฉันไม่สามารถควบคุมนักร้องได้ด้วยการใช้มือ แต่ไม่ใช่สัญลักษณ์มือเพียงเท่านั้นที่ทำให้นักร้องร้องเพลงได้ ดังนั้นเมื่อคณะนักร้องยืนขึ้น ฉันยืนอยู่ข้างหน้าพวกเขา นำคณะนักร้องให้ร้องเพลง ด้วยการใช้ศีรษะ ปากและสายตา เพื่อบอกพวกเขาว่าควรจะทำอะไร พวกเราได้รับคำเชิญจากหลายคริสตจักรให้ไปจัดคอนเสิด ทำให้ฉันได้มีโอกาสร้องเพลงเดี่ยวด้วย รวมทั้งในการจัดคอนเสิดส่วนตัวของฉัน ในหลายๆ คริสตจักรในจังหวัดของเรา ในสมัยที่เรียนมหาวิทยาลัยดนตรีในสต็อกโฮล์มฉันได้เรียนกับอาจารย์คนหนึ่งซึ่งเป็นนักร้อง
มาเรีย	อาจารย์ค่ะ จะให้หนูเล่นออแกนจริงเหรอค่ะ
อาจารย์	มันขึ้นอยู่กับเธอ เธอต้องเป็นคนบอกเองว่าเธอทำอะไรได้ ทำอะไรไม่ได้
มาเรีย	สิ่งที่หนูเป็นมันจะไม่เป็นอุปสรรคเหรอคะ
อาจารย์	เสียงของนักร้องมันเป็นความรู้สึกที่ถ่ายทอดออกมา ฉะนั้นอะไรก็จะไม่เป็นอุปสรรคทั้งนั้น ในเย็นวันหนึ่ง ฉันได้ไปร้องเพลงร่วมกับอาจารย์มีผู้คนเป็นจำนวนมาก แต่ก็ไม่ได้ทำให้ฉันตื่นตระหนก หลังจากร้องจบและกำลังเดินลงจากเวที ฉันได้เรียกร้องให้กลับไปบนเวทีอีกครั้งหนึ่ง เพื่อรับทุนของบุสซะ คาเนวีค มันเป็นสิ่งที่ทำให้ฉันมีกำลังใจมากขึ้น เรื่องราวของฉันถูกถ่ายทอด

ออกไปอย่างแพร่หลายตามสื่อต่าง ๆ มีนักข่าวมาทำเรื่องราวชีวิตของฉันเป็นสารคดี ฉันอยากให้คนอื่น ๆ ได้รับรู้เรื่องราวชีวิตของฉัน และอยากให้ทุกคนรู้ว่าเขาเองก็สามารถทำได้เหมือนกับที่ฉันทำได้ ไม่สำคัญว่าเค้าจะมีร่างกายแบบใด ขอเพียงมีจิตใจที่ไม่ยอมแพ้และมีกำลังใจเสมอในทุกเวลาของชีวิต

ละครเรื่องนี้หลังจากตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญแล้วได้ปรับปรุงดังนี้

1. แก้ไขภาษาพูดในเรื่องเพราะบางประโยคมีความคลุมเครือ
2. เพิ่มเติมบทบรรยายเพื่ออธิบายสถานการณ์ในเรื่องให้ชัดเจน

บทละครวิทยุเรื่องที่ 3 เรื่อง Marathon

ผู้บรรยาย-	ระหว่างที่เด็กชายผู้มีลักษณะพิเศษ และแม่ของเขา กำลังโดยสารรถประจำทางกลับบ้าน
ชินจิเสียงก้อง:	ท่ามกลางทุ่งหญ้าเซเรนเจอติอันเงียบสงบ ในประเทศเทนซาเนีย
	สัตว์ต่างๆ ที่กินพืชเป็นอาหาร มักจะอาศัยอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม
	ในทุกปี จะมีการผสมพันธ์และให้กำเนิดสมาชิกใหม่ แม่ม้าลายและลูกที่เกิดของมัน
	มันพยายามสอนลูกของมันให้ดำเนินชีวิตอยู่ท่ามกลางโลกที่โหดร้ายใบนี้
	แม้ว่ามันจะไม่ใช่เรื่องง่าย ที่จะดำรงชีวิตอยู่เลยก็ตามในป่าที่กว้างใหญ่
	แต่สิ่งที่น่ากลัวก็คือ
	ทุกๆ ที่ในป่าใหญ่ มักจะเต็มไปด้วยสัตว์ป่าน้อยใหญ่
ผู้บรรยาย	ระหว่างการรับประทานอาหารมื้อเย็นของครอบครัวหนึ่ง
	ท่ามกลางสายฝนที่กำลังโปรยปรายภายนอกบ้าน
	เด็กชายซึ่งมีลักษณะพิเศษลุกออกจากโต๊ะอาหารแล้ววิ่งมาที่หน้าต่าง
เสียงประกอบ	เสียงเด็กวิ่ง
	ผู้เป็นแม่วิ่งตามเด็กชายมาทันที ด้วยอารมณ์หงุดหงิด
	จับมือเด็กสัมผัสกับหน้าต่าง ที่ฝนสาดโปรยปรายอยู่อีกฝั่ง
แม่:	นี่เรียกว่าอะไรลูก "ฝน" ไหนลองพูดซิ "ฝน"
ผู้บรรยาย	แม่พูด พร้อมเอามือของชินจิย้ำไปที่หน้าต่าง
แม่	ลองพูดตามแม่ซิ "ฝน" ฝนตกลงมาจากฟ้า
	ทำไมแค่นี้พูดไม่ได้ ลูกไม่ได้เป็นใบ้สักหน่อย
	เด็กชายนั่งอยู่ในห้องที่เป็นส่วนตัว แต่บรรยากาศช่างน่าอึดอัด เบื้องหน้า จิตแพทย์กำลังให้เขา
ผู้บรรยาย	ดูภาพและเสนอคำถาม ที่เด็กได้แต่นั่งเงียบ
หมอ:	ถ้าหนูถูกหมาตัวใหญ่วิ่งไล่ หนูจะรู้สึกอย่างไร ชินจิ
	มีความสุข เสียใจ สนุกดี โมโห หรือหวาดกลัว
	(แม่ เสียงแทรก : เสียงแม่ดุลูก เสียงดี พร้อมพูด ทำไมลูกไม่พูด.. ทำไมลูกไม่พูด)
	แล้วถ้าพ่อหนูไม่อยู่บ้านเป็นเวลานานๆ หนูจะรู้สึกยังไง
	มีความสุข เสียใจ สนุกดี โมโหหรือหวาดกลัว
	ถ้าแม่หนูป่วยต้องเข้าไปนอนในโรงพยาบาล
	หนูจะรู้สึกยังไง มีความสุข เสียใจ สนุกดี โมโหหรือหวาดกลัว
ผู้บรรยาย	แม่พาเด็กชายชินจิออกจากโรงพยาบาลมาแล้ว แต่เสียงจิตแพทย์ ยังดังอยู่ในหูของแม่
หมอเสียงก้อง:	โรคออทิสซึม ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรคหรือไวรัสตัวไหน
	ถ้าเกิดแล้วก็เป็นเรื่องที่เราไม่สามารถทำอะไรได้
	มันเป็นโรคที่ไม่มีการรักษาให้หายขาดไปได้ด้วยยาหรือการผ่าตัดใดๆ
	(เว้น)

	จะอธิบายมาเป็นคำพูดมันก็คงจะไม่ง่ายนัก
	อีกสิ่งหนึ่งก็คือ มันไม่ง่ายที่เด็กพิเศษเหล่านี้จะอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคม
	การเข้าอยู่ร่วมในสังคมไม่ใช่เรื่องง่ายและนี่ก็เป็นปัญหาที่พบมาโดยตลอด
	ครอบครัวมีความสำคัญกับเด็กเป็นอย่างมาก
เสียงประกอบ	เสียงเดินริมถนน และขึ้นรถในระหว่างนี้
ผู้บรรยาย	แม่มักพาชินจิไปเดินป่าเพื่อเรียนรู้สิ่งต่างๆ อยู่เสมอ
	ในครั้งนี้ชินจิได้เรียนรู้เกี่ยวกับ ต้นไม้และสายลม
เสียงประกอบ	เสียงป่า
ผู้บรรยาย	ขณะที่ชินจินั่งคุดคู้ก้มหน้าอยู่กับพื้น
แม่:	ชินจิ
ผู้บรรยาย	แม่เรียกชินจิโดยเสนอคุ้กกี้ ที่เป็นของโปรดของชินจิอยู่ตรงหน้า
	ซึ่งปฏิกิริยาของชินจิ เป็นไปตามที่แม่คาดหวังไว้
	ชินจิขยับตัวตามห่อคุ้กกี้ไปอย่างกระตือรือร้น
แม่:	มา ชินจิมา
แม่:	อ้า...ถึงแล้ว
ผู้บรรยาย	แม่พูดพร้อมโอบชินจิไว้กับต้นไม้
แม่:	ต้นไม้ ชินจิ พูดสิลูกต้นไม้
แม่:	ชินจิ เอานิ้วมาแตะน้ำลายอย่างนี้
ผู้บรรยาย	แม่จับมือชินจิชูขึ้น
แม่:	นี่คือสายลมนะ
ผู้บรรยาย	เมื่อชินจิสัมผัสกับสายลม ก็ยกมืออีกข้างหนึ่งขึ้นและหลับตา
	ชินจิรู้สึกถึงสายลมที่พัดผ่าน
	จับสิลูก หัวใจลูกเต้นอยู่ข้างในไง เสียงเต้นของมัน เหมือนกับของแม่ ของน้อง
ผู้บรรยาย	หลังจากที่เดินขึ้นเขาอย่างเหน็ดเหนื่อย แม่ก็จับมือชินจิทาบลงบนอกของเขา
แม่:	ลูกหน่ะ ไม่ต่างจากคนอื่น ๆ หรอกจ๊ะ หอบเหมือนวิ่งมา
ผู้บรรยาย	สิบห้าปีต่อมา
	ณ สนามแข่งมาราธอน
เสียงประกอบ	สนามกีฬา
ผู้บรรยาย	ท่ามกลางผู้ชมและผู้เข้าแข่งขันมากมาย
	แม่ของชินจิเป็นทั้งแม่และโค้ช
	ซึ่งกำลังเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าแข่งขัน
	ชินจิคือหนึ่งในผู้เข้าแข่งขันประเภทบุคคลพิเศษ
แม่:	ขาลูก
ชินจิ :	น่องทองร้อยล้าน
แม่:	ตัวลูก

ชินจิ :	ยอดเพชรฆาต
แม่	ลูกต้องทำได้ พูดสิ เราต้องทำได้
ชินจิ	เราต้องทำได้
แม่	ดังกว่านี้อีก
ชินจิ:	เนาต้องทำได้
แม่	สู้ตาย
ชินจิ	สู้ตาย (ดัง ๆๆ)
เสียงผู้ประกาศ:	การแข่งขันวิ่งมาราธอน ฮังริเวอร์ระยะทาง 10 กิโลเมตร ณ แม่น้ำฮัง เริ่มขึ้น ณ บัดนี้
เสียงประกอบ	เสียงออกสตาร์ท+เสียงปรบมือ
เสียงผู้ประกาศ:	มิสเตอร์ชินจิ ยูน ผู้แข่งขันประเภทบุคคลพิเศษ สามารถคว้าตำแหน่งอันดับสามมาครองได้อย่างสวยงาม ขอเสียงปรบมือให้มิสเตอร์ยูนด้วยครับ
เสียงประกอบ	เสียงปรบมือดัง
ผู้บรรยาย	แม่ของชินจิเดินออกจากมาลิฟต์ที่อพาร์ทเมนท์ของเขา
เสียงประกอบ	เสียงลิฟท์ เสียงคนวิ่งค่อยดังๆ และเข้ามาใกล้ขึ้น เสียงก้องๆ ด้วย
ผู้บรรยาย	นั่นคือชินจิที่ไม่ได้ขึ้นลิฟท์มาพร้อมกับแม่ และขณะนี้เขากำลังกอดแม่ไว้
ชินจิ:	ซ้อมทุกวัน ห้ามเกลไถล
แม่:	เก่งมากลูกแม่
ชินจิ:	ตอนหกโมง มีรายการสัตว์โลกน่ารัก
แม่:	ไม่ต้องกลัว ลูกทันอยู่แล้ว
ชินจิ:	สัตว์โลกน่ารัก ๆ
ชินจิ:	สวัสดีครับ น้องจูง-วอน
ผู้บรรยาย	ชินจิพูดพร้อมกับคำนับน้องแท้ๆ ของเค้า
แม่:	จะไปแล้วเหรอลูก
น้อง:	ผมบอกแล้วไง อาทิตย์นี้สอบมิดเทอมทุกวัน
แม่:	หิวแย่เลยมา ๆ เดี๋ยวแม่ทำกับข้าวให้กิน ทานอะไรก่อน
น้อง:	ทานแล้วแม่ อ้อ ผ้าเช็ดตัวน่ะช่วยซักบ้างได้มั้ย
เสียงประกอบ	เสียงเดินออกไปแล้วหยุด
น้อง:	พ่อโทรมา บอกว่าอาทิตย์หน้าก็มาไม่ได้
ผู้บรรยาย	ชินจิกระสับกระส่ายพร้องเคาะนาฬิกาเรียกร้องความสนใจ
เสียงประกอบ	เสียงเคาะนาฬิกา
ชินจิ:	อีกสามสิบวินาที จะมาแล้ว เคาะนาฬิกา
แม่:	ชินจิ ทีหลังไม่ต้องคำนับน้องก็ได้ (เสียงพูดใส่อารมณ์)
ชินจิ:	ไม่ต้องคำนับน้อง

เสียงประกอบ เสียงปิดประตู

เสียงทีวี: ท่ามกลางทุ่งหญ้าเซเรนเจอติ ในประเทศแทนซาเนีย สัตว์ต่าง ๆ ที่กินพืชเป็นอาหาร
อาศัยอยู่รวมกันเป็นฝูง ฝูงม้าลายกว่าพันตัว
สามารถอยู่รวมกับฝูงละมั่งได้อย่างสงบสุข พวกมันกว่าพันตัว

ผู้บรรยาย ชินจินอนดูทีวีอยู่บนโต๊ะรับแขก
ลุกขึ้น นั่งดี ๆ นั่ง!

แม่:

เสียงทีวี(เบา): สิงโตและเสือดาวเป็นศัตรูตัวฉกาจของมัน
แม่ม้าลายตั้งท้องนานเป็นปี ๆ แต่ละครั้งมันสามารถให้กำเนิดลูกได้เพียงทีละตัว

แม่(ตะโกน): ชินจิช่วยเอาขยะไปทิ้งให้แม่ที
แม่เดินมาดูรูปที่ชินจิวาดก็เห็นว่าเป็นรูปเด็กชายคนหนึ่งกำลังวิ่งอยู่ในสนามมาราธอนกับคน

ผู้บรรยาย อื่นๆ

ผู้บรรยาย บนโต๊ะอาหาร

น้อง: เอ่อ แม่ อาจารย์อยากเจอแม่วันพุธหน้า

แม่: มีอะไรเหรอ

น้อง: ไม่รู้สิ อยากปรึกษาอะไรกับแม่มั้ง

เสียงประกอบ เสียงตด ปู้ด! ระหว่างที่น้องกำลังพูดประโยคสุดท้าย

แม่: ชินจิ แม่บอกว่ายังไง

ชินจิ: แม่บอกว่ายังไง

แม่: ถ้าลูกจะตดตอนทานอาหารลูกต้องไปจัดการข้างนอกโน่น

ชินจิ: แหวะ

แม่: ดีล่ะ เตือนแล้วไม่ฟังอย่างนี้ อยากโดนฉีดยาใช่มั้ย พูดไม่ฟังกันเลย ไหนหยิบกระเป๋าแม่มาซิ

เสียงประกอบ เสียงลุกจากเก้าอี้

ชินจิ: โอ้ว ไม่ ๆ ไม่ฉีดยา

แม่: งั้นต่อไปห้ามทำอย่างนี้ในโต๊ะอาหารอีก
ถ้ายังบังคับตัวเองไม่ได้อย่าหาว่าแม่ไม่เตือนนะ

ชินจิ: ไม่ฉีดยานะ

แม่: ไม่ฉีด ไปตดข้างนอก

ชินจิ: ไปตดข้างนอก

ผู้บรรยาย ชินจิไปซื้อผักให้
ขณะเดินกลับบ้านเดินสวนกับหญิงสาว
เขามองตามตาละห้อย
หลังจากนั้นหนึ่งชั่วโมง แม่ของชินจิผลักประตูเข้าไปในโรงพัก

เสียงประกอบ เสียงผลักประตู

ตำรวจ: ลูกชายคุณวิ่งมาคว้ากระเป๋าผู้หญิงคนนี้

ผู้บรรยาย	แม่ก็เลยมองไปที่ผู้หญิงคนนั้น
	จึงเห็นว่าเธอสะพายกระเป๋าลายม้าลาย
ตำรวจ:	เธอคิดว่าเขาเป็นพวกวิ่งราวข้างถนน
	ต้องขอประทานโทษจริงๆ ค่ะ เขาชอบอะไรๆ ที่เป็นม้าลาย และเค้าไม่เป็นอันตรายกับใครหรอก
แม่:	ค่ะ
ตำรวจ:	ไม่ต้องมาขอโทษผมหรอก สอนเค้าบ้างจะดีกว่า นี่ก็ไม่ใช่ครั้งแรกนี่นะ
แม่:	ขอโทษนะคะ
หญิงสาว:	ชั้นจะไปรู้ได้ไง ว่าเค้าจะไม่ได้มาปล้นชั้นหน่ะ
	ท่าทางก็ดูปกติดีทุกอย่าง
แม่:	เค้าไม่รู้จักค่าเงินหรอกค่ะ
หญิงสาว:	เนี่ย... กระเป๋าฉันเนี่ย ซื้อมาแพงนะ เพิ่งจะซื้อมาใหม่ๆ
	จริงๆ ป้าหน่ะ ไม่น่าปล่อยให้ลูกป้าออกมาเดินเพ่นพ่านเลยนะ
	วันดีคืนดีอาจจะทำร้ายใครก็ได้ ใครจะไปรู้ หรือไม่นะ ป้าก็น่าจะส่งเขาเข้าไปอยู่ในโรงบาลบ้า
	ไม่ก็หลังคาแดงให้เค้าดูแล
ผู้บรรยาย	ระหว่างที่แม่พาชินจิเดินกลับบ้าน
แม่:	อยู่นี่ก่อนนะชินจิ (เสียงดุ) รอแม่อยู่นี่นะ
ผู้บรรยาย	ทันใดนั้น แม่ก็วิ่งปรี่ไปหาหญิงสาวที่อยู่ฝั่งตรงข้าม แล้วปัดมือเธอซึ่งกำลังโบกแท็กซี่อยู่
	โรงพยาบาลบ้าเหรอ หลังคาแดงเหรอ ลูกฉันหน่ะ ไม่ได้บ้า แล้วก็ไม่ได้เป็นไอ้โรคจิตอย่างที่เธอ
	บอกด้วย! เค้าหน่ะ ไม่สนใจกระเป๋างี้เง่าปัญญาอ่อนของหล่อนหรอกนะ จะพูดจาอะไรนะ ระวัง
แม่:	ปากไว้บ้าง
	แล้วอย่าสะเออะมาสอนฉันเลยนะ ว่าต้องเลี้ยงดูลูกยังไง!
เสียงประกอบ	เสียงเดินไป แต่หยุด
	อ้อ อีกอย่าง เธอกล้าดียังไงมาพูดพล่อยๆ ต่อหน้าลูกฉัน สมองเค้าหน่ะ จำได้ทุกอย่าง ฉลาด
แม่:	กว่าคนอย่างเธอไม่รู้กี่ร้อยเท่า เฮอะ!!
ผู้บรรยาย	วันต่อมา แม่พาชินจิมาที่สระว่ายน้ำ มีนักข่าวมาขอสัมภาษณ์ จากหนังสือโฟกัสมาราธอน
นักข่าว:	ทำไมคุณแม่ถึงเลือกกีฬามาราธอนครับ มันไม่หนักไปหน่อยเหรอครับ
แม่:	คือจริงๆ เค้าก็ไม่อยากเป็นนักกีฬาอาชีพหรอกนะคะ
นักข่าว:	แล้วกีฬาประเภทนี้ ช่วยให้อาการออทิสติกดีขึ้นบ้างไหมครับ
	อืม มันก็ช่วยกระตุ้นเค้ามากขึ้นนะคะ เด็กออทิสติกส่วนมากไม่ค่อยจะสนใจกับอะไรนานนัก
	เค้าจะไม่มีความสนใจกับเรื่องอะไรเป็นพิเศษ แต่ชินจิไม่นะคะ เค้ากระตือรือร้นกับการวิ่งมาก
แม่:	ถึงแม้ว่ามันจะเหนื่อยแค่ไหนก็ตาม
นักข่าว:	แล้วเค้าชอบการวิ่งมั๊ยครับ
แม่:	ถอนหายใจ
	(หยุดชักพัก)
	ที่จริงฉันก็แค่บอกได้ว่า เค้ารู้สึกยังไง ฉันดูจากสีหน้าเขา

	แต่ตอนที่เขาวิ่ง เค้าดูแปลกไป มันเหมือน เอ่อ เอาเป็นว่า ฉันไม่เคยเห็นอะไรที่ทำให้เค้ามีความสุขได้มากเท่านี้มาก่อน
นักข่าว:	36 นาที สำหรับระยะทาง 10 กิโลเมตร
แม่:	ใช่ค่ะ
นักข่าว:	งั้นการแข่งขัน 3 ชั่วโมงคราวนี้ไม่มีอะไรน่ากลัวสิครับ
แม่:	ว่าไงนะคะ
นักข่าว:	ก็การที่จะจบการแข่งขันลงภายในระยะเวลา 3 ชั่วโมง เป็นจุดมุ่งหมายของนักกีฬาทุกคนนี่ครับ
แม่:	อ้อ ค่ะ
นักข่าว:	เค้ามีโค้ชไหมครับ
แม่:	คอนนี้ยังไม่มีค่ะ แต่การฝึกซ้อมอย่างมืออาชีพ จะยิ่งดีกับเค้านะคะ
นักข่าว:	ตอนนี้คุณแม่หวังอะไรไว้มากที่สุดครับ
แม่:	ฉันหวังว่า...
	ชินจิ จะตายก่อนฉัน..
แม่:	นั่นก็หมายความว่าชั้นจะต้องอยู่ให้ได้ถึง 100 ปี
ผู้บรรยาย	หลังจากวันนั้นแม่ก็ให้ชินจิซ้อมวิ่งอย่างหนัก
แม่:	ลูกทำได้ดีแล้ว ระยะทาง 10 กิโลเมตร
แม่:	รู้สึกดีหรือไม่ดีละ
ชินจิ:	ดีครับ
แม่:	การแข่งคราวหน้าลูกต้องฝึกหนักกว่านี้อีกนะ
ชินจิ:	หนักกว่านี้อีก
แม่:	กี่กิโลรู้มั้ย
ผู้บรรยาย	แม่ใช้นิ้วเขียนลงไปบนแขนของชินจิว่า 42.195 กม
ชินจิ:	4-2-1-9-5 กิโลเมตร
แม่:	42.195
ชินจิ:	42.195
แม่:	ลูกว่าต้องซ้อมมากกว่านี้มั้ย
ชินจิ:	มากกว่านี้
แม่:	ใช่ เราต้องซ้อมให้มากกว่านี้ เหนื่อยมั้ย
ชินจิ:	ไม่เหนื่อย
แม่:	อย่างนี้สิลูกแม่
ผู้บรรยาย	ที่โรงเรียนสอนเด็กพิเศษ ชายวัยกลางคนคนหนึ่งถูกทำทัณฑ์บนให้รับใช้สังคมเป็นเวลา 200 ชั่วโมง โดยการสอนพละให้แก่เด็กพิเศษ
	ผู้อำนวยการโรงเรียนแห่งนี้บอกกับเขาว่า เด็กพิเศษทุกคนไม่สามารถแสดงอารมณ์หรือบอกความรู้สึก จริง ๆ ได้ แต่พวกเขาก็เป็นเด็กที่น่ารัก
ผู้บรรยาย	ณ สนามกีฬา รร.สอนเด็กพิเศษ

เสียงประกอบ	เสียงเด็กพิเศษเล่นกีฬาเจี๊ยวจ้าว
ผู้บรรยาย	แม่ของชินจิเดินเข้ามาหาครูคนใหม่ที่กำลังนั่งสัปหงกอยู่ริมสนามระหว่างการสอนเด็กพิเศษเหล่านั้น
แม่:	สวัสดีค่ะ ดิฉันเป็นแม่ของชินจิ
	ชินจิ สวัสดีคุณครูเร็วเข้า
ชินจิ	สวัสดีครับ
	ชินจิมานั่งข้าง ๆ คุณครู คือ...คุณครูใหญ่ท่านอนุญาตแล้วคะ ช่วยสอนแกด้วยนะคะ สอนตอน
แม่	ที่คุณว่างหน่ะคะ
	ฉันเคยเห็นคุณในทีวี คุณชนะเลิศการแข่งขันบอสตันมาราธอน ดิฉันรู้สึกเป็นเกียรติมาก ๆ เลย นะคะที่ได้เจอตัวจริง
ผู้บรรยาย	แต่คุณครูกลับไม่สนใจแล้วลุกขึ้นเดินไปจากสนาม
ผู้บรรยาย	ณ อพาร์ทเมนต์ของครูพละคนใหม่
เสียงประกอบ	เสียงการแข่งม้าจากในทีวี เสียงเคาะประตู
ครูพละ:	บ่นงึมงำ
แม่:	สวัสดีค่ะ (พร้อม ๆ กับที่ชินจิพูดว่า)
ชินจิ:	สอนผมด้วยครับ
ครูพละ	นี่.. เดี๋ยว (เสียงง)
ผู้บรรยาย	ชินจิเดินเข้าไปในห้องพักของครูทันทีหลังจากที่พูดจบ
แม่:	โอ้ว คุณอยู่คนเดียวหรอคะ รกจังเลยนะค่ะเนี่ย เนอะ
ชินจิ:	รก!
แม่:	งั้นดิฉันช่วยทำความสะอาดให้นะค่ะ
	หลังจากเวลาผ่านไปสองชั่วโมงห้องพักที่เคยรก และสกปรกถูกจัดอย่างเป็นระเบียบจนแทบไม่
ผู้บรรยาย	เหลือเค้าเดิม
เสียงประกอบ	เสียงดูดฝุ่น แล้วปิดเครื่อง
แม่	กรุณาเถอะค่ะ จะให้ฉันจ้างก็ได้
ครูพละ:	จะจ้างเท่าไหร่ นี่ผมไม่เสียเวลาเปล่า ๆ 200 ชั่วโมงหรอกนะ
ผู้บรรยาย	การฝึกซ้อมวันแรกที่สนามโรงเรียน โค้ชของชินจิกำลังสัปหงกอยู่บนม้านั่ง ชินจิก้ยวิ่งเข้ามา
ชินจิ:	วิ่งครบ 10 รอบแล้ว (ด้วยเสียงที่หอบแฮกๆ)
โค้ช:	วิ่งอีก (เสียงเชงๆ)
ชินจิ:	อีกเท่าไหร่
โค้ช:	เท่าไหร่ก้อวิ่งไปเหอะน่า ปัญญาอ่อนเอ๊ย...(เบา ๆ)
ชินจิ:	พูดอะไรสักอย่างที่ฟังไม่รู้เรื่อง
โค้ช:	ว่าไงนะ
ชินจิ:	กี่รอบ (เสียงดัง)
โค้ช:	อะไรว๊า.....(เสียงหงุดหงิด) ทำเสียงขาก...ถุย

โค้ช:	20 รอบ
ชินจิ:	20 รอบ (เสียงดังหน่อย)
ผู้บรรยาย	เช้าวันเสาร์ระหว่างที่ชินจินอนเล่นอยู่บนโซฟา
แม่:	ชินจิ (เสียงเรียก)
ชินจิ:	ครับ
แม่:	โค้ชสอนดีมั้ยลูก
ชินจิ:	ดี
แม่:	วันนี้ซ้อมอะไรบ้าง
ชินจิ:	ปั่นจิ้งหรีด
แม่:	อะไรนะ
ชินจิ:	ลองดูซิ ปั่นจิ้งหรีดดูสิ หมุน ๆ ๆ แม่นายไม่รู้หรอกน่า ไม่เป็นไรหรอก
แม่:	โค้ชเค้าว่างั้นหรอ (เสียงตกใจ)
ชินจิ:	ค้าบ... + ทำเสียงขาก...ถุย
ผู้บรรยาย	ที่สนามฝึกซ้อม แม่ของชินจิเดินมาหาโค้ชซึ่งกำลังนั่งกดมือถือเล่นขณะที่ชินจิซ้อมวิ่งอยู่
โค้ช:	ผมบอกแล้วไม่ใช่หรอ ตอนที่ฝึกอยู่ไม่ต้องมา
	พอกันทั้งแม่ทั้งลูก พูดอะไรไม่เคยฟัง
แม่:	ที่ฉันมาก็แค่จะเอาไอ้นี่มาให้
ผู้บรรยาย	แม่พูดพร้อมยื่นสมุดให้โค้ช
แม่:	นี่คือบันทึกการฝึกซ้อมทั้งหมดของชินจิ แล้วนี่ก็ตารางการฝึกซ้อมที่ฉันจัดมาให้
โค้ช:	ตารางการซ้อมเต็มคอร์สเนี่ยนะ ตามความเห็นใครไม่ทราบ
แม่:	ในเดือนนี้จะมีการแข่งขัน
	มาราธอนน่ะ ดูน่าสนุกสินะ วีรบุรุษในสนามรบ คิดดูดี ๆ นะคุณผู้หญิง แน่ใจเหรอว่ามันไม่ใช่
โค้ช:	การวิ่งหนีความจริงอยู่นะ
แม่:	แล้วคุณละ วิ่งทำไม หนีความจริงหรอ หรือแค่ทำอะไรก็ได้ที่แม่คุณเองไม่มีทางเห็น
เสียงประกอบ	เสียงชินจิร้องโอ๊ย พร้อมกับล้มลงไป
ผู้บรรยาย	แม่วิ่งไปหาชินจิที่กำลังล้มตัวลงไปนอนกองกับพื้น
แม่:	เจ็บตรงไหนลูก
ชินจิ:	โอย.....เจ็บๆ
โค้ช:	ต้องดัดขาแบบนี้ ทนหน่อย แค่ตะคริว เดี๋ยวก็หาย
	นี่คุณรู้ตัวรึเปล่าว่าคุณกำลังบังคับให้ลูกทำในสิ่งที่เขาไม่ชอบ
	ผิดแล้วละ ลูกชั้นน่ะรักการวิ่งมาก
	รักการวิ่งงั้นหรอ คิดเอาเองละสิ เนี่ยแหละปัญหา
แม่:	ว่าไงนะ อย่ามาทำเป็นรู้ดีหน่อยเลย
โค้ช:	หรือคุณว่าไง คุณรู้มั้ยว่ามันเป็นยังไงที่ต้องออกมาวิ่งในวันที่ร้อนตับแล่บแบบนี้ ไอแดด ไอ
แม่:	ร้อนในอากาศทำให้คุณหายใจแทบไม่ทัน ใจเต้นแรงจนแทบระเบิดออกมา มันทรมานเหมือน

โค้ช: ตายทั้งเป็นนั่นแหละ เค้ารักการวิ่งแน่หรอ คุณไม่ลองวิ่งดูละ จะได้รู้สึกบ้าง

ผู้บรรยาย หลังจากโค้ชดัดขาให้ชินจิ ชินจิก็ลุกขึ้น ทำท่าจะวิ่งต่อ โค้ชยกมือขวางชินจิไว้

โค้ช: ไม่ต้องวิ่งแล้ว

ชินจิ: เหลือ เหลืออีก 7 รอบ ไม่วิ่งไม่มีบะหมี่

โค้ช: ไม่ต้องแล้ว

โค้ช: ที่ผมวิ่งผมก็มีเป้าหมายคือเส้นชัย แต่นี่ละ เพื่อรักษาโรคงั้นหรอ ที่ลูกคุณเป็นมันไม่ใช่เชื้อโรคอะไรหรอกนะ ก็แค่คุณต้องการให้ตัวคุณเองทั้งนั้นแหละ จะบอกอะไรให้นะ ไม่ใช่ทุกคนที่จะวิ่งมาราธอนได้ มันถึงตายเลยนะรู้มั้ย ถ้าเหนื่อยมากๆ หัวใจเต้นไม่เป็นจังหวะ เต้นแรงจนแทบจะระเบิดออกมา อยากให้เค้าตายรึไง โธ่..

ผู้บรรยาย แล้วโค้ชก็เดินจากไป

แม่: (ตะโกน) งั้นคุณก็สอนเค้าให้ดีสิ เค้าจำทุกคำที่คุณพูดและจะคอยพูดตามคุณตลอด อย่าให้ชั้นได้ยินคำหยาบคายจากปากเค้าอีกนะ

เสียงประกอบ เสียงฝนตก

ผู้บรรยาย โค้ชและชินจินั่งหลบฝนอยู่ในเพิงข้างสนามฝึกซ้อม หน้าแล้งที่ยาวนานกำลังจะจบลง ฤดูฝนอันชุ่มชื่นเริ่มเข้ามาเยือนทุ่งราบเซเรนเจอติ ก็เหมือนกับช่วงเวลาแห่งสรวงสวรรค์สำหรับสัตว์กินพืชทั้งหลาย ม้าลายแม่ลูกอ่อนยืนอยู่กับลูก

ชินจิ: ของมัน แม่ม้าลายสอนลูก ให้ลูกของมันเรียนรู้การอยู่รอดในป่าใหญ่

ผู้บรรยาย ขณะนั้นโค้ชเองพูดอะไรไม่ออกได้แต่นั่งอึ้ง ฟังชินจิพูดถึงสิ่งที่จำมาจากสารคดีสัตว์โลกน่ารัก (ตอนบรรยาย มีเสียงชินจิดังอยู่เบา ๆ)

ชินจิ: ฝูงม้าลายกว่าพันตัว พวกมันสามารถอยู่ร่วมกับฝูงละมั่งได้อย่างสงบสุข

โค้ช: อากาศอย่างนี้ดีนะว่ามั้ย น่าวิ่งที่สุด

ผู้บรรยาย วันรุ่งขึ้นที่สนามฝึกซ้อม

โค้ช นาย.. ชอบฉันมั้ย

ชินจิ ชอบ

โค้ช ฉันก็ชอบนาย อืม...เดี๋ยววันนี้ฉันจะพานายไปพักผ่อนนะ

ผู้บรรยาย ที่ซาวน์น่าแห่งหนึ่ง (เสียงก้อง)

ชินจิ: วิ่ง เมื่อไหร่จะได้วิ่งหนะ

โค้ช: ลืมเรื่องวิ่งสักวันน่า ที่นี่สบายจะตาย เฮ่อ ! ให้ฉันหลับซักงีบเหอะ

ผู้บรรยาย หนึ่งชั่วโมงต่อมา

โค้ช: ชินจิ นายจะไปไหน นี่นายจะไปวิ่งเหรอ เฮ่อ.. ฮึ (น้ำเสียงหงุดหงิด)

เสียงประกอบ เสียงชินจิเตรียมพร้อมวิ่งวอร์มอัพ

โค้ช: แน่ใจนะว่าไปคนเดียวได้ เดี๋ยวฉันตามไป (เงียบไปสักพัก)

ชินจิ: กี่รอบ

โค้ช: ร้อยรอบ (เสียงเดินของโค้ช) นายนี่ดื้อจริง ๆ (บ่นเบาๆ)

เสียงประกอบ เสียงชินจิวิ่งไป

	โค้ชตื่นขึ้นมาหลังจากหลับไปเพราะความสบายจากการซาวน์น่า เขาดูนาฬิกาแล้วก็ตกใจกับ
ผู้บรรยาย	เวลาสามชั่วโมงหลังจากที่ชินจิได้ออกไปจึงรีบตามชินจิไปที่สนามซ้อมทันที
เสียงประกอบ	เสียงชินจิกำลังวิ่งอย่างพร้อมเสียงเหนื่อยหอบ
	เมื่อถึงสนามซ้อมความตกใจของโค้ชก็เพิ่มขึ้น เขาพบชินจิเหงื่อโทรมกาย และกำลังวิ่งลากขา
ผู้บรรยาย	อย่างเหนื่อยล้า โค้ชจึงวิ่งเข้าไปพยุงตัวชินจิที่กำลังจะหมดแรง
โค้ช	พอได้แล้ว (เสียงตกใจ)
ชินจิ	ยัง.. เหลือ.. อีก.. รอบ (หอบแฮ่ก)
โค้ช	อะไรนะ!.. นี่.. นี่นาย นายวิ่ง 100 รอบ จริง ๆ เหรอ
ผู้บรรยาย	ชินจิก็ออกวิ่งต่อไปจนครบร้อยรอบแล้วเขาก็ล้มตัวลงนอนบนพื้นสนาม ข้างหน้าโค้ช
โค้ช	เป็นไง ดีมั้ยวิ่งร้อยรอบ
ชินจิ	ด... ดี (หอบแฮ่ก)
โค้ช	เหนื่อยมั้ย
ชินจิ	ไม่ .. (หอบแฮ่ก) + (เสียงแหบ) ไม่เหนื่อย
โค้ช	ไง หายใจไม่ออกเหรอ
ผู้บรรยาย	ชินจิไม่ตอบแต่จับมือของโค้ชมาทาบตรงหน้าอกของตนเอง (ดนตรีบรรเลงซึ้งมาก)
	โค้ชยืนนิ่งจ้องไปที่ใบหน้าของชินจิ แล้วชินจิก็ลุกขึ้นเดินจากไป
	โค้ชยืนมองมือของตัวเองอยู่กลางสนามคนเดียว
เสียงประกอบ	ดนตรีดังแล้วเบาลงไป
เสียงประกอบ	เสียงนกบินตอนเช้า
ผู้บรรยาย	เช้าวันรุ่งขึ้นโค้ชมาที่โรงเรียนสอนเด็กพิเศษและได้รู้จากครูประจำชั้นว่าชินจิลาป่วย
โค้ช:	เหรอครับ (เสียงครุ่นคิด) แล้วช่วงนี้ชินจิเค้าดีขึ้นบ้างมั้ย
ครู:	คะ ว่าอะไรนะคะ
โค้ช:	ก็ .. อาการชินจิหน่ะ ดีขึ้นมั้ย ตั้งแต่เค้าเริ่มวิ่ง
.	คุณเคยเห็นหลังมือชินจิมั้ยล่ะคะ เค้ามีแผลอยู่ที่หลังมือเพราะเค้าก๊ดมือตัวเอง แต่ตอนนี้ดี
ครู:	ขึ้นแล้ว
ครู:	เค้าเคยแย่กว่านี้เยอะ ฉันก็ไม่แน่ใจว่า เป็นเพราะเค้าได้วิ่งรีเปล่า แต่ตอนนี้เค้าดีขึ้นเยอะนะคะ
	และแล้วโค้ชก็พาชินจิไปลงทะเบียนสมัครแข่งขันชูจีออนมาราธอน ซึ่งต้องจบการวิ่ง 42.195
	กิโลเมตรในเวลา 3 ชั่วโมง ที่นั่นโค้ชได้พบกับเพื่อนเก่าสมัยเป็นนักกีฬาซึ่งตอนนี้เป็นครูฝึกวิ่งอยู่
	ที่นี่ โค้ชได้ฝากชินจิให้เข้าร่วมซ้อมวิ่งไปกับนักกีฬาด้วย ระหว่างที่ซ้อมวิ่งอยู่นั้น โค้ชเห็นว่าชินจิ
ผู้บรรยาย	ได้พยายามวิ่งแซงนักวิ่งคนอื่นๆจึงได้ขี่จักรยานตามไป
เสียงประกอบ	เสียงจักรยาน กระดิ่งกริ๊งๆ
โค้ช:	หยุดก่อนๆ (เสียงปล่อยจักรยานลงโครม!)
เสียงประกอบ	เสียงวิ่ง
โค้ช:	ออกตัวช้าๆ
ชินจิ:	ช้าๆ

โค้ช: เข้าใจนะ โฮ่!!.... วิ่งไปช้าๆ

โค้ช: อย่าวิ่งเร็ว ไม่ต้องเร็ว (ตะคอก)

ชินจิ: ไม่ต้องวิ่งเร็ว

โค้ช: ชินจิ! สัตว์อะไรในทุ่งเซเรนเจอติที่วิ่งเร็วที่สุด! (เสียงจริงจัง)

ชินจิ: ชีต้า!

โค้ช: ใช่

ชินจิ: 13 กม. ต่อชม. รูปร่างผอมขายาวตัวเบา วิ่งเร็วกว่าสัตว์ใหญ่ทั้งหลาย

โค้ช: วิ่งเร็วแต่ก็วิ่งไม่นานใช่มั้ย (เสียงหอบ)

ชินจิ: อายุเฉลี่ยโดยประมาณ 16 ปี

โค้ช: ก็เพราะพวกมันวิ่งเร็ว

ชินจิ: วิ่งเร็ว

โค้ช: ถ้าอยากวิ่งได้นานๆ ก็ไม่ต้องวิ่งเร็วมากนัก

ชินจิ: ไม่ต้องวิ่งเร็ว

โค้ช: ช้าๆ

ชินจิ: ช้าๆ

โค้ช: สุดท้ายเป็นไงถ้าชีต้าเหนื่อยแล้ว ก็อ่อนแรงลง

ชินจิ: แล้วเป็นไง

โค้ช: สิงโตกับไฮยีน่าก็จะมากินมัน

ชินจิ: โฮ่! น่ากลัว

โค้ช: เพราะอย่างนี้... ไม่ต้องวิ่งเร็ว

ชินจิ: ช้าๆ (เสียงสั่น ๆ กลัว ๆ)

โค้ช: สูดหายใจเข้าลึกๆ.....หายใจเข้า

ผู้บรรยาย: แล้วโค้ชก็จับมือชินจิ แล้ววิ่งเหยาะๆไปด้วยกัน ตอนนี้เองที่โค้ชพลิกหลังมือของชินจิขึ้นดู จึงมองเห็นรอยแผลบนหลังมือ ชินจิกางแขนอีกข้างออกไปปลายนิ้วของเขาระไปกับดอกหญ้าที่ขึ้นอยู่ตลอดทางที่วิ่งเคียงคู่ไปกับโค้ช

ผู้บรรยาย: ในวันรุ่งขึ้นโค้ชไปเลือกซื้อรองเท้ากีฬาให้ชินจิ ในขณะเดียวกัน โทรศัพท์ของโค้ชก็ดังขึ้น

เสียงประกอบ: เสียงโทรศัพท์มือถือ

โค้ช: ครับ ครับ เจอกันที่หน้าห้างดอนฮุคนะครับ

ผู้บรรยาย: ระหว่างทางที่ โค้ช แม่ และชินจิ เดินคุยกันไป

โค้ช: ชินจิ นี่รองเท้าของเธอ ฉันซื้อมาให้ (เสียงใจดี)

ชินจิ: ม้าลาย !(เสียงดีใจ)

โค้ช: ใช่ รองเท้าวิ่งลายม้าลาย ชอบมั้ยล่ะ

เสียงประกอบ: เสียงชินจิจูบรองเท้า

แม่: ฉันอยากให้เขาลงแข่งมาราธอน 24.25 กม.ที่จะถึงอาทิตย์หน้านี่ค่ะ

โค้ช: เขายังไม่พร้อมขนาดลงแข่งได้หรอก

แม่: คุณก็ลงพร้อมเขาสิคะเป็นโค้ชส่วนตัว

โค้ช: ผมนึกว่าผมเป็นโค้ชอยู่แล้วซะอีก

แม่: คะ แต่ก็คง...อีกไม่นาน ฉันก็ต้องมาคุมแทนอยู่ดี
เตรียมพร้อมสำหรับการแข่งครั้งใหญ่ไว้ดีกว่า ผมเคยแข่งสนามนี้มาก่อน ผมจะสอนเค้าเอง

โค้ช: จนกว่าเขาจะพร้อม (เว้นช่วงยาว ประมาณว่าคิดว่าจะพูดดีมั้ย) สอนฟรีด้วย!

แม่: เหอะ สอนเด็กไป ซาวน์น่าเนี่ยนะ เนี่ยเหรอที่คุณเรียกว่าการสอน

โค้ช: เดี๋ยวๆ นี่...คุณอิจฉาผมใช่มั้ย ที่เราเข้ากันได้ดี

แม่: อิจฉา เหรอ!

โค้ช: เฮอะ ขอพูดหน่อยเถอะ คุณน่ะ กลัวที่จะเสียเค้าไป กลัวที่จะคุมเค้าไม่ได้ใช่ม่ะ
ฉันเนี่ยนะ! เฮ่อ (ถอนหายใจ) ชั้นผิดเองที่ฉันจ้างคุณมา! คุณน่ะวันๆทำอะไรบ้างนอกจาก
นอนกลางวันแล้วก็กินเหล้า นี่ยังไม่รวมที่คุณไปซาวน์น่าอีกนะ คุณหนะทำให้ลูกชั้นออกนอกลู่
นอกทาง พาเค้าไปในที่ๆไม่สมควรไป เนี่ยหนะเหรอการสอนของคุณ เพื่อนกันเขาทำกันแบบนี้

แม่: เหรอ!
อ้อ นี่ ไม่ไว้ใจกันขนาดต้องคอยตามดูกันตลอดเลยหล่ะสิ อานุภาพความรักของแม่งั้นสิ!

โค้ช: เมื่อไหร่จะเลิกคิดแบบนี้ซะทีนะ

แม่: แล้วไง พอกันที เอาเลขบัญชีของคุณมาก็พอ
ที่คุณหวังว่าเค้าจะตายก่อนคุณ ไม่แปลกหร๊อก! ทำไมรู้มั้ย คุณนั่นแหล่ะที่อยู่ไม่ได้ ถ้าไม่มีชินจิ

โค้ช: ชินจิเองไม่ได้ต้องการคุณเลย คุณนั่นแหล่ะเป็นคนดึงเค้าไว้!

แม่: เค้าไม่ต้องการโค้ชอีกต่อไป! ไป ชินจิ!
เพราะงั้นสิ เค้าถึงฉี่เองไม่ได้ถ้าคุณไม่อนุญาต! เป็นแม่ก็จริงแต่ไม่ใช่เจ้าของชีวิตนะโว้ย!

โค้ช: (อารมณ์ขึ้น)

แม่: นายไม่เคยมีลูกนายไม่เข้าใจหรอก

ชินจิ: กรู๊ว

โค้ช: คุณมันบ้า

เสียงประกอบ เสียงถีบรถ โครม!!!!
แล้วโค้ชก็เดินจากไป ในขณะเดียวกันพ่อของชินจิยืนดูเหตุการณ์ทิ้งหมดก็เดินเข้ามาหาแม่ของ

ผู้บรรยาย ชินจิ

พ่อ: ขอโทษที่วันเกิด จูงวอน พ่อไม่ได้มา วันนี้เราจะไปดูเบสบอลกัน ไปด้วยกันนะ

ชินจิ: ครับ
(พูดปนสะอื้น) นึกจะมาก็มา นึกจะไปก็ไป เป็นเพื่อนลูกมันง่ายงั้นสิ! แต่ไม่ใช่อย่างที่คุณคิด

แม่: หรอกนะ โธ่เอ๊ย

เสียงประกอบ เสียงเดินจากไป
ในที่สุดแม่ของชินจิ ก็ให้ชินจิเข้าแข่งมาราธอน 24.25 กม. แต่แล้วชินจิก็แพ้การแข่งขันครั้งนี้

ผู้บรรยาย เขาล้มลงหลังจากวิ่งไปได้เพียงครึ่งทาง

เสียงประกอบ เสียงรถหวอ

ผู้บรรยาย เมื่อกลับถึงบ้านแม่ได้รับโทรศัพท์จากโรงพัก พอไปถึงแม่พบจุงอาน้องสาวของชินจินั่งอยู่ที่นั่น

ตำรวจ: นั่นลูกคุณใช่มั้ยครับ

ชินจิ: สวัสดีครับ จุงอา

แม่: ใช่ค่ะ

ตำรวจ: ช่วยอบรมลูกของคุณด้วยนะครับอย่าให้ทำแบบนี้อีก ครั้งนี้ผมจะแค่ลงบันทึกประจำวันไว้ แต่ครั้งต่อไปคงจะไม่ได้แล้วนะครับ

ผู้บรรยาย ระหว่างทางกลับบ้าน

แม่: แกไปขว้างกระจกรถเขาแตก เพราะเขาเฉี่ยวแกนิดเดียวนี่นะ! แกเป็นบ้าอะไรขึ้นมาหา นึกถึงหัวอกฉันบ้างสิ ทำอะไรนึกถึงแม่ของแกบ้าง ฉันนะเหนื่อยขนาดไหนแล้ว แกยังมาก่อเรื่องอีก

จุงอา: แล้วแม่ล่ะ แม่เคยนึกถึงผมบ้างไหม ไม่มีอะ

แม่: แกว่าอะไรนะ

จุงอา: ตัวแม่เองน่ะ เคยลองนึกถึงผมบ้างมั้ย

แม่: แกอย่ามาย้อนฉันนะ

จุงอา: ตั้งแต่พ่อไม่อยู่บ้าน ชินจิก็เป็นลูกรักของแม่คนเดียว เป็นลูกคนเดียวที่แม่เป็นห่วงเป็นใย หนูมัน แค่...

แม่: แกสองคนไม่เหมือนกัน ถ้าแกมีปัญหาทำไมไม่คุยกันหล่ะ

จุงอา: มีแน่ มีเป็นสิบเป็นร้อยครั้ง แต่แม่ไม่เคยฟังหนูเลย หนูน่ะ(สะอื้น)....หนูน่ะสงสารพี่ชินจิจริงๆ สงสาร.....ที่พี่เขาพูดไม่ได้อย่างหนู หนู..เบื่อแม่เต็มที

ผู้บรรยาย เมื่อกลับถึงบ้าน แม่ปวดท้องจนล้มลงที่หน้าประตูบ้าน จุงอาและชินจิช่วยกันพยุงแม่ส่งโรงพยาบาล

เสียงประกอบ เสียงหวอ

ผู้บรรยาย ที่โรงพยาบาลแม่ของชินจิต้องเข้าห้อง ICU เพราะเสียเลือดมากเนื่องจากอาการแผลในกระเพาะอาหาร ชินจิยืนเกาะกระจกมองแม่อยู่หน้าห้อง หวนนึกถึงคำพูดของหมอที่เขาเคยได้ยินเมื่อครั้งยังเด็ก

หมอ: (เสียงก้อง ๆ เป็นความคิด) ถ้าแม่หนูป่วยต้องเข้าไปนอนในโรงพยาบาลหนูจะรู้สึกยังไง มีความสุข เสียใจ สนุกดี โมโหหรือหวาดกลัว

เสียงประกอบ เสียงวิ่งในทางเดินโรงพยาบาล

จุงอา: พี่ชินจิ จะไปไหน

ผู้บรรยาย ชินจิยืนอยู่ท่ามกลางสายฝนที่หน้าโรงพยาบาล จุงอาวิ่งตามมาและจับแขนของชินจิไว้

ชินจิ: ฝน ฝนตกมาจากฟ้า ฝน ฝนตกมาจากฟ้า

ผู้บรรยาย วันรุ่งขึ้นโค้ชแวะมาเยี่ยมแม่ของชินจิที่โรงพยาบาล

โค้ช: 100 รอบก็เกือบๆ40กม. ถ้าคราวนี้เตรียมตัวดีๆก็มีโอกาสชนะ ชินจิชอบวิ่ง เค้าอยากลงสนามนี้แน่

แม่: ใครบอกหล่ะ

โค้ช: คุณเป็นแม่คุณน่าจะรู้ใจลูกดีว่าเขาชอบอะไร

ฉันรู้ คุ้กกี้ บะหมี่ แล้วก็ม้าลาย พวกนี้ของโปรดเขาทั้งนั้น แต่ครั้งนี้ชั้นให้เขาไปวิ่งไม่ได้จริงๆ

แม่: ปล่อยทุกอย่างให้มันเป็นไปเถอะ (เสียงเศร้า)

โค้ช: คุณทำได้แต่คุณไม่ทำมากกว่า

แม่: โค้ช ขอบคุณนะคะ ขอบคุณสำหรับทุกอย่าง ฉัน...พูดจริงๆนะ

โค้ช: คุณเป็นคนเริ่ม คุณก็น่าจะสานต่อจนจบ ให้คนอื่นเขารู้ว่าชินจิก็ทำได้ ไม่ต่างจากคนอื่นๆหรอก

ผู้บรรยาย หลายวันต่อมาจดหมายแจ้งกำหนดการแข่งขันมาราธอนและหมายเลขประจำตัวติดเสื้อถูกส่งมาที่บ้านของชินจิ จุงอาทิ้งจดหมายทั้งหมดลงในกล่องใส่หนังสือพิมพ์เก่า ชินจิเฝ้าดูปฏิทินทุกๆวัน จนกระทั่งวันที่ 10 ซึ่งเป็นวันแข่งมาราธอน ชินจิได้หายตัวไปจากบ้าน แม่ของชินจิจึงโทรไปที่อพาร์ทเมนต์ของโค้ช แต่ไม่มีใครรับสาย แม่และจุงอาจึงไปที่อพาร์ตเมนต์ที่โค้ชพักอยู่

เสียงประกอบ เสียงเคาะประตู

โค้ช: หื มีอารายเหรอ(เสียงง่วง)

แม่: ชินจิอยู่ไหน? (เสียงโมโห)

โค้ช: หา!

แม่: ชินจิหายไป

ผู้บรรยาย ขณะนั้นชินจิอยู่บนรถบัสสำหรับรับ-ส่งผู้เข้าแข่งขันวิ่งมาราธอน เมื่อน้องสาวของชินจิกลับมาที่ห้องเธอก็เห็นรูปนักวิ่งที่ชินจิวาดขึ้น วางอยู่บนโต๊ะ ใต้ภาพเขียนว่า 10โมงครึ่ง จุงอา แม่และโค้ชจึงเดินทางไปสถานที่จัดงานชูจีออนมาราธอน ท่ามกลางนักวิ่งมากมายแม่พบชินจิยืนเต้นตามเสียงดนตรีอยู่บนเวที จุงอาจึงไปพาชินจิลงมา

ชินจิ: ชินจิแห่งชูจีออน หมายเลข 1024

แม่: ชินจิ!!!

ชินจิ: ติดป้ายข้างหลังได้เลย!

แม่: รู้ตัวรึเปล่าว่าทำอะไรอยู่ ทำไมแม่พูดน่ะไม่ฟัง ถ้าหลงไปจะทำยังไง

ชินจิ: เจอกัน 10 โมงที่ป้ายรถประจำทางรถรับส่งจะมา รถสาย โซล325 หมายเลขโทรศัพท์ 01-234-4738

แม่: กลับบ้านเดี๋ยวนี้ ชินจิ

ชินจิ: ที่อยู่ชินจิ!

แม่: ชินจิ ฟังแม่สิ

ชินจิ: มูนจู ซองปากู อพาทเม้นต์ ห้อง 307 หมายเลขโทรศัพท์ 405-3788 เบอร์โทรแม่ 01-2263788

แม่: รู้บ้างมั้ยว่าแม่เป็นห่วงขนาดไหน นี่แม่ไม่ได้บอกเหรอว่าให้ลูกเลิกวิ่งได้แล้ว

ชินจิ: วันนี้แข่งชูจีออนมาราธอน

แม่: มันหนักเกินไปสำหรับลูกเอาหล่ะกับบ้านได้แล้ว

ชินจิ: วันที่10 ตุลาคม ชูจีออนมาราธอน

เสียงประกอบ เสียงประกาศ

แม่: ชินจิ! นั่นลูกจะทำอะไรน่ะ อีก 1 นาทีจะปล่อยตัวผู้เข้าแข่งขัน ขอให้ผู้เข้าแข่งขันไปที่จุดสตาร์ท

	เลยครับ
ชินจิ:	วันนี้ชินจิจะวิ่ง 42.195 กม.
จุงอา:	แม่คะ พี่เค้าก็อยู่นี่แล้วนะ ให้เขาวิ่งเถอะ
	เงียบน่า!!! พี่เค้าไม่ได้ซ้อมมาเพื่อการแข่งแบบนี้เค้าไม่มีทางทำได้หรอก ฟังแม่นะชินจิ เป็นเด็ก
แม่:	ดีไม่ดื้อใช่มั้ยลูก
ชินจิ:	ครับ
แม่:	เชื่อแม่เดี๋ยวแม่พาไปกินบะหมี่นะ กลับบ้านกันเถอะลูก ไป ไปสิ
	แม่พยายามดึงมือชินจิเพื่อพาชินจิกลับแต่ชินจิยืนนิ่งอยู่ที่เดิม ไม่ว่าแม่จะพยายามดึงมือ
ผู้บรรยาย	อย่างไรชินจิก็ไม่ตามไป
แม่:	ถ้ายังยืนอยู่ตรงนี้ แม่จะฉีดยานะอยากฉีดยาเหรอ
ชินจิ:	ไม่ๆ ไม่หยุด ชินจิหยุดไม่ได้
เสียงประกอบ	เสียงปืนออกตัว เสียงคนเริ่มออกวิ่ง
ชินจิ:	แม่
ผู้บรรยาย	แม่จับมือชินจิไว้แน่น
แม่:	ชินจิ อย่าไปนะลูกนะ อย่าเลยนะ (เสียงอ้อนวอน)
	ลูกวิ่งคนเดียวไม่ได้หรอก
	ชินจิ แม่ขอโทษ ลูกต้องไม่ทำอย่างนี้ (เสียงจะร้องไห้)
	ชินจิ อย่า
ชินจิ:	ขาของชินจิ
แม่:	เงียบไปนาน
	(เสียงสั่นเครือ)
	น่องทองร้อยล้าน
ผู้บรรยาย	แม่ค่อยๆ คลายมือชินจิออก แม่ยิ้มออกมาทั้งน้ำตา
	ชินจิค่อยๆละสายตาออกไปจากใบหน้าของแม่ มองตรงไปข้างหน้า วิ่งปนไปกับฝูงผู้แข่งขัน
เสียงประกอบ	เสียงมอเตอร์ไซค์
ผู้บรรยาย	โค้ชขี่มอเตอร์ไซด์ตามหาชินจิในหมู่นักวิ่ง โดยมีจุงอาซ้อนท้าย
โค้ช:	ชินจิๆ
น้อง:	อยู่นั่นไง....ชินจิ!!!
โค้ช:	ชินจิ
โค้ช:	ฉันเป็นใคร
ชินจิ:	มิเตอร์โค้ช
โค้ช:	นายรักการวิ่งหรือเปล่า
ชินจิ:	รัก
โค้ช:	แน่ใจนะ
ชินจิ:	อือ

โค้ช: นายวิ่งให้รอบนี้ไหวมั๊ย
ไม่สิ นายวิ่งไปได้ตลอดทางใช่มั๊ย
ชินจิ: ได้
โค้ช: นายควรวิ่งเร็วหรือวิ่งช้า
ชินจิ: วิ่งช้า
โค้ช: ใช่ๆ เอาล่ะ วิ่งช้าๆ นะ
ชินจิ: ช้าๆ
ผู้บรรยาย โค้ชดูที่เข็มไมล์ เพื่อดูระดับความเร็ว และลดความเร็วลงเล็กน้อย
โค้ช: ใช่ๆ วิ่งประมาณนี้
ตกลงนะ วิ่งช้าๆ ไปตลอดทางนะ
ชินจิ: ช้าๆ
โค้ช: โอเคมั๊ย
ชินจิ: โอเค
โค้ช: ชินจิ
ชินจิ: หืม
โค้ช: ฝน ฝนมาจากไหนรู้มั๊ย
ชินจิ: ฝนตกลงมาจากฟ้า
โค้ช: ตอนที่นายวิ่งไปนะ ฝนก็จะตกลงมา
และเมื่อฝนตก หัวใจนักสู้ของนายจะมีพลังอย่างเต็มที่
ชินจิ: หัวใจนักสู้
โค้ช: เหมือนซีต้าไง
ชินจิ: ซีต้าๆ
โค้ช: สู้
ชินจิ: สู้
น้อง: สู้เค้านะ ชินจิ สู้
ชินจิ: สู้
เสียงประกอบ เสียงคนวิ่งต่อไป แล้วก็มอเตอร์ไซด์วิ่งจากไป
ผู้บรรยาย ขณะที่วิ่งไปนั้น มีหลายคนที่เร่งความเร็วแซงชินจิไป
ชินจิมองอย่าลังเล แต่ชินจิก็ยังคงวิ่งช้าๆ ต่อไป
เสียงประกอบ เสียงดนตรีวิ่งไปซักพัก (เอา Enya เพลงอาฟริกา)
ผู้บรรยาย และแล้ว ชินจิก็วิ่งช้าลง... ช้าลง
ในที่สุดก็หยุด
ทรุดนั่งลงกลางทาง ด้วยความเหนื่อยล้า
ชินจิ: ชินจิหยุดก่อน (หอบ) หยุดอย่างนี้ไม่ดี
ผู้บรรยาย สต๊าฟเล่นสเก็ตผ่านมา พบชินจิซึ่งนั่งอยู่กลางถนน

เสียงประกอบ	เสียงสเก็ตเข้ามาใกล้
นิรนาม:	คุณๆ มานั่งตรงนี้ไม่ได้นะ
ชินจิ:	ไม่นะ ไม่ฉีดยา ไม่ฉีดยา
นิรนาม:	เสียงวิ่งจากไป
ผู้บรรยาย	ชินจินั่งนิ่งอยู่ที่ตรงนั้นเป็นเวลานาน...
	เขายกมือขึ้นปิดหู.. หลับตาลง.. และฟังเสียงหัวใจของตนเต้น
	หลังจากที่ชินจิลืมตาขึ้น ก็พบผู้หญิงคนหนึ่ง ยื่นห่อคุกกี้มาให้
แม่ (เสียงก้อง):	ชินจิ... ชินจิ
ผู้บรรยาย	ชินจิรำลึกเหตุการณ์เมื่อครั้งยังเด็ก ระหว่างที่เดินป่าอยู่กับแม่ (เสียงในป่า)
	แม่ของชินจิ ส่งห่อคุกกี้ให้กับชินจิ ซึ่งนั่งเหนื่อยหอบ.. ชินจิวัยเด็กเคลื่อนไหวตามห่อคุ้กกี้
	ชินจิรู้สึกมีพลังขึ้นมาอีกครั้ง... ลมเย็นพัดมา (เสียงลม)
	ชินจิค่อยๆ ลุกขึ้น ราวกับลมนั้นพัดพากำลังกายมาให้อีกครั้ง
	แล้วชินจิเริ่มออกวิ่งอีกครั้ง
เสียงประกอบ	(เสียงก้าวเท้าวิ่งช้าๆ)
ผู้บรรยาย	ชินจิกางแขนออกให้ ฝ่ามือปะทะกับสายลม (เสียงสายลม)
	ระหว่างเส้นทางการแข่งขัน ได้มีการปล่อยสายน้ำเป็นละอองจากสปริงเกอร์ (เสียงสายฝน)
	แต่สิ่งที่ชินจิสัมผัสได้ก็คือสายฝนที่โปรยปรายลงมา ฝนตก...เหมือนที่โค้ชได้บอกไว้
	ฝน ที่เรียกพลังนักสู้ของชินจิให้กลับคืนมา
	ชินจิ เร่งฝีเท้าเร็วขึ้นอีก
	ระหว่างนั้นชินจิวิ่งไปในระดับเดียวกับผู้เข้าแข่งขันคนหนึ่ง
เสียงประกอบ	เสียงฝนดังขึ้น
ชินจิ:	ฝนตก วันที่อากาศอย่างนี้ น่าวิ่งที่สุดเลย จริงมั๊ย
ผู้บรรยาย	แล้วชินจิก็เร่งฝีเท้าแซงขึ้นไป
	ชินจิรู้สึกได้ว่าตัวเอง วิ่งมาราธอนผ่านความทรงจำต่างๆ ในช่วงชีวิต
	ชินจิวิ่งผ่านสระว่ายน้ำ ที่ตนว่ายป็นประจำ....
	วิ่งผ่านสถานีรถไฟใต้ดิน ที่เคยทานอาหารกับแม่
	วิ่งผ่านสนามเบสบอล ที่ไปกับพ่อ
	วิ่งผ่านจินตนาการ ชินจิวิ่งควบคู่ไปกับม้าลายแสนสง่ากลางทุ่งหญ้าเซเรนเจอติ
	วิ่งผ่านสนามวิ่ง ที่เคยชนะ...
	วิ่งผ่านสนามวิ่ง ที่ไม่สามารถเข้าเส้นชัยได้...
เสียงประกอบ	เสียงโห่ร้องดังขึ้น
ผู้บรรยาย	ในที่สุด ชินจิก็วิ่งมาถึงสนามกีฬาซึ่งเป็นเส้นชัย
	แม่ของชินจิ อ้าแขนรอรับชินจิทั้งน้ำตา
แม่:	ชินจิ... ลูก
ชินจิ:	กลับบ้าน กลับบ้านกัน.. ชินจิอยากกลับบ้าน

ผู้บรรยาย แล้วครอบครัว... ก็กลับมาพร้อมหน้าพร้อมตากันอีกครั้ง

ผู้บรรยาย สร้างขึ้นจากแรงบันดาลใจเรื่องจริงของ เบย์ ฮุนวิน ในปี 2001 ขณะที่เขาอายุได้ 19 ปี ได้ลงแข่งขันในงาน ซูจีออนมาราธอน และสามารถวิ่งได้ครบระยะทาง ภายในเวลา 2 ชั่วโมง 57 นาที 7 วินาที

ต่อมาในปี 2002 เขาสามารถร่วมการแข่งขันวิ่งวิบาก ซึ่งทำการแข่งขันกีฬารวม 3 ประเภท ว่าย น้ำ ขี่จักรยาน และวิ่ง ด้วยเวลา 15 ชั่วโมง 6 นาที สำหรับระยะทาง 228.195 กิโลเมตร สำนักงานสถิติแห่งชาติเกาหลี ได้บันทึกไว้ว่า เขาเป็นนักกีฬาออทิสติกที่มีอายุน้อยที่สุด

ชินจิ: สัตว์โลกน่ารัก มาตอน 6 โมง

ละครเรื่องนี้หลังจากตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญแล้วได้ปรับปรุงดังนี้

1. เนื้อหามีความยาวมากไปต้องทำการแบ่งออกเป็นสองตอน
2. แก้ไขข้อผิดพลาดในบทพูดของตัวละคร

ภาคผนวก ง.
แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

ละครวิทยุ
เรื่องที่ 1
'ทางที่สร้าง โอกาสที่เลือก'
(ด้านคุณภาพของละครวิทยุ)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญฟังละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของละครวิทยุ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:
- ☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี
- ☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี
- ☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

บทละครวิทยุ

เรื่องที่ 1
'ทางที่สร้าง โอกาสที่เลือก'
(ด้านความสอดคล้องของบทละคร กับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญอ่านบทละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของบทละครวิทยุ ว่ามีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่ไม่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

ละครวิทยุ

เรื่องที่ 1

'ทางที่สร้าง โอกาสที่เลือก'

(ด้านคุณภาพของละครวิทยุ)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญฟังละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของละครวิทยุ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี

☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

บทละครวิทยุ

เรื่องที่ 1
'ทางที่สร้าง โอกาสที่เลือก'
(ด้านความสอดคล้องของบทละคร กับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญอ่านบทละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของบทละครวิทยุ ว่ามีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ____/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่ไม่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

ละครวิทยุ

เรื่องที่ 2

‘Lena Maria’

(ด้านคุณภาพของละครวิทยุ)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญฟังละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของละครวิทยุ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี

☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

บทละครวิทยุ

เรื่องที่ 2

'Lena Maria'

(ด้านความสอดคล้องของบทละคร กับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญอ่านบทละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของบทละครวิทยุว่ามีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่ไม่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

ละครวิทยุ

เรื่องที่ 3

'Marathon'

(ด้านคุณภาพของละครวิทยุ)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญฟังละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของละครวิทยุ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดี

☐ แน่ใจว่าเป็นละครวิทยุที่มีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ไม่ดี

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

แบบบันทึกการตรวจสอบคุณภาพสื่อ

บทละครวิทยุ

เรื่องที่ 3

‘Marathon’

(ด้านความสอดคล้องของบทละคร กับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง)

คำชี้แจง: ขอให้ผู้เชี่ยวชาญอ่านบทละครวิทยุ หลังจากนั้นให้ประเมินคุณภาพของบทละครวิทยุ ว่ามีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่ พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะ

ชื่อผู้ตรวจสอบ: _____

ตรวจสอบเมื่อ: ___/_____/_____

ระดับคุณภาพ:

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ ไม่แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

☐ แน่ใจว่าเป็นบทละครวิทยุที่ไม่มีความสอดคล้องกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

บันทึก:

ความคิดเห็น ข้อควรปรับปรุง หรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม _____

_____

_____

_____

_____

_____

ภาคผนวก จ.
จดหมายขออนุญาต



ที่ ศธ 0519.6.02/26/48

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

21 ธันวาคม 2548

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลประกอบการทำวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการฝ่ายสถานที่และปกครองนักเรียนประจำ โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายชื่อนิสิต จำนวน 6 คน

เนื่องด้วยนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 วิชาเอกจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งขณะนี้กำลังศึกษารายวิชา วิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ โดยมี อ.ดร.เรวดี ทรงเที่ยง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา มีความประสงค์จะทำการเก็บข้อมูลเพื่อนำเสนอรายงานวิจัย เรื่อง "ผลการใช้เทคนิคละครวิทยุต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนตาบอด" ในการนี้ ได้พิจารณาเห็นว่านักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ เป็นแหล่งข้อมูลที่สามารถนำไปประกอบการทำวิจัยได้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านในการอนุญาตให้นิสิตวิชาเอกจิตวิทยา จำนวน 6 คน เข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมปีที่ 1 - 6 จำนวน 18 คน พร้อมทั้งขอใช้สถานที่ในการดำเนินกิจกรรมดังกล่าว ในระหว่างเดือนธันวาคม 2548 - มกราคม 2549 และหากท่านมีข้อเสนอแนะใด ๆ กรุณาติดต่อกับ นายสงกรานต์ วจนะเลิศ ที่หมายเลข 0 9550 9520

ภาควิชาจิตวิทยา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านในการอำนวยความสะดวกให้แก่นิสิตในเรื่องดังกล่าวข้างต้นด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์วิธัญญา วัณโณ)
รักษาราชการแทน หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
โทร. 02-260-1770 ต่อ 6236
โทรสาร 02-260-1770 ต่อ 6236

รายชื่อนิสิตภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มศว
ที่เข้าร่วมเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบการทำวิจัย
ณ โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ

1. นางสาวเกตุแก้ว สวัสดิรักษ์
2. นางสาวญาดาสิริ ทองใหญ่
3. นางสาวสกุลณา ชัยอนุรักษ์
4. นายสงกรานต์ วจนะเสถียร
5. นายอณู วิมลเกียรติศักดิ์
6. นายอภิลักษณ์ ณ นคร

ประวัติย่อคณะผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล สกุลณา ชัยอนุรักษ์
วันเดือนปีเกิด 5 กันยายน 2527
ที่อยู่ 411 แขวงคูหาสวรรค์ เขตภาษีเจริญ กทม.10160
การศึกษา
ประถมศึกษา โรงเรียนเปี่ยมสุวรรณวิทยา
มัธยมศึกษา โรงเรียนเบญจมราชาลัย
มหาวิทยาลัย คณะมนุษยศาสตร์ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชื่อ-สกุล เกตุแก้ว สวัสดิรักษ์
วันเดือนปีเกิด 20 สิงหาคม 2525
ที่อยู่ 247/61 ถ.การุณราษฎร์ ต.มะขามเตี้ย อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี 84000
การศึกษา
ประถมศึกษา โรงเรียนมานิตานุเคราะห์ จ.สุราษฎร์ธานี
มัธยมศึกษา โรงเรียนสุราษฎร์ธานี จ.สุราษฎร์ธานี
มหาวิทยาลัย คณะมนุษยศาสตร์ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชื่อ-สกุล ญาดาสิริ ทองใหญ่
วันเดือนปีเกิด 17 ตุลาคม 2527
ที่อยู่ 23/80 ม.9 ถ.ติวานนท์ อ.ปากเกร็ด ต.บางพูด จ.นนทบุรี 11120
การศึกษา
ประถมศึกษา โรงเรียนประชานิเวศน์
มัธยมศึกษา โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี
มหาวิทยาลัย คณะมนุษยศาสตร์ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชื่อ-สกุล อณู วิมลเกียรติศักดิ์
วันเดือนปีเกิด 13 ธันวาคม 2526
ที่อยู่ 3059-61 ถนนลาดพร้าว แขวงคลองขั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240
การศึกษา
ประถมศึกษา โรงเรียน อุดมศึกษา (ลาดพร้าว)
มัธยมศึกษา โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ๒
มหาวิทยาลัย คณะมนุษยศาสตร์ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชื่อ-สกุล สงกรานต์ วจนะเสถียร
วันเดือนปีเกิด 11 เม.ย. 2527
ที่อยู่ 21 ถ.จมื่นศรี ต.ท่าพี่เลี้ยง อ.เมือง จ.สุพรรณบุรี 72000
การศึกษา
ประถมศึกษา โรงเรียนอนุบาลสุพรรณบุรี
มัธยมศึกษา โรงเรียนกรรณสูตศึกษาลัยสุพรรณบุรี
มหาวิทยาลัย คณะมนุษยศาสตร์ เอกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ชื่อ-สกุล อภิลักษณ์ ณ นคร
วันเกิด 17 พฤษภาคม 2527
ที่อยู่ 869/142 ซ.สุขุมวิท 101 ถ.สุขุมวิท บางจาก พระโขนง กทม 10260
การศึกษา
ประถมศึกษา โรงเรียนสมถวิล
มัธยมศึกษา โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง
มหาวิทยาลัย คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชาบริหารธุรกิจ เอกการตลาด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ