

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลก
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์

ปริญญานิพนธ์
ของ
ศิริพันธ์ สุระรัมย์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

พฤษภาคม 2546

ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

152.4
ศ465ก
ร.3

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลก
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์

บทคัดย่อ
ของ
ศิริพันธ์ สุระรัมย์

24 ก.ค. 2546

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

พฤษภาคม 2546

-h 221/29

ศิริพันธ์ สุระรัมย์. (2546), การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์ ชูศรี วงศ์รัตน์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระวีวรรณ พันธุ์พานิช.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลก และหาค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2545 ในจังหวัดบุรีรัมย์ สังกัดกรมสามัญศึกษา จำนวน 230 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก และแบบสอบถามวัดปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ สหสัมพันธ์พหุคูณและการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง - การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย กับความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าเท่ากับ .630 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองและการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่ปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกสูงสุด มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ .307 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเอง เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีค่าน้ำหนักความสำคัญใน

รูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ .296 , .138 และ .117 ตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก โดยมีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ -.121

A STUDY OF SOME FACTORS RELATED TO THE SENSE OF COHERENCE
OF MATHAYOM SUKSA IV STUDENTS IN SCHOOLS UNDER
THE DEPARTMENT OF GENERAL EDUCATION IN BURIRAM

AN ABSTRACT
BY
SIRIPAN SURARAM

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Research and Statistics
at Srinakharinwirot University
May 2003

Siripan Suraram. (2003). *A Study of Some Factors Related to the Sense of Coherence of Mathayomsuksa IV Students in Schools Under the Department of General Education in Buriram*. Master Thesis, M.Ed. (Educational Research and Statistics). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University.
Advisor Committee: Assoc. Prof. Chusri Wongrattana, Assist. Prof Raweewan Panpanich.

The purposes of this research were to study the related between some factors and the sense of coherence and to study the beta weight of some factors that contributed to the sense of coherence. The sample comprised 230 Mathayomsuksa IV Students in Buriram of the academic year of 2002 from the Department of General Education that was selected by using the stratified random sampling. The instruments were the questionnaires of the sense of coherence, emotional intelligence, self - esteem, goal setting, child rearing practices with autocratic and child rearing practices with democratic. The data were analysed by using multiple correlation and multiple regression.

The result of study showed that :

1. The correlation coefficient of emotional intelligence, self - esteem, goal setting, , child rearing practices with democratic related to the sense of coherence which were statistically significant at .01 level, one factor related to the sense of coherence but had negative related was child rearing practices with autocratic which was statistically significant at .05 level. The multiple correlation of emotional intelligence, self - esteem, goal setting, child rearing practices with autocratic, child rearing practices with democratic and the sense of coherence were equaled .630 which were statistically significant at .01 level.

2. Self - esteem and goal setting contributed to the sense of coherence which were statistically significant at .01 level, emotional intelligence , child rearing practices with autocratic and child rearing practices with democratic contributed to the sense of coherence which were statistically significant at .05 level. The Beta weight of some factors contributed to sense of coherence were goal setting , self - esteem, emotional intelligence and child rearing practices with democratic were equaled .307, .296, .138

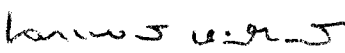
and .117 respectively but child rearing practices with autocratic had negative contributed to the sense of coherence was equaled $-.121$.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

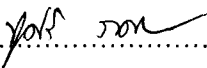
การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลก
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์

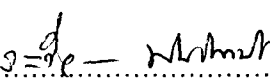
ของ
นางสาวศิริพันธ์ สุระรัมย์

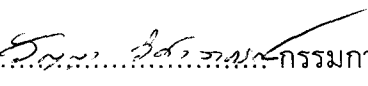
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

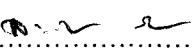
..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพร หะวานนท์)
วันที่ เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ชุตรี วงศ์รัตนะ)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระวีวรรณ พันธุ์พานิช)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์ วัลญา วิศาลาภรณ์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ ดร.ละเอียด รักษ์เผ่า)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้ เนื่องด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ชูศรี วงศ์รัตน์ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระวีวรรณ พันธุ์พานิช กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ คำปรึกษาและช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดีเสมอมา ผู้วิจัยจึง ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์วิญญา วิศาลาภรณ์ และ ดร.ละเอียด รัชส์เฝ้า ที่เป็นกรรมการในการสอบปริญญานิพนธ์ และได้ให้คำแนะนำเพิ่มเติมเพื่อให้ปริญญานิพนธ์ ฉบับนี้ความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิคม ดังคะพิภพ รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ อาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ อาจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์ และอาจารย์ มณฑิรา จารุเพ็ง ที่ได้กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบและให้ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะในการแก้ไข ปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ ผู้บริหารโรงเรียน คณะครูอาจารย์และนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ความสำเร็จในครั้งนี้ ผู้วิจัยขอโน้มรำลึก และบูชาพระคุณบิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่ให้คำแนะนำให้การสนับสนุนและให้การอบรมสั่งสอนแก่ผู้วิจัย ตลอดมา

ศิริพันธ์ สุระรัมย์

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย	1
	ความสำคัญของการวิจัย	3
	ขอบเขตของการวิจัย.....	3
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	3
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
	สมมติฐานการวิจัย.....	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
	ความเข้มแข็งในการมองโลก.....	7
	ความเป็นมาของความเข้มแข็งในการมองโลก	7
	ความหมายของความเข้มแข็งในการมองโลก.....	8
	องค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลก	8
	ความสำคัญของความเข้มแข็งในการมองโลก	12
	การพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก.....	13
	ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก.....	16
	เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์	16
	ความภาคภูมิใจในตนเอง.....	32
	การกำหนดเป้าหมายในอนาคต	45
	การอบรมเลี้ยงดู	49
	การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน.....	53
	การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	53
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	55
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	59
	การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	59
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	61

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล	73
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	75
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	79
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	79
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	80
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	80
5 สรุป อภิปรายและข้อเสนอแนะ	84
สังเขปของความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการวิจัย	84
สรุปผลการวิจัย	85
อภิปรายผล	86
ข้อเสนอแนะ	90
บรรณานุกรม	91
ภาคผนวก	101
ภาคผนวก ก	
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ	102
ภาคผนวก ข	
ผลการวิเคราะห์ข้อคำถามรายข้อ	104
ภาคผนวก ค	
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	109
ประวัติย่อผู้วิจัย	118

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบ 3 ประการของความเข้มแข็งในการมองโลก.....	9
2	การเปรียบเทียบลักษณะผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูงและต่ำ.....	27
3	ค่าสถิติพื้นฐานของปัจจัยแต่ละด้านและความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4	80
4	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของตัวแปรปัจจัย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก และค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก.....	81
5	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยที่มีต่อความเข้มแข็งในการมองโลก.....	83
6	ค่าความสอดคล้องของแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก.....	105
7	ค่าความสอดคล้องของแบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต.....	106
8	ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก	107
9	ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต.....	108

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	กรอบแนวคิดใหม่ของชาวนิปัญาทางอารมณ์.....	24
2	ทฤษฎีการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ของ Lock.....	46
3	ขั้นตอนการดำเนินการสร้างแบบสอบถาม	63

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ 2540 – 2544) ได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาคนเพื่อให้เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ โดยบุคคลที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนาประเทศต้องเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ มีความสมบูรณ์ทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม ใฝ่รู้ใฝ่เรียน สามารถประยุกต์ความรู้ไปใช้ในสังคมได้อย่างมีสติ มีคุณธรรม สามารถปรับตัวและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข/(ทบวงมหาวิทยาลัย.2539:18) การที่บุคคลจะมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขนั้นจะต้องเป็นคนที่มีความสุขกายและสุขภาพจิตดี ซึ่งบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีนั้นจะเป็นคนที่อารมณ์ดี มองโลกในแง่ดี สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาและอุปสรรคอย่างมีสติ (อารี ดัณฑ์เจริญรัตน์.2540:53) การที่บุคคลสามารถเผชิญและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นจะทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข เนื่องจากปัญหานั้นเป็นสิ่งที่บุคคลต้องประสบทุกช่วงชีวิต โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่มีความคิดและอารมณ์แปรปรวนมากที่สุด ชอบทำในสิ่งที่ท้าทายและมีความเป็นตัวของตัวเองมาก นอกจากนี้ยังเป็นวัยที่กำลังแสวงหาความเป็นเอกลักษณ์ให้แก่ตนเองจนบางครั้งมีความวิตกกังวล เคร่งเครียดและรู้สึกวุ่นเกี่ยวกับฐานะหรือบทบาท หน้าที่ของตนในชีวิต เช่น จะทำอะไร จะเรียนอะไร จะเลือกอาชีพอะไร ดังนั้นวัยนี้จึงเป็นวัยที่มีปัญหามาก (วันเพ็ญ บุญประกอบ.2532:18) จึงควรมีการสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ชีวิตของวัยรุ่นเพื่อให้มีความพร้อมในการที่จะเผชิญกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นและเผชิญโลกกว้างต่อไป (คึกฤทธิ์ ปราโมช.2544:37)

แอนโทโนฟสกี (Antonovsky.1982:66) กล่าวว่า บุคคลที่มีความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นต้องเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการที่จะช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จในการเผชิญหรือจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตซึ่งศาสตราจารย์ ดร.สมจิต หนูเจริญกุล เป็นบุคคลแรกที่แปลคำว่า Sense of Coherence เป็นภาษาไทยว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก ซึ่งความเข้มแข็งในการมองโลกนั้นเป็นการรับรู้โดยรวมหรือโดยทั่วไปของบุคคล โดยบุคคลรับรู้และเชื่อมั่นว่าสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดซึ่งมาจากภายในตนเองหรือสิ่งแวดล้อมภายนอกนั้นมีระบบระเบียบ สามารถทำนายและอธิบายได้ เชื่อมั่นว่าตนเองสามารถจัดการกับสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์เหล่านั้นได้ และคิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย มีคุณค่าและคุ้มค่าสำหรับการเข้าไปเกี่ยวข้องหรือจัดการแก้ไขให้สำเร็จลุล่วงไปได้ (Antonovsky. 1987 :

19) บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมีองค์ประกอบ 3 ประการ (Antonovsky .1987 : 16 – 19) โดยประการแรก ได้แก่ ความสามารถในการเข้าใจได้ (Comprehensibility) เป็นการรับรู้สิ่งเร้าหรือสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดซึ่งมาจากภายในและสิ่งแวดล้อมภายนอกตนว่าเป็นสิ่งที่มีความซับซ้อนและมีโครงสร้างที่ชัดเจน มากกว่าที่จะมองว่าเป็นสิ่งที่ซับซ้อน สับสน ยุ่งเหยิง ไม่แน่นอนและเกิดขึ้นโดยไม่สามารถคาดการณ์หรืออธิบายได้ ประการที่สอง คือ ความสามารถในการจัดการได้ (Manageability) เป็นการรับรู้ของบุคคลว่าตนเองมีความสามารถที่ตอบโต้หรือจัดการกับปัญหาที่รุมเร้าตนอยู่ ประการสุดท้าย ได้แก่ การเห็นคุณค่าความหมาย (Meaningfulness) เป็นการที่บุคคลรับรู้ปัญหาหรือสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทายคุณค่าที่จะจัดการมากกว่าที่จะมองว่าเป็นปัญหาหรือภาระหนัก ซึ่งความเข้มแข็งในการมองโลกสามารถพัฒนาและส่งเสริมให้กับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นได้ (Antonovsky & Sagy.1986:220) การวิจัยเกี่ยวกับความเข้มแข็งในการมองโลกมีอยู่อย่างกว้างขวาง โดยมีการศึกษาในกลุ่มบุคคลต่าง ๆ ได้แก่ นักศึกษา บุคคลทั่วไป และผู้ป่วย ซึ่งจากการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะรับรู้ถึงความผาสุก รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีอิสระ มีความหวัง มีจุดหมายในชีวิต มีความสมดุลด้านอารมณ์ความรู้สึก และสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงกว่าผู้ที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ (รัชนี้ นามจันทรา และสมจิต หนูเจริญกุล . 2543 : 302 ; อ้างอิงจาก Coward DD. 1996.*Nursing Research*.116-121.) นอกจากนี้มีการศึกษาพบว่าประสบการณ์ในวัยเด็กที่ทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ ได้แก่ การที่เด็กอยู่ในครอบครัวที่มีความขัดแย้งกันและการอยู่ในครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจยากลำบาก (รัชนี้ นามจันทรา และสมจิต หนูเจริญกุล.2543:308;อ้างอิงจาก Lundberg,O.1997.*Social Science & Medicine*.163-171) แสดงว่า บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกจะมีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง มีการกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเอง และมีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดีซึ่งก็คือมีเขาวนปัญญาทางอารมณ์ นอกจากนี้การที่บุคคลได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ซึ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่บังคับให้ลูกทำตามที่พ่อแม่ต้องการโดยไม่ปล่อยให้ลูกได้คิดและตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองจะทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ให้ความรัก ความอบอุ่นและสนับสนุนได้ลูกได้ทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองย่อมจะทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก ได้แก่ เขาวนปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาและส่งเสริมความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนมีความพร้อมในการที่จะเผชิญกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นในชีวิต

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
2. เพื่อศึกษาน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งปัจจัยที่ศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ชาวนี้นโยบายทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ผลจากการวิจัยในครั้งนี้จะทำให้ทราบว่าปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก เพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูและผู้บริหารในการช่วยส่งเสริมและพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนเพื่อให้นักเรียนสามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 67 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 9,474 คน เนื่องจากช่วงเวลาที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นช่วงปลายภาคเรียนที่ 2 มีบางโรงเรียนได้ปิดภาคเรียนไปแล้ว ดังนั้นจึงมีโรงเรียนที่เป็นกลุ่มประชากร 24 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 3,480 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 5 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 230 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) โดยใช้เพศเป็นชั้น (strata) และมีห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (sampling unit)

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ปัจจัยดังต่อไปนี้ คือ

1. เชวณปัญญทางอารมณ
2. ความภาควมใจในตนเอง
3. การกำหนดเป้าหมายในอนาคต
4. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
5. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเข้มแข็งในการมองโลก

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเข้มแข็งในการมองโลก หมายถึง ลักษณะการรับรู้ทางความคิดและความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าที่มากกระทบทั้งจากภายในและภายนอกบุคคล โดยความเข้มแข็งในการมองโลก มีองค์ประกอบ 3 ประการ ดังต่อไปนี้

1.1 สามารถเข้าใจและอธิบายเหตุและผลของการกระทำของตนเองรวมถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนและสามารถคาดการณ์สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับตนเองต่อไปได้ ได้แก่ สามารถเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นกับตน อธิบายเหตุผลของพฤติกรรมต่าง ๆ ได้และคาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมา

1.2 มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน ที่จะจัดการกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตน ได้แก่ รู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง กล้าเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ และรู้จักหาวิธีการจัดการกับปัญหา มีการวางแผนการจัดการกับปัญหาและรู้จักรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น

1.3 เห็นคุณค่าของตนและการกระทำของตนรวมทั้งเห็นคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตน ทำให้มีแรงจูงใจที่จะจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ ได้แก่ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามองสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ท้าทายและมีกำลังใจที่จะจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้น ซึ่งสามารถวัดความเข้มแข็งในการมองโลกได้ด้วยแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลกซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. เชวณปัญญทางอารมณ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่ตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกและสภาวะอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น สามารถเข้าใจและให้ความหวังแก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี สามารถปรับสภาพอารมณ์ ควบคุม จัดการกับอารมณ์และการกระทำของตนเองไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมได้อย่างสมเหตุสมผล และสามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่าง

ประสบความสำเร็จ ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์โดยผู้วิจัย พัฒนาจากแบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ของ สุภาพร พิสิฐรัฐพัฒนะ (2543)

3. ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การพิจารณาคัดสินค่าของตนเองตามความรู้สึกของตนเอง ได้แก่ การประสบความสำเร็จ การคิดว่าตนเองมีค่าในสังคมตลอดจนได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นและสังคม ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง โดยผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเองของ อรุมา สงวนญาติ (2544)

4. การกำหนดเป้าหมายในอนาคต หมายถึง ความประสงค์ที่บุคคลตั้งไว้สำหรับตนเอง และเป็นสิ่งที่จะพยายามทำให้สำเร็จตามที่คาดหวังไว้ โดยเป้าหมายที่กำหนด ได้แก่ การศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ และชีวิตส่วนตัวในอนาคต ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคตซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น

5. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การที่พ่อแม่ผู้ปกครองปฏิบัติกับลูกให้มีความรู้สึกที่ไม่ได้รับอิสระในการกระทำสิ่งที่ตนเองต้องการ ไม่ได้รับความยุติธรรม ไม่สามารถแสดงความคิดเห็นของตนได้และต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบที่พ่อแม่กำหนดไว้ ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน โดยผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูของ ศิริพันธ์ วรรณกิจ (2545)

6. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การที่พ่อแม่ผู้ปกครองปฏิบัติกับลูกให้มีความรู้สึกที่ได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ได้รับความรักความอบอุ่น ได้รับความยอมรับในความสามารถ รับฟังความคิดเห็นและรับฟังเหตุผลรวมทั้งการที่พ่อแม่ให้การสนับสนุนในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย โดยผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูของ ศิริพันธ์ วรรณกิจ (2545)

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยบางประการมีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

2. มีน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยอย่างน้อย 1 ประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอตามลำดับหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความเข้มแข็งในการมองโลก

- 1.1 ความเป็นมาของความเข้มแข็งในการมองโลก
- 1.2 ความหมายของความเข้มแข็งในการมองโลก
- 1.3 องค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลก
- 1.4 ความสำคัญของความเข้มแข็งในการมองโลก
- 1.5 การพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก

2.1 เชาว์ปัญญาทางอารมณ์

- 2.1.1 ความหมายของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์
- 2.1.2 องค์ประกอบของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์
- 2.1.3 ความสำคัญของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์
- 2.1.4 ลักษณะของผู้ที่มีเชาว์ปัญญาทางอารมณ์สูงและต่ำ
- 2.1.5 การพัฒนาเชาว์ปัญญาทางอารมณ์

2.2 ความภาคภูมิใจในตนเอง

- 2.2.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง
- 2.2.2 แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเอง
- 2.2.3 ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง
- 2.2.4 ลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงและต่ำ
- 2.2.5 การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

2.3 การกำหนดเป้าหมายในอนาคต

- 2.3.1 ความหมายของการกำหนดเป้าหมายในอนาคต
- 2.3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับกำหนดเป้าหมายในอนาคต
- 2.3.3 ลักษณะของการกำหนดเป้าหมายในอนาคตที่ดี
- 2.3.4 การพัฒนาให้บุคคลมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

2.4 การอบรมเลี้ยงดู

2.4.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู

2.4.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

2.4.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

3.2 งานวิจัยในประเทศ

1.ความเข้มแข็งในการมองโลก

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความเข้มแข็งในการมองโลก

1.1 ความเป็นมาของความเข้มแข็งในการมองโลก

ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) เป็นมโนทัศน์หลักของทฤษฎีแหล่งกำเนิดของสุขภาพ (Salutagenic Model) ของแอนโทโนฟสกี (Antonovsky. 1982 : 64 – 66) ที่มุ่งเน้นอธิบายว่าเหตุใดบางคนเมื่อเผชิญกับสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียดแล้วบุคคลเหล่านั้นยังคงมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งจากงานวิจัยของแอนโทโนฟสกีที่ได้ทำการศึกษาวิจัยโดยการสัมภาษณ์ บุคคลที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ บุคคลที่สูญเสียความรัก บุคคลที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจ บุคคลที่อยู่ในค่ายกักกันและผู้อพยพ โดยให้บุคคลเหล่านี้ เล่าเกี่ยวกับชีวิตของตนเอง ผลจากการวิเคราะห์แบบสัมภาษณ์ พบว่า *ความเข้มแข็งในการมองโลก* (Sense of Coherence) เป็นคุณลักษณะที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวและเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ดี

แอนโทโนฟสกี (Antonovsky. 1987 : XIX) เกิดที่บรูคลินในปี ค.ศ. 1923 จบการศึกษาระดับปริญญาตรีในสาขาประวัติศาสตร์ และเศรษฐศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยบรูคลิน ในปี ค.ศ. 1945 ต่อมาได้เข้าศึกษาต่อที่มหาวิทยาลัยเยล ในสาขาทางการแพทย์ ในระดับปริญญาโท และปริญญาเอก และสำเร็จการศึกษาในปี ค.ศ. 1952 และ ค.ศ. 1955 ตามลำดับ ในปี ค.ศ. 1960 แอนโทโนฟสกีได้ทำการศึกษาและทำวิจัยเกี่ยวกับความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) ซึ่งเป็นมโนทัศน์หลักของทฤษฎีแหล่งกำเนิดสุขภาพ (Salutogenic model) ทฤษฎีนี้เป็นทฤษฎีที่อธิบายเกี่ยวกับความเครียดและการเผชิญปัญหาเพื่อมุ่งอธิบายว่าบุคคลจัดการกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างไรจึงยังคงมีสุขภาพดีและเสนอว่าบุคคลที่มีสุขภาพดี คือบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้น โดยตัวกำหนดที่สำคัญของความสำเร็จคือ ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence)

1.2 ความหมายของความเข้มแข็งในการมองโลก

แอนโทโนฟสกี (Antonovsky. 1987 : 19) กล่าวว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก หมายถึง การรับรู้โดยรวมหรือโดยทั่วไปของบุคคล โดยบุคคลรับรู้และเชื่อมั่นว่าสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดซึ่งมาจากภายในตนเองหรือสิ่งแวดล้อมภายนอกนั้นมีระบบระเบียบ สามารถทำนายได้และอธิบายได้ และตนสามารถจัดการกับสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์เหล่านั้นได้ และคิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย มีคุณค่าและคุ้มค่าสำหรับการเข้าไปเกี่ยวข้องหรือจัดการแก้ไขให้สำเร็จลุล่วงไปได้

สมจิต หนูเจริญกุล (2532:171) เป็นผู้แปลคำว่า Sense of Coherence เป็นคำว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นคนแรกในประเทศไทย โดยให้ความหมายของความเข้มแข็งในการมองโลก ว่าหมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่เชื่อมั่นว่า ไม่ว่าจะเป็นเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้นทั้งภายในตนเองและสิ่งแวดล้อมภายนอกก็สามารถทำนายได้และทุกสิ่งทุกอย่างก็จะสามารถคลี่คลายลงตามที่ได้คาดหวังไว้

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ความหมายของแอนโทโนฟสกี

1.3 องค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลก

จากการศึกษาค้นคว้าของ แอนโทโนฟสกี (Antonovsky .1987 : 16 – 19) พบว่า บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกจะมีองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่

1. ความสามารถในการเข้าใจได้ (Comprehensibility) เป็นการรับรู้สิ่งเร้าหรือสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดซึ่งมาจากภายในตนเองและสิ่งแวดล้อมภายนอก เป็นสิ่งที่มีระบบระเบียบ มีโครงสร้างที่ชัดเจน มากกว่าการที่จะมองว่ามันเป็นสิ่งที่รบกวน สับสน ยุ่งเหยิง ไม่แน่นอน และเกิดขึ้นโดยไม่สามารถคาดการณ์หรืออธิบายได้ บุคคลที่มีองค์ประกอบนี้สูงจะคาดการณ์ได้ถึงสิ่งที่เขาจะต้องพบในอนาคตหรือถ้าบุคคลพบเหตุการณ์อย่างกะทันหันหันบุคคลเหล่านั้นก็จะรู้สึกว่าตนสามารถจัดการและอธิบายสาเหตุของสิ่งที่เกิดขึ้นได้แต่ไม่ได้หมายความว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นจะเป็นสิ่งที่พวกเขาพึงพอใจทั้งหมด เช่น ความตาย สงคราม และความล้มเหลวแต่บุคคลเหล่านั้นก็จะพยายามทำความเข้าใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่หลีกเลี่ยงปัญหา

2. ความสามารถจัดการได้ (Manageability) เป็นการรับรู้ของบุคคลว่ามีแหล่งประโยชน์เพียงพอที่จะใช้ตอบสนองหรือจัดการกับปัญหาที่รุมเร้าตนอยู่ แหล่งประโยชน์นั้นอาจนำมาจากภายในตนเอง เช่น ความเข้าใจ ความมั่นใจ ความหวัง หรือจากแหล่งอื่นๆ เช่น คู่สมรส เพื่อน คนอื่นๆ ที่ไว้วางใจได้ บุคคลที่มีองค์ประกอบด้านนี้สูงจะไม่รู้สึกว่าตนตกเป็นเหยื่อของเหตุการณ์ หรือมีความรู้สึกที่ว่าชีวิตตนไม่ได้รับความยุติธรรม เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ร้ายแรงในชีวิตบุคคลเหล่านั้นจะพยายามปรับตัวให้ได้ โดยจะไม่มัวเศร้าอยู่กับเหตุการณ์นั้น ดังนั้นจึง

เป็นเหตุผลให้บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะเลือกวิธีที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดในการแก้ปัญหาและใช้วิธีแบบเผชิญหน้ากับปัญหาไม่หลีกเลี่ยงปัญหา ในทางกลับกันบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ จะปล่อยตนไปตามอารมณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างที่มีปัญหา

3. การเห็นคุณค่าความหมาย (Meaningfulness) เป็นการที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นปัญหาหรือสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย คุ่มค่าที่จะจัดการมากกว่าที่จะมองว่าเป็นปัญหาหรือภาระหนัก ซึ่งไม่ได้หมายความว่าบุคคลที่มีองค์ประกอบด้านนี้สูงจะมีความยินดีในการสูญเสียของบุคคลอื่นเป็นที่รัก แต่หมายความว่าเมื่อมีความทุกข์เกิดขึ้นแม้จะเป็นสิ่งที่ไม่ต้องการ บุคคลเหล่านี้ก็เต็มใจและมีกำลังใจที่จะจัดการและพร้อมที่จะค้นหาคุณค่าจากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นและจะตัดสินใจเลือกทำสิ่งที่ดีที่สุด เพื่อให้ผ่านความทุกข์ ยากลำบากนั้นไปได้ดีที่สุด นอกจากนี้ การเห็นคุณค่าความหมาย จะมีความเกี่ยวข้องกับการที่บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตนั้นมีคุณค่า (Mc Sherry and Holm. 1994 : 476)

ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 3 ประการของความเข้มแข็งในการมองโลก

แอนโทโนฟสกี (Antonovsky. 1987 : 19 – 22) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลกทั้ง 3 ประการ และแสดงรูปแบบของความสัมพันธ์ขององค์ประกอบไว้ 8 ลักษณะ โดยแสดงได้ตาม ตาราง 1

ตาราง 1 ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบ 3 ประการของความเข้มแข็งในการมองโลก

รูปแบบ	ความสามารถเข้าใจได้ (Comprehensibility : C)	ความสามารถจัดการได้ (Manageability : MA)	การเห็นคุณค่า (Meaningfulness : ME)
1	สูง	สูง	สูง
2	ต่ำ	สูง	สูง
3	สูง	ต่ำ	สูง
4	ต่ำ	ต่ำ	สูง
5	สูง	สูง	ต่ำ
6	สูง	ต่ำ	ต่ำ
7	ต่ำ	สูง	ต่ำ
8	ต่ำ	ต่ำ	ต่ำ

รูปแบบที่ 1 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นและเชื่อว่าตนสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นได้ รวมทั้งเห็นคุณค่าของตนเอง และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็น ลักษณะของบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

รูปแบบที่ 2 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นน้อย แต่เชื่อว่าตนสามารถจัดการสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ รวมทั้งเห็นคุณค่าของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งรูปแบบนี้มีโอกาสเกิดขึ้นได้น้อย

รูปแบบที่ 3 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น แต่ไม่มีความมั่นใจว่าตนสามารถจัดการสิ่งต่างๆ ได้แต่อย่างไรก็ตามบุคคลก็ยังมองเห็นคุณค่าของตนและสิ่งที่เกิดขึ้น

รูปแบบที่ 4 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลไม่สามารถทำความเข้าใจและไม่สามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ แต่ยังคงเห็นคุณค่าของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง

รูปแบบที่ 5 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลมีความเข้าใจตนเอง และสิ่งที่เกิดขึ้นรวมทั้งเชื่อว่าตนสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ แต่ไม่เห็นคุณค่าของตนและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน

รูปแบบที่ 6 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลมีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น แต่ไม่ความมั่นใจว่าจะสามารถจัดการกับสิ่งต่างๆ รวมทั้งไม่เห็นคุณค่าของและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน

รูปแบบที่ 7 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่ไม่เข้าใจตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น รวมทั้งไม่เห็นคุณค่าของตนและสิ่งที่เกิดขึ้น แต่เชื่อว่าตนสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งรูปแบบนี้จะพบน้อย

รูปแบบที่ 8 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลที่ไม่เข้าใจตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น และไม่เชื่อว่าตนสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ รวมทั้งไม่เห็นคุณค่าความหมายของตนและสิ่งที่เกิดขึ้น ซึ่งก็คือลักษณะของบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ

รูปแบบที่ 1 และรูปแบบที่ 8 เป็นรูปแบบที่สามารถพบได้ เมื่อพิจารณารูปแบบที่ 2 และ 7 เป็นรูปแบบที่บุคคลมีองค์ประกอบ ด้านความสามารถเข้าใจได้ต่ำ แต่มีองค์ประกอบด้านความสามารถจัดการได้สูง ทั้งสองรูปแบบนี้น่าจะพบได้น้อย เนื่องจากการเป็นการยากที่บุคคลซึ่งมองสิ่งต่างๆ ว่าไม่สามารถคาดการณ์หรืออธิบายได้ รวมทั้งมีความรู้สึกที่สับสนและเต็มไปด้วยความไม่แน่นอนนั้นจะมีความคิดและความรู้สึกที่ว่าตนนั้นสามารถจัดการสิ่งต่างๆ ได้ดี

รูปแบบที่ 3 นั้น บุคคลจะมีความรู้สึกที่ว่าตนสามารถจัดการสิ่งต่างๆ ได้น้อย หรือไม่ สามารถจัดการได้ ทั้งๆ ที่ตนมีความเข้าใจในปัญหาเหล่านั้นเป็นอย่างดีและเกิดความรู้สึกกดดันแต่ถ้าบุคคลเชื่อมั่นว่าเขาเข้าใจปัญหาและเผชิญหน้ากับปัญหาอย่างมีกำลังใจ ความรู้สึกเช่นนี้ จะเป็นพลังให้บุคคลพยายามค้นหาวิธีการต่างๆ ในการแก้ปัญหาและนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ ดังนี้

รูปแบบ 3 C สูง + MA ต่ำ + ME สูง → C สูง + MA สูง + ME สูง

ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่นำไปสู่การเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

เมื่อพิจารณาในรูปแบบที่ 6 นั้นบุคคลไม่มีแรงจูงใจมีความรู้สึกว่าตนจัดการกับสิ่งต่างๆ ได้น้อย ซึ่งจะทำให้มีแนวโน้มที่จะล้มเลิกที่จะจัดการกับปัญหา ความรู้สึกเข้าใจที่มีอยู่มากก็จะเริ่มลดลง บุคคลจะเริ่มรู้สึกว่สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นไม่สามารถอธิบายได้ เกิดความรู้สึกสับสน เริ่มรู้สึกว่สิ่งที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ไม่สามารถทำความเข้าใจได้ (Incomprehensibility) ซึ่งจะเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ได้ดังนี้

รูปแบบ 6 C สูง + MA ต่ำ + ME ต่ำ $\longrightarrow$ C ต่ำ + MA ต่ำ + ME ต่ำ

ซึ่งความสัมพันธ์ที่นำไปสู่การเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ

จากความสัมพันธ์ในรูปแบบ 3 และรูปแบบ 6 จะเห็นได้ว่า แรงจูงใจเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้บุคคลมีความใส่ใจและมีความตั้งใจที่จะจัดการกับปัญหาของตนเองจนสำเร็จ

รูปแบบที่ 5 เป็นลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อว่าตนเองสามารถเข้าใจและจัดการสิ่งต่างๆ ได้ดี แต่ขาดการเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง โดยไม่ได้มองปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย ผลของความสัมพันธ์ในรูปแบบที่ 5 เช่นนี้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบได้โดยแสดงได้ดังนี้

รูปแบบ 5 C สูง + MA สูง + ME ต่ำ $\longrightarrow$ C ต่ำ + MA ต่ำ + ME ต่ำ

ซึ่งมีความสัมพันธ์ที่นำไปสู่การเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ

จากรูปแบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 3 ข้างต้นนั้น แอนโทนอฟสกี (Antonovsky, 1987) กล่าวว่า ทั้ง 3 องค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นสิ่งจำเป็นและองค์ประกอบด้านการเห็นคุณค่าความหมาย (Meaningfulness) เป็นองค์ประกอบที่สำคัญและองค์ประกอบด้านความสามารถเข้าใจได้เป็นสิ่งที่สำคัญลำดับต่อมา แต่ไม่ได้หมายความว่าองค์ประกอบของความสามารถจัดการได้จะไม่สำคัญ แต่การที่บุคคลจะรู้สึกว่ตนสามารถจัดการได้ควรเกิดจากการที่มีความเข้าใจในสิ่งต่างๆ ก่อนและถึงแม้ว่าบุคคลจะมีความสามารถเข้าใจและจัดการได้แต่ถ้าไม่เชื่อว่าวิธีการของตนมีอำนาจจัดการ มีคุณค่า มีความหมายแล้วการปรับตัวก็จะเกิดขึ้นได้น้อย เพราะฉะนั้นแอนโทนอฟสกี เชื่อว่ความสำเร็จและการปรับตัวอย่างมีประสิทธิภาพนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลกทั้ง 3 องค์ประกอบ

1.4 ความสำคัญของความเข้มแข็งในการมองโลก

บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงมีได้หมายถึงบุคคลที่มีความรู้สึกว่าคุณสามารถควบคุมทุกสิ่งในชีวิตได้ ชีวิตเขาอาจจะเต็มไปด้วยความยุ่งยากและลำบากต่าง ๆ การที่จะบรรลุเป้าหมายได้นั้นต้องใช้ความพยายามอย่างมากซึ่งอาจจะประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวก็ได้ แต่ที่สำคัญก็คือผู้ที่ความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมองเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตด้วยความเข้าใจ มีเหตุผลตลอดจนมีความเชื่อมั่นว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ความคาดหวังของบุคคลเหล่านี้จะเป็นความคาดหวังที่สมเหตุสมผลบนพื้นฐานของความเป็นจริง ผู้ที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจึงเป็นผู้ที่มีความสามารถในการพิจารณาหรือประเมินเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้องตามความเป็นจริง การรับรู้ความจริงหรือความถูกต้องตามกฎหมาย (Perception of lawfulness) เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลทนต่อความยุ่งยาก สับสน ความล้มเหลวและความเจ็บปวดได้โดยไม่กระทบต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของตน ส่วนผู้ที่ความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ มีแนวโน้มที่จะมองสิ่งต่าง ๆ ผิดพลาดโดยมองว่าสิ่งต่าง ๆ เป็นสิ่งที่ไม่สามารถทำนายได้และยากที่จะคาดหวังความสำเร็จ เว้นแต่จะมีโชคเท่านั้น (รัชนี้ นามจันทร์ และสมจิต หนูเจริญกุล.2543:297-298;อ้างอิงจาก Antonovsky.1979.*Health ,Stress and coping*)

บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง (Strong sense of Coherence) จะรับรู้และประเมินสิ่งเร้าที่ได้รับโดยก่อให้เกิดอารมณ์และความเครียดแตกต่างจากบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ (Weak sense of Coherence) นั่นคือเมื่อบุคคลประสบกับสิ่งเร้าต่าง ๆ ความเข้มแข็งในการมองโลกจะเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้และประเมินสิ่งเร้าที่เกิดขึ้น (Antonovsky. 1987 : 135 – 136) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.4.1 ในด้านการประเมินสิ่งเร้า บุคคลสามารถรับรู้และประเมินสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นได้ทั้งในทางบวกหรือทางลบ ในสถานการณ์เดียวกันบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะรับรู้และประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยความสบายใจและรู้สึกว่าตนถูกคุกคามน้อย ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำจะรับรู้และประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดและคุกคามการดำรงอยู่ของตน ทั้งนี้เนื่องจากว่าบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงมีความสามารถในการเข้าใจและมีความสามารถที่จะจัดการมากกว่าจึงมองว่าความเครียดที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่ทำหาย คุ่มค่าและมีความหมายที่จะจัดการมากกว่าจะมองว่าเป็นภาระหนัก

1.4.2 ในด้านการรับรู้ทางอารมณ์ เมื่อมีสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียดสิ่งเดียวกันมากระทบบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะรู้สึกมีความหวังและตื่นเต้น ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำจะรู้สึกสิ้นหวังและเฉื่อยชา

นอกจากนี้ จะรู้สึกสับสนปราศจากความคิดที่จะเข้าไปเผชิญกับปัญหา มีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงปัญหาตั้งแต่เริ่มแรก

1.4.3 ในด้านการมองแนวทางแก้ปัญหามอง บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมองแนวทางในการแก้ไขปัญหามีได้ชัดเจน เฉพาะเจาะจง พิจารณานำปัญหาได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริงและก่อนที่จะกระทำสิ่งใด ๆ บุคคลเหล่านี้จะดัดแปลงวิธีการที่เหมาะสมในการที่จะนำมาเผชิญกับความเครียดหรือปัญหาต่างๆ ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำจะสับสนและพยายามวิ่งหาความช่วยเหลือจากแหล่งต่างๆ ไปเรื่อยๆ

1.4.4 ในด้านการจัดการกับปัญหา เมื่อเผชิญกับปัญหามองบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมีความสามารถเลือกวิธีที่เหมาะสมในการจัดการปัญหาได้มากกว่า บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำจะมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงและเลือกวิธีที่จะไม่เผชิญกับปัญหาโดยมีความรู้สึกว่าจะตนถูกกดดันมาก เป็นผลให้เกิดความรู้สึกหมดหวัง เหนื่อยหน่าย และมีแรงจูงใจเพียงเล็กน้อยที่จะเปลี่ยนแปลงสถานการณ์

สมจิต หนูเจริญกุล และคณะ(2532:173) กล่าวว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นวิธีการมองโลกและชีวิตที่ช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จในการเผชิญกับเหตุการณ์มากมายที่ยั่งยืนในชีวิต

1.5 การพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก

แอนโทโนฟสกี (Antonovsky. 1982 : 187 – 188) กล่าวว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกพัฒนาขึ้นจากประสบการณ์ในชีวิตในบริบทของสังคมและวัฒนธรรมของแต่ละคน โดยเริ่มพัฒนาดังตั้งวัยเด็ก เพิ่มและชัดเจนขึ้นในวัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงสำคัญที่จะสร้างเอกลักษณ์เฉพาะของตน ในวัยรุ่นตอนต้นนั้นเป็นช่วงของความสับสนไม่สามารถคาดการณ์ได้และเป็นช่วงแห่งการทดลอง เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางจะเริ่มมีเอกลักษณ์เฉพาะตนมากขึ้น จากการเข้าสู่สังคม การทดลองต่างๆ เริ่มจะเป็นรูปแบบที่เด่นชัดขึ้น มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นเพิ่มขึ้น ทำให้มีการตัดสินใจและเลือกเพิ่มขึ้นในการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติในช่วงวัยรุ่นและประสบการณ์ต่างๆ ที่วัยรุ่นได้รับทำให้ความเข้มแข็งในการมองโลกที่ถูกสร้างขึ้นในวัยเด็กเปลี่ยนแปลงไปสู่รูปแบบที่เด่นชัดขึ้น (Definitive Sense of Coherence) อย่างไรก็ตาม ประสบการณ์ต่างๆ ที่เพิ่มขึ้นเหล่านี้ก็มีผลทำให้ความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่นเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้และจะค่อนข้างคงที่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นช่วงอายุประมาณ 30 ปีหลังจากนั้นจะเปลี่ยนแปลงได้บ้างตลอดชีวิต ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการสร้างความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นลักษณะที่เริ่มต้นและมีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงได้ (Tentative Sense of Coherence)

จากการศึกษาค้นคว้าของแอนโทโนฟสกี และซาจี (Antonovsky and Sagy. 1986 : 220) พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกนั้น สามารถเสริมสร้างและพัฒนาให้เพิ่ม

ขึ้นได้มากในช่วงวัยรุ่นและพบว่าความมั่นคงของชุมชนที่อยู่อาศัย มีผลต่อการพัฒนาของความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล โดยแอนโทโนฟสกีและซาจี อภิปรายถึงผลการศึกษาค้างนี้ว่า เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงในช่วงวัยรุ่นนั้น เริ่มจากความสับสนไม่เข้าใจในตนเองมาสู่การเข้าใจตนเองและมีเอกลักษณ์เฉพาะตนมากขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้สอดคล้องกับการเพิ่มขึ้นของความเข้มแข็งในการมองโลกในด้านความสามารถเข้าใจและสามารถจัดการได้และความมั่นคงของชุมชนมีผลต่อการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก โดยจะมีส่วนช่วยพัฒนาความรู้สึกของบุคคลที่ว่า โลกรอบตัวของบุคคลนั้นสามารถคาดการณ์และจัดการได้

นอกจากนี้แอนโทโนฟสกี (Antonovsky. 1987 : 19) กล่าวว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นผลมาจากประสบการณ์ในชีวิตของบุคคลที่ได้รับความสม่ำเสมอ มีความรู้สึกว่าคุณมีส่วนร่วมในการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นกับตนและได้รับความสมดุลระหว่างการถูกทำโทษกับการได้รางวัล ความสำเร็จและความล้มเหลว ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะพัฒนาเป็นบุคลิกภาพด้านหนึ่งของบุคคลที่ประกอบด้วยความสามารถเข้าใจได้ความสามารถจัดการได้และการเห็นคุณค่าความหมายประสบการณ์ที่ช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลมีลักษณะดังนี้

1. ประสบการณ์ที่มีความสม่ำเสมอและมีความสอดคล้องกับความคาดหวังของบุคคล ลักษณะนี้จะช่วยพัฒนาให้บุคคลมีความสามารถในการเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น
2. ประสบการณ์นั้น ๆ บุคคลมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ กระทำและกำหนดผลที่เกิดขึ้น ซึ่งจะช่วยพัฒนาให้บุคคลรู้สึกว่าคุณสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นสิ่งที่มีความหมาย มีคุณค่า คุณค่าที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องหรือจัดการแก้ไข
3. ประสบการณ์ในการเผชิญกับสิ่งเร้าหรือสิ่งเร้าที่มีความสมดุลพอดี ไม่น้อยเกินไปหรือมากเกินไปกว่าที่บุคคลจะจัดการได้ลักษณะนี้จะช่วยพัฒนาบุคคลให้เกิดการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถและมีแหล่งประโยชน์เพียงพอในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้

นอกจากประสบการณ์ชีวิตที่มีลักษณะดังกล่าวจะเป็นการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกแล้ว การที่บุคคลประสบความสำเร็จในการจัดการกับความตึงเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตยังเป็นอีกหนทางหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น การที่บุคคลอาศัยอยู่ในชุมชนที่คงที่ อาศัยอยู่บนหลักแหล่งถิ่นฐานที่แน่นอนและการที่บุคคลได้รับการดูแลอย่างสม่ำเสมอจะนำไปสู่การรับรู้ถึงสิ่งแวดล้อมของบุคคลไม่ว่าจะเป็นภายในหรือภายนอกว่าสิ่งแวดล้อมรอบตัวเป็นสิ่งที่คาดการณ์และเข้าใจได้ในทางตรงข้ามถ้าบุคคลอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่มั่นคง ไม่มีความแน่นอนก็จะทำให้บุคคลมีความสามารถในการเข้าใจลดลง(รัชนิ นามจันทร์ และสมจิต หนูเจริญกุล.2543:299 อ้างอิงจาก Antonovsky. 1979.*Health ,Stress and coping*)

แหล่งประโยชน์ที่ช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งในการมองโลก

แอนโทนอฟสกี (Sullivan. 1993 : 1773 ; citing Antonovsky. 1979. *Health, Stress and coping*) กล่าวว่า เมื่อบุคคลต้องเผชิญกับความเครียด หากไม่สามารถจัดการกับความเครียดที่เกิดขึ้นได้ ความเครียดที่เกิดขึ้นนั้นก็อาจจะส่งผลต่อภาวะทางจิตใจของบุคคล (Pathogenic Stress) แต่เมื่อเกิดความเครียดแล้วบุคคลมีแหล่งช่วยเหลือที่มีคุณค่าและเพียงพอก็จะทำให้บุคคลเหล่านั้นมีวิธีการที่สามารถจัดการกับความเครียดได้สำเร็จ

การเพิ่มแหล่งช่วยเหลือต่างๆเป็นวิธีหนึ่งที่จะเสริมให้บุคคลมีวิธีการจัดการกับความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแหล่งช่วยเหลือทางสังคมเหล่านี้ แอนโทนอฟสกีเรียกว่า แหล่งต้านทานความเครียดทั่วไป (Generalized Resistance Resources : GRRs) ซึ่งแหล่งประโยชน์นี้จะทำให้บุคคลมีความรู้สึกว่าตนเองมีสิ่งป้องกันการถูกทำลาย บุคคลอาจจะมองว่าความเครียดเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดอุปสรรคในการดำรงชีวิต แต่แหล่งประโยชน์ทางสังคมมีแนวโน้มที่จะเพิ่มการจัดการสิ่งต่างๆให้ดูเป็นระบบ คือ จะช่วยให้บุคคลได้มองและเข้าใจสิ่งต่างๆ อย่างมีรูปแบบมากกว่าจะมองอย่างสับสน มองเห็นสิ่งต่างๆ ว่ามีความหมายมากกว่าจะมองว่าไร้สาระและกำหนดสิ่งต่างๆ อย่างมีหลักการมากกว่าที่จะกำหนดอย่างไร้กฎเกณฑ์ แหล่งประโยชน์ทางสังคมต่างๆ นั้นได้แก่ แหล่งประโยชน์ทางด้านวัตถุ ความรู้ ความสามารถ การมีเอกลักษณ์เฉพาะตน วิธีการปรับตัวซึ่งยืดหยุ่น มีเหตุผลและมองการณ์ไกล การสนับสนุนทางสังคม ข้อผูกพันในกลุ่มสังคม ความมั่นคงทางวัฒนธรรม ความเชื่อในอำนาจ ลีกลับ ศาสนา ปรัชญา การมีคำตอบที่เชื่อถือได้สำหรับความยุ่งยากในชีวิต การป้องกันภาวะสุขภาพและพันธุกรรมหรือองค์ประกอบอื่นๆ ที่แข็งแรง

แอนโทนอฟสกี (Antonovsky. 1982 : 189) กล่าวว่า แหล่งประโยชน์ทางสังคมเหล่านี้จะทำให้บุคคลได้รับประสบการณ์ในชีวิตใน 3 ลักษณะ คือ 1) ได้รับความสม่ำเสมอ สม่ำเสมอ (Consistency) 2) รู้สึกว่าตนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในผลที่เกิดขึ้นกับตน (Participation in Shaping Outcome) 3) สามารถจัดการกับสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นให้อยู่ในระดับพอดี (Underload – Overload Balance of Stimuli) ซึ่งประสบการณ์ใน 3 ลักษณะนี้จะนำมาสู่การพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การที่บุคคลตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเองและสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมย่อมทำให้บุคคลมีสภาพจิตใจที่พร้อมสำหรับการเผชิญปัญหาต่าง ๆ สำหรับปัจจัยที่จะช่วยให้บุคคลมีประสบการณ์ชีวิตในลักษณะที่เสริมสร้างพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก ควรเป็นประสบการณ์ที่มีความสม่ำเสมอและมีความสอดคล้องกับความคาดหวังของบุคคล นอกจากนี้ประสบการณ์นั้น ๆ ควรเป็นประสบการณ์บุคคลได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ กระทำและกำหนดผลที่เกิดขึ้นซึ่งจะทำให้บุคคลเกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่ได้รับการยอมรับให้มีส่วนร่วมในการกระทำสิ่งต่าง ๆ

ส่วนประสบการณ์ในวัยเด็ก เช่น การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ความรักความอบอุ่นที่เด็กได้รับ ล้วนช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก ดังนี้คือเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ พบว่า เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

2.1 เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์

คำว่าเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ตรงกับภาษาอังกฤษคำว่า “Emotional Intelligence” มีคำที่ใช้เรียกกันทั่วไป คือ EQ ซึ่งเป็นคำย่อจากคำเต็มในภาษาอังกฤษว่า “Emotional Quotient” ซึ่งมีผู้ให้คำจำกัดความต่างกันไป เช่น เชาวน์อารมณ์ ปัญญาอารมณ์ สติอารมณ์ อัจฉริยะทางอารมณ์ ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ อารมณ์ปัญญา เป็นต้น สำหรับงานวิจัยนี้ ใช้คำว่า เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ เพราะคำว่า Emotional Intelligence มาจากคำว่า Intelligence ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า หมายถึง เชาวน์ปัญญา ส่วนคำว่า Emotional หมายถึง อารมณ์ ฉะนั้นความหมายโดยรวมของคำว่า Emotional Intelligence คือ การใช้เชาวน์ปัญญาในการควบคุมอารมณ์นั่นเอง

2.1.1 ความหมายของเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์

เมเยอร์ และซาโลเวย์ (Mayer & Salovey. 1997 : 131) กล่าวว่า เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถที่จะเข้าใจอารมณ์ของตนเองและความสามารถที่จะแสดงอารมณ์ของตนเองออกมานอกจากนี้ยังเข้าใจอารมณ์และการแสดงอารมณ์ของผู้อื่นด้วย สามารถแยกแยะวิเคราะห์อารมณ์ของตนและมีความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับอารมณ์ สามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนได้อย่างเหมาะสมกับงานหรือสถานการณ์ที่มีปัญหาซึ่งช่วยให้เกิดมุมมองในการแก้ปัญหาที่สร้างสรรค์ได้และสามารถที่จะจัดการอารมณ์ของผู้อื่นโดยการให้กำลังใจในยามที่เขาท้อแท้สิ้นหวังได้

โกลแมน (วีระวัฒน์ บันนิตาหมัย. 2542 : 34 – 36 ; อ้างอิงจาก Goleman. 1998. *Working with emotional intelligence*.317) กล่าวว่า เซาว์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นเพื่อการสร้างแรงจูงใจในตนเองบริหารจัดการอารมณ์ต่างๆ ของตนและอารมณ์ที่เกิดจากความสัมพันธ์ต่างๆ ได้

พระราชวรมุณี (2542:7) กล่าวว่า เซาว์ปัญญาทางอารมณ์หมายถึง การใช้ปัญญาควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์อย่างมีเหตุผล

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542(ข) : 8 – 9) กล่าวว่า เซาว์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึง การเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นข้อด้อยของตนเองรู้จักควบคุมจัดการและแสดงออกทางอารมณ์ และใช้ชีวิตได้อย่างเหมาะสมที่สำคัญ คือ มองโลกในแง่ดี แก้ไขความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในจิตใจได้เป็นอย่างดี

ทศพร ประเสริฐสุข (2542:21) กล่าวว่า เซาว์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่ตระหนักรู้ถึงความคิดอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และระบอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้ สามารถสร้างกำลังใจในการเผชิญกับอุปสรรค ข้อขัดแย้งต่าง ๆ รู้จักขจัดความเครียด นำความคิดและการกระทำของตนไปใช้ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้จนประสบความสำเร็จในชีวิต

วีระวัฒน์ บันนิตาหมัย (2542 : 19) เซาว์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึง ความรู้เท่าทันท่วงที และความเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ของตน และคนอื่นที่สามารถประเมินเป็นช่วงค่าของตัวเลขได้อารมณ์สามารถช่วยเหลือเกื้อกูลให้การกระทำของมนุษย์มีเหตุผลมากขึ้น ผิดพลาดน้อยลง นอกจากนี้ เซาว์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมี ความสุข (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข .2543:1)

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า เซาว์ปัญญาทางอารมณ์ หมายถึง การที่บุคคลตระหนักรู้ถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมซึ่งจะช่วยให้สามารถจัดการแก้ปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ ตลอดจนสามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นได้ ซึ่งจะทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2.1.2 องค์ประกอบของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์

จากการศึกษาเกี่ยวกับเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ได้มีนักการศึกษาและนักวิชาการกล่าวถึงองค์ประกอบของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ไว้ดังนี้

การ์ดเนอร์ (ทศพร ประเสริฐสุข. 2542 ; 22 อ้างอิงจาก Gardner. 1983. *Frame of mind : the theory multiple intelligence.*) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ ว่ามีองค์ประกอบ ดังนี้

1. องค์ประกอบด้านการเข้าใจตนเอง (Interpersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการรู้จักตนเอง การควบคุมตนเอง และเข้าใจจุดอ่อน จุดแข็ง สติปัญญา ความสามารถและความต้องการของตนเอง

2. องค์ประกอบด้านมนุษยสัมพันธ์ (Interpersonal Intelligence) เป็นความสามารถในการเข้าใจตอบสนองอารมณ์ ความรู้สึก แรงกระตุ้น และความต้องการของผู้อื่น เพื่อให้สามารถอยู่กับคนอื่นได้อย่างมีความสุข

บาร์ออน (Bar – on : 1997) ได้เสนอองค์ประกอบเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ โดยแบ่งออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. ด้านความสามารถภายในตน ประกอบด้วย

- 1.1 ความสามารถในการเข้าใจภาวะอารมณ์ของตนเอง
- 1.2 ความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเอง
- 1.3 การมีสติ

2. ทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ ประกอบด้วย

- 2.1 ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- 2.2 ความมีน้ำใจ เอื้ออาทร และเป็นห่วงเป็นใยผู้อื่น (Concern)
- 2.3 ความสามารถในการตระหนักรู้เท่าทันในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น

3. ความสามารถในการปรับตัว ประกอบด้วย

- 3.1 ความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึกนึกคิดของตนเอง
- 3.2 ความสามารถในการเข้าใจสถานการณ์ต่างๆ และสามารถตีความได้ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง

3.3 มีความยืดหยุ่นในความคิดและความรู้สึกของตนเป็นอย่างดี

3.4 มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาและสถานการณ์เฉพาะหน้าได้อย่างดี

4. การมียุทธวิธีในการจัดการกับความเครียด ประกอบด้วย

- 4.1 มีความสามารถในการจัดการกับความเครียดและบริหารความเครียด

4.2 มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ได้อย่างดี แสดงออกได้อย่างเหมาะสม

5. ความสามารถในการจูงใจตนเองประกอบด้วย

5.1 การมองโลกในแง่ดี

5.2 การแสดงออกถึงความรู้สึกที่เป็นสุข

5.3 ความสามารถในการสร้างความสนุกสนานให้เกิดแก่ตนเองและผู้อื่น

สโลเวย์ และเมเยอร์ (Goleman. 1995 : 4 ; อ้างอิงจาก Salovey & Mayar. 1990 . *Emotional Intelligence, Imagination and Personality.*) กล่าวว่า
เชาว์ปัญญาทางอารมณ์ ประกอบด้วย

1. การตระหนักรู้ตนเอง (Knowing one's Emotion หรือ Self – Awareness) เป็นการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของตนตามความเป็นจริงและสามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้

2. การจัดการอารมณ์ (Managing Emotion) เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีเทคนิคในการคลายเครียด และสามารถจัดการกับอารมณ์ที่ซุ่มมัวได้อย่างรวดเร็ว

3. การรับรู้อารมณ์ผู้อื่น (Recognizing Emotion in Others) เป็นการรับรู้อารมณ์ และความต้องการของผู้อื่น การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งจะทำให้สามารถปฏิบัติกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

4. การสร้างแรงจูงใจ (Motivating Oneself) เป็นความสามารถในการจูงใจตนเองสามารถควบคุมความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี สามารถจูงใจตนเองและผู้อื่นได้

5. การรักษาสัมพันธภาพ (Handing Relationship) เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้างและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้าง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542(ก) :62-65) ได้เสนอองค์ประกอบเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ โดยอาศัยหลักพระพุทธศาสนา ดังนี้

1. ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) ซึ่งอาศัยธรรมะหมวดพรหมวิหาร 4 ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เป็นตัวแทนของความเห็นอกเห็นใจ

2. สติ (Awareness) อาศัยธรรมข้อสติปัฏฐาน 4 จะช่วยให้สงบจิตใจจากความว้าวุ่นทำให้เข้าใจความหมายของชีวิต

3. การแก้ไขข้อขัดแย้ง (Conflict Solving/Stress Management) แบ่งความขัดแย้งทางอารมณ์ในตนเองและความขัดแย้งระหว่างบุคคลหรือธรรมชาติ การแก้ไขทำได้โดยใช้ปัญญาตามธรรมะเรื่องอริยสัจ 4 เพื่อให้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 : 24) ได้สรุปกรอบแนวคิดที่เกี่ยวกับเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ว่ามี 5 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness หรือ Knowing one's Emotion) เป็นความสามารถที่จะรับรู้และเข้าใจ ความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริง สามารถประเมินตนเองได้อย่างชัดเจนตรงไปตรงมา มีความเชื่อมั่นรู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเป็นคนซื่อตรง พูดแล้วรักษาคำพูด มีจรรยาบรรณ มีสติ เข้าใจตนเอง

2. การบริหารจัดการกับอารมณ์ตน (Managing Emotion) หรือบางที่อาจเรียกว่า การกำหนดตนเอง (Self regulation) เป็นความสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ประกอบด้วย ความสามารถในการควบคุมตนเอง (Self Control) เป็นคนที่ไว้วางใจได้ (Trustworthiness) มีคุณธรรม (Conscientiousness) มีความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) และมีความสามารถในการสร้างแนวคิดใหม่ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต (innovation)

3. การจูงใจตนเอง (Motivation Oneself) เป็นความสามารถที่จะจูงใจตนเอง ที่เรียกว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motive) มองโลกในแง่ดี สามารถนำอารมณ์และความรู้สึกของตนเองมาสร้างพลังในการกระทำการต่างๆ และเป็นพลังในการให้กำลังใจตนเองในการคิดและกระทำอย่างสร้างสรรค์

4. การรู้จักสังเกตความรู้สึกของผู้อื่น (Recognizing Emotions in Others) หมายถึง ความสามารถที่เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา มีจิตใจให้บริการ (Service Orientation) สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

5. การดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Handling Relationships) ซึ่งเป็นลักษณะที่เป็นทักษะทางสังคม (Social Skills) เป็นความสามารถที่จะรู้เท่าทันอารมณ์ของผู้อื่นเป็นทักษะทางสังคมที่จะมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นอันจะส่งผลให้เกิดความเป็นผู้นำ

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 (ค) : 15) กล่าวว่า เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ประกอบด้วย ทักษะทางอารมณ์ ซึ่งจะช่วยเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามเป้าหมายสำคัญ คือเป็นคนดี มีความสุข ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีเป้าหมาย นอกจากนี้ยังกล่าวว่า เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์มีองค์ประกอบดังนี้

1. ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy)
2. สติ (Awareness)
3. การแก้ไขความขัดแย้ง (Conflict Solving / Stress Management)

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544:20-23) กล่าวว่า องค์ประกอบของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ ประกอบด้วยความสามารถด้านใหญ่ ๆ 2 ด้าน คือ

1. ประสิทธิภาพส่วนตัว (personal competence) คนที่มีประสิทธิภาพส่วนตัว จะมีคุณสมบัติ 3 ประการ คือ

1.1 มีความเข้าใจตนเอง (Self – awareness)

- มีความตระหนักและเข้าใจอารมณ์ตนเอง คือรู้ว่าตนเองกำลังรู้สึกอย่างไรเพราะอะไรจึงมีความรู้สึกอย่างนี้
- รู้ว่าความคิด ความรู้สึกและความรู้สึกนั้นเกี่ยวพันกันอย่างไร
- รู้ว่าความรู้สึกของตนมีผลต่อการปฏิบัติหน้าที่ของตนอย่างไร
- ประเมินตนเองได้อย่างถูกต้อง รู้ว่าตนเองมีจุดอ่อนจุดแข็งอย่างไรบ้าง พยายามพัฒนาจุดแข็งให้แข็งยิ่งขึ้น และเปลี่ยนจุดอ่อนที่มีให้กลายเป็นจุดแข็ง

1.2 มีการควบคุมตนเอง (self – regulation)

- มีระเบียบวินัย
- มีการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนได้ เช่น การควบคุมอารมณ์โกรธไม่ให้รุนแรงเกินไป หรือควบคุมความต้องการทางเพศให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม
- มีความสงบมั่นคง แม้สถานการณ์รอบตัวจะยากก็ตาม
- คิดและตัดสินใจได้อย่างกระฉับกระเฉงแม้อยู่ในสถานการณ์ที่กดดัน
- มีความรับผิดชอบสูง รักษาสัญญาที่ตนให้ไว้กับผู้อื่น
- บังคับตนเองให้ทำงานจนเสร็จ
- ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างมีสติ
- มีความยืดหยุ่น ปรับตัวได้ดีกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ
- ดำรงตนให้อยู่ในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ และไว้วางใจได้

1.3 มีการผลักดันตนเอง (self – motivation)

- มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ
- ตั้งใจอย่างแรงกล้าที่จะประสบความสำเร็จ โดยมีมาตรฐานที่ดี
- กล้าตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย แม้จะเป็นไปได้ยากก็ตาม

- พยายามพัฒนาตนเอง
- แสวงหาโอกาส แทนที่จะรอให้โอกาสมาถึงเอง
- ไม่กลัวความล้มเหลว มองโลกในแง่ดีและมีความหวังอยู่เสมอ
- มีความมุ่งมั่นและพยายามฟันฝ่า ต่อสู้กับอุปสรรค
- เชื่อมั่นในตนเอง รู้ว่าตนเป็นคนที่มีความสามารถ
- ยืนหยัดในสิ่งที่ตนคิดว่าถูกต้องแม้จะแตกต่างไปจากคนอื่นก็ตาม
- มีใจกว้าง ยอมรับฟังและเรียนรู้จากผู้อื่น

2. ประสิทธิภาพทางสังคม (social competence) คนที่มีประสิทธิภาพทางสังคม จะมีคุณสมบัติ 2 ประการ คือ

2.1 มีความเข้าใจผู้อื่น (empathy)

- เข้าใจผู้อื่นว่ามีอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดและความต้องการอย่างไร
- ไวต่อความรู้สึกของผู้อื่นตามสมควร
- มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- มีน้ำใจ พยายามช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ รู้จักให้ผู้อื่นบ้างไม่ใช่คอยแต่รับอย่างเดียว
- มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ต้องการให้ผู้อื่นได้รับในสิ่งที่ดี
- ยอมรับนับถือตัวเอง ยอมรับว่ามนุษย์มีความหลากหลาย และมีความแตกต่างกัน

2.2 มีทักษะทางสังคม (social skills)

- สามารถสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น
- สื่อสารกันได้อย่างชัดเจน ตรงไปตรงมา รู้จักฟังและรู้จักโต้ตอบ
- รู้จักประเมินสถานการณ์ รู้ว่าตนควรปฏิบัติอย่างไร
- จัดการกับความขัดแย้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- สามารถประนีประนอมและร่วมมือกับผู้อื่นได้
- มีความเป็นผู้นำ
- รู้จักโน้มน้าวจิตใจคน สร้างความร่วมมือร่วมใจ เสริมสร้างแรงบันดาลใจและความกระตือรือร้นให้เกิดขึ้นในกลุ่ม

วีระวัฒน์ บัณฑิตามัย (2542 : 112 – 114) ได้สร้างแบบประเมินเชาว์อารมณ์ขึ้น โดยยึดกรอบแนวคิดของเมเยอร์และสโลเวย์ (Mayer & Salovey. 1997) และของโกลแมน (Goleman. 1998) ทั้งนี้ ได้สร้างแบบประเมินตามองค์ประกอบของ เชาว์อารมณ์ 7 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การรู้จักอารมณ์ของตน
2. การตระหนักรู้ถึงสภาวะอารมณ์ของผู้อื่น
3. ความเอื้ออาทร
4. วุฒิภาวะทางอารมณ์
5. การควบคุมอารมณ์ของตน
6. การมีแรงจูงใจที่ดี
7. ทักษะทางสังคม

2.1.3 ความสำคัญของเชาว์ปัญญาทางอารมณ์

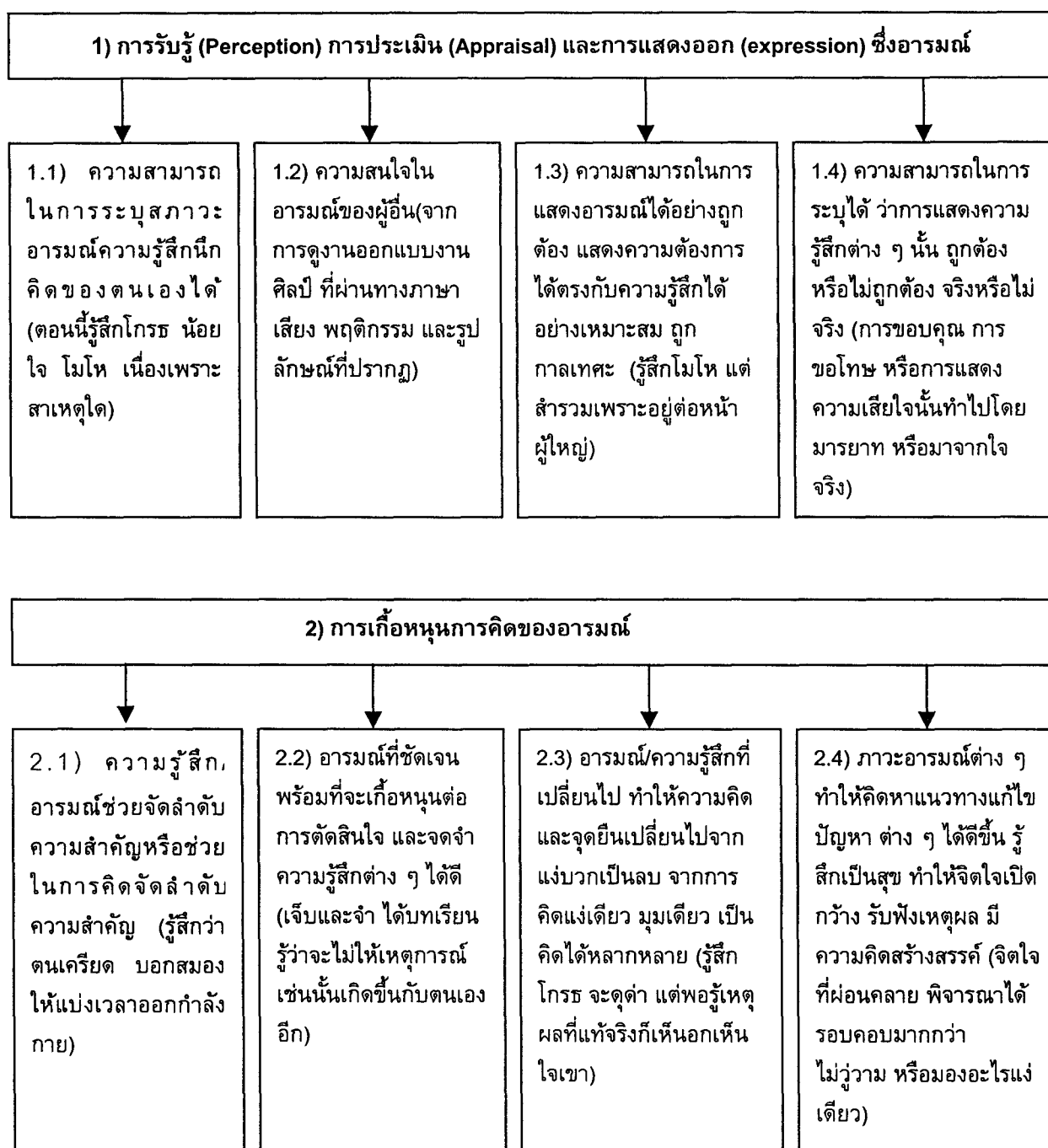
เมเยอร์และชาโลเวย์ (วีระวัฒน์ บัณฑิตามัย.2542:63-66;อ้างอิงจาก Mayer and Salovey. 1997. *Emotion Development and Emotion intelligence : Education implication*.11) ได้เสนอโมเดลที่พยายามอธิบายเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ในนัยของศักยภาพ เพื่อความเติบโตด้านสติปัญญาและอารมณ์ โดยได้เน้นบทบาทของอารมณ์ที่มีบทบาทเข้ามาจัดลำดับ และชี้นำความคิดของมนุษย์ ซึ่งเมเยอร์และชาโลเวย์ ได้เสนอไว้ 4 ขั้นตอนดังนี้

1. การรับรู้ (Perception) การประเมิน (Appraisal) และการแสดงออก (expression) ซึ่งอารมณ์

2. การเกื้อหนุนการคิดของอารมณ์
3. การเข้าใจ การวิเคราะห์และการใช้ความรู้สึกเกี่ยวกับอารมณ์
4. การคิดใคร่ครวญและควบคุมอารมณ์ของตนเอง เพื่อพัฒนาความมั่งคั่ง

ด้านสติปัญญาและอารมณ์ต่อไป ซึ่งถือว่าเป็นกระบวนการที่สูงที่สุด

แต่ละขั้นตอนจะประกอบด้วย 4 ลักษณะย่อย ดังแสดงไว้ในภาพประกอบ 1



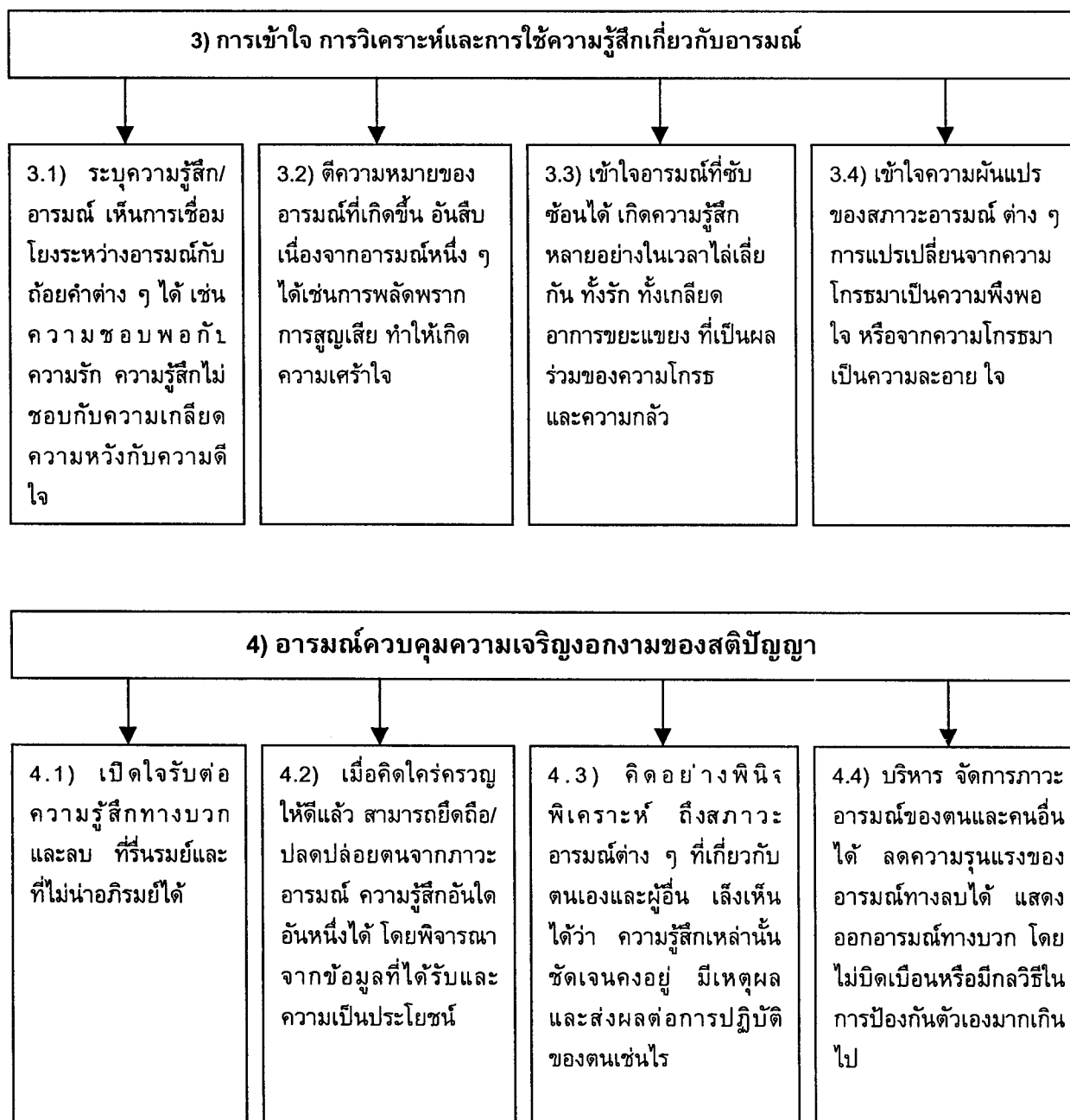
ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดใหม่ของชาวน์ปัญญาทางอารมณ์

(วิระวัฒน์ ปันนิตามัย.2542:63-66;อ้างอิงจาก

Mayer and Salovey. 1997. *Emotion*

Development and Emotion intelligence :

Education implication.11)



ภาพประกอบ 1 (ต่อ)

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2542:15-18) กล่าวว่า บุคคลที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูง จะมองโลกในแง่ดี สามารถรับอารมณ์หรือความรู้สึกต่าง ๆ ได้ ซึ่งจะทำให้มีความเยือกเย็นและมีสติในการคิดและการกระทำสิ่งต่าง ๆ ตลอดจนสามารถคิดวิธีการ แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างสร้างสรรค์

การประยุกต์ให้เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์เข้าสู่ชีวิตประจำวันและงานในหน้าที่ จะมีประโยชน์อย่างยิ่งกับทุกคน (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542:40) สามารถทำได้ดังนี้

1. นำความรู้ด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ไปพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดีโดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาดุริยภาวะทางอารมณ์
2. นำความรู้ด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ไปพัฒนาการสื่อสาร การแสดงความรู้สึก และความเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น ทำให้มีสัมพันธภาพส่วนบุคคลที่มีประสิทธิภาพ
3. นำความรู้ด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ไปพัฒนาบุคคลในองค์กร เพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงานลดปัญหาความขัดแย้งและการทำงานร่วมกัน
4. นำความรู้ด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ไปพัฒนาศักยภาพของผู้นำในองค์กรต่าง ๆ ทำให้สามารถทำงานเกี่ยวกับบุคคลในองค์กรได้ดีขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดความสำเร็จในการบริหารงาน
5. นำความรู้ด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ไปพัฒนาธุรกิจด้านบริการ ช่วยให้ผู้รับบริการมีความสามารถในการดูแลลูกค้าได้อย่างดี เพราะสามารถเข้าใจความต้องการของลูกค้าทุกคน

2.1.4 ลักษณะของผู้ที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูงและต่ำ

โดแนลสัน (คมเพชร ฉัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2544:2; อ้างอิงจาก Donalson.1997. *Edmonton Journal*) ได้กล่าวถึง บุคคลที่มีเชาวน์ทางอารมณ์สูงจะเป็นบุคคลที่มีลักษณะ ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้ถึงจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง สามารถควบคุม จัดการ และแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้และตระหนักรู้ว่าขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไรตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม
2. มีพลัง มีแรงบันดาลใจที่กระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งให้บรรลุเป้าหมาย
3. สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดตนสามารถเผชิญต่อสภาพต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม
4. มีความยืดหยุ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่น จนทำให้ปรับตัวไม่ได้
5. มีความสามารถที่จะควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก ตลอดทั้งความต้องการของตนเอง

6. มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
7. มีความสัมพันธ์ภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น มีความจริงใจและซื่อสัตย์
8. มีความคิดริเริ่ม มีความคิดสร้างสรรค์ มีความคิดวิจารณ์ญาณ
9. มีความสามารถในการแก้ปัญหาและเผชิญปัญหา เพื่อปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์
10. มีความสามารถที่จะรับรู้ความรู้สึกและความพึงพอใจของตนเองและผู้อื่น ตลอดจนมีความสุขในชีวิต
11. มีเหตุผลเหนืออารมณ์ มีอารมณ์สมวัย รู้จักใช้อารมณ์อย่างมีสติ
12. มองโลกในแง่ดี
- สติฟ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย.2542:143 ; อ้างอิงจาก Steve.1999.*Emotion intelligence*.) ได้ให้รายการลักษณะที่บ่งชี้ถึงความเป็นผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูงและต่ำดังในตาราง 2

ตาราง 2 การเปรียบเทียบลักษณะผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูงและต่ำ

ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูง	ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ต่ำ
1. แสดงความรู้สึกของตนออกมาได้ชัดเจน ตรงไปตรงมา	1. ไม่รับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนแต่วิพากษ์ตำหนิผู้อื่น
2. ไม่ถูกครอบงำโดยความรู้สึกในทางลบต่างๆ	2. บอกไม่ได้ว่าทำไมตนถึงคิดรู้สึกเช่นนั้น
3. สามารถอ่านภาษาท่าทางในการสื่อสารได้ดี	3. กล่าวหาโจมตี ตำหนิ ตัดสิน ทำลายขวัญกำลังใจผู้อื่น
4. ชีวิตผาสุกจากเหตุผล เห็นจริง ตรรกะ ความรู้สึก และสามัญสำนึกอย่างได้ดุล	4. มุ่งวิเคราะห์ผู้อื่นมากกว่าแสดงความเข้าอกเข้าใจ
5. พึ่งพาตนเองได้ ความเป็นอิสระด้านการใช้เหตุผลทางจริยธรรม	5. บุ่มบ่ามทึบทัก มักคิดแทนเขา เช่น “ผมคิด (เชื่อหรือเดา) ว่าคุณ.....”
6. สร้างแรงจูงใจที่ดีให้เกิดภายในตนได้	6. แสดงความไม่ซื่อตรงเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดของตน
	7. พุดสะทอนความรู้สึกนึกคิดของตนสูงหรือ

ตาราง 2 (ต่อ)

ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูง	ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์ต่ำ
7. สามารถนำภาวะอารมณ์ของตนกลับคืนสู่สภาวะปกติได้	ต่ำกว่าความเป็นจริง
8. มองโลกในแง่ดี ไม่ยอมแพ้กับอุปสรรคหรือปัญหา	8. ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ บางทีก็แสดงปฏิกิริยากับสิ่งเล็กๆ น้อยๆ อย่างเกินเหตุ
9. สนใจและให้ความสำคัญกับความรูสึกของผู้อื่น	9. ขาดสติสัมปชัญญะ สิ่งที่พูดกับสิ่งที่ทำไม่ตรงกัน
10. ไม่ถูกครอบงำโดยความกลัว หรือความวิตกกังวล	10. ผูกใจเจ็บ อาฆาตแค้น ให้อภัยคนไม่ได้
11. สามารถระบุความรู้สึก / ภาวะอารมณ์ทางลบต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองในขณะนั้นได้	11. ชอบทำให้ผู้อื่นรู้สึกว่าเขาผิด
12. รู้สึกเป็นธรรมชาติเมื่อพูดถึงความรู้สึกนึกคิดต่างๆ	12. ยัดเยียดความรู้สึกนึกคิดต่างๆ ให้คู่ฟัง / คนอื่น
13. ชีวิตไม่ถูกชี้นำโดยอำนาจ ความร่ำรวย เกียรติ ศักดิ์ศรี ตำแหน่ง ชื่อเสียง หรือการได้รับการยอมรับ	13. เผยความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นกับตัวเองไม่ได้
14. กล้าเผยความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมา ไม่พยายามสอดแทรกความคิดไว้ในความรู้สึกของตนเอง	14. ไม่ใส่ใจในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น
15. มองหาแง่มุมที่ดีจากภาวะอารมณ์ในทางลบหรือในสถานการณ์อันเลวร้าย	15. พูดออกมาโดยไม่คิดถึงหวัอกผู้อื่น
16. แยกแยะสิ่งที่เป็นความคิดออกจากความรู้สึกได้	16. ยึดมั่นในความคิด ความเชื่อของตนเอง ใจไม่เปิดกว้าง
	17. เป็นผู้ฟังที่ไม่ดี พูดขัดจังหวะ บั่นทอนขวัญและกำลังใจคู่สนทนา เน้นข้อเท็จจริงมากเกินไป โดยไม่คำนึงถึงความรู้สึก
	18. ใช้ภูมิปัญญาของตนวิพากษ์ตำหนิผู้อื่น สร้างภาพว่าตนฉลาดเหนือกว่าผู้อื่น ไม่รู้ไม่สนใจว่าคนอื่นจะมองตนอย่างไร

นอกจากนี้ วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542 : 140) กล่าวว่า ผู้ที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูง นั้นจะต้องมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. รู้จักตนเอง รู้เท่าทันสภาวะอารมณ์ของตน รู้จุดเด่นจุดด้อยในความเป็นตัวของตัวเอง

2. ควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก การแสดงออกของตนเองได้ถูกกับกาลเทศะ ปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้ดี

3. สามารถสร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี มีความคิดริเริ่ม ไม่ย่อท้อหรือท้อถอยง่าย

4. แสดงความเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ตระหนักถึงความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่นได้ดี สร้างและรักษาสายสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้

5. มีทักษะทางสังคมที่ดี ทั้งนี้เป็นผลมาจากพัฒนาการในชั้นแรกๆ ที่ทำให้ ผู้ที่มีเชาวน์อารมณ์สูงสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ดี มีมารยาท มีอารมณ์ขัน สามารถแก้ไข เหตุการณ์เฉพาะหน้าต่างๆ ได้เป็นอย่างดี มีไหวพริบ สร้างความร่วมมือร่วมใจจากคน หลายๆ ฝ่ายได้

ทศพร ประเสริฐสุข (2544:100) กล่าวว่า บุคคลที่มีเชาวน์ปัญญาสูง จะมี ลักษณะดังนี้

1. มีความเข้าใจตนเองได้ดี รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้จุดเด่นจุดด้อยของ ตนเอง มีความสามารถในการควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ มีเป้าหมายในชีวิตทั้ง ในระยะสั้นและระยะยาว

2. มีความเข้าใจผู้อื่น สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเราและสามารถแสดงอารมณ์ ต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

3. มีความสามารถในการแก้ไขข้อขัดข้องได้ดี ขจัดความเครียดที่เป็น อุปสรรคต่อความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ได้เป็นอย่างดี

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูงนั้นมีคุณ ลักษณะ ดังต่อไปนี้ คือ มีความเข้าใจในอารมณ์ของตนเองและมีความสามารถในการควบคุมและ จัดการกับอารมณ์ของตนเองได้เป็นอย่างดี มีความเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นและสามารถแสดง อารมณ์ต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและมีความสามารถในการขจัดความเครียดที่จะเป็นอุปสรรค ต่อความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี

2.1.5 การพัฒนาเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์

สุรศักดิ์ หลาบมาลา (สุมาลี โชติชุ่ม. 2544 : 55 ;อ้างอิงจาก สุรศักดิ์ หลาบมาลา. 2541 : 14 – 20) ได้เสนอกระบวนการในการพัฒนาเชาวน์อารมณ์ของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาไว้ดังนี้

1. การสร้างวัฒนธรรมในห้องเรียน (Classroom culture) เพื่อให้เป็นสถานที่ เอื้ออำนวยต่อการเรียนและการฝึกเชาวน์อารมณ์ ให้ห้องเรียนมีสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย

มีความร่วมมือกัน นักเรียนจะสามารถพัฒนาทักษะความสัมพันธ์กับคนอื่นได้ (Interpersonal Skill) ต้องมีข้อตกลงที่ปฏิบัติในห้องเรียนโดยมีหลักการง่ายๆ คือ

- ต้องฟังเพื่อนพูดอย่างเอาใจใส่
- แสดงความชื่นชมเมื่อเพื่อนทำดี
- หลีกเลี่ยงทำให้เพื่อนเสียหน้าหรือเสียใจ
- ถ้าไม่มีอะไรจะแสดงก็บอกผ่าน
- ต้องให้ความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน

กิจกรรมการฝึกและสร้างวัฒนธรรมในห้องเรียน มีดังนี้

1.1 การรู้จักตนเอง (Interpersonal) รู้จักเพื่อน (Interpersonal) และยอมรับในความแตกต่างว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดา

1.2 การสร้างบรรยากาศการสนับสนุนเพื่อให้เกิดความกล้าในการแสดงออกและกล้าเสี่ยง (Creating an a climate of Support)

1.3 สร้างวัฒนธรรมการสนับสนุนเชื้อเชิญการชื่นชม (Creating a Supportive culture Inviting Appreciation)

2. หลักสูตรฝึกอบรมเชาว์อารมณ์

การพัฒนาเชาว์อารมณ์จะมีผลดีที่สุดเมื่อให้นักเรียนมีโอกาสนับถือปฏิบัติสร้างประสบการณ์และสร้างความเข้าใจจากฐานความรู้เดิมของตนเอง ดังนั้นหลักสูตรจึงต้องให้โอกาสนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เช่น การกำหนดเป้าหมายส่วนตัวและส่วนของกลุ่ม การตัดสินใจ การแก้ปัญหาและการไกล่เกลี่ยข้อพิพาท นักเรียนต้องเรียนรู้ว่าการแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองออกมาและพัฒนาความเข้าใจโดยวิธีการคิดทบทวนในเนื้อหา มุมมองของสังคม และมุมมองส่วนตัวของกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว

2.1 ให้นักเรียนมีโอกาสดำหนดและดำเนินการไปสู่เป้าหมาย รวมทั้งความคาดหวังทางวิชาการ และเป้าหมายทางวิชาการทั้งของส่วนตัวและของกลุ่ม

2.2 การช่วยให้นักเรียนตระหนักว่าคนอื่นมองพฤติกรรมของนักเรียนอย่างไร พฤติกรรมนักเรียนมีผลกระทบต่อคนอื่น ๆ อย่างไรและเรียนรู้วิธีการแสดงความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของคนอื่น ๆ ออกมาอย่างไร ไม่ก้าวร้าว หรือทะเลาะ

2.3 การช่วยให้นักเรียนพัฒนาความเห็นอกเห็นใจและพัฒนาทักษะการเจรจาเพื่อให้โน้มน้าวการตัดสินใจและแก้ไขข้อขัดแย้งและยังไปสู่การส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียนและเพื่อนๆ

ทศพร ประเสริฐสุข (2543:115 -117) กล่าวว่า การพัฒนาเชาว์ปัญญาทางอารมณ์เป็นหน้าที่ของนักการศึกษา นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่ต้องร่วมกันพัฒนาเด็กโดยเริ่มต้นจากรากฐานตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งได้เสนอแนวทางในการพัฒนาเชาว์ปัญญาทางอารมณ์ มีรายละเอียดดังนี้

1. ฝึกให้เด็กรู้จักคุณค่าของตนตามความเป็นจริง ให้มองตนเองอย่างตระหนักรู้ มองตนเองในแง่ดี รู้สึกดีกับชีวิต สามารถชื่นชมตัวเองได้ เป็นการฝึกให้รู้จักอารมณ์ตนเอง

1.1 ฝึกการตระหนักรู้ (Self – awareness) สำรวจตนเองโดยวิธีการต่างๆ เช่น อาจให้นั่งสมาธิหรือวิธีอื่น ๆ

1.2 ให้ความรู้เกี่ยวกับการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น อาจใช้กิจกรรมกลุ่ม และเทคนิคอื่น ๆ

2. รู้จักแยกแยะอารมณ์ของตนว่าชนิดใดดี ชนิดใดไม่ดี และเลือกแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม อาจใช้การฝึก

2.1 ฝึกการแสดงออกที่เหมาะสม (assertive training)

2.2 ฝึกการสื่อสารที่เหมาะสม อาจใช้เป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตร

3. รู้จักปฏิบัติตามกฎ ระเบียบทางสังคมด้วยความเต็มใจ ซึ่งครู พ่อแม่ ต้องเป็นผู้นำในการฝึกและเป็นตัวอย่างที่ดีให้เด็กเลียนแบบ (modeling) และให้กำลังใจเมื่อเด็กทำตามกฎ เป็นต้น

4. รู้จักเข้าใจธรรมชาติอารมณ์ของตนเองได้ จำแนกแยกแยะได้ว่า อารมณ์ใดที่เป็นคุณแก่ตนเอง และอารมณ์ใดเป็นโทษแก่ตนเอง โรงเรียนและสถานศึกษาควรมีอาจารย์ผู้ทำหน้าที่แนะแนวที่จะให้คำปรึกษา (counseling) แก่เด็ก

5. การรู้จักการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ เพื่อให้รู้ว่าอารมณ์เกิดได้ทุกอย่าง แต่เราไม่สามารถแสดงอารมณ์ทุกอย่างได้ “เราสามารถรู้สึกได้ทุกอย่างแต่เราไม่สามารถแสดงออกได้ทุกอย่าง” ฝึกความสามารถในการควบคุมอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลาและเหตุการณ์ ทั้งอารมณ์ดีและอารมณ์ไม่ดี เพื่อให้เกิดความสมดุลในการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง รู้จักการแสดงอารมณ์และระบายอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ฝึกความสามารถในการผ่อนคลายความเครียด เช่นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การร้องเพลง เป็นต้น

6. การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงสีหน้า ท่าทาง คำพูด เด็กจึงต้องได้รับการฝึกอาจจะเป็นชั่วโมงโฮมรูมหรือชั่วโมงแนะแนว

7. รู้จักหยุดการแสดงอารมณ์ที่ไม่ดี ความสามารถในการไตร่ตรองก่อนการแสดงออก และสามารถที่จะอดทนและรอคอยที่จะแสดงพฤติกรรมได้

8. ฝึกการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับตนเอง แรงจูงใจที่สำคัญคือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (achievement motive) และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (affiliation motive)

9. ฝึกความสามารถในการหยั่งรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (empathy) จะต้องฝึกให้นึกถึงผู้อื่น ที่เรียกว่า “ใจเขาใจเรา” ฝึกการสังเกตและการตรวจสอบอารมณ์

10. ฝึกทางด้านมนุษยสัมพันธ์ การแสดงน้ำใจ เอื้ออาทรต่อบุคคลอื่น เห็นคุณค่าของตนเองและบุคคลอื่น ฝึกการให้เกียรติกับคนอื่นด้วยความจริงใจ สามารถแสดงความชื่นชอบ ชื่นชม และให้กำลังใจซึ่งกันและกันได้ในวาระที่เหมาะสม

จากคุณลักษณะต่างๆ ของผู้ที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าการที่บุคคลมีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูงจะทำให้บุคคลเข้าใจอารมณ์ของตนเองสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ใช้ชีวิตได้อย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี ซึ่งจะช่วยให้เกิดมุมมองที่สร้างสรรค์ในการเผชิญและการคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์จะมีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกหรือไม่

2.2 ความภาคภูมิใจในตนเอง

2.2.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง

จากการศึกษาเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง ได้มีผู้ให้ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเองไว้หลายท่าน ดังนี้

สแต็กเนอร์ (Stagner. 1961 : 199) กล่าวว่า คนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองเป็นคนรับรู้ว่าตนเองนั้นเป็นคนที่เหนือกว่าคนอื่นด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายๆ ด้านหรือเหนือกว่าคนอื่นทุกด้าน

โรเซนเบิร์ก (ปรารธนา ช้อนแก้ว. 2542 : 11 ; อ้างอิงจาก Rosenberg. 1965. *Society and the adolescent self – image.*) กล่าวว่าความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึง ความเคารพที่บุคคลมีต่อตนเอง มองเห็นตนเองเป็นคนมีค่า โดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่า และไม่คิดว่าตนเองต้องเป็นคนเลวเลิศแต่ตระหนักในข้อจำกัดของตนและสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นได้อย่างไร

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1967 : 4 – 5) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการประเมินค่าของตนเองและของแต่ละบุคคลและยึดถือความคิดนั้นไว้ ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงขอบเขตที่บุคคลเชื่อในตัวเองเกี่ยวกับความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่า

มาสโลว์ (Maslow. 1970 : 45) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถ

แบนดูรา (Bandura. 1986 : 356) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การประเมินตัวของเขาเองว่าเขาเป็นคนอย่างไร ถ้าบุคคลใดแสดงความรู้สึกที่ตนเองไร้ค่าจะ

กล่าวได้ว่าเขาเป็นคนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ขณะที่บุคคลที่แสดงความรู้สึกว่าตนเองมีค่า กล่าวได้ว่าเขาเป็นผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง

ริช (Rice. 1996 : 184) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การรับรู้ตนเองว่าตนเองมีคุณค่าตามที่ตนเองรับรู้ ซึ่งการประเมินคุณค่านี้นำไปสู่การยอมรับตนเอง มีความพอใจในตนเองและมีความสอดคล้องกันระหว่างมโนทัศน์ของตนเองกับจินตนาการ

สุภาพรณ โคตรจรัส (2525:111) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การยอมรับและยกย่องในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2527:14 -15) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ความรู้สึกที่ตนเองมีค่า มีความสามารถ มีความเชื่อมั่น และพร้อมที่จะนำสิ่งเหล่านี้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นได้ เป็นความรู้สึกที่เกิดจากการมองเห็นความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในเอกลักษณ์ของตน ซึ่งความรู้สึกนี้จะแตกต่างไปจากความรู้สึกที่ตนเองมีความสามารถเหนือกว่าคนอื่น เก่งกว่าคนอื่น เราเป็นยอดเหนือใคร ฯลฯ ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้เป็นความรู้สึกของบุคคลที่ยึดตนเองเป็นหลัก (Egotism) ไม่ใช่คุณลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองอย่างแท้จริง

คันสนีย์ อินทรพันธุ์ (2531:150) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การยอมรับในความสามารถของตนเอง ยกย่องและนับถือตนเอง ตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544:144) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การที่บุคคลคิดเกี่ยวกับตนเองว่าตนเป็นคนมีคุณค่า มีความหมายและมีประสิทธิภาพ

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกและทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเอง โดยรู้สึกว่ามีคุณค่า มีความเข้มแข็งและคิดว่าตนมีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญ มีค่าในสังคม ตลอดจนได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นและสังคม

2.2.2 แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของมโนภาพแห่งตน เป็นปริมาณคุณค่าที่เราให้กับตนเอง ซึ่งได้จากการเรียนรู้จากผู้อื่นและกลายเป็นส่วนสะท้อนให้เห็นว่าบุคคลอื่นยอมรับเราอย่างไร หรือความคิดที่เรามองเห็นจากการที่ผู้อื่นเห็นคุณค่าในตัวเอง (Lindgren and Harvey. 1981 : 238)ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการพิจารณาตัดสิน คุณค่าของตนเอง ซึ่งแสดงถึงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง (Coopersmith. 1967 : 5)

มโนภาพแห่งตน (Self – concept) มีลักษณะเป็นหน่วยรวมของความคิดที่มีระบบประกอบด้วยการรับรู้คุณลักษณะของสิ่งที่ตนเป็น “ตัวฉัน” และการรับรู้ความสัมพันธ์ที่ “ตัวฉัน” มีกับผู้อื่นและสิ่งอื่น รวมทั้งค่านิยมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้เหล่านี้เป็นกระบวนการ

การที่เกิดขึ้นได้ทั้งในขณะรู้ตัวและไม่รู้ตัว การรับรู้ตนเอง จะเป็นในแง่ของความสามารถ คุณค่า ค่านิยม ข้อจำกัด ฯลฯ จึงเป็นรายละเอียดของเนื้อหาที่บุคคลใช้เพื่อชี้บอกธรรมชาติของตนเอง และใช้ในการเปรียบเทียบกับผู้อื่นโดยอาศัยประสบการณ์ของการปะทะสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลรอบข้างว่า ตนเองสามารถทำอะไรได้บ้าง มโนภาพแห่งตนจึงเป็นเรื่องของความคิดต่างๆ เกี่ยวกับลักษณะของตนเอง ซึ่งอาจไม่ตรงกับความเป็นจริง แต่เป็นเสมือนข้อสันนิษฐานเกี่ยวกับจุดอ่อน – จุดแข็ง มีความเจริญงอกงาม (growth) ที่เป็นไปได้และรายละเอียดต่างๆ เกี่ยวกับรูปแบบพฤติกรรมตามปกติของตน สิ่งเหล่านี้ไม่มีลักษณะคงที่แน่นอนสามารถเปลี่ยนแปลงไปได้ตามสถานการณ์ต่างๆ ทำให้เป็นเสมือนข้อผูกมัดที่คนให้กับตนเอง และมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมที่แสดงออก (Rogers and Diamond. 1959 : 200)

จากการมีมโนภาพต่อตนเองบุคคลจะประเมินมโนภาพแห่งตนออกมาเป็นความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นกระบวนการตัดสินคุณค่าจากการตรวจสอบตนเองด้วยผลงานความสามารถและคุณลักษณะต่างๆ นำมาเปรียบเทียบกับมาตรฐานและค่านิยมส่วนบุคคลแล้วตัดสินออกมาเป็นคุณค่าของตน ความรู้สึกต่อตนเองอาจเป็นไปโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ แต่จะแสดงให้เห็นได้ด้วยลักษณะท่าทางหรือการแสดงออกทางพฤติกรรมภายนอก ความภาคภูมิใจในตนเองเกิดขึ้น จากการมีประสบการณ์เรื่องความสำเร็จและการกระทำสิ่งต่างๆ ได้บรรลุตามเป้าหมาย ส่งผลให้ได้รับคำชมเชยจากพ่อแม่หรือคนอื่นๆ เป็นการสะสมความพึงพอใจต่อตนเองขึ้นมาทีละน้อย กลายเป็นความรู้สึกเชื่อมั่นถึงความสามารถที่จะก้าวไปให้ถึงคุณค่าที่ได้ตั้งไว้ ถ้าทำได้สำเร็จก็จะเกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองในที่สุด (Coopersmith. 1981 : 236)

วิลเลียม เจมส์ ได้เสนอแนวคิดไว้เป็นสูตรเพื่อความเข้าใจเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนี้ (นภาพร พุ่มพฤษ. 2529 : 8 – 9 อ้างอิงจาก William James. 1980. *Dissertation Abstracts International*.)

$$\text{ความภาคภูมิใจในตนเอง} = \frac{\text{ความสำเร็จ (Success)}}{\text{ความคาดหวัง (Pretensions)}}$$

ตามสูตรความสำเร็จ หมายถึง การประสบความสำเร็จที่แท้จริงตามเป้าหมายของบุคคล ความคาดหวัง หมายถึง สิ่งที่เราคาดหวังว่าจะเป็นเช่นนั้นหรือเป้าหมายต่างๆ ที่บุคคลตั้งไว้ เพราะฉะนั้นความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล คือ อัตราส่วนระหว่างความสำเร็จที่แท้จริงกับความคาดหวังในความสำเร็จของบุคคลนั้นและจากสูตรของเจมส์ทำให้มองเห็นว่าความภาคภูมิใจในตนเองนั้นเป็นเรื่องอัตวิสัย (Subjective) เพราะเป็นการประเมินส่วนตัวหรือส่วนบุคคล (Bruno. 1983 : 359)

มาสโลว์ (Maslow. 1970 : 45) ได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ขั้น ความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในขั้นที่ 4 ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองเกิดขึ้นจากการที่ผู้อื่นให้การยอมรับโดยดูจากการตอบสนองของพ่อแม่ ญาติพี่น้องและเพื่อนรุ่นเดียวกัน และมักต้องอาศัยความเชี่ยวชาญหรือความสามารถบางอย่างของบุคคลนั้น ประกอบด้วยการประเมินจะออกมาในรูปของทัศนคติหรือความเชื่อว่าตนจะประสบความสำเร็จ หรือความล้มเหลวในการกระทำสิ่งต่างๆ จะต้องใช้ความพยายามมากเท่าใด จะเสียใจหรือไม่ถ้าล้มเหลว หากประเมินแล้วอยู่ด้านบวกก็จะเกิดความเชื่อมั่นในคุณค่าแห่งตน ความรู้สึกนี้หากได้รับการตอบสนองจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าในตน มีความเข้มแข็งความสามารถเพียงพอที่จะกระทำสิ่งต่างๆ รู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และมีความสำคัญต่อโลกและหากไม่ได้รับการตอบสนองจะรู้สึกมีปมด้อย อ่อนแอ ช่วยตนเองไม่ได้ ซึ่งคนทั่วไปล้วนปรารถนาที่จะมีความมั่นคง มีการประเมินคุณค่าตนเองสูง นับถือและภาคภูมิใจในตนเอง รวมทั้งได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่นในทางจิตวิทยา ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองนับเป็นสิ่งที่ดี เพราะช่วยเหลือสภาวะจิตใจให้เป็นไปอย่างสอดคล้องกับความคาดหวังในความสำเร็จ การได้รับการยอมรับและความเข้มแข็งทางจิตใจ จะเป็นผลให้บุคคลปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดีขึ้น

มาสโลว์ (Maslow. 1970 : 45 – 46) แบ่งความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ประเภทที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเอง การยอมรับนับถือ และการประเมินค่าตนเอง ประกอบด้วยปัจจัยต่างๆ คือ ความต้องการมีความเข้มแข็ง (strength) ผลสัมฤทธิ์ (achievement) ความสามารถเพียงพอสำหรับการทำสิ่งต่างๆ (adequacy) ความเชี่ยวชาญและความสามารถ (mastery and competence) ความเชื่อมั่น (confidence) ความมีอิสระเสรีและความเป็นไทแก่ตนเอง (independence and freedom)
2. ประเภทที่เกี่ยวข้องกับการได้รับความเห็นคุณค่าจากผู้อื่น เป็นความต้องการมีชื่อเสียง หรือเกียรติยศ ตำแหน่ง ความรุ่งเรือง มีอำนาจเหนือผู้อื่น ได้รับการยอมรับและสนใจ มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรีหรือเป็นที่น่าชมเชยของผู้อื่น

2.2.3 ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการชื่นชมหรือให้คุณค่าแก่ตนเอง บุคคลที่รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีคนรัก ได้รับการยกย่องหรือประสบความสำเร็จ มักจะประเมินตนเองในด้านดี เห็นคุณค่าในตนเอง แต่หากบุคคลใดมีความรู้สึกที่ตนเองไร้คุณค่า บุคคลนั้นจะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ฉะนั้น ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล(จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2532 : 2 ; อ้างอิงจาก Jersild. 1978 . *The Psychology of adolescent* .22)

ลาซารัส และโฟล์คแมน (นริศว์ ประรามภ. 2539:96-97 ;อ้างอิงจาก Lazarus and Folkman. 1984. *Journal of Health and Social Behavior*.75) กล่าวว่า บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหา เพราะสามารถประเมินความสามารถของตนเองได้ว่าสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญของพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพ เช่น การกล้าแสดงออก การเป็นคนว่องไว กล้าเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิต ส่วนบุคคลที่ประสบความล้มเหลวทางด้านการศึกษาด้านสังคม มีความผิดปกติทางจิต อัมพาตและอาชญากรมักจะเป็นบุคคลที่ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2532 : 12) นอกจากนี้ ศติกันต์ ธนะโสธร (2529 : 14 – 15) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองยังมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของบุคคล มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตและเป็นพลังทางด้านจิตใจที่ช่วยให้บุคคลสามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะเป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีความสามารถ มีศักยภาพ มีประโยชน์และมีความสำคัญต่อสังคม ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลนั้นไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง เขาก็มักจะมีชีวิตที่วิตกกังวล มีปมด้อยอ่อนแอช่วยตนเองไม่ได้ รับรู้ตนเองในทางที่ไม่ดี ท้อแท้ใจ คิดว่าตนเองไม่มีประโยชน์สิ้นหวัง ประเมินคุณค่าในตนเองต่ำกว่าผู้อื่น ซึ่งจะส่งผลต่อการปรับตัวของบุคคลนั้นๆ ด้วย นอกจากนี้ บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำมีแนวโน้มที่จะโทษผู้อื่น มีสภาพจิตใจไม่เข้มแข็งไม่สามารถยอมรับการวิจารณ์จากผู้อื่นและปฏิเสธการวิจารณ์นั้น ทั้งนี้เพราะการวิจารณ์ทำให้เขารู้สึกว่าตนเองด้อยลง และไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ทำให้เขาขาดความมั่นใจในตนเอง และไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. 2532 : 7)

อีระนันท์ อนุวัช (2530 : 84-89) กล่าวว่า บุคคลที่ยอมรับในความตัวของตัวเอง เห็นว่าตนเองเป็นบุคคลหนึ่งที่มีเอกลักษณ์และมีคุณค่าจะเป็นพื้นฐานของความสุขในชีวิตของบุคคลทั้งชีวิต การที่เด็กจะรู้สึกว่าคุณค่าหรือไม่มีนั้น มีสาเหตุหลักมาจากมาจาก 3 กระแสด้วยกัน คือ

1. จากพ่อแม่ ซึ่งเป็นผู้หล่อหลอมความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง ความเชื่อ ค่านิยม ใส่ไว้ในตัวลูกตามลำดับ
2. จากครูที่โรงเรียน ซึ่งครูสามารถที่จะมอบค่าความคิดให้เด็กวันละ 6-7 ชั่วโมง
3. จากสังคมที่เด็กสังกัด

กระแสที่เชี่ยวชาญที่สุดในบรรดาสาเหตุหลักทั้ง 3 ประการ คือ กระแสจากพ่อแม่ โดยเด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำมักได้รับการถ่ายทอดมาจากความภาคภูมิใจในตนเองต่ำของพ่อแม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือแม่ ผู้ซึ่งอยู่ใกล้ชิดกับลูกมากที่สุด ในช่วงแห่งความไวในการประทับในความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ของพ่อแม่อยู่ได้แนวคิด ค่านิยม ความเชื่ออย่างไรก็จะ

สามารถถ่ายทอดไปสู่เด็กโดยผ่านทัศนคติ การกระทำ และปฏิกิริยาต่าง ๆ นานาประการ ทัศนคติจากความรู็สึกว่าตนเองบกพร่องและต่ำด้อยของพ่อแม่จะกลืนเข้าไปอยู่ในความคิดของลูก

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544:144) กล่าวว่า เด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมองว่าเป็นคนที่มีคุณค่ามีความหมายและมีสิ่งที่ติดอยู่ในตัว เมื่อมองแบบนี้ก็就会有ความสงบในจิตใจ ฟังพอใจในตนเอง รักตนเอง รู้ว่าตนเองสามารถทำสิ่งที่ดีมีประโยชน์ได้ ไม่อิจฉาริษยา ไม่รู้สึกด้อยค่า นอกจากนี้เขายังมองว่าตนเองมีความสามารถและเป็นคนเก่ง ดังนั้นเขาจะมีความเชื่อมั่น กล้าคิดกล้าทำ กล้าเผชิญกับปัญหา ถือว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เมื่อล้มแล้วยังลุกขึ้นมาต่อสู้ต่อ ส่วนเด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จะมีลักษณะตรงกันข้ามคือ รู้สึกว่าตนไร้ค่าไม่มีความหมาย ไม่มีความสลักสำคัญอะไร ไม่มีอะไรดี ขาดความเชื่อมั่น ท้อถอยง่าย ขาดแรงจูงใจ ไม่มีความสุขในตนเอง หากสูญเสียความภาคภูมิใจในตนเองไปมากก็จะกลายเป็นคนหวาดระแวง ขี้อิจฉา วิตกกังวล และอาจซึมเศร้าอย่างรุนแรงจนถึงขนาดไม่อยากมีชีวิตอยู่ นอกจากนี้ปัญหาก็พบมาก คือการที่พ่อแม่สร้างความภาคภูมิใจในตนเองแบบผิด ๆ นั่นคือสร้างในระดับผิวเผิน เช่น รู้สึกว่าตนเองเป็นคนเก่ง เป็นคนสวย มีฐานะดี มีของใช้แพง ๆ มาจากตระกูลที่ดี พ่อเป็นคนมีชื่อเสียง เป็นต้น นั่นเป็นความรู้สึกกับตนเองในระดับผิวเท่านั้น แต่ความภาคภูมิใจในตนเองในระดับลึกนั้นเป็นความรู้สึกที่หนักแน่น มันคงเป็นความภาคภูมิใจในตนเองอย่างแท้จริง แม้จะถูกตำหนิว่าไม่ดีเลย แม้จะประสบความล้มเหลวครั้งแล้วครั้งเล่าก็ตาม แม้จะไม่มีเสื้อผ้าแพง ๆ สวมใส่หรือจะมีนามสกุลธรรมดาเท่านั้น แต่ก็ยังสามารถคงความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นคนดีและมีคุณค่ามีความหมายได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีความสามารถในการที่จะเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มีประโยชน์และมีความสำคัญต่อสังคม แต่บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะรู้สึกที่ตนเองมีปมด้อย ช่วยตนเองไม่ได้ รับรู้ตนเองในทางที่ไม่ดี คิดว่าตนไม่มีประโยชน์ สิ้นหวัง ประเมินตนเองต่ำกว่าผู้อื่น ซึ่งจะส่งผลต่อการปรับตัวและความสามารถในการเผชิญปัญหาของบุคคลนั้นๆ ด้วย

2.2.4 ลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงและต่ำ

จากการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองได้มีผู้กล่าวไว้ดังนี้

1. คุณลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีลักษณะดังนี้

แบสส์ (สุพรรณิ จันทรวีเศษ. 2539:19. อ้างอิงจาก Bass. 1960. *Leadership, Psychology and Organizational Behavior*. 129) ได้ศึกษาพบว่า พฤติกรรมของบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง เป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองในด้านบวก

มีความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย ไม่หวั่นไหวต่อคำวิจารณ์หรือการตำหนิจากผู้อื่นได้ง่าย มีลักษณะการยอมรับตนเอง ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น ใส่ใจและสามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างละเอียดอ่อน สามารถแสดงความคิดเห็นและความต้องการของตนเองได้อย่างตรงไปตรงมาตามความเป็นจริง ใช้กลไกในการป้องกันตนเองน้อย มักเป็นผู้ริเริ่มสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นก่อน มีความยืดหยุ่นและมีความริเริ่มสร้างสรรค์ที่มีประโยชน์ มีความกระตือรือร้น กล้าทำงานที่ท้าทายความสามารถ พอใจที่จะใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ มีความวิตกกังวลน้อย ซึ่งโดยภาพรวมแล้วบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีความสุขและใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ มัสเซน และคนอื่น (Mussen and Others. 1969 : 492) กล่าวว่า บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะรับรู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตนเอง มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้น มานะพยายาม มีความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ ไม่กลัวการเสี่ยงสร้างสิ่งใหม่ๆ หรือสิ่งที่ต่างไปจากเดิม จะไม่เป็นทุกข์มากนักถ้าสิ่งที่เขาทำไม่เป็นผลดี มักเป็นผู้นำในการอภิปรายและมีความเป็นตัวของตัวเองในการแสดงความคิดเห็น ไม่หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต ตลอดจนเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจ เคารพและประทับใจในตนเอง

ฮามาเชค (Hamacheck. 1978 : 180) กล่าวว่า บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะเห็นตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญ เป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ มีวิจรรย์ญาณ ไม่กลัวการเสี่ยง สร้างสิ่งใหม่ๆ หรือสิ่งที่ต่างไปจากเดิม จะไม่เป็นทุกข์มากนักถ้าสิ่งที่เขาทำไม่เป็นผลดี และมักจะได้รับความสำเร็จด้านวิชาการ

คูเปอร์สมิธ และมาสโลว์ (Coopersmith. 1981 : 65 ; Maslow. 1970 : 237) ทำการศึกษา พบว่า เพศหญิงที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีลักษณะเข้มแข็ง มีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก มีความวิตกกังวลต่ำ มีลักษณะเหนือผู้อื่นและยังมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงมากเท่าใดเขาก็จะเป็นบุคคลที่ยิ่งตั้งเป้าหมายชีวิตไว้สูง อีกทั้งยังมีความกระตือรือร้นต่อสิ่งใหม่ๆ และสิ่งที่ท้าทายความสามารถ พอใจกับงานที่ใช้ความ

2. คุณลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ มีลักษณะดังนี้

บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จะมีลักษณะดังนี้ คือ จะไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเองจะมองตนเองว่าเป็นคนไม่ดี รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ มีข้อบกพร่อง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากคนอื่น มีความวิตกกังวลสูง รู้สึกไม่เป็นสุข ไม่มีความพยายามในการทำงานที่ยากลำบาก เมื่อพบอุปสรรคก็ละทิ้ง หลีกเลียงการแก้ปัญหา ไม่มีความยืดหยุ่น ยึดติดกับสิ่งที่รู้จักหรือเคยชิน เพื่อความรู้สึกที่ปลอดภัย หลีกเลียงการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่นมักจะคล้อยตามผู้อื่น มีความอายสูง ไม่กล้าปฏิเสธในสิ่งที่ตน

ไม่ต้องการ กลัวการตัดสินของคนอื่นที่มีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองด้อย กลัวการทำให้ผู้อื่นโกรธ หวั่นไหวต่ออิทธิพลของสังคม มักจะนำความคิดของบุคคลอื่นมาใส่ใจ มักจะคิดว่ากลุ่มเพื่อน ไม่ให้การยอมรับ ไม่ให้ความสนใจและเกิดความรู้สึกเสียใจบ่อยๆ (Hamacheck. 1978 : 180) นอกจากนี้ มักจะมีความลำบากในด้านการเรียนรู้ หรือด้านวิชาการ (Mussen and Other. 1969 : 492) แอทวอเตอร์ (Atwater. 1979 : 130) กล่าวว่า ผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะมีโอกาสได้รับความทุกข์ทรมานจากอาการจิตแปรปรวนต่างๆ เช่น วิตกกังวล อาการประสาท โรคนอนไม่หลับ ปวดหัว กัดเล็บและหัวใจสั้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะเป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบเป็นผู้นำมากกว่าผู้ตาม กล้าแสดงออก และมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ สำหรับบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะเป็นคนที่มีความวิตกกังวลสูง มีความขลาดกลัว ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดความรับผิดชอบ ชอบสร้างปัญหา ไม่สนใจต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

2.2.5 การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981 : 118 – 119) ได้แบ่งองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ลักษณะเฉพาะบุคคล ซึ่งเกี่ยวกับความเห็นคุณค่าของตนเองในด้านต่างๆ และองค์ประกอบภายนอกซึ่งเกี่ยวกับการได้รับความเห็นคุณค่าจากผู้อื่น มีรายละเอียดดังนี้

1. ลักษณะเฉพาะบุคคล ได้แก่

1.1 ลักษณะทางกายภาพมีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเอง เช่น ความมีเสน่ห์ด้านรูปร่างความแข็งแรงของร่างกาย ความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหว บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ดีจะมีความพึงพอใจและมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ด้อยกว่า ลักษณะทางกายภาพจะส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองเพียงใดนั้นอาจขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมนั้นๆ อีกด้วย (Coopersmith.1981:120–123)

1.2 เพศซึ่งในสังคมและวัฒนธรรมส่วนใหญ่ของไทยมักจะมีค่านิยมที่ดีต่อเพศชายมากกว่าเพศหญิง ทั้งนี้เพศชายมักได้รับการมอบหมายตำแหน่งที่มีอำนาจทางสังคม ในขณะที่เพศหญิงได้รับตำแหน่งและบทบาททางสังคมที่ด้อยกว่า จึงส่งผลให้เพศชายมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าเพศหญิง (ศศิกันต์ ธนะโสธร. 2529 : 8 ; อ้างอิงจาก Kaplan and Sedney. 1980. *Psychology and sex roles : an androgynous perspective* 220.)

1.3 ภาวะทางอารมณ์หรือความรู้สึกของบุคคลมีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งเกิดจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วเกิดการเปรียบเทียบ

และประเมินตนเอง โดยที่บุคคลอาจประเมินตนเองในด้านบวก ซึ่งเป็นการมองตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีความสามารถ ประสบความสำเร็จ เกิดความรู้สึกชื่นชมตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความสุข อันเป็นการส่งเสริมให้บุคคลเกิดความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น แต่หากบุคคลประเมินตนเองในด้านลบและไม่สามารถประสบความสำเร็จในอนาคตจะส่งผลให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดต่ำลง (Coopersmith. 1981 : 130 – 134)

1.4 ความสามารถและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยบุคคลจะมีความภาคภูมิใจในตนเองมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จทั้งในครอบครัว โรงเรียนและสังคมทั่วไป จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม การประสบความสำเร็จจะเป็นการเสริมแรงแก่ตนเองและทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง (สุจิตรา ผื่อนอารีย์. 2533 : 21 ; อ้างอิงจาก Bandura. 1977. *Social learning and personality development*. 198.) ดังนั้นความสำเร็จหรือความล้มเหลวเรื่องการเรียนรู้ของผู้ที่อยู่ในวัยเรียนจึงส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองได้

1.5 บุคคลที่เคยประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวมาก่อน มักจะมีความแตกต่างกันในด้านการเสี่ยง การตั้งเป้าหมายโดยบุคคลที่เคยประสบความสำเร็จจะมีความกล้าเสี่ยง กล้าทำงานที่ท้าทายความสามารถโดยที่งานนั้นเป็นงานที่ไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป กล้าตั้งระดับความปรารถนาที่เป็นจริง มองตนเองในด้านดีมากกว่าบุคคลที่ประสบความล้มเหลว (Hamacheck. 1978 : 220 – 221) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981 : 87 – 89) พบว่า บุคคลที่มีประสบการณ์เรื่องความสำเร็จมากจะมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีประสบการณ์ของความสำเร็จน้อย

1.6 ค่านิยมส่วนบุคคล ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลจะผันแปรตามค่านิยมและการให้คุณค่าตลอดทั้งความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อสิ่งต่างๆ ซึ่งเขาให้ความสำคัญแตกต่างกัน เช่น คนที่ให้ความสำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หากประสบความล้มเหลวก็จะเกิดความอายและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำลง เด็กวัยรุ่นชายและหญิงให้คุณค่าต่อสิ่งต่างๆ แตกต่างกันโดยเด็กวัยรุ่นชายให้คุณค่ากับผลการเรียน กีฬาและการเป็นคนกว้างขวาง เป็นลำดับที่ 1, 2 และ 3 ตามลำดับ ในขณะที่เด็กวัยรุ่นหญิงให้คุณค่ากับผลการเรียน การเป็นคนกว้างขวางและกีฬา ลำดับที่ 1, 2 และ 3 ตามลำดับ นอกจากนี้การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับค่านิยมของตนเองจะทำให้บุคคลนั้นมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นด้วย (Bradshaw. 1981 : 6)

1.7 ระดับความมุ่งหวัง ซึ่งทุกคนมีความมุ่งหวังที่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นความมุ่งหวังด้านการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ความสามารถด้านต่างๆ ซึ่งมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง บุคคลมักจะตัดสินคุณค่าของตนโดยการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติงานและความสามารถของตนกับระดับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตั้งไว้และประสบการณ์ที่เคยได้รับความสำเร็จ จะนำไปสู่ความมุ่งหวังต่อความสำเร็จในครั้งต่อไป หากบุคคลมีความมุ่งหวังเกินความ

สามารถของตนหรือเกินความเป็นจริง โอกาสที่จะประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวังก็ย่อมมีน้อย ทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดลงได้ แต่ถ้าบุคคลมีความสามารถและกระทำสิ่งที่ตนมุ่งหวังไว้ได้เขาจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง (Coopersmith. 1981 : 142 – 148)

2. องค์ประกอบภายนอก ประกอบด้วยลักษณะดังนี้

2.1 ความสัมพันธ์กับบิดามารดา โดยในช่วงวัยทารกแรกเกิดไปจนถึงหนึ่งขวบ ถ้ามารดารักใคร่อุ้มชูและตอบสนองความต้องการของเด็กเป็นอย่างดี ย่อมสร้างความรู้สึกไว้วางใจสิ่งแวดล้อมขึ้นในตัวเด็กได้ แต่ตรงข้ามถ้าเด็กถูกเลี้ยงดูอย่างปล่อยปละละเลย ถูกทอดทิ้งและขาดความรัก ย่อมทำให้เด็กไม่ไว้วางใจสิ่งแวดล้อม รวมทั้งผู้รอบข้างด้วย ดังนั้นสัมพันธภาพและบรรยากาศในครอบครัวจึงมีส่วนในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล

ครอบครัวที่บิดามารดามีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่น มีความมั่นคงในตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุตร โดยการแสดงการยอมรับในตัวเด็ก เน้นการใช้เหตุผล ให้ความรักความเอาใจใส่ กำหนดมาตรฐานและขอบเขตของการกระทำไว้อย่างกว้างๆ ไม่ใช่อำนาจขู่บังคับ ตลอดจนให้ความสนใจสิ่งต่างๆ ที่อยู่แวดล้อมเด็ก เช่น เพื่อน กิจกรรมที่เด็กกระทำ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กมีแนวโน้มที่จะเป็นคนยืดหยุ่น มีอารมณ์มั่นคง ไม่โลเล และมีความภาคภูมิใจในตนเองสูง (สมพิศ ไชยกิจ. 2536 :19 ;อ้างอิงจาก Rubin and Mcneil. 1987 . *The Psychology of Being Human*.317.) ส่วนบิดามารดาที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่บุตร ไม่มีกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัว ไม่มีการพูดคุยปรึกษาหารือ ใช้วิธีการลงโทษที่รุนแรงและครอบงำความคิดเห็นของเด็ก มีผลทำให้เด็กเกิดความสับสนและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ (Kalellis. 1982 : 309) นอกจากนี้เด็กยังขาดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ไม่ต่อสู้อุปสรรค ท้อถอย ยอมแพ้ได้ง่าย มีทัศนคติต่อตนเองทางด้านลบ มองตนเองไม่น่าชื่นชม (Rosenberg. 1965 : 158)

2.2 สถานภาพทางสังคม ซึ่งสถานภาพหรือระดับชั้นทางสังคม หมายถึงองค์ประกอบภายนอกที่เป็นตัวบ่งชี้ระดับทางสังคมของบุคคลเมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่น โดยทั่วไปสถานภาพทางสังคมมักจะเน้นที่ฐานะทางเศรษฐกิจของบุคคล ซึ่งพิจารณาได้จากอาชีพ รายได้และที่พักอาศัย เนื่องจากสถานภาพทางสังคมเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงความสำเร็จและความมีเกียรติ บุคคลที่มีสิ่งเหล่านั้นจึงมีความเชื่อว่าตนมีคุณค่าสูง (สมพิศ ไชยกิจ. 2536 : 20)

2.3 สังคมและเพื่อน โดยความภาคภูมิใจในตนเองเกิดจากการรับรู้ในการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่นที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตนเองด้านทักษะความสามารถ ความถนัด ทั้งนี้เกิดจากการที่บุคคลเป็นสมาชิกของกลุ่ม ซึ่งต้องเป็นกลุ่มที่คงที่เพราะถ้าเปลี่ยนกลุ่มไปเรื่อยๆ เด็กอาจมองตนเองในด้านลบเรื่องความสามารถที่จะเป็นเพื่อนที่ดีกับคนอื่น ดังนั้นปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนจะช่วยพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล ผู้ที่ไม่ได้รับการ

ยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ไม่เป็นที่ประทับใจ หรือไม่อยู่ในความสนใจของเพื่อนจะไม่ชอบสูงส่งกับใคร ไม่แสดงความคิดเห็น ความรู้สึกส่วนตัวกับเพื่อน เกิดความรู้สึกว่าไม่มีใครชอบหรือไม่นับถือตนเองเลย ส่วนผู้ที่เปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น ๆ แล้วมีความสำเร็จต่ำมีแนวโน้มว่าจะมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำด้วยเช่นกัน (Rosenberg. 1965 : 158) ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้เด็กเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง โดยจะต้องร่วมมือกันระหว่างผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ เพื่อและตัวของนักเรียนเองเพื่อให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองและพัฒนาความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้น

2.4 ศาสนาที่บุคคลจะยึดถือและใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตจะต้องมีพื้นฐานที่ดีตั้งแต่วัยเด็ก ได้รับการปลูกฝังความเชื่อ การปฏิบัติทางศาสนาทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน ปลูกฝังให้เด็กยอมรับกฎเกณฑ์ของบุคคล กลุ่มและขยายไปสู่กฎเกณฑ์ของสังคมที่จะทำให้เด็กยอมรับหลักการทางศาสนาเป็นแนวทางในดำรงชีวิตและเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ส่วนเด็กที่ไม่มีความเชื่อถือในบุคคลอื่นและสังคมนรอบข้าง ทำให้เขาไม่ยอมรับกฎเกณฑ์ของบุคคล กลุ่มและสังคม ขาดการปลูกฝังความเชื่อ การปฏิบัติตามหลักศาสนา ทำให้ขาดความศรัทธาในแนวทางของศาสนา ไม่มีเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ทำให้เกิดความสับสนในบทบาทหน้าที่ของตนเอง และมีความวิตกกังวล (อุษา ศรีจินดารัตน์. 2533 : 4)

2.5 การเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียนเนื่องจากกิจกรรมนักเรียนเป็นกุญแจสำคัญที่ช่วยให้หลักสูตรปัจจุบันบังเกิดผลในการส่งเสริมความแตกต่างระหว่างบุคคล มีความยืดหยุ่น และสนองความต้องการของนักเรียนให้เรียนได้ตามความถนัดมากขึ้น ทำให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะมีคุณธรรมสร้างวินัยในตนเอง ได้เรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ เสริมความรู้ในหลักสูตรของนักเรียนให้กว้างขวางและมีความสนุกสนานเพลิดเพลินมากกว่าการเรียนในห้องเรียน

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544:145) กล่าวว่าในปัจจุบันพ่อแม่ทำให้ลูกมีความภาคภูมิใจในตนเองแบบผิด ๆ นั่นคือสร้างในระดับผิวเผิน เช่น รู้สึกว่าตนเองเป็นคนเก่ง เป็นคนสวย มีฐานะดี มีของใช้แพง ๆ มาจากตระกูลที่ดี พ่อเป็นคนมีชื่อเสียง เป็นต้น นั่นเป็นความรู้สึกกับตนเองในระดับผิวเท่านั้น โดยพ่อแม่จะเลี้ยงลูกให้มีความภาคภูมิใจในตนเองแบบผิด ๆ ดังนี้

1. ชื่อของพ่อแม่หรือของแพง ๆ ให้ลูก เพื่อให้ลูกรู้สึกว่าตน “ดี” กว่าเพื่อน เช่น ชื่อกระเป๋าราคาแพงจากเมืองนอกให้ลูก ชื่อโทรศัพท์ราคาแพง ๆ ให้ลูก ทำให้ลูกติดการใช้ของแพง ๆ และคิดว่าของแพงนั้นเป็นสิ่งที่บอกถึงคุณค่าและความหมายของตนเอง

2. พ่อแม่เลี้ยงลูกตั้งเป็นพระราช คือให้ความสะดวกสบายเกินไป แน่แน่นอนว่าความสุขสบายย่อมทำให้คนรู้สึกดี รู้สึกพอใจในตนเองแต่มันก็ทำให้เด็กติดความสะดวกสบายเป็นคนเหยียบขี่ไก่ไม่ฝ่อ ไม่อดทนต่อความยากลำบาก ทำอะไรไม่เป็นและไม่รู้สึกว่าตนเองเป็นคนเก่งอย่างแท้จริง

3. พ่อแม่ชมลูกมากเกินไปโดยไม่ตั้งอยู่บนความเป็นจริง แน่หนอนที่เดียวว่าการชมเด็กเป็นสิ่งที่ดีและควรชมเมื่อเด็กทำดี แต่คำชมที่มากหรือเลอเลิศเกินไปบางครั้งอาจเป็นผลเสียต่อเด็กได้ แม้ว่าเด็กจะรู้สึกดีที่ได้ฟังคำชมนั้น แต่เขาจะสงสัยตัวเองทีหลัง ข้อสำคัญคือเด็กจะไม่สามารถมองตนเองตามความเป็นจริงและเผชิญกับการแข่งขันที่เข้มข้นได้หากคำชมนั้นทำให้เขาคิดว่าตนเองดีแล้ว ทั้ง ๆ ที่ยังมีอีกหลายสิ่งที่ต้องแก้ไข

4. พ่อแม่ไม่ได้สร้างคุณลักษณะแห่งตัวตนที่แข็งแกร่งให้กับลูก เพราะตัวตนที่แข็งแกร่งเป็นสิ่งที่สำคัญมาก หากเด็กมีตัวตนที่แข็งแกร่งพอ เด็กจะมีความหนักแน่นในตัวเอง จะรู้ว่าเขามีสิ่งดีและเขาทำได้ เด็กจะมองตนเองในเชิงบวก ไม่ใช่แบบหลงตัวเอง แต่เป็นการมองตัวเองเพื่อจะทำได้ดีขึ้น ยอมรับความบกพร่องของตัวเองและพยายามเปลี่ยนแปลงความบกพร่องให้เป็นความบริบูรณ์

ดังนั้นอุมาพร ตรังคสมบัติ (2544:147-148) จึงได้เสนอวิธีการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้กับเด็กที่ถูกต้องให้กับเด็ก โดยกล่าวว่าสิ่งสำคัญมากที่สุดในการสร้าง ความภาคภูมิใจในตนเองให้กับลูก คือ ความความสัมพันธ์ที่มีต่อกันภายในครอบครัว โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ให้ความรักที่ไม่มีเงื่อนไข โดยพ่อแม่อย่าบอกว่าจะรักลูกเมื่อลูกเป็นคนดีหรือเรียนเก่ง ความรักที่พ่อแม่มีต่อลูกไม่ควรตั้งอยู่บนเงื่อนไขของความดี/ไม่ดี หรือความเก่ง/ไม่เก่ง เด็กต้องรู้ว่าแม้ว่าเขาไม่ดีหรือเก่งไม่พอ พ่อแม่ก็ยังรักเขา เด็กที่รู้ตัวว่าพ่อแม่รักเขาเสมอไม่ว่าเขาจะเป็นเช่นไรนั้นมักจะพยายามทำสิ่งต่างๆ อย่างสุดความสามารถเพื่อให้พ่อแม่ภาคภูมิใจ เขาทำดีเพราะเขารู้สึกดีกับตัวเอง ไม่ใช่ทำเพราะต้องการพิสูจน์คุณค่าของตนเองว่าสมควรที่จะได้รับความรักจากพ่อแม่หรือไม่

2. ให้การยอมรับนับถือในตัวเด็ก โดยพ่อแม่ต้องยอมรับว่าลูกเป็นคนอีกคนหนึ่งที่แตกต่างกันออกไป เป็นคนที่มีความรู้สึกนึกคิดเป็นของตนเอง เด็กที่โตมาด้วยการยอมรับนับถือจากพ่อแม่ จะยอมรับนับถือตัวเองและภาคภูมิใจในตัวเองด้วย

3. ช่วยเหลือลูกมีความพอใจในตนเอง โดยพ่อแม่จะต้องทำให้ลูกรู้สึกว่าเขาเป็นบุคคลที่พิเศษ “ไม่มีใครเป็นเขาได้ดีเท่าเขา” การบอกเช่นนั้นไม่ได้หมายความว่า ลูกไม่ต้องปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น แต่หมายความว่า เขาสามารถเป็นตัวของตัวเองได้อย่างภาคภูมิใจและไม่ต้องพยายามเป็นคนอื่นให้เสียเวลา

4. หักให้ลูกเป็นตัวของตัวเองของตัวเอง ความตระหนักว่าตนเองเป็นคนมีประสิทธิภาพและเป็นคนเก่งนั้น เกิดจากการที่เด็กได้มีโอกาสเป็นตัวของตัวเอง สามารถคิดและตัดสินใจกระทำการต่าง ๆ ได้ด้วยตัวเอง หากพ่อแม่ไม่让孩子คิดเองทำเองบ้างก็เป็นการบอกว่าลูกไม่เก่งพอ พ่อแม่ไม่เชื่อในความสามารถของลูก พ่อแม่กลัวว่าลูกจะคิดผิด ทำผิด ตัดสินใจผิด ผลที่ตามมาคือเด็กจะรู้สึกว่าตนไร้ประสิทธิภาพและพึ่งตนเองไม่ได้

5. มีความคาดหวังที่เหมาะสม พ่อแม่ต้องมีความคาดหวังที่เหมาะสมกับเด็ก และมีมาตรฐานสูงสำหรับเด็ก ไม่ว่าด้านความประพฤติหรือผลงาน พ่อแม่ต้องทำให้ลูกรู้ว่าคุณมีความเชื่อว่าลูกจะทำได้ดีซึ่งเป็นการกระตุ้นให้เด็กทำในสิ่งที่ดีที่สุดเท่าที่เขาจะทำได้

มาตสวร์ค พัฒนานพวงษ์ (2531:22) กล่าวว่า ไม่มีความเชื่อและความคิดใดสำคัญไปกว่าความเชื่อและความเห็นเกี่ยวกับตนเอง เพราะสิ่งนี้เป็นตัวกำหนดความสำเร็จและความสุขของเขาเอง หลายคนวัดความสำเร็จจากความสามารถ โอกาส เงิน ใคิวิ ชีวิต ครอบครัว หรือรูปร่างหน้าตา แต่ความเป็นจริงสิ่งเหล่านี้สำคัญรองลงมาจากการที่คนเรามีภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับตนเอง นอกจากนี้ยังได้เสนอวิธีการที่พ่อแม่จะช่วยส่งเสริมให้ลูกมีความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนี้

1. พ่อแม่ควรเป็นตัวอย่างของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง
2. ปลอ่ยให้ลูกได้เป็นตัวของตัวเองซึ่งจะทำให้เด็กเชื่อมั่นและมีความนับถือตัวเองสูง
3. เมื่อลูกทำผิด ต้องสอนให้ลูกเอาความผิดนั้นมาเป็นบทเรียนที่จะก้าวต่อไป
4. เปิดโอกาสให้ลูกได้รับผิดชอบและตัดสินใจด้วยตนเองบ้าง จะทำให้ลูกมองตนเองในแง่ดี วางใจและภูมิใจในตนเอง
5. สอนให้ลูกมองโลกในแง่ดี โดยพ่อแม่ต้องทำให้ลูกเห็นว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นเรื่องที่สวยงาม โลกนี้น่าอยู่ ชีวิตมีค่า
6. ควรชมเด็กมากกว่าที่จะตำหนิหรือวิจารณ์ เพราะถ้าเด็กทำผิดพลาดแล้วคุณชมเชยที่เขาความพยายามที่จะทดลองทำงานนั้น เด็กจะเกิดความรู้สึกว่าพ่อแม่เข้าใจเขา และยังป้องกันไม่ให้ลูกมองตนเองในแง่ลบ

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะเป็นคนที่เห็นคุณค่าในตนเองว่าตนเองมีความสามารถ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบเป็นผู้นำมากกว่าเป็นผู้ตามและมีความสามารถในการปรับตัวได้ดี ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้จะช่วยทำให้บุคคลกล้าเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นและสามารถแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกด้วยหรือไม่

2.3 การกำหนดเป้าหมายในอนาคต

2.3.1 ความหมายของการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายในอนาคตได้มีนักวิชาการและนักการศึกษาให้ความหมายไว้ดังนี้

ฟินน์ (นันทนา จันทรผืน. 2545 : 7 ; อ้างอิงจาก Finn. 1962 .*Journal of Teacher Education* . 390) กล่าวว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคต คือการประเมินคุณค่าของบุคคลหรือตนเอง ด้านจิตสำนึกหรือจิตใต้สำนึกและใช้ความคาดหวังนั้นมาเป็นแนวทางในการกำหนด พฤติกรรมที่จะมีต่อบุคคลที่คาดหวังหรือต่อตนเองในลักษณะที่ตนคิดว่าถูกต้อง

วิทเทเคอร์ (Whittaker. 1965 : 653) กล่าวว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคต คือ เป้าประสงค์ที่บุคคลตั้งไว้สำหรับตนเองและเป็นสิ่งที่เขาพยายามจะทำให้สำเร็จ

ล็อก และลาธัม (Locke and Latham. 1984 : 1) กล่าวว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคต คือ เทคนิคที่ใช้ในการจูงใจให้ผู้เรียนพยายามทำงานเพื่อให้บรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการ

ชิษณุกร พรภานุวิทย์ (2540 : 6) กล่าวว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคตคือ ความรู้สึก ความคิดเห็น การรับรู้ การตีความ หรือการคาดการณ์ต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่ยังไม่เกิดขึ้นของบุคคลอื่นที่คาดหวังในบุคคลที่เกี่ยวข้องกับตน

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคต คือ ความประสงค์ที่บุคคลตั้งไว้สำหรับตนเองและเป็นสิ่งที่เขาพยายามทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการ เช่น การตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพหรือความคาดหวังที่มุ่งหวังจะประสบความสำเร็จในอนาคต

2.3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

ล็อก (วัลภา สบายยิ่ง. 2542 : 23 ; อ้างอิงจาก Locke. 1968 .*Goal Setting and Motivational technique that work*. 241 – 251) กล่าวว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคตของบุคคลเป็นตัวกลางระหว่าง พฤติกรรมกับลักษณะของงาน สิ่งจูงใจการนิเทศงานและการให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับการปฏิบัติงาน ด้วยเชื่อมั่นว่าเป้าหมายเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลรักษากิจกรรมที่กระทำจนสำเร็จ ดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 ทฤษฎีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตของ Locke.

ล๊อค (วัลภา สบายยิ่ง. 2542 : 23; อ้างอิงจาก Locke. 1981 .*Goal Setting and Motivational Technique that work.* 125 – 152) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายในอนาคตไว้สรุปได้ดังนี้

1. การกำหนดเป้าหมายในอนาคตที่เฉพาะเจาะจง ทำให้บุคคลทำงานได้ดีมากกว่าการตั้งเป้าหมายที่คลุมเครือ เช่น ทำให้ดีที่สุด ทำให้เร็วที่สุด
2. การกำหนดเป้าหมายในอนาคตที่ยากแก่การบรรลุถึง แต่มีความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึง ทำให้บุคคลทำงานได้ผลดีกว่าเป้าหมายง่ายๆ
3. การให้ผู้ร่วมงานมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมายในอนาคตมีแนวโน้มส่งผลให้ผู้ร่วมงานได้ผลงานสูงกว่าการที่ผู้ร่วมงานไม่มีส่วนร่วมในการกำหนดจุดมุ่งหมายในอนาคตในการทำงาน
4. การให้ข้อมูลย้อนกลับ ในเรื่องการบรรลุเป้าหมายการของการทำงานแก่ผู้ทำงานจะทำให้ผู้ปฏิบัติงานทำงานได้ผลดีกว่าการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้ปฏิบัติงานเฉพาะด้านการปฏิบัติงาน และดีกว่าการไม่ให้ข้อมูลย้อนกลับเลย
5. การกำหนดเป้าหมายในอนาคตควรมีการแสดงระยะเวลาที่จะทำงานให้สำเร็จ

ลาธัม และซารี (Latham and Saari. 1979 : 151 – 156) กล่าวว่า การที่จะปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องผูกพันกับเป้าหมายและแหล่งอำนวยความสะดวก ซึ่งช่วยให้เป้าหมายประสบความสำเร็จ ถ้าผู้ปฏิบัติงานไม่เห็นคุณค่าของงานที่ทำแล้วการปฏิบัติงานของเขาจะไม่ดีพอ และถ้าผู้ปฏิบัติถูกกระตุ้นเพื่อให้ทำงานให้ถึงเป้าหมายแต่ไม่สามารถจัดหาเครื่องมือที่จะเป็นแล้วเป้าหมายจะประสบความสำเร็จได้ยาก

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคตนั้นยังเป็นเป้าหมายที่ยากเท่าไรยังทำให้การปฏิบัติงานดีขึ้นเท่านั้น ภายใต้เงื่อนไขที่บุคคลนั้นมีความรู้ความสามารถเพียงพอ เป้าหมายจะจูงใจให้บุคคลได้ใช้เวลาในการทำกิจกรรม เป้าหมายที่ยากจะช่วยให้บุคคลนั้นใช้เวลาทำงานที่ยาวนาน เป้าหมายที่ชัดเจนและแน่นอนจะทำให้บุคคลมีความตั้งใจต่อการแสดงพฤติกรรม

2.3.3 ลักษณะการของการกำหนดเป้าหมายในอนาคตที่ดี

นายศิลป์ เชี่ยวชาญพัฒนา (2526 : 1-2) ได้สรุปถึงเป้าหมายที่จะสัมฤทธิ์ผลไว้ว่า ควรจะมีลักษณะดังนี้ คือ

1. เป็นเป้าหมายที่เป็นไปได้และไม่สูงหรือมากเกินไป ในการวางเป้าหมายนั้น บุคคลจะต้องรู้ว่าตนเองมีความสามารถเพียงใดและจะต้องมองเห็นความเป็นไปได้ที่จะบรรลุเป้าหมายนั้น เมื่อมีเป้าหมายหลักแล้วก็ควรมีเป้าหมายที่สอดคล้องกับเป้าหมายหลัก มิใช่วางเป้าหมายหลายอย่างซึ่งขัดกันและก่อให้เกิดความสับสนในการปฏิบัติ

2. การปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับการบรรลุเป้าหมาย เส้นทางของความสำเร็จของแต่ละคนอาจจะไม่เหมือนกัน แต่ผู้ที่จะไปสู่ความสำเร็จได้จะต้องดำเนินอยู่บนเส้นทางที่จะนำไปสู่จุดหมายที่ตนวางไว้นั้น

3. ไม่เป็นเป้าหมายที่บรรลุได้ยาก การตั้งเป้าหมายแล้วไม่ประสบความสำเร็จนั้นจะก่อให้เกิดความท้อถอย เสียกำลังใจ

4. ได้รับความร่วมมือร่วมใจจากผู้ที่เกี่ยวข้อง การวางเป้าหมายย่อมจะมีผลกระทบต่อผู้เกี่ยวข้องถ้าเขาเห็นด้วยกับเป้าหมายและส่งเสริมก็จะประสบความสำเร็จเร็วขึ้น แต่ถ้าเขาขัดขวางก็จะทำให้เสียกำลังใจและเสียเวลา ดังนั้น การวางเป้าหมายที่ดีนั้นควรจะได้รับความเห็นชอบอย่างจริงจัง และพร้อมที่จะร่วมมือผลักดันให้อยู่ในแนวทางที่จะนำไปสู่เป้าหมายได้

ถวิล เกื้อกูลวงศ์ (2528:70) กล่าวว่า เป้าหมายที่ดีนั้นควรเป็นเป้าหมายที่ตั้งไว้สูงพอที่จะเอื้อมถึงได้และต่ำเพียงพอที่จะบรรลุถึงได้ นั่นคือ เป้าหมายต้องเป็นจริงก่อนที่บุคคลจะพยายามอย่างจริงจังเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จและการที่บุคคลกำหนดเป้าหมายในอนาคตไว้สูงย่อมทำให้มีพลังใจมากขึ้นในการที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น ฉะนั้นเมื่อบุคคลพบกับปัญหาต่าง ๆ ย่อมจะมีความมุ่งมั่น และพยายามฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้

ธงชัย สันติวงษ์ (2534 : 46) ได้ให้ความเห็นว่า ลักษณะของเป้าหมายที่ดีควรเป็นดังนี้

1. สามารถบรรยายความออกเป็นระดับต่างๆ ของความสำเร็จที่ต้องการ
2. มีการเน้นหรือระบุเกี่ยวกับเวลาที่จะทำให้เกิดผลสำเร็จได้
3. สอดคล้องกับวัตถุประสงค์
4. สอดคล้องเข้ากันได้กับเป้าหมายอื่นๆ

เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 : 123 - 126) กล่าวว่า คนเราจะมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าต่อตนเองและองค์กรที่ทำงานอยู่จำเป็นที่เราจะต้องมีการกำหนดเป้าหมายในการกระทำสิ่งต่างๆ ซึ่งเป้าหมาย หรือจุดหมายที่ดีควรมีลักษณะดังนี้

1. ชัดเจน คือยังเป็นเป้าหมายที่ใกล้ตัวเท่าไรก็ยิ่งต้องมีความชัดเจนมากขึ้นเท่านั้น
2. มีระยะเวลาเป็นตัวกำหนด คือ เป้าหมายระยะสั้น ระยะปานกลางและระยะยาว
3. สามารถดำเนินการกระทำเพื่อไปสู่เป้าหมายได้ โดยวิธีการที่จะไปสู่เป้าหมายนั้นอาจจะเปลี่ยนแปลงได้ตามสถานการณ์ ซึ่งต้องยืดหยุ่นและปรับปรุงให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริง

2.3.4 การพัฒนาให้บุคคลมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

รังสรรค์ เพ็งหู่ (2531:82-103) กล่าวว่า การพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้พร้อมที่จะอยู่ในโลกที่เปลี่ยนแปลงสู่อนาคตที่ไม่แน่นอนนี้ หนทางหนึ่งคือ การให้บุคคลที่มีทัศนคติที่กว้างไกลทั้งในแง่ของมิติเกี่ยวกับเวลา สถานที่ ชุมชนและวิถีชีวิตเพื่อจะได้ปรับปรุง ปฏิบัติหรือกำหนดแนวทางเดินที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการช่วยกระตุ้นให้เยาวชนสร้างอนาคตที่พึงประสงค์ของตนเองและสังคมได้ตั้งแต่ปัจจุบัน และได้เสนอแนวคิดในการพัฒนาให้บุคคลมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ดังนี้

1. มุ่งให้บุคคลตระหนักว่า อนาคตเกิดจากความสัมพันธ์ของเหตุการณ์ในอดีตและสภาพแวดล้อมกับโอกาส และโดยการเลือกตัดสินใจของมนุษย์เอง
2. มุ่งให้บุคคลตระหนักว่า การคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคตเป็นการตรวจสอบทางเลือกที่อาจเป็นไปได้ในอนาคต
3. มุ่งให้บุคคลมองเห็นความสัมพันธ์ของโลก และชีวิตอย่างเป็นระบบเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ (2530:107-108) ได้เสนอแนะวิธีการกระตุ้นบุคคลมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ไว้ดังนี้

1. ให้เขียนเรื่องราวของตนที่เกี่ยวกับปัจจุบันและอนาคต โดยอาจกำหนดให้เขียนถึงสภาพชีวิตและการวางแผนการใช้ชีวิตในบั้นปลายด้วย
2. ให้ฝึกเขียนนวนิยายชีวิต ซึ่งอาจกำหนดช่วงเวลาไว้ เช่น ตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่หรือจากปู่ไปถึงหลาน
3. ฝึกวางแผนเกี่ยวกับชีวิตของตนเอง อาจจะเป็นแผน 5 ปี 7 ปี หรือ 20 ปี ก็ได้ ฝึกเล่นหมากรุกเพื่อที่จะเอาชนะชนะ
4. ให้แบบอย่างของการวางแผนระยะยาว หรือการวางแผนการดำเนินชีวิตเพื่อบรรลุเป้าประสงค์บางประการในอนาคต

อุมพร ตรังคมบัติ (2544:348) กล่าวว่า การที่เด็กจะมีเป้าหมายนั้น พ่อแม่ต้องสร้างความอยากให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก เช่น อยากเป็นคนเก่ง อยากเป็นที่หนึ่ง อยากแข่งขัน โดยบอกลูกว่าการไปถึงจุดแห่งชัยชนะนั้นคืออะไร ทำได้โดยการคุยกับลูกบ่อย ๆ และทำชีวิตประจำวันให้มีความกระตือรือร้น มีชีวิตชีวา มีความรู้สึกสนุกในการเรียนรู้เมื่อลูกเริ่มมีเป้าหมายแล้ว จงพยายามทำให้มันชัดเจน เป้าหมายที่ไม่ชัดเจนในที่สุดก็จะเลือนลอย ในชีวิตของเรามีหลายสิ่งที่ต้องทำ บางครั้งถ้าไม่ตั้งเป้าหมายให้ชัดเจนสิ่งอื่น ๆ อาจจะมาบดบังเป้าหมายที่เคยตั้งไว้ นอกจากนี้ได้กล่าวอีกว่า เด็กจะตั้งเป้าหมายได้ต่อเมื่อเขามีความคาดหวังในตัวเอง คาดหวังว่าตัวเองจะประสบความสำเร็จ พ่อแม่จะทำให้ลูกคาดหวังในตนเองได้ก็โดยตัวพ่อแม่ต้องคาดหวังในตัวลูกก่อน และถ้าหากลูกยังไม่มีเป้าหมายที่ชัดเจน พ่อแม่ต้องลองให้ลูกพัฒนาความสามารถในด้านต่าง ๆ อย่างหลากหลายเพื่อช่วยให้ลูกได้ค้นพบตัวเองและรู้จักตัวเองมากขึ้นว่าตนเองเหมาะกับอะไร เพราะการที่ลูกมีเป้าหมายจะทำให้มีความคิดสร้างสรรค์และมีความเพียรพยายามแม้จะอุปสรรคและมีความคับข้องใจ (Goleman D.1998 : 90) เมื่อลูกมีเป้าหมายที่ชัดเจนและสามารถวัดได้ว่าเป้าหมายเหล่านั้นมีความสำคัญกับตนเองจริง ๆ ลูกก็จะพยายามหาหนทางเพื่อที่จะไปสู่เป้าหมายแม้ว่าจะมีปัญหาและอุปสรรคก็ตาม (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ .2531 : 19)

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า เป้าหมายจะเป็นการระบุถึงความสำเร็จของงานที่ทำโดยเป้าหมายจะต้องเป็นเป้าหมายที่เป็นไปได้ ชัดเจน และเฉพาะเจาะจง เพราะเป้าหมายจะเป็นเส้นทางที่ผู้ปฏิบัติต้องดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตนตั้งไว้ เมื่อผู้เรียนมีเป้าหมายในการเรียนก็จะปฏิบัติตนเพื่อที่จะไปสู่เป้าหมายนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าการตั้งเป้าหมายจะส่งผลกระทบต่อความเข้มแข็งในการมองโลกหรือไม่

2.4 การอบรมเลี้ยงดู

กระบวนการถ่ายทอดทางสังคม (Socialization) เป็นกระบวนการถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยม และมาตรฐานของสังคม เพื่อให้บุคคลสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งกระทำได้ 2 ทาง คือ การถ่ายทอดค่านิยมและทัศนคติโดยการอบรมสั่งสอน การให้กฎระเบียบอย่างชัดเจน และทางอ้อม ได้แก่ การเป็นแบบอย่างหรือการให้เด็กเรียนรู้จากตัวแบบ ซึ่งกระบวนการถ่ายทอดทางสังคมกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สำหรับครอบครัวนั้นกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ – ลูก หรือที่เรียกว่า การอบรมเลี้ยงดู ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญในการถ่ายทอดทางสังคม (นงนุช โรจนเลิศ .2533 : 42 ;อ้างอิงจาก Mccall and Simon.1982 .*Social Psychology*.90) วิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรของพ่อแม่นั้นมีความสำคัญในการปลูกฝังลักษณะของบุคลิกภาพให้แก่บุตรทั้งที่เจตนาและไม่เจตนา เนื่องจากพ่อแม่เป็นผู้ที่

อยู่ใกล้ชีวิตเด็กตั้งแต่แรกเกิด ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นสังคมหน่วยแรกของเด็กที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อพัฒนาการของเด็กตั้งแต่เริ่มแรกและวัยต่อ ๆ มา (อรชุนา พุ่มสวัสดิ์ .2539 : 21)

2.4.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ได้มีนักการศึกษาและนักวิชาการให้ความหมายการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา ดังนี้

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2528:6) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดา หรือผู้ปกครอง ปฏิบัติต่อเด็ก และเรียกร้องให้เด็กปฏิบัติต่อตน ซึ่งเป็นการปฏิสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่องทำให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว และเลียนแบบการกระทำต่าง ๆ ของผู้อบรมเลี้ยงดู การอบรมเลี้ยงดูที่ส่งผลต่อพฤติกรรมและเจตคติของเด็กสามารถแบ่งได้เป็น 3 แบบ คือ การอบรมเลี้ยงดูปล่อยปละละเลย การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยและการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

ทรงพล ภูมิพัฒน์ (2538: 53) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูหมายถึง ขบวนการที่บุคคลพบตั้งแต่เกิดจนตาย เป็นขบวนการสำคัญยิ่งในการพัฒนาชีวิตและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลภายใต้ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมและประเพณีของสังคม

ยุวดี เทียรชมประสิทธิ์ (2536: 72) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การกระทำของพ่อแม่หรือผู้ปกครองทั้งด้วยกาย วาจา ทำที่ที่มีต่อเด็ก อันมีผลให้เด็กมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปตามแนวทางพัฒนาการของชีวิตและเป็นที่ยอมรับของผู้แวดล้อม ผู้อบรมจะตั้งใจอบรมสั่งสอนให้เด็กยอมรับการปฏิบัติตามเกณฑ์หรือแนวทางที่สังคมยอมรับ เพื่อจะได้เติบโตขึ้นตามแนวที่ผู้อบรมต้องการ

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็กทั้งทางวาจาและท่าทางเพื่อให้เด็กเจริญตามแนวที่ต้องการและเป็นที่ยอมรับของสังคม

ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู

สำนักงานเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ (2534:20) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่เป็น 3 ลักษณะ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบเผด็จการ หมายถึง การที่พ่อแม่มักให้ลูกอยู่ในโอวาท มีระเบียบวินัย ถ้าสั่งสอนด้วยวาจาไม่เป็นผล ก็อาจใช้อำนาจบังคับมาตรการส่วนใหญ่เป็นการลงโทษบางครั้งอาจให้รางวัลแต่เป็นส่วนน้อย ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้มักทำให้ลูกไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบทำตามคำสั่งมากกว่าคิดเอง ถ้าไม่มีคนบังคับอาจจะทำอะไรไม่ถูก เมื่อ

เข้าสังคมจะเก็บกด บางครั้งใช้วิธีก้าวร้าวรุกรานผู้อื่น หรือหนีออกจากบ้านเพราะคิดว่าพ่อแม่ไม่รักหรือเป็นศัตรูกับตน

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่สอนให้ลูกใช้เหตุผล โดยให้เหตุผลที่ต้องลงโทษเมื่อลูกทำผิด มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเสมอ มีการทำกิจกรรมร่วมกันและปฏิบัติตามกติกาที่กำหนดไว้ การเลี้ยงดูแบบนี้จะทำให้ลูกมีความรับผิดชอบ มีเหตุผล รับฟังความคิดเห็นของคนอื่น สามารถเข้ากับผู้อื่นได้ รู้จักประนีประนอม ยอมรับในมติเสียงข้างมากและกล้าทำในสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยตามสบาย หมายถึง การที่พ่อแม่ปล่อยให้ลูกทำอะไรได้ตามสบาย ไม่ว่าลูกจะทำอะไรก็ปล่อยตามใจ การเลี้ยงดูแบบนี้ จะทำให้ลูกขาดความรับผิดชอบ ควบคุมตนเองไม่ได้ ขาดการยำเกรงผู้ใหญ่ ไม่เคารพสิทธิของผู้อื่น ถ้าเป็นเด็กที่มาจากครอบครัวที่ฐานะดีมักจะใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ชอบเกะกะระรานผู้อื่น สำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะยากจนจะขาดความมักใหญ่ใฝ่สูงและไม่มีจุดมุ่งหมายของชีวิต

ประติพันธ์ อุปรัญ (2537: 246) กล่าวว่าลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่มีหลายรูปแบบ ซึ่งโดยปกติแล้วพ่อแม่จะใช้การอบรมเลี้ยงดูหลาย ๆ แบบ เพื่อให้ลูกมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยแบ่งได้เป็น 4 รูปแบบ ดังนี้

1. การเลี้ยงดูแบบมีเหตุผลและสมเหตุสมผล หมายถึง การที่พ่อแม่ให้ความสำคัญกับเด็ก เข้าใจพัฒนาการของเด็ก รับฟังความคิดเห็นหรือข้อโต้แย้งจากเด็กส่งเสริมในสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์และห้ามปรามในสิ่งที่เห็นว่าไม่ควรทำ ให้ความช่วยเหลือแก่เด็กตามสมควร อบรม สั่งสอนให้เด็กรู้จักช่วยเหลือตนเองและกล้าตัดสินใจด้วยตัวเอง ประพฤติตนให้เป็นที่ยอมรับและยอมรับของผู้อื่น ให้คำชมสำหรับพฤติกรรมที่พึงประสงค์เป็นครั้งคราวและไม่ลงโทษเด็กจนเกินกว่าเหตุ

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบโอ้อวดหรือตามใจมากเกินไป หมายถึง การที่พ่อแม่มุ่งสนองความต้องการของลูกเพียงอย่างเดียวโดยไม่คำนึงถึงผลด้านอื่นที่จะเกิดขึ้น พ่อแม่จะทำทุกอย่างเพื่อลูกและบางครั้งยอมเสียมารยาทกับผู้อื่นเพียงเพื่อให้ลูกได้ในสิ่งที่ต้องการ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขี่ถือความคิดของพ่อแม่เป็นใหญ่ หมายถึง การที่พ่อแม่ชอบบังคับให้ลูกทำในสิ่งที่พ่อแม่ต้องการโดยไม่คิดว่าลูกจะพอใจหรือไม่พอใจ และพ่อแม่มักจะมั่นใจว่าการกระทำของตนนั้นถูกต้อง เพราะถือว่าการกระทำเพราะความรัก ความหวังดีและมีประสบการณ์มาก่อน ชอบให้ลูกอยู่ในระเบียบวินัยและตั้งกฎเกณฑ์ต่าง ๆ สำหรับลูก ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน การแต่งกาย ความประพฤติและการแสดงความคิดเห็น

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบตามอารมณ์ หมายถึง การเลี้ยงดูที่ขึ้นอยู่กับอารมณ์ของพ่อแม่ไม่คงเส้นคงวา เมื่อใดที่พ่อแม่อารมณ์ดีก็อาจจะตามใจลูกมากกว่าปกติแต่เมื่อใดที่พ่อแม่

อารมณ์ไม่ดีก็ไม่ให้ความสนใจลูก บางครั้งอยากใช้เหตุผลก็จะพูดคุยกับลูกแบบมีเหตุมีผล แต่บางครั้งก็ไม่มีเวลาที่จะพูดคุยกับลูก

โรเจอร์ส (ปิยพร ดวงทอง.2539 : 19 อ้างอิงจาก Rogers.1972 .*Issues in Adolescent Psychology* .117) ได้แบ่งการ อบรมเลี้ยงดูที่อิทธิพลต่อบุคลิกภาพออกเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูปล่อยปละละเลย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่ลูกรู้สึกว่าตนเอง ไม่ได้รับการเอาใจใส่ ไม่ได้รับคำแนะนำหรือช่วยเหลือจากพ่อแม่เท่าที่ควร

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง วิธีการเลี้ยงดูที่ทำให้ลูกรู้สึกว่าตน ได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม พ่อแม่ไม่ตามใจจนเกินไปหรือเข้มงวดจนเกินไป ยอมรับ ความสามารถและความคิดของลูก ให้ความร่วมมือกับลูกตามสมควร

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่ลูกรู้สึกว่าตนถูก พ่อแม่ก้าวท้าวเรื่องส่วนตัว ลูกมีความรู้สึกที่ตนเองถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่พ่อแม่ต้องการ

สุชา จันท์ธอม (2543:148) ได้สรุปลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ไว้ดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบรักและปกป้องมากเกินไป (Overprotection) มักพบกับพ่อแม่ที่เคยขาดความรักมาก่อน หรือมีลูกยากซึ่งจะทำให้ลูกไม่กล้าคิดไม่กล้าตัดสินใจ ต้องพึ่งพาผู้อื่นตลอดเวลา ขาดความมั่นใจในตนเอง

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจไม่มีขอบเขต (Overindulgence) เป็นการเลี้ยงดูแบบรักและตามใจ สอนให้เด็กเอาตนเองเป็นศูนย์กลาง ซึ่งจะทำให้เด็กอยู่กับคนอื่นได้ยาก และชอบตำหนิผู้อื่น

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบวิตกกังวล (Anxious attitude) มักพบกับพ่อแม่ที่กลัวว่า ลูกจะเหมือนตนเอง การที่แม่มีความวิตกกังวลจะทำให้ลูกเป็นเด็กขี้อายได้

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง (Rejection) พบในพ่อแม่ที่ไม่พร้อมที่จะแต่งงาน อายุยังน้อย ฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี เด็กที่เกิดมาได้เพศไม่ตรงกับที่ต้องการ เด็กพิการ เจ็บป่วยหรือผิดปกติ พ่อแม่จะไม่สนใจลูกทำให้ลูกกระวนกระวายและกลายเป็นเด็กก้าวร้าวและเป็น antisocial ได้

5. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (Perfectionist) พ่อแม่จะตั้งกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ให้ลูกทำเพราะพ่อแม่คาดหวังในตัวลูกมาก เด็กจึงไม่ค่อยใช้ความคิดและรู้สึกว่าต้อง พึ่งพาผู้อื่นเสมอและเด็กจะรู้สึกว่าต้องทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของพ่อแม่เสมอ เด็กจะไม่ยอมรับความไม่สบายใจไว้กับตัวเองและเมื่อทำอะไรไม่สำเร็จก็จะรู้สึกว่าเป็นปมด้อย

6. การอบรมเลี้ยงดูแบบไม่คงเส้นคงวา (Inconsistency) พ่อแม่จะเลี้ยงลูกตาม อารมณ์ของตนเอง ซึ่งทำให้ลูกสับสนไม่รู้ว่าวันนี้พ่อแม่จะปฏิบัติกับตนอย่างไร เด็กก็จะสนองตอบโดยการเป็นเด็กดี หงุดหงิด ก้าวร้าว และจะเลือกทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการอบรม 2 ลักษณะ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยโดยจะสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกหรือไม่

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการอบรมลักษณะต่าง ๆ ได้มีนักวิชาการและนักการศึกษา กล่าวไว้เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ทั้ง 2 ลักษณะ ดังนี้

2.4.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

ลัตดาวัลย์ พรศรีสมุทร และ วิลาสลักษณ์ ชีววัลลี (2524:6) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การที่พ่อแม่ออกคำสั่งและควบคุมการกระทำของเด็กในเรื่องต่าง ๆ อยู่เสมอ โดยไม่ปล่อยให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง

ประณต นันทิยะกุล (2543 :20) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การอบรมสั่งสอนที่พ่อแม่ใช้วิธีออกคำสั่งกับลูกเพื่อให้อยู่ในโอวาท มีระเบียบวินัย ถ้าสั่งสอนด้วยวาจาไม่ได้ผลก็อาจใช้อำนาจเข้าบังคับมาตรการส่วนใหญ่จะเป็นการลงโทษ นอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ยังเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบพ่อแม่เป็นใหญ่ พ่อแม่ควบคุมใกล้ชิด เด็กไม่มีโอกาสได้เป็นอิสระไม่เป็นตัวของตัวเอง ไม่มีโอกาสตัดสินใจด้วยตนเอง พ่อแม่จะออกคำสั่งให้เด็กปฏิบัติตามจนทำให้เด็กรู้สึกอึดอัด พ่อแม่มักจะใช้การลงโทษในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช .2543:263)

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่เป็นใหญ่ พ่อแม่จะควบคุมการกระทำทุก ๆ อย่างของลูกโดยไม่ปล่อยให้ลูกเป็นตัวของตัวเอง

ผลของการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะทำให้เด็กไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ขาดความเป็นผู้นำ (เพราพรณ เปลี่ยนภู . 2542:67) นอกจากนี้การที่พ่อแม่เตือนลูกตลอดเวลา ออกคำสั่งกับเด็กอยู่เสมอ ใช้กฎระเบียบหรือความต้องการของตนเข้าควบคุมพฤติกรรมของเด็ก สิ่งเหล่านี้จะคอยควบคุมให้เด็กยังคงกระทำตามสิ่งที่พ่อแม่ต้องการเมื่อยังอยู่กับพ่อแม่ แต่เมื่อไม่อยู่กับพ่อแม่แล้วเด็กจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวไม่รับผิดชอบ (สุโขทัยธรรมาราช.2543:263)

2.4.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

เฟา และ เบลคิน (Faw and Belkin.1989:384) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ให้ความอบอุ่น และให้เสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นกับเด็ก

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจักษ์ปัจฉิม (2520 :5) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การที่พ่อแม่อบรมเลี้ยงดูลูกแบบใช้เหตุผล มีการแจกแจงเหตุผลต่าง ๆ เมื่อสนับสนุนให้เด็กกระทำหรือห้ามปรามมิให้กระทำสิ่งใด

ปัทมา ศิริเวช (2541:218) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่น มีความผูกพันกันระหว่างพ่อแม่ลูก พ่อแม่เอาใจใส่เข้าใจและยอมรับในความคิดเห็นของลูก

ประณต นันทิยะกุล (2543:21) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่สอนให้ใช้เหตุผลในการกระทำสิ่งต่าง ๆ มีการชี้แจงเหตุผล ก่อนที่จะลงโทษ พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการทำกิจกรรมร่วมกันและปฏิบัติตามกติกาที่ตกลงกันได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล พ่อแม่เอาใจใส่ เข้าใจและยอมรับในความคิดเห็นของลูก มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

ผลจากการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยทำให้ลูกเป็นคนที่มีความเป็นมิตร ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นมิตร ซื่อสัตย์ มีอารมณ์มั่นคง ร่าเริง มีความรับผิดชอบต่องานตัวเองและส่วนรวม มองตนเองได้ตรงกับความเป็นจริง เคารพชีวิตด้วยความมุ่งมั่น เป็นคนตรงไปตรงมาไวใจได้ (Hurlock.1964:661) นอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยยังทำให้เด็กนับถือตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีความสามารถในการควบคุมตนเอง และสามารถแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวม (Breckridge. 1966 :80 ; *citting Strother , Jack and Page .1955*) คอบบ์ (นริศว์ ปรารมภ์. 2539:2 ; อ้างอิงจาก Cobb. 1976.*Phychometric Medicine.*) กล่าวว่า การที่เด็กได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จะทำให้เด็กมีความเป็นอิสระไม่ต้องพึ่งผู้อื่น ทำให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อพบกับปัญหาก็สามารถเผชิญปัญหาและหาวิธีแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างผู้ปกครองกับเด็กเนื่องจากผู้ปกครองจะบังคับให้เด็กทำในสิ่งที่ผู้ปกครองต้องการโดยที่เด็กไม่เต็มใจ ซึ่งจะทำให้เด็กทำตามความต้องการด้วยความจำใจและเด็กไม่มีโอกาสได้คิดเองเมื่อประสบกับปัญหาเด็กก็จะไม่กล้าเผชิญปัญหาและไม่สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองให้เด็กได้ร่วมคิดและตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ผู้ปกครองกับเด็ก

เข้ากันได้เป็นอย่างดีทำให้เด็กได้รับความอบอุ่น ซึ่งจะทำให้เด็กมีความมั่นใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองดังนั้นเมื่อเด็กประสบกับปัญหา เด็กก็สามารถเผชิญและแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกหรือไม่

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก

3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

✓ คาลิโมและวูลู (หัทยา มัทยาท.2541:40 ;อ้างอิงจากKalimo and Vouli.1990:76-89) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลก แรงสนับสนุนทางสังคมกับความสามารถ และความพึงพอใจในการทำงานของผู้ใหญ่ในฟินแลนด์ เป็นเพศชาย 361 คนและเพศหญิง 345 คน มีอายุระหว่าง 31-44 ปี โดยใช้การศึกษาระยะยาวแบบย้อนหลัง (Retrospective longitudinal Study) วัดความเข้มแข็งในการมองโลก แรงสนับสนุนทางสังคมในวัยเด็กและวัยรุ่น วัดความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานในวัยผู้ใหญ่ จากการศึกษพบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็ก คนที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกและมีแรงสนับสนุนจากสังคมสูงในวัยรุ่นจะมีความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานสูงเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ การที่บุคคลมีความสามารถและพึงพอใจในการทำงานแสดงว่าบุคคลนั้นมีความสุขในชีวิตสูง บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่จะมีความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานต่ำนั้นคือมีความสุขในชีวิตต่ำ แสดงว่าความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตและมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงสนับสนุนทางสังคม

แมคเชอร์รี่ และโฮล์ม (McSherry and Holm. 1994 : 477 – 845) ได้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับความแตกต่างของระดับความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลที่มีผลต่อสภาวะทางจิตใจและร่างกาย โดยแบ่งระดับความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นเป็น 3 ระดับ คือ สูง กลาง ต่ำ ผลการศึกษาพบว่าเมื่อกระตุ้นให้กลุ่มทดลองเกิดความเครียด ทั้ง 3 กลุ่ม เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางจิตใจโดยรู้สึกอึดอัดไม่สบายใจ และพบว่ากลุ่มที่มีระดับความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำจะมีความอึดอัดไม่สบายใจมากที่สุด นอกจากนี้ ผลการศึกษายังพบอีกว่ากลุ่มนี้มีแนวโน้มที่จะเลือกวิธีที่จะปรับตัวโดยการเผชิญกับปัญหาน้อยกว่ากลุ่มที่ความเข้มแข็งในการมองโลกในระดับกลางและสูง ผลการศึกษานี้สนับสนุนแนวความคิดของแอนโทโนฟสกี (Antonovsky.1982) ที่กล่าวว่าบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมีความยินดี มองสิ่งต่าง ๆ ไปในทางที่ดี ซึ่งการที่บุคคลมองสิ่งต่าง ๆ ในทางที่ดีนี้ จะทำให้เขารู้สึกว่าชีวิตมีโอกาสรประสบความสำเร็จ ทั้งนี้เพราะคุณลักษณะในการมองโลกนั้นเกี่ยวพันกับการที่บุคคลนั้นเชื่อว่าพวกเขามีความสามารถที่จะจัดการกับการความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ

โควาร์ด (รัชนี นามจันทร์ และ สมจิต หนูเจริญกุล .2543:302;อ้างอิงจาก Coward DD.1996.*Nursing Research*.116-121.) ศึกษาความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลที่มีสุขภาพดี จำนวน 152 คน พบว่าความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์กับภาวะเหนือตนเอง (Self – transcendence) การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความหวัง ความสมดุลด้านอารมณ์ความรู้สึก (affect balance) ความผาสุกในชีวิตและยังพบว่า ปัญหาสุขภาพ ปัญหาเศรษฐกิจ และการเกิดอารมณ์ทางลบ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเข้มแข็งในการมองโลก

✓ จอร์จ (รัชนี นามจันทร์ และสมจิต หนูเจริญกุล.2543:302 ;อ้างอิงจาก George VD.1996. *Public Health Nursing*.244 – 252.) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับลักษณะส่วนบุคคลของผู้ปฏิบัติงานเยี่ยมบ้าน พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ อายุ ระดับการศึกษา จำนวนปีที่ปฏิบัติงานและจำนวนปีที่อยู่ในวิชาชีพและยังพบว่า เพศชายมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าเพศหญิง ซึ่งจากการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่า ลักษณะส่วนบุคคลบางประการ ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษาและประสบการณ์ในการทำงาน มีอิทธิพลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล ทั้งนี้อาจเป็นเพราะลักษณะส่วนบุคคลเหล่านี้ให้แหล่งด้านความเครียดและประสบการณ์ชีวิตแก่บุคคลแตกต่างกัน จึงส่งผลให้ระดับความเข้มแข็งในการมองโลกแตกต่างกัน

โพส – ไวท์ และคนอื่นๆ (Post – white and others. 1996 : 1572 - 1574) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของการมีความหวัง (Senes of Hope) กับความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) พบว่า การมีความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความเข้มแข็งในการมองโลกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกและบุคคลที่มีความหวัง จะมีคุณลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ เมื่อพบกับสิ่งเร้าไม่ว่าจะเป็น ทางบวกหรือทางลบ บุคคลนั้นจะสามารถค้นหาความหมายจากสถานการณ์นั้นๆ ยอมรับวิธีการต่างๆ ที่สามารถเป็นไปได้ มองเห็นความคาดหวังของตนและเป้าหมายในอนาคตได้อย่างแน่นอน และสามารถดัดแปลงวิธีการต่างๆ มาเพื่อทำให้ตนได้รับความสำเร็จตามเป้าหมาย

คาร์สเดน และสเปนเจนเบอร์ก (Carstens and Spanggenberg. 1997 :1211 – 1220) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับโรคซึมเศร้า และความเข้มแข็งในการมองโลก โดยใช้แบบสอบถามความเข้มแข็งในการมองโลก แบบวัดและภาวะซึมเศร้าของเบค (Beck) ในผู้ป่วย 50 คน ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคซึมเศร้า (Major Depressive Disorder) และกลุ่มผู้ป่วยควบคุมอีก 50 คน พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับภาวะซึมเศร้าและคุณลักษณะความรู้สึกว่ามีความหมายเป็นตัวแทนายที่ดีที่สุดของภาวะซึมเศร้า

✓ ลันด์เบอร์ก (รัชนี นามจันทร์ และสมจิต หนูเจริญกุล.2543:308 ;อ้างอิงจาก Lundberg,O. 1997.*Social Science & Medicine*.163-171.) ศึกษาติดตามระยะยาวโดยเก็บข้อมูล 2 ครั้ง ในปี 1981 และปี 1991 ร่วมกับการสอบถามย้อนหลังเกี่ยวกับประสบการณ์วัยเด็ก โดยศึกษากับชาวสวีเดน จำนวน 4390 คน พบว่า ประสบการณ์ชีวิตในวัยเด็กที่อิทธิพลทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ ได้แก่ การอยู่ในครอบครัวที่มีความขัดแย้ง มีความยากลำบากทางเศรษฐกิจ

3.2 งานวิจัยในประเทศ

✓ สมจิต หนูเจริญกุล และคนอื่นๆ (2532 : 186) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของสิ่งรบกวนในชีวิตประจำวัน ความเข้มแข็งในการมองโลก และการรับรู้ความผาสุกในชีวิตของอาจารย์พยาบาลในมหาวิทยาลัย โดยศึกษาในอาจารย์พยาบาล ของภาควิชาพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และอาจารย์พยาบาลของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยใช้แบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลกของแอนโทโนฟสกี (Antonovsky.1982) แบบวัดสิ่งรบกวนในชีวิตประจำวันของแคนเนอร์ (Kanner.1981) และแบบวัดถึงการรับรู้ถึงความผาสุกในชีวิตของ ดูพาย (Dupuy.1977) ผลการวิจัยพบว่า สิ่งรบกวนในชีวิตประจำวันมีความสัมพันธ์ทางลบต่อการรับรู้ถึงความผาสุกในชีวิตประจำวัน ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการรับรู้ถึงความผาสุกในชีวิต และพบว่าอายุไม่สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเข้มแข็งในการมองโลกได้

กังสดาล สุทธิวิธีสรรค์ (2535 : 61 - 72) ได้ศึกษาค้นคว้าในเรื่องตัวแปรที่มีความสัมพันธ์และทำนายความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลในหอผู้ป่วยหนัก โรงพยาบาลศูนย์ และโรงพยาบาลทั่วไป สังกัดกองโรงพยาบาลภูมิภาค ภาคเหนือ สำนักงานปลัดกระทรวงกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 146 ราย พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหนื่อยหน่าย ความอ่อนล้าทางอารมณ์ การลดความสำเร็จส่วนบุคคลและความเหนื่อยหน่ายโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .001 และความเข้มแข็งในการมองโลก สามารถอธิบายความแปรปรวนของความเหนื่อยหน่าย ด้านความอ่อนล้าทางอารมณ์ ความรู้สึกและความคับข้องใจในการปฏิบัติงาน

พัชรินทร์ นินทจันทร์ (2538 : 50) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลก กับความวิตกกังวลประจำตัวนักศึกษาพยาบาล โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี ผลการศึกษาพบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลประจำตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ในระดับสูง

อุทัยทิพย์ จันทร์เพ็ญ (2539:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสต่อการเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ติดยาที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล

กลุ่มตัวอย่างทดลองจำนวน 10 คน ให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส รายละ 6 ครั้ง เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 40 นาที รวม 10 ชั่วโมง ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองผู้ป่วยที่ติดสุราที่ได้รับการให้คำปรึกษาแนวโลกอสมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นันทิยา เอกอริคมกิจ (2542:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบรายบุคคลและแบบกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนในสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิง บ้านปราณี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาปรากฏว่า เยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษา แบบกวนิยมแบบรายบุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเยาวชนที่ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไม่มีความแตกต่างกับเยาวชนที่ให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลและเยาวชนที่ไม่ได้ให้คำปรึกษา และเยาวชนที่มีจำนวนครั้งที่กระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดแตกต่างกัน เมื่อได้รับการให้คำปรึกษาแล้ว มีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

✕ จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลกทั้งในและต่างประเทศ สรุปได้ว่า มีปัจจัยหลายประการที่สัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก คือ การมีความหวัง ความรู้สึกถึงความผาสุกในชีวิต ประสบการณ์ที่ได้รับ การอบรมเลี้ยงดู ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเอง การมีอารมณ์ดีและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม เนื่องจากการความเข้มแข็งในการมองโลกสามารถส่งเสริมและพัฒนาในช่วงวัยรุ่นได้ดี ดังนั้นถ้าเราทราบว่าปัจจัยได้บ้างที่สัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก ก็จะทำให้สามารถพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนได้ นอกจากนี้ในประเทศไทยยังมีการศึกษาความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่นน้อยมาก โดยส่วนใหญ่จะศึกษาเกี่ยวกับการให้คำแนะนำกับผู้ที่ต้องประสบกับเหตุการณ์ที่รุนแรงหรือป่วยเพื่อที่จะส่งเสริมให้คนเหล่านั้นมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้แก่ เชาวนปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดจุดมุ่งหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 67 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 9,474 คน เนื่องจากช่วงเวลาที่ทำการศึกษาเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นช่วงปลายภาคเรียนที่ 2 มีบางโรงเรียนปิดภาคเรียนไปแล้ว ดังนั้นจึงมีโรงเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มประชากร 24 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 3,480 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) โดยใช้เพศเป็นชั้น (strata) และมีห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (sampling unit) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95 % ($\alpha = .05$) ค่าความคลาดเคลื่อน ± 1 % สุ่มจากประชากร 24 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 3,480 คน เป็นเพศชาย 1,513 คน และเป็นเพศหญิง 1,967 คน คำนวณได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 191 คน ซึ่งแบ่งเป็นเพศหญิง 79 คน และเป็นเพศชาย 112 คน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 230 คน เป็นเพศหญิง 90 คน และเป็นเพศชาย 140 คน มีขั้นตอนการสุ่มดังนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยคิดว่าความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกัน ซึ่งถ้าเลือกกลุ่มตัวอย่างขึ้นมาสำรวจโดยไม่แบ่งนักเรียนตามเพศจะทำให้ได้ข้อมูลเพียงบางเพศ ซึ่งอาจจะทำให้ผลการสำรวจมีความคลาดเคลื่อนจากความจริง ดังนั้นผู้วิจัยจึงกำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น

(Stratified random sampling) โดยใช้เพศเป็นชั้น (strata) และมีห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (sampling unit) โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างมีขั้นตอนดังนี้

1.1 คำนวณค่าความแปรปรวนของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงจากแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลกที่ได้จากการทดลองครั้งที่ 2 ซึ่งได้ผลดังนี้ คือ ความแปรปรวนของคะแนนของนักเรียนชายเท่ากับ 9.14 และความแปรปรวนของคะแนนของนักเรียนหญิงเท่ากับ 5.03

1.2 คำนวณหาจำนวนกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) (มยุรี ศรีชัย.2538:110)

$$n_0 = \frac{N \sum_{g=1}^k N_g \sigma_g^2}{\frac{N^2 e^2}{Z^2 \alpha/2} + \sum_{g=1}^k N_g \sigma_g^2} = 191 \text{ คน}$$

1.3 คำนวณหาจำนวนนักเรียนชายและนักเรียนหญิง (นิยม ปุราคำ.2517:159)

$$n_h = n_0 \left[\frac{N_g \sigma_g}{\sum_{h=1}^k N_g \sigma_g} \right]$$

ได้เพศชาย 112 คน และเพศหญิง 79 คน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ใช้เพศชาย 140 คน และเพศหญิง 90 คน

ขั้นที่2 ทำการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) โดยใช้เพศเป็นชั้น (strata) และใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (Sampling unit) ซึ่งมีวิธีการสุ่มตามลำดับดังนี้

2.1 จากโรงเรียนทั้งหมด 24 โรงเรียน มีจำนวน 93 ห้อง เป็นนักเรียนชาย 1,513 คน และเป็นนักเรียนหญิง 1,967 คน ผู้วิจัยสุ่มมา 5 โรงเรียน ได้โรงเรียนสวายจิกพิทยาคม โรงเรียนกระสังพิทยาคม โรงเรียนชุมแสงพิทยาคม โรงเรียนเมืองแกพิทยาคม และโรงเรียนลำดวนพิทยาคม ได้จำนวน 17 ห้องเรียน เป็นนักเรียนชาย 257 คน และเป็นนักเรียนหญิง 375 คน

2.2 สุ่มห้องเรียนมา 50 เปอร์เซนต์ ได้ 9 ห้องเรียน โดยเป็นนักเรียนชาย 167 คน เป็นนักเรียนหญิง 224 คน

2.3 สุ่มนักเรียนเพื่อใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้นักเรียนชาย 140 คนและนักเรียนหญิง 90 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถาม 6 ฉบับ ดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 30 ข้อ

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดความพึงพอใจต่อปัญหาทางอารมณ์ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ

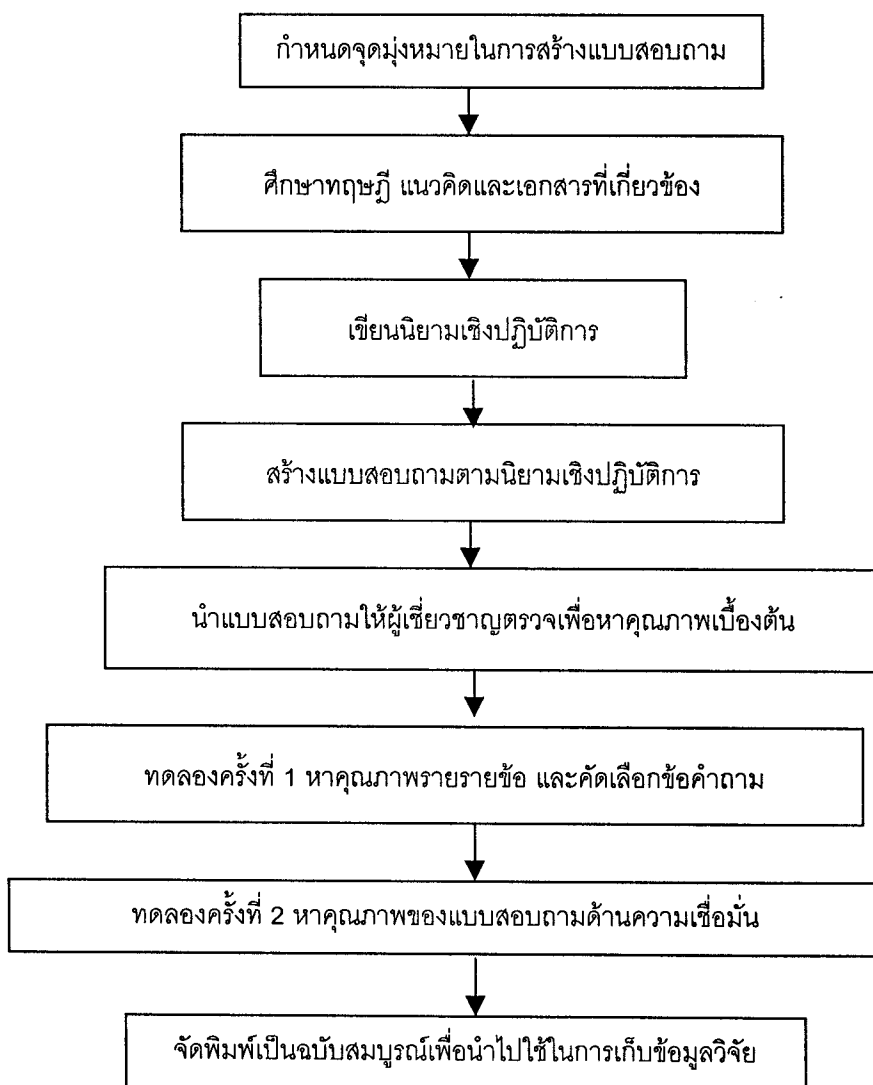
ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดการยอมรับแบบเข้มงวดกวดขัน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการยอมรับแบบประชาธิปไตย มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

ฉบับที่ 1 และ ฉบับที่ 4 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเอง ส่วนฉบับที่ 2,3,5,6 ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามที่มีอยู่แล้ว

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 2 ฉบับ คือ แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก และแบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต โดยมีวิธีการสร้างดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถาม

จากภาพประกอบ 3 ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถาม เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

1.1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

1.2 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

2. ศึกษาทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลกและการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

3. เขียนนิยามปฏิบัติการ จากการศึกษาในข้อที่ 2 โดยเขียนนิยามตามคุณลักษณะที่ต้องการวัด

4. เขียนข้อคำถามในแบบสอบถามแต่ละฉบับ โดยเขียนให้สอดคล้องตามที่นิยามไว้

4.1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 54 ข้อ มีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านความสามารถเข้าใจเหตุและผลของการกระทำของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น จำนวน 15 ข้อ

2. ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง จำนวน 17 ข้อ

3. ด้านการเห็นคุณค่าของตนเองและสิ่งเกิดขึ้นกับตน จำนวน 22 ข้อ

4.2 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ จำนวน 35 ข้อ

5. นำแบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน จากภาควิชาการวัดผลและการวิจัยการศึกษา จำนวน 3 ท่าน ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาจำนวน 2 ท่าน ซึ่งผู้เชี่ยวชาญจากภาควิชาการวัดผลและวิจัยทางการศึกษา คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิคม ตั้งคะพิภพ รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ และอาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ ผู้เชี่ยวชาญจากภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คือ อาจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์ และอาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นด้านความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) โดยพิจารณาความสอดคล้องของแบบสอบถาม (IOC) กับนิยาม โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ให้	1	คะแนน	เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นวัดได้ตรงตามนิยาม
ให้	0	คะแนน	เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นวัดได้ตรงตามนิยาม
ให้	-1	คะแนน	เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นวัดได้ไม่ตรงตามนิยาม

คัดเลือกข้อความที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ผลการคัดเลือกได้จำนวนข้อของแบบสอบถามแต่ละฉบับ ดังนี้

5.1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก มี 54 ข้อ ผู้วิจัยคัดเลือกไว้จำนวน 43 ข้อ โดยพิจารณาคัดเลือกข้อที่วัดได้ตรงตามนิยามเชิงปฏิบัติการ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.80 ถึง 1.00 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านความสามารถเข้าใจเหตุและผลของการกระทำของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น จำนวน 15 ข้อ
2. ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง จำนวน 14 ข้อ
3. ด้านการเห็นคุณค่าของตนและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน จำนวน 14 ข้อ

5.2 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มี 35 ข้อ ผู้วิจัยคัดเลือกไว้จำนวน 31 ข้อ โดยพิจารณาคัดเลือกข้อที่วัดได้ตรงตามนิยามเชิงปฏิบัติการ ซึ่งมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.60 ถึง 1.00

6. นำแบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ที่คัดเลือกข้อความที่อยู่ในเกณฑ์และผ่านการปรับปรุงแก้ไขภาษาแล้วไปทดลองใช้ครั้งที่ 1 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนห้วยราชพิทยาคม จำนวน 100 คน เพื่อหาอำนาจจำแนกรายข้อ โดยหาค่าสหสัมพันธ์ของคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้อที่เหลือทั้งหมด โดยใช้สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product moment correlation) แล้วคัดเลือกเฉพาะข้อความที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ซึ่งผลปรากฏดังนี้

6.1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก จำนวน 43 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง 0.149 ถึง 0.513 คัดเลือกไว้ 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง 0.202 ถึง 0.513 โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านความสามารถเข้าใจเหตุและผลของการกระทำของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น จำนวน 10 ข้อ
2. ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง จำนวน 10 ข้อ
3. ด้านการเห็นคุณค่าของตนและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน จำนวน 10 ข้อ

6.2 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต จำนวน 31 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง 0.092 ถึง 0.455 คัดเลือกไว้ 20 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง 0.247 ถึง 0.455

7. นำแบบสอบถามทั้ง 2 ฉบับ ที่ผ่านการคัดเลือกแล้วในข้อ 6 ไปทดลองใช้ครั้งที่ 2 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนลำปลายมาศ จำนวน 100 คนเพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแต่ละฉบับดังนี้

7.1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าความเชื่อมั่น .715

7.2 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีค่าความเชื่อมั่น .846

8. จัดพิมพ์แบบสอบถามเป็นฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปเก็บข้อมูลในการวิจัย

การพัฒนาและการหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 4 ฉบับ ดังนี้

1. แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์
2. แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง
3. แบบสอบถามวัดการยอมรับเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
4. แบบสอบถามวัดการยอมรับเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

1. แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ของ สุภาพร พิสิษฐ์พัฒนา (2543) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ คือ ไม่เคยปฏิบัติ นาน ๆ ครั้ง บ่อยครั้ง บ่อยครั้งที่สุด มีทั้งข้อความเชิงบวกและเชิงลบ มีค่าอำนาจจำแนก (t) ตั้งแต่ 2.445 ถึง 11.028 และมีค่าความเชื่อมั่น .952 แบบสอบถามมีจำนวน 150 ข้อ แบ่งเป็น 5 ด้านดังนี้ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง จำนวน 30 ข้อ ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง จำนวน 30 ข้อ ด้านการจูงใจตนเอง จำนวน 30 ข้อ ด้านการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น จำนวน 30 ข้อ และด้านการมีทักษะทางสังคม จำนวน 30 ข้อ ผู้วิจัยเลือกข้อคำถามที่วัดได้ตรงกับนิยามเชิงปฏิบัติการที่ตั้งไว้จำนวน 20 ข้อ มีจำนวน ด้านละ 4 ข้อ ผู้วิจัยปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และปรับให้ข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ชนิด 4 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงน้อย ไม่จริงเลย แล้วนำไปทดลองใช้ หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่ ในกรณีที่จะศึกษาเฉพาะตัวแปรด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก ควรเพิ่มจำนวนข้อของแบบสอบถามและวิเคราะห์เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์เป็นรายด้าน

2. แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเองของอรอุมา สงวนญาติ (2544) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 5 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงปานกลาง จริงน้อย ไม่จริง มีค่าอำนาจจำแนก (t) ตั้งแต่ 2.545 ถึง 10.828 และมีค่าความเชื่อมั่น .886 แบบสอบถามมีจำนวน 60 ข้อ แบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้ ด้านการยอมรับนับถือตัวเอง จำนวน 12 ข้อ ด้านการได้รับการยอมรับจากเพื่อน จำนวน 17 ข้อ ด้านการได้รับการยอมรับจากครอบครัว จำนวน 17 ข้อ ด้านการได้รับการยอมรับจากครู จำนวน 14 ข้อ ผู้วิจัยเลือกข้อคำถามที่วัดได้ตรงกับนิยามเชิงปฏิบัติการที่ตั้งไว้จำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็นด้านการยอมรับนับถือตัวเอง จำนวน 6 ข้อ ด้านการได้รับการยอมรับจากเพื่อน จำนวน 7 ข้อ ด้านการได้รับการยอมรับจากครอบครัว จำนวน 3 ข้อ ด้านการได้รับ

การยอมรับจากครู จำนวน 4 ข้อ ผู้วิจัยปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และปรับให้ข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ชนิด 4 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงน้อย ไม่จริงเลย แล้วนำไปทดลองใช้หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่ ในกรณีที่จะศึกษาเฉพาะตัวแปรด้านความภาคภูมิใจในตนเองที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก ควรเพิ่มจำนวนข้อของแบบสอบถามและวิเคราะห์ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นรายด้าน

3. แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันของ ศิริพันธ์ วรรณกิจ (2545) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติเป็นส่วนใหญ่ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ มีค่าอำนาจจำแนก (t) ตั้งแต่ 5.863 ถึง 10.795 และมีค่าความเชื่อมั่น .810 แบบสอบถามมีจำนวน 15 ข้อ ผู้วิจัยปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และปรับให้ข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ชนิด 4 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงน้อย ไม่จริงเลย แล้วนำไปทดลองใช้หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่

4. แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยของ ศิริพันธ์ วรรณกิจ (2545) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ชนิด 4 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติเป็นส่วนใหญ่ ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ มีค่าอำนาจจำแนก (t) ตั้งแต่ 7.809 ถึง 10.618 และมีค่าความเชื่อมั่น .804 แบบสอบถามมีจำนวน 15 ข้อ ผู้วิจัยปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และปรับให้ข้อคำถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ชนิด 4 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงน้อย ไม่จริงเลย แล้วนำไปทดลองใช้หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับใหม่

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามทั้ง 4 ฉบับไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนลำปลายมาศ จำนวน 100 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแต่ละฉบับ ดังนี้

1. แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .673
2. แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .733
3. แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .925
4. แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .808

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียน

1. โรงเรียน

2. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

ตอนที่ 2 แบบสอบถาม

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องทางขวามือของข้อความในแต่ละข้อ เพียงช่องเดียวที่ตรงกับตัวของนักเรียนมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวนักเรียนมาก
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับตัวนักเรียนน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวนักเรียนเลย

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
	<u>ด้านความสามารถเข้าใจเหตุและผลของการกระทำของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น</u>				
0.	เมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงกับเพื่อน ข้าพเจ้าสามารถอธิบายเหตุผลให้เพื่อนยอมรับได้				
00.	<u>ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ข้าพเจ้าเข้าใจความเป็นไปของชีวิตเป็นอย่างดี</u>				
	<u>ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง</u>				
0.	ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะดำเนินชีวิตให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้ได้				
00.	เมื่อเกิดปัญหา ข้าพเจ้าสามารถหาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้				
	<u>ด้านการเห็นคุณค่าของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน</u>				
0.	ข้าพเจ้าเชื่อว่า ชีวิตของข้าพเจ้ามีคุณค่าและมีความหมาย				
00.	ข้าพเจ้าคิดว่าปัญหาทุกปัญหาให้บทเรียนและประสบการณ์กับชีวิต				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนในแต่ละข้อ ได้กำหนดค่าน้ำหนักของคะแนนตามตัวเลือกในแต่ละข้อความดังนี้

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงน้อย	ให้	1	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	0	คะแนน
จริงมาก	ให้	1	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	3	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 2.50 – 3.00	หมายถึง	มีความเข้มแข็งในการมองโลกอยู่ในระดับสูง
คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 1.50 – 2.49	หมายถึง	มีความเข้มแข็งในการมองโลกอยู่ในระดับ ค่อนข้างสูง
คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.49	หมายถึง	มีความเข้มแข็งในการมองโลกอยู่ในระดับ ค่อนข้างต่ำ
คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.00 – 0.49	หมายถึง	มีความเข้มแข็งในการมองโลกอยู่ในระดับต่ำ

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดเชาว์ปัญญาทางอารมณ์

	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
0.	ข้าพเจ้าสามารถสร้างความคุ้นเคยได้กับคนทุกเพศทุกวัย				
00.	ข้าพเจ้าบอกได้ว่าสิ่งใดมีอิทธิพลต่อจิตใจของข้าพเจ้า				
000.	ข้าพเจ้าบอกได้ว่าเหตุการณ์ใดที่ทำให้ข้าพเจ้าโกรธ				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนในแต่ละข้อ ได้กำหนดค่าน้ำหนักของคะแนนตามตัวเลือกในแต่ละข้อความดังนี้

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงน้อย	ให้	1	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	0	คะแนน
จริงมาก	ให้	1	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	3	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 2.50 – 3.00 หมายถึง มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์อยู่ระดับสูง

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 1.50 – 2.49 หมายถึง มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์อยู่ในระดับ
ค่อนข้างสูง

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.49 หมายถึง มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์อยู่ในระดับ
ค่อนข้างต่ำ

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.00 – 0.49 หมายถึง มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
0.	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองมีความสำคัญกับบุคคลอื่น				
00.	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้				
000.	ถ้าข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงานใดแล้วเพื่อนจะให้ความไว้วางใจ				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนในแต่ละข้อ ได้กำหนดค่าน้ำหนักของคะแนนตามตัวเลือก ในแต่ละข้อความดังนี้

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงน้อย	ให้	1	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	0	คะแนน
จริงมาก	ให้	1	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	3	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 2.50 – 3.00 หมายถึง มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับสูง

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 1.50 – 2.49 หมายถึง มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับ
ค่อนข้างสูง

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.49 หมายถึง มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.00 – 0.49 หมายถึง มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับต่ำ

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
0.	ข้าพเจ้าหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับอาชีพที่สนใจ				
00.	ข้าพเจ้าต้องการทำงานที่ถนัด เพื่อให้งานออกมาดี				
000.	ข้าพเจ้าคิดว่าการวางแผนเรื่องการเรียนเป็นสิ่งไม่จำเป็น				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนในแต่ละข้อ ได้กำหนดค่าน้ำหนักของคะแนนตามตัวเลือกในแต่ละข้อความดังนี้

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงน้อย	ให้	1	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	0	คะแนน
จริงมาก	ให้	1	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	3	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 2.50 – 3.00 หมายถึง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตอยู่ในระดับสูง

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 1.50 – 2.49 หมายถึง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.49 หมายถึง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.00 – 0.49 หมายถึง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตอยู่ในระดับต่ำ

ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
0.	เมื่อข้าพเจ้าทำของเสียหาย ผู้ปกครองจะลงโทษข้าพเจ้าทันที				
00.	เมื่อข้าพเจ้าเรียนไม่ดี ผู้ปกครองจะดุว่า หาวว่าไม่สนใจเรียน				
000.	ผู้ปกครองจะพาข้าพเจ้าไปเที่ยวในที่ที่ผู้ปกครองเลือกไว้				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนในแต่ละข้อ ได้กำหนดค่าน้ำหนักของคะแนนตามตัว
เลือกในแต่ละข้อความดังนี้

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงน้อย	ให้	1	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	0	คะแนน
จริงมาก	ให้	1	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	3	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 2.50 – 3.00 หมายถึง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
อยู่ในระดับมากที่สุด

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 1.50 – 2.49 หมายถึง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
อยู่ในระดับมาก

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.49 หมายถึง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
อยู่ในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.00 – 0.49 หมายถึง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
อยู่ในระดับน้อยที่สุด

ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

	ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริง มาก	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
0.	เมื่อข้าพเจ้าทำผิด ผู้ปกครองจะชี้แจงเหตุผลให้ทราบก่อนลงโทษ				
00.	ผู้ปกครองให้คำปรึกษาเมื่อข้าพเจ้าต้องการ				
000.	ข้าพเจ้าสามารถแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่อง ต่าง ๆ ในบ้านได้				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนในแต่ละข้อ ได้กำหนดค่าของน้ำหนักของคะแนนตามตัวเลือกในแต่ละข้อความดังนี้

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
จริงมาก	ให้	2	คะแนน
จริงน้อย	ให้	1	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ถ้าเลือกตอบข้อที่มีข้อความมีความหมายในทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้	0	คะแนน
จริงมาก	ให้	1	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	3	คะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 2.50 – 3.00	หมายถึง	ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยอยู่ในระดับมากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 1.50 – 2.49	หมายถึง	ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยอยู่ในระดับมาก
คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.49	หมายถึง	ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยอยู่ในระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 0.00 – 0.49	หมายถึง	ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยอยู่ในระดับน้อยที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒถึงผู้บริหารสถานศึกษาของโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
2. เตรียมแบบสอบถามให้เพียงพอกับจำนวนกลุ่มตัวอย่าง

3. นำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัยไปพบผู้บริหารสถานศึกษาแต่ละโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองทุกฉบับซึ่งในแต่ละฉบับประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 6 ชุด ได้แก่ แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบสอบถามมีทั้งหมด 230 ฉบับ ได้แบบสอบถามที่ตอบได้สมบูรณ์ทุกข้อจำนวน 230 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100.00 และได้ดำเนินการในระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ – มีนาคม ปี พ.ศ 2546

4. นำแบบสอบถามที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เพื่อทำการวิเคราะห์ค่าทางสถิติ และทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่าง มาทำการวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยระเบียบวิธีการทางสถิติ โดยใช้โปรแกรม SPSS for windows Version 10.00 มีขั้นตอนดังนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐานของคะแนน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความเข้มแข็งในการมองโลก และปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

2. หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยและระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product – Moment Correlation Coefficient) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (Multiple Correlation) และการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยใช้การทดสอบค่าเอฟ (F – test)

3. คำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta – Weight) และคำนวณหากำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R^2)

4. ทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติของค่าน้ำหนักความสำคัญ โดยทดสอบค่าที (t – test)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

1.1 การหาความเที่ยงตรงเชิงพื้นผิว (Face Validity) ของแบบสอบถามโดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยใช้สูตรของโรวินีลลีและแฮมเบิลตัน (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ .2539 : 249 ; อ้างอิงจาก Rovinelli and Hambleton.1977) ดังนี้

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

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้อง
R แทน ผลการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่าน
N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

1.2 วิเคราะห์ข้อคำถามเป็นรายข้อ (Item analysis) เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถามรายข้อ (Item) โดยหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้อที่เหลือทั้งหมด โดยใช้สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product moment correlation) (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์ .2545 :84) ดังนี้

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

เมื่อ r_{xy} แทน สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร X กับ Y
N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
X แทน คะแนนของข้อคำถามรายข้อ
Y แทน คะแนนผลรวมของข้อที่เหลือทั้งหมด

3. หาค่าความเชื่อมั่น ของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบัค (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ .2539 : 200 ; อ้างอิงจาก Cronbach.1951) ดังนี้

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

เมื่อ α แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
$\sum S_i^2$	แทน	ผลรวมของความแปรปรวนรายข้อ
S_i^2	แทน	ความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน

✓1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ คะแนนเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S) และค่าสัมประสิทธิ์ของการกระจาย (C.V.) (ศิริชัย กาญจนวาสี.2545 : 70)

$$C.V. = \frac{S}{\bar{X}} \times 100$$

✓2. การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายโดยใช้สูตรของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) (ชูศรี วงศ์รัตน์.2544:314)

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

เมื่อ	r_{xy}	แทน	สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนตัวแปร X กับตัวแปร Y
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนน X
	$\sum Y$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของ X แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum Y^2$	แทน	ผลรวมของ Y แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum XY$	แทน	ผลรวมของผลคูณระหว่าง X กับ Y ทุกคู่
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

✓3. การทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้ t - test (ชูศรี วงศ์รัตน์.2544:317 ;อ้างอิงจาก Welkowitz.1951:158)

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

เมื่อ	t	แทน	ค่าจากการแจกแจงแบบที
	R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

✓4. การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยคำนวณจากคะแนนของแบบสอบถาม วัดปัจจัยบางประการกับแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก (บุญชม ศรีสะอาด. 2541 :156)

$$R_{Y.12..k} = \sqrt{\beta_1 r_{Y1} + \beta_2 r_{Y2} + \dots \beta_k r_{Yk}}$$

เมื่อ	$R_{Y.12..k}$	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
	$\beta_1, \beta_2, \dots, \beta_k$	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยในรูปของคะแนนมาตรฐานของตัวแปรอิสระตัวที่ 1 ถึงตัวที่ k ตามลำดับ
	$r_{Y1}, r_{Y2}, \dots, r_{Yk}$	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามกับตัวแปรอิสระตัวที่ 1 ถึงตัวที่ k ตามลำดับ
	k	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ

5. การทดสอบนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้สูตรค่าการแจกแจงแบบเอฟ (F – Distribution) (บุญชม ศรีสะอาด. 2541: 163)

$$F = \frac{R^2/k}{(1-R^2)/(N-k-1)} \quad ; df_1 = k, df_2 = N - k - 1$$

เมื่อ	F	แทน	ค่าการแจกแจงแบบเอฟ
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
	R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
	k	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ

6. คำนำนัยสำคัญของตัวแปรอิสระ คำนวณโดยใช้สูตร

6.1 ค่า Score Weight (b) (Kerlinger & pedhazur.1973:61)

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

b_j	แทน	ค่านำนัยสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ j
-------	-----	-------------------------------------

β_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน ของตัวแปรอิสระตัวที่ j
s_y	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ของตัวแปรตาม
s_j	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน ของตัวแปรอิสระตัวที่ j

6.2 ทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระ
คำนวณโดยใช้ t-test (Kerlinger & pedhazur.1973 :119 -120)

$$t_j = \frac{b_j}{SE_{b_j}} \quad ; \quad df = N - k - 1$$

t_j	แทน	การแจกแจงแบบที ของค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวที่ j
b_j	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบของตัวแปรอิสระตัวที่ j
SE_{b_j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ j
N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
k	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอและการแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

X_1	แทน	เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์
X_2	แทน	ความภาคภูมิใจในตนเอง
X_3	แทน	การกำหนดเป้าหมายในอนาคต
X_4	แทน	การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
X_5	แทน	การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย
Y	แทน	ความเข้มแข็งในการมองโลก
n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
k	แทน	คะแนนเต็มรายข้อของแบบสอบถาม
M	แทน	คะแนนเฉลี่ย
$C.V.$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
r_{xy}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	กำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
b	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยในรูปคะแนนมาตรฐาน
SE_b	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ
t	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงของที
F	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงของเอฟ

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานของปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และความเข้มแข็งในการมองโลก
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัย ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก
3. คำนำนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยและการทดสอบนัยสำคัญของค่านำนักความสำคัญโดยใช้ค่าที (t)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสถิติพื้นฐานของปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และความเข้มแข็งในการมองโลก ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 ค่าสถิติพื้นฐานของปัจจัยแต่ละด้านและความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ตัวแปร	n	k	M	S	C.V.	แปล ความหมาย
เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ (X_1)	20	3	1.809	0.299	16.528	ค่อนข้างสูง
ความภาคภูมิใจในตนเอง (X_2)	20	3	1.713	0.314	18.330	ค่อนข้างสูง
การกำหนดเป้าหมายในอนาคต (X_3)	20	3	2.237	0.418	18.686	ค่อนข้างสูง
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4)	15	3	1.193	0.623	52.221	น้อย
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_5)	15	3	1.787	0.338	18.914	มาก
ความเข้มแข็งในการมองโลก (Y)	30	3	1.805	0.291	16.122	ค่อนข้างสูง

จากตาราง 3 แสดงว่า นักเรียนมีความเข้มแข็งในการมองโลก มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ มีความภาคภูมิใจในตนเองและมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

ส่วนในด้านการอบรมเลี้ยงดู นักเรียนมีความเห็นว่าตนเองได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันอยู่ในระดับน้อยและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (c.v.) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมีการกระจายของคะแนนสูงสุด มีค่าเท่ากับ 52.221 รองลงมาคือการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การกำหนดเป้าหมายในอนาคต ความภาคภูมิใจในตนเอง เซวณปัญหาทางอารมณ์ มีค่าเท่ากับ 18.914, 18.686, 18.330 และ 16.528 ตามลำดับ ส่วนความเข้มแข็งในการมองโลกมีการกระจายของคะแนนต่ำที่สุด มีค่าเท่ากับ 16.122

2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของตัวแปรปัจจัย สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลกและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ตัวแปร	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	Y
เซวณปัญหาทางอารมณ์ (X ₁)	1.000	.424**	.494**	-.160*	.270**	.466**
ความภาคภูมิใจในตนเอง (X ₂)		1.000	.209**	.240**	.284**	.422**
การกำหนดเป้าหมายในอนาคต (X ₃)			1.000	-.226**	.276**	.497**
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X ₄)				1.000	-.015	-.143*
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₅)					1.000	.325**
ความเข้มแข็งในการมองโลก (Y)						1.000
R = .630 R ² = .397 F = 29.472**						

* p < .05

** p < .01

จากตาราง 4 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยด้านเซวณปัญหาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าอยู่ระหว่าง .325 ถึง .497 ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันกับความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่า -.143 ซึ่งมีความสัมพันธ์

ทางลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า นักเรียนที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูง มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อยและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

เมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรปัจจัย พบว่า ปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กับตัวแปรปัจจัยหลายตัว ได้แก่ ปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคตและด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่วนปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กับตัวแปรปัจจัยหลายตัวได้แก่ ปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สำหรับปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์และปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีความสัมพันธ์ทางลบกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ แสดงว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อยจะมีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูงและมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูง

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับความเข้มแข็งในการมองโลก พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณมีค่าเท่ากับ .630 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าเท่ากับ .397 ซึ่งแสดงว่า ตัวแปรด้านปัจจัยทั้ง 5 ตัวร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความเข้มแข็งในการมองโลกร้อยละ 39.70

3. ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยที่มีต่อความเข้มแข็งในการมองโลก
ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยที่มีต่อความเข้มแข็งในการมองโลก
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ตัวแปร	β	b	SE _b	t
เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ (X_1)	.138	.200	.096	2.089*
ความภาคภูมิใจในตนเอง (X_2)	.296	.411	.087	4.749**
การกำหนดเป้าหมายในอนาคต (X_3)	.307	.321	.064	4.985**
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4)	-.121	-.113	.053	-2.126*
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_5)	.117	.202	.096	2.100*

* $p < .05$

a = 15.076

** $p < .01$

จากตาราง 5 พบว่า ค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองและการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาจากค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลกสูงสุดคือ ปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ .307 รองลงมาคือ ปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเอง เชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ .296, .138 และ .117 ตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ -.121 นั่นคือ นักเรียนที่การกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูง มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อยและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก จะส่งผลให้นักเรียนมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐานและวิธีการวิจัย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
2. เพื่อศึกษาน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

สมมุติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยบางประการมีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
2. มีน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยอย่างน้อย 1 ประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 67 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 9,474 คน เนื่องจากช่วงเวลาที่ทำการศึกษาเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นช่วงปลายภาคเรียนที่ 2 บางโรงเรียนได้ปิดภาคเรียนไปแล้ว ดังนั้นจึงมีโรงเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มประชากร 24 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 3,480 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 230 คน เป็นเพศชาย 140 คน และเป็นเพศหญิง 90 คน ซึ่งได้จากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อทำการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 6 ฉบับ คือ

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก จำนวน 30 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .715

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .673

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .733

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต จำนวน 20 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .846

ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .925

ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .808

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย ไปพบผู้บริหารสถานศึกษาแต่ละโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองทุกฉบับ ซึ่งในแต่ละฉบับประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 6 ชุด ได้แก่ แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบสอบถามมีทั้งหมด 230 ฉบับ ได้รับแบบสอบถามที่มีการตอบแบบสอบถามอย่างสมบูรณ์ จำนวน 230 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100.00 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในระหว่างเดือน กุมภาพันธ์ – มีนาคม ปี พ.ศ 2546

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. มีปัจจัยบางประการที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัย

ด้านเชาวันปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย กับความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าอยู่ระหว่าง .325 ถึง .497 ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันกับความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่า -.143 ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. มีปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก โดยพบว่า ค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองและการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับปัจจัยด้านเชาวันปัญญาทางอารมณ์และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน พบว่าปัจจัยที่ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลกสูงสุดคือปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ .307 รองลงมาคือปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเอง เชาวันปัญญาทางอารมณ์ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ .296, .138 และ .117 ตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก มีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ -.121

อภิปรายผล

จากการวิเคราะห์และสรุปผลการวิจัย สามารถอภิปรายผลประเด็นสำคัญได้ดังนี้

1. มีปัจจัยบางประการที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ว่า ปัจจัยบางประการมีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยพบว่า ปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ด้านเชาวันปัญญาทางอารมณ์ ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า นักเรียนที่มีเชาวันปัญญาทางอารมณ์สูง มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อยจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของโควาร์ด (รัชนี้ นามจันทรา และ สมจิต หนูเจริญกุล .2543:302;อ้างอิงจาก Coward DD.1996.Nursing Research.116-121.) ที่พบว่า บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมอง

โลกสูง จะรู้สึกว่าคุณค่าของคุณ มีค่า มีความหวัง มีจุดหมายในชีวิตและมีความสมดุลด้านอารมณ์ความรู้สึก ซึ่งก็แสดงว่านักเรียนที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูง มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูงจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงด้วย เฮอร์ลอค (Hurlock, 1964:661) กล่าวไว้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะทำให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเองพร้อมที่จะเผชิญปัญหาด้วยความมุ่งมั่น มีความเป็นอิสระไม่ต้องพึ่งผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองมีค่า เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อพบกับปัญหาก็สามารถเผชิญปัญหาและหาวิธีแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม (นริศว์ ปารมภ์, 2539:2 ; อ้างอิงจาก Cobb, 1976.*Psychometric Medicine*.) ในทางตรงกันข้าม เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบทำตามคำสั่งมากกว่าคิดเองถ้าไม่มีคนบังคับก็จะทำอะไรไม่ถูก เมื่อประสบกับปัญหาก็จะไม่กล้าเผชิญกับปัญหาและไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง (เพราพรณ เปลิยนภู .2542:67) แสดงว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

นอกจากนี้ยังพบว่าปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์และปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต มีความสัมพันธ์ทางลบกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ แสดงว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมากจะมีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ต่ำและมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตต่ำ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการที่พ่อแม่เลี้ยงลูกแบบเข้มงวดกวดขันโดยการบังคับให้ลูกปฏิบัติตามที่พ่อแม่ต้องการและควบคุมการกระทำของลูกในเรื่องต่างๆ อยู่เสมอจนทำให้ลูกรู้สึกอึดอัด ไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และมองโลกในแง่ร้าย นอกจากนี้ยังทำให้ลูกไม่มีการตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับอนาคตของตนเองโดยจะคอยทำตามคำสั่งของพ่อแม่เท่านั้นจนไม่เป็นของตัวเองและไม่รู้ถึงความต้องการที่แท้จริงของตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ สุชา จันทรเอน (2543:148) ที่กล่าวว่า การเลี้ยงลูกแบบเข้มงวดกวดขันจะทำให้ลูกทำสิ่งต่างๆ ตามความต้องการและเป้าหมายที่พ่อแม่ตั้งไว้ แสดงว่าเด็กไม่มีการตั้งเป้าหมายในอนาคตด้วยตนเอง และการที่พ่อแม่เตือนลูกตลอดเวลา ออกคำสั่งกับเด็กอยู่เสมอ ใช้อำนาจเบี่ยงหรือความต้องการของตนเข้าควบคุมพฤติกรรมของเด็ก สิ่งเหล่านี้จะคอยควบคุมให้เด็กยังคงกระทำตามสิ่งที่พ่อแม่ต้องการเมื่อยังอยู่กับพ่อแม่แต่เมื่อไม่อยู่กับพ่อแม่แล้วเด็กจะมีพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมของตนเองได้ (สุโขทัยธรรมาธิราช, 2543:263) ดังนั้นนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมากย่อมจะมีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ต่ำและมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตต่ำด้วย

2. คำนำนัยสำคัญของปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองและด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์และด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบ

ประชาธิปไตย ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ว่า มีน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยอย่างน้อย 1 ประการที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐานพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลกสูงสุดคือ ปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคต รองลงมาคือปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ชาวชนปัญญาทางอารมณ์ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก แสดงว่าการที่นักเรียนที่มีชาวชนปัญญาทางอารมณ์สูง มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตไว้สูง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและได้การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย ย่อมจะส่งผลให้นักเรียนเป็นคนที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงด้วย

การที่ปัจจัยด้านชาวชนปัญญาทางอารมณ์ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากบุคคลที่มีชาวชนปัญญาทางอารมณ์สูงจะเป็นคนที่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีสติพร้อมที่จะเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิต มองโลกในแง่ดี สามารถรับอารมณ์หรือความรู้สึกต่าง ๆ ได้ ซึ่งจะทำให้มีความเยือกเย็น และมีสติในการคิดและการกระทำสิ่งต่าง ๆ (คมเพชร จัตรศุภกุล .2542:15-18) ซึ่งจะช่วยให้เกิดมุมมองในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างสร้างสรรค์ (Mayer & Salovey.1997:131) นอกจากนี้ ทศพร ประเสริฐสุข (2544:100) กล่าวว่า บุคคลที่มีชาวชนปัญญาสูง จะมีความเข้าใจตนเองได้ดี รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง สามารถจัดความเครียดที่เป็นอุปสรรคต่อความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้เป็นอย่างดี ฉะนั้นบุคคลที่มีชาวชนปัญญาสูงจะส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงด้วย

สำหรับปัจจัยด้านความภาคภูมิใจในตนเองนั้นส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะเป็นคนที่เห็นคุณค่าในตนเอง มองว่าตนเองเป็นคนมีความสามารถ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความสามารถปรับตัวได้ดี และมีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างดี มีพฤติกรรมกรมการเผชิญปัญหาเพราะสามารถประเมินความสามารถของตนเองได้ว่าสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ (นริศว์ ปรารมภ์. 2539:96-97 ;อ้างอิงจาก Lazarus and Folkman. 1984. *Journal of Health and Social Behavior*.75) นอกจากนี้อุมาพร ตรังคสมบัติ (2544:144) กล่าวว่า เด็กที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมองว่าตนเองเป็นคนที่มีความหมายและมีสิ่งที่ดีอยู่ในตัว เมื่อมองแบบนี้ก็มีความสงบในจิตใจ ฟังพอใจในตนเอง รักตนเอง รู้ว่าตนเองสามารถทำสิ่งที่ดีมีประโยชน์ได้ ไม่รู้สึกด้อยค่า นั่นคือบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีความเชื่อมั่น กล้าเผชิญกับปัญหา มองว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เมื่อล้มแล้วยังลุกขึ้นมาสู้

ต่อ ดังนั้นการที่บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงย่อมส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงด้วย

ส่วนปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคตเป็นปัจจัยที่ส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลกสูงสุด ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากบุคคลที่มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตจะเป็นคนที่มุ่งมั่นพยายามฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้และสามารถคาดการณ์ได้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นในอนาคต เมื่อมีปัญหาก็สามารถเผชิญปัญหาได้อย่างกล้าหาญ นอกจากนี้การที่บุคคลมีเป้าหมายจะทำให้มีความคิดสร้างสรรค์และมีความเพียรพยายามแม้จะอุปสรรคและมีความคับข้องใจ (Goleman D.1998 : 90) ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2531 : 19) กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีเป้าหมายที่ชัดเจนและสามารถวัดได้ว่าเป้าหมายเหล่านั้นมีความสำคัญกับตนเองจริง ๆ บุคคลนั้นก็จะพยายามหาหนทางเพื่อที่จะไปสู่เป้าหมายแม้ว่าจะมีปัญหาและอุปสรรคก็ตาม นอกจากนี้ถวิล เกื้อกูลวงศ์ (2528:70) กล่าวว่า บุคคลที่มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตไว้สูงย่อมทำให้มีพลังมุ่งมั่นมากขึ้นในการที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น ฉะนั้นเมื่อบุคคลพบกับปัญหาต่าง ๆ ย่อมจะมีความมุ่งมั่นและพยายามฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ ดังนั้นปัจจัยด้านการกำหนดเป้าหมายในอนาคตจึงส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกสูงสุด

นอกจากปัจจัยที่กล่าวมาข้างต้นจะส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกแล้ว การอบรมเลี้ยงดูก็ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกเช่นกัน นั่นคือการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยส่งผลทางบวกต่อความเข้มแข็งในการมองโลก ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขี่ส่งผลทางลบต่อความเข้มแข็งในการมองโลก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยซึ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่ผู้ปกครองให้เด็กได้ร่วมคิดและตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ จะทำให้เด็กมีความมั่นใจในการจะกระทำการต่าง ๆ ด้วยตนเอง ดังนั้นเมื่อเด็กประสบกับปัญหาเด็กก็สามารถเผชิญและแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ประดินันท์ อูปรนัย.2537:246) และจากการศึกษาของ ลันด์เบิร์ก (ริชนี นามจันทรา และสมจิต หนูเจริญกุล.2543:308 ;อ้างอิงจาก Lundberg O.1997. *Social Science & Medicine*.163-171.) ที่พบว่า ประสบการณ์ชีวิตในวัยเด็กที่มีอิทธิพลทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ ได้แก่ การอยู่ในครอบครัวที่มีความขัดแย้ง นั่นคือการที่ผู้ปกครองอบรมเลี้ยงดูลูกแบบเข้มงวดกดขี่โดยบังคับให้ลูกทำในสิ่งลูกไม่อยากทำจนทำให้เกิดความขัดแย้งและความไม่เข้าใจกันระหว่างผู้ปกครองกับตัวเด็ก ดังนั้นเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขี่น้อยจะส่งผลให้เด็กมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

จากผลการวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า นักเรียนที่มีเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์สูง มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูง ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ

ประชาธิปไตยมากและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อยจะส่งผลให้เด็กมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงด้วย

ข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนะเป็น 2 ด้าน คือ

1. ด้านการนำผลการวิจัยไปใช้ ผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1.1 ในการวิจัยครั้งนี้ ประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์ ดังนั้นการนำผลการวิจัยไปใช้ต้องคำนึงถึงความเหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างด้วย

1.2 การวิจัยทำให้ทราบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก คือ ปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การกำหนดเป้าหมายในอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งจะเป็นประโยชน์กับผู้ปกครองและครูอาจารย์ในการส่งเสริมให้นักเรียนมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น

1.3 สำหรับผู้ปกครองที่ต้องการให้ลูกมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงนั้นควรเลี้ยงลูกแบบประชาธิปไตยโดยเปิดโอกาสให้ลูกได้คิดและตัดสินใจในการทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง บ้างตามความเหมาะสม แต่ไม่ควรเลี้ยงลูกแบบเข้มงวดกวดขันมากเกินไป

2. ด้านการทำวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

2.1 ในกรณีที่จะศึกษาเฉพาะตัวแปรเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกควรเพิ่มจำนวนข้อคำถามของแบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์ให้มากขึ้นโดยศึกษาปัจจัยด้านเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์เป็นรายด้าน

2.2 จากผลการวิจัยพบว่า การกำหนดเป้าหมายในอนาคตเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนสูงสุด จึงควรมีการทำวิจัยเพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตมากขึ้น

2.3 ควรมีการศึกษาความเข้มแข็งในการมองโลกกับนักเรียนในระดับอื่น ๆ เพราะการศึกษาเกี่ยวกับความเข้มแข็งในการมองโลกในกลุ่มนักเรียนยังมีจำนวนน้อย เนื่องจากความเข้มแข็งในการมองโลกถือว่าเป็นทักษะพื้นฐานที่สำคัญในการดำรงชีวิตที่จะทำให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะทำให้นักเรียนสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. (2543). คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ. (2526). ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัว. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- กั้งสตาล สุทธีวิสิทธ์. (2535). ความเข้มแข็งในการมองโลก แรงสนับสนุนทางสังคม ความเหนียวแน่นของพยาบาลในหออภิบาลผู้ป่วยหนัก. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พยาบาลศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2527,ตุลาคม - ธันวาคม). "ศึกษาและวิเคราะห์แนวคิดของ มาสโลว์(Maslow)", วารสารครุศาสตร์. 13(5):2 .
- คึกฤทธิ์ ปราโมช, ม.ร.ว. (2544). วัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ดอกหญ้า 2000.
- คมเพชร จิตรศุภกุล. (2542, กันยายน-ธันวาคม). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ : ปัจจัยส่งเสริมความสำเร็จในชีวิต", วารสารวิชาการ. 1(1) : 15-18.
- ✓ _____ . และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2544). การสร้างมาตรฐานประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับวัยรุ่นไทย. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จันทร์ฉาย พัทธ์ศิริกุล. (2532). ผลของการจัดโปรแกรมความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ฉายศิลป์ เชี่ยวชาญพัฒนา.(2527).การบริหาร .กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชีษณุกร พรภานุวิชัย. (2540). ความคาดหวังของประชาชนที่มีต่อบทบาทการจัดการทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นของสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล : กรณีศึกษา จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์. สค.ม (สิ่งแวดล้อม). นครปฐม : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- ✓ ชูศรี วงศ์รัตน์. (2544).เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 8 .กรุงเทพฯ : เทพเนรมิตรการพิมพ์.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์ปัจฉิม. (2520). รายงานการวิจัยฉบับที่ 21 เรื่องจริยธรรมของเยาวชนไทย. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. (2528). ปัจจัยทางจิตวิทยานิเวศน์ที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กของมารดาไทย. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- _____. (2530). ชุดฝึกอบรมการเสริมสร้างคุณลักษณะของข้าราชการพลเรือน. กรุงเทพฯ : สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงาน ก.พ.
- ถวิล เกื้อกูลวงศ์.(2528).การจูงใจเพื่อผลงาน.นครปฐม:โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม.
- / ถิรนนท์ อนวัช.(2530).พ่อแม่ลูกปลูกสร้างรัก.กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อาร์มภ์.
- ทรงพล ภูมิพัฒน์. (2538). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : ศูนย์เทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีปทุม.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2542,สิงหาคม). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา", วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1):19-35.
- _____. (2542, ธันวาคม). "ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา", วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 5(1) : 19-34.
- _____. (2543). "คู่มือความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา",ในรวมบทความทางวิชาการ อีคิว.กรุงเทพฯ : DESKTOP.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2542 ก). ความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการศึกษาแห่งชาติ.
- _____. (2542ข). ความฉลาดทางอารมณ์.พิมพ์ครั้งที่ 2.กรุงเทพฯ:บริษัทพิชฌเนศพรินติ้ง.
- _____. (2542 ค).ความฉลาดทางอารมณ์.กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์มติชน.
- _____. (2545) .ความฉลาดทางอารมณ์ : จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ.กรุงเทพฯ: มติชน.
- ธงชัย สันติวงษ์. (2533). กลยุทธ์และนโยบายธุรกิจ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- นงนุช โรจนเลิศ. (2533). การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองของนักเรียนวัย รุ่น.ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นภาพร พุ่มพุกษ์. (2529). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพระนารายณ์ ลพบุรี. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- / นริศว์ ประมรภ์. (2539). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาของนักเรียนวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

นิยม ปุราคำ.(2519).ทฤษฎีการสำรวจสถิติจากตัวอย่างและการประยุกต์.กรุงเทพฯ:ห้างหุ้นส่วน
จำกัด ศ.ส การพิมพ์.

นันทนา จันทรผืน.(2545).การศึกษาตัวแปรที่สัมพันธ์กับความคาดหวังในอนาคตของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถม
ศึกษา จังหวัดเชียงรายด้วยการวิเคราะห์หุระดับ .ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัย
และสถิติทางการศึกษา).กรุงเทพฯ :บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.

✓ นันทิยา เอกอริคมกิจ. (2542). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นราย
บุคคล และเป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิงใน
สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี. กรุงเทพมหานคร. ปริญญา
นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

บุญชม ศรีสะอาด. (2541). วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ :
สุวีริยาสาส์น.

บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์.(2545). ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือสำหรับการประเมิน
การศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาริราช.

ประณต นันทียะกุล. (2534). การเสริมสร้างประชาธิปไตยในครอบครัว. กรุงเทพฯ : สำนัก
เลขาธิการนายกรัฐมนตรี.

ปัทมา ศิริเวช และคณะ. (2541; กรกฎาคม – กันยายน). "สภาพครอบครัวและการอบรม
เลี้ยงดูวัยรุ่นที่ทำผิดกฎหมาย", วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 43 (3)
: 217 – 223 .

ปิยพร ดวงทอง.(2539).การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับบุคลิกภาพการ
แสดงตัว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 .ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (วัดผลการ
ศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .ถ่ายเอกสาร.

ปรารธนา ช้อนแก้ว. (2542). การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเยาวชนชายใน
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดยะลา โดยใช้กิจกรรมการออก
กำลังกายเป็นสื่อ. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์.(2531).การศึกษาค่านิยมในการทำงานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา.เขตการศึกษา 1 .กรุงเทพฯ:มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ.

พระราชวรมุณี (ประยูร ธมมจิตโต). (2542,สิงหาคม). "อีคิวในพระพุทธศาสนา", วารสาร
พฤติกรรมศาสตร์. 5(1):7.

- ✓ พัทธรินทร์ นินทจันทร์. (2538). ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลก กับความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลโรงพยาบาลรามาริบัติ. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช) เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย เชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- เพราพรรณ เปลียนภู. (2542). จิตวิทยาการศึกษา. ธนบุรี : คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี.
- ✓ มยุรี ศรีชัย. (2538). เทคนิคการสุมกลุ่มตัวอย่าง. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด วี.เจ. พรินต์ติ้ง. มหาวิทยาลัย, ทบวง. (2539). รายงานประจำปี. กรุงเทพฯ : ศรีเมืองการพิมพ์.
- มาศสรรค์ พัฒนานุพงษ์. (ผู้แปลและเรียบเรียง). (2531). เลี้ยงลูกให้เป็นตัวของตัวเอง. กรุงเทพฯ รุ่งแสงการพิมพ์.
- ยุวดี เทียรณประสิทธิ์. (2536). เอกสารประกอบการสอน จด 323 : จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รังสรรค์ เพ็งหนู. (2531). อนาคตศาสตร์และการแนะแนวเชิงอนาคต. ราชบุรี : โรงเรียนหนองโพวิทยา.
- ✓ รัชณี นามจันทร์ และสมจิต หนูเจริญกุล. (2543, กันยายน - ธันวาคม). "ความเข้มแข็งในการมองโลก การวิเคราะห์แนวคิดทางทฤษฎี และบททวนการวิจัย", วารสารการวิจัยทางพยาบาล. 4(3) : 269-310.
- ลัดดาวลย์ พรศรีสมุทร และวิลาสลักษณ์ ชีววัลลี. (2524). ครอบครัวกับการอนุรักษ์วัฒนธรรมทางจิตวิทยาของไทย. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ✓ ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2539). เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก.
- ✓ วิเชียร เกตุสิงห์. (2538; กุมภาพันธ์ - มีนาคม). "ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย : เรื่องง่ายที่บางครั้งก็พลาดได้", ข่าวสารการวิจัยการศึกษา. 18(3):8-11.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2542 , มกราคม - มิถุนายน) "เขาวนอารมณ์ดัชนีวัดความสำเร็จในชีวิต", วารสารแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. 1(2) : 15-17.
- _____. (2542). เขาวนอารมณ์ : ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จในชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : เอ็กสเปอร์เนต.
- ✓ วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2532). ปัญหาสุขภาพจิตของเด็ก. กรุงเทพฯ : แปลนพับลิชชิ่ง.
- วัลภา สบายยิ่ง. (2542). ปัจจัยด้านการตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง และบุคลิกภาพ ที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรง. ปรินญาณพนธ์ วท.ด. (วิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ศศิกานต์ ธนะโสธร. (2529). ผลของการมีตำแหน่งเป็นหัวหน้าห้องต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ศิริชัย กาญจนวาสี.(2545).สถิติประยุกต์สำหรับการวิจัย.พิมพ์ครั้งที่ 3 .กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริพันธ์ วรรณกิจ. (2545). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการ กับความรับผิดชอบต่อนตนเองและส่วนรวมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบสหสัมพันธ์ คาโนนิคอล.ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา) กรุงเทพฯ :บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมพิศ ไชยกิจ. (2536). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนราธิวาส. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- สุจิตรา เผื่อนอารีย์. (2533). ปฏิสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและรูปแบบผลย้อนกลับในคอมพิวเตอร์ช่วยสอนที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (มัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. (2532). การใช้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (การวิจัยการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุชา จันทรเอม.(2543).จิตวิทยาเด็กเกร.กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุพรรณิ จันทรวิเศษ. (2539). การวิเคราะห์องค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร
- สุภาพร พิสิฐฐพัฒนะ. (2543). การสร้างแบบทดสอบวัดเชาว์ปัญญาทางอารมณ์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2527). จิตวิทยาในการดำรงชีวิต เล่ม 1. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุมาลี โชติชุ่ม. (2544). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิทยาศาสตร์ และเชาว์อารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 ด้วยการสอน โดยใช้ชุดการเรียนวิทยาศาสตร์ที่ส่งเสริมเชาว์อารมณ์กับการสอนตามคู่มือครู. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. .

สุโขทัยธรรมมาธิราช, มหาวิทยาลัย. (2543). เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาพัฒนาการเด็ก และการเลี้ยงดู. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

สำนักงานเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ.(2534).การเสริมสร้างประชาธิปไตยในครอบครัว.

กรุงเทพฯ: สำนักเลขาธิการนายกรัฐมนตรี.

- ✓ สมจิต หนูเจริญกุล, ประคอง อินทรสมบัติ และพรรณวดี พุทธวัฒน์. (2532, กรกฎาคม – กันยายน). “สิ่งรบกวนในชีวิตประจำวัน ความเข้มแข็งในการมองโลกและการรับรู้ถึงความรู้ถึงความผาสุกในชีวิตของอาจารย์พยาบาลในมหาวิทยาลัย”, วารสารพยาบาล. 38 (3) : 169 – 190.

- ✓ หทัยา มัทยาภ .(2541).ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยการทำงาน และปัจจัยจิตใจ ที่เกี่ยวข้องกับความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลวิชาชีพประจำการ ในโรงพยาบาลศูนย์ภาคตะวันออก. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ✓ อารี ดัชนีเจริญรัตน์. (2540, มกราคม – เมษายน). “อารมณ์และสุขภาพจิต”, วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร. 1(3) : 36-53.

อารี เพชรผุด. (2537). จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อุษา ศรีจินดารัตน์. (2533). พัฒนาการของเอกลักษณ์แห่งอีโก้ที่เกี่ยวกับการรับรู้คุณค่าของการทำงานและการรับรู้คุณค่าของศาสนาในวัยรุ่นไทยภาคใต้. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.

อุทัยทิพย์ จันทรเพ็ญ. (2539). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกต่อการเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ติดสุรา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

อุมาพร ตรังคสมบัติ.(2544).สร้าง EQ ให้ลูกคุณ.กรุงเทพฯ:ชั้นต่ำการพิมพ์.

อรอุมา สงวนญาติ. (2544). การศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง ที่มีรูปแบบการตอบและวิธีวิเคราะห์แตกต่างกัน. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

อรชума พุ่มสวัสดิ์. (2539). การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในแบบที่ต่างกัน ตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ถ่ายเอกสาร.

- Albrencht, S.L (1979). *Social Psychology*. 2nd ed. New Jersey : Prentice – Hall , Inc.
- Antonovsky, A. (1982). *Health, Stress and Coping*. California. Joesey – Bass Inc
Pulisher.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health : How People Mange
Stress and Stay Well*. San Francis co : Jossey – Bass.
- Antonovsky, A. and S. Sagy. (1986, December). "The Development of a Sense
of Coherence and Its Impact on Responses to Stress Situation," *The
Journal of Social Psychology*. 2 (1): 213 – 223.
- Atwater, Eastwood. (1979). *Psychology of Adjustment : Personal Growth in A Changing
World*. New Jersey : Prentice – Hall.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action : A social cognitive theory*.
New Jersey : Englewood Cliff, N.J. : Prentice – Hall.
- Bass, B.M. (1960). *Leadership, Psychology and Organizational Behavior*. London :
Harper & Row, Ltd.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ – I) : Technical Manual*.
Toronto Canada : Multi – Health Systems.
- Bradshaw, Pete. (1981). *The Management of Self – Esteem*. New Jersey :
Prentice – Hall, Inc.
- Breckerridge, Marian Edgar. (1966). *Child Development Philadelphia*, W.B.
Saunders Company.
- Bruno, frank J. (1983). *Adjustment and Personal Growth : Seven Pathway*. 2nd ed.
New York : John Wiley & Sons.
- Carstens, J.A. and J.J. Spangeberg. (1997, June). "Major Depression A
Breakdown in sense of Coherence", *Psychological – Rep*. 80 (5) : 1211 –
1220.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self – Esteem*. San Francisco : Freeman.
_____. (1981). *SEI : Self – Esteem Inventories*. California : Psychologist Press, Inc.
- Faw, T. and Belkin, Gay S. (1989). *Child Psychology*. New York : McGraw –
Hill Publishing Company.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence : why it can mater more than IQ*. New York :
Bantam Books.
- _____. (1998) . *Working with emotion intelligence*. New York: Bantam Books.
- Hamacheck, Don E. (1978). *Encounters with the Self*. 2nd ed. New York : Holt.

- Hurlock, E.B. (1964). *Child Development*. New York : McGraw - Hill Book, Co.
- Kalellis, P.M. (1982). *A New Self – Restoring : A Positive Sense of Self*. Texas : Argus Communication.
- Kerlinger, Fred n. & Elazer, Pedhazur J. (1973) .*Multipleregression in Behavioral Research* .New york : Holt, Rinehart and Winston.
- Lindgren, Henry C. and Harvey, John H. (1981). *An Introduction to Social Psychology*. 3rd ed. California : The C.V. Mosby Company.
- Locke, E A., Latham al. (1984, May). Effect of self – efficacy, goals, and task strategies on task performance ,”*Journal of Applied Psychology*. 69(3) : 241-251.
- Latham, Gary P. and Sarri Lise M. (1979, May). Application of Social – Learning Theory to Training Supervisors Through Behavioral model. *Journal of Applied Psychology*. 64 (3) : 239 – 246.
- Maslow, Abraham M. (1970). *Motivation and Personality*. 2nd ed .New York : Harper & Row.
- Mayer, I.D. and Salovey, P. (1997). “What is emotional intelligence?” In P. Salvoes & D. U. Sluyter (Eds)”, *Emotional development and emotional intelligence*. New York : Basic Books.
- Mayer, I. D., Salovey, P, and Caruso, D. (1997, March). “*Competing Models of emotional intelligence*,” (in press) In R. J. Sternberg (ed.) *Handbook of human intelligence*. New York : Cambridge.
- Mc Sherry. W.C. and J.E. Holm. (1994). “Sense of Coherence : Its Effects on Psychological and Physiological Processes Prior to, During and After A stressful Situation. *Journal of Clinical Psychology*. 4 (1) : 476 – 485.
- Mussen and others. (1969). *Child Development and Personality*. 3rd ed. New York : Harper & Row Publishers.
- Post – White, J. and other. (1996, March). “Hope, Spirituality, Sense of Coherence and Quality of Life in Patients with Cancer,” *Oncology Nursing Forum Journal*. 23 (6) : 1571 – 1579.
- Rice, Phillip F. (1996). *The Adolescent : Development Relationship, and Culture*. New Jersey : Prentice – Hall.
- Rogers, Carl R. and Rosalind F. Diamon. (1959). *Psychotherapy and Personality Change*. Chicago : University of Chicago Press.

- Rosenberg, Morris. (1965). *Society and the Adolescent Self – Image*. New Jersey : Princeton University Press.
- Salorey, P., & Mayer, J. D. (1990, March). "Emotional Intelligence", *Imagination, and Personality*. 5(1) : 185-211.
- Stagner, Ross. (1961). *Psychology of Personality*. New Jersey : Prentice – Hall.
- Sullivan, G.C. (1993, March). "Toward Clarification of convergent concepts : Sense of Coherence, Will to meaning, Locus of Control, Learned Helplessness and Hardiness," *Journal of Advance Nursing*. 18 (7) : 1772 – 1778.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์

ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิคม ดังคะพิภพ

ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ

ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์

ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง

ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาคผนวก ข
ผลการวิเคราะห์ข้อคำถามรายชื่อ

ตาราง 6 ค่าความสอดคล้องของแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

ข้อ	IOC	ผลการคัดเลือก	ข้อ	IOC	ผลการคัดเลือก
1.	1.00	คัดเลือกไว้	28.	1.00	คัดเลือกไว้
2.	0.80	ตัดทิ้ง	29.	1.00	ตัดทิ้ง
3.	1.00	คัดเลือกไว้	30.	1.00	คัดเลือกไว้
4.	1.00	คัดเลือกไว้	31.	1.00	คัดเลือกไว้
5.	1.00	คัดเลือกไว้	32.	0.80	ตัดทิ้ง
6.	1.00	ตัดทิ้ง	33.	0.80	คัดเลือกไว้
7.	1.00	คัดเลือกไว้	34.	0.80	คัดเลือกไว้
8.	1.00	คัดเลือกไว้	35.	1.00	ตัดทิ้ง
9.	1.00	คัดเลือกไว้	36.	1.00	คัดเลือกไว้
10.	1.00	คัดเลือกไว้	37.	1.00	คัดเลือกไว้
11.	1.00	คัดเลือกไว้	38.	1.00	คัดเลือกไว้
12.	1.00	คัดเลือกไว้	39.	1.00	ตัดทิ้ง
13.	8.00	คัดเลือกไว้	40.	1.00	คัดเลือกไว้
14.	1.00	ตัดทิ้ง	41.	1.00	คัดเลือกไว้
15.	1.00	คัดเลือกไว้	42.	1.00	ตัดทิ้ง
16.	1.00	คัดเลือกไว้	43.	1.00	คัดเลือกไว้
17.	0.80	ตัดทิ้ง	44.	1.00	คัดเลือกไว้
18.	1.00	คัดเลือกไว้	45.	1.00	คัดเลือกไว้
19.	1.00	คัดเลือกไว้	46.	1.00	ตัดทิ้ง
20.	0.80	คัดเลือกไว้	47.	1.00	คัดเลือกไว้
21.	1.00	คัดเลือกไว้	48.	1.00	คัดเลือกไว้
22.	1.00	คัดเลือกไว้	49.	1.00	คัดเลือกไว้
23.	1.00	คัดเลือกไว้	50.	1.00	คัดเลือกไว้
24.	0.80	คัดเลือกไว้	51.	1.00	คัดเลือกไว้
25.	1.00	ตัดทิ้ง	52.	1.00	คัดเลือกไว้
26.	0.80	คัดเลือกไว้	53.	1.00	คัดเลือกไว้
27.	1.00	คัดเลือกไว้	54.	1.00	คัดเลือกไว้

ตาราง 7 ค่าความสอดคล้องของแบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

ข้อ	IOC	ผลการคัดเลือก	ข้อ	IOC	ผลการคัดเลือก
1.	1.00	คัดเลือกไว้	19.	0.80	คัดเลือกไว้
2.	1.00	คัดเลือกไว้	20.	1.00	คัดเลือกไว้
3.	1.00	คัดเลือกไว้	21.	1.00	คัดเลือกไว้
4.	1.00	คัดเลือกไว้	22.	0.60	ตัดทิ้ง
5.	1.00	คัดเลือกไว้	23.	0.60	ตัดทิ้ง
6.	0.60	ตัดทิ้ง	24.	0.80	คัดเลือกไว้
7.	0.60	คัดเลือกไว้	25.	1.00	คัดเลือกไว้
8.	1.00	คัดเลือกไว้	26.	0.80	คัดเลือกไว้
9.	1.00	คัดเลือกไว้	27.	0.80	คัดเลือกไว้
10.	0.60	คัดเลือกไว้	28.	1.00	คัดเลือกไว้
11.	1.00	คัดเลือกไว้	29.	0.80	คัดเลือกไว้
12.	1.00	คัดเลือกไว้	30.	1.00	คัดเลือกไว้
13.	0.80	คัดเลือกไว้	31.	1.00	คัดเลือกไว้
14.	1.00	คัดเลือกไว้	32.	1.00	คัดเลือกไว้
15.	1.00	คัดเลือกไว้	33.	0.60	คัดเลือกไว้
16.	0.80	คัดเลือกไว้	34.	1.00	คัดเลือกไว้
17.	0.80	คัดเลือกไว้	35.	0.60	ตัดทิ้ง
18.	0.80	คัดเลือกไว้			

ตาราง 8 ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

ข้อ	r	ผลการคัดเลือก	ข้อ	r	ผลการคัดเลือก
1.	0.183	ตัดทิ้ง	24.	0.265	คัดเลือกไว้
2.	0.158	ตัดทิ้ง	25.	0.151	ตัดทิ้ง
3.	0.281	ตัดทิ้ง	26.	0.029	ตัดทิ้ง
4.	0.167	ตัดทิ้ง	27.	0.413	คัดเลือกไว้
5.	0.432	คัดเลือกไว้	28.	0.312	คัดเลือกไว้
6.	0.295	คัดเลือกไว้	29.	0.246	คัดเลือกไว้
7.	0.282	คัดเลือกไว้	30.	0.259	คัดเลือกไว้
8.	0.431	ตัดทิ้ง	31.	0.040	ตัดทิ้ง
9.	0.351	คัดเลือกไว้	32.	0.355	คัดเลือกไว้
10.	0.176	ตัดทิ้ง	33.	0.232	คัดเลือกไว้
11.	0.202	คัดเลือกไว้	34.	0.318	คัดเลือกไว้
12.	0.394	คัดเลือกไว้	35.	0.360	คัดเลือกไว้
13.	0.454	คัดเลือกไว้	36.	0.149	ตัดทิ้ง
14.	0.268	คัดเลือกไว้	37.	0.263	คัดเลือกไว้
15.	0.513	คัดเลือกไว้	38.	0.459	ตัดทิ้ง
16.	0.364	คัดเลือกไว้	39.	0.399	ตัดทิ้ง
17.	0.331	คัดเลือกไว้	40.	0.486	คัดเลือกไว้
18.	0.213	คัดเลือกไว้	41.	-0.473	คัดเลือกไว้
19.	0.329	คัดเลือกไว้	42.	0.235	คัดเลือกไว้
20.	0.444	คัดเลือกไว้	43.	0.256	คัดเลือกไว้
21.	0.309	คัดเลือกไว้			
22.	0.259	ตัดทิ้ง			
23.	0.295	คัดเลือกไว้			

ตาราง 9 ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

ข้อ	r	ผลการคัดเลือก	ข้อ	r	ผลการคัดเลือก
1.	0.118	ตัดทิ้ง	17.	0.440	คัดเลือกไว้
2.	0.277	ตัดทิ้ง	18.	0.214	คัดเลือกไว้
3.	0.092	ตัดทิ้ง	19.	0.149	ตัดทิ้ง
4.	0.179	ตัดทิ้ง	20.	0.286	คัดเลือกไว้
5.	0.274	คัดเลือกไว้	21.	0.435	ตัดทิ้ง
6.	0.440	คัดเลือกไว้	22.	0.426	คัดเลือกไว้
7.	0.423	คัดเลือกไว้	23.	0.354	คัดเลือกไว้
8.	0.391	คัดเลือกไว้	24.	0.423	คัดเลือกไว้
9.	0.250	คัดเลือกไว้	25.	0.257	ตัดทิ้ง
10.	0.167	ตัดทิ้ง	26.	0.289	คัดเลือกไว้
11.	0.277	ตัดทิ้ง	27.	0.338	คัดเลือกไว้
12.	0.305	คัดเลือกไว้	28.	0.342	ตัดทิ้ง
13.	0.435	คัดเลือกไว้	29.	0.285	คัดเลือกไว้
14.	0.327	คัดเลือกไว้	30.	0.286	คัดเลือกไว้
15.	0.455	คัดเลือกไว้	31.	0.247	ตัดทิ้ง
16.	0.319	คัดเลือกไว้			

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลก
 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์

คำชี้แจง

1.แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 6 ฉบับ คือ

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก	จำนวน 30 ข้อ
ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดเชาว์ปัญญาทางอารมณ์	จำนวน 20 ข้อ
ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง	จำนวน 20 ข้อ
ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต	จำนวน 20 ข้อ
ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน	จำนวน 15 ข้อ
ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	จำนวน 15 ข้อ

2. แบบสอบถามในตอนที่ 2 ลักษณะของข้อคำถามแต่ละข้อจะมีคำตอบให้นักเรียนเลือก 4 ระดับ
 วิธีการตอบแบบสอบถาม โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ในช่องทางขวามือของข้อความในแต่ละข้อเพียง
 ช่องเดียวที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด โดยมีหลักเกณฑ์ในการเลือกดังนี้

จริงมากที่สุด	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวนักเรียนมาก
จริงน้อย	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับตัวนักเรียนน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับตัวนักเรียนเลย

3. คำตอบที่จริงใจของนักเรียนจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัย และผู้วิจัยขอรับรองว่าคำตอบ
 ของนักเรียนไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียนใด ๆ ของนักเรียนทั้งสิ้น และคำตอบของนักเรียนจะถูกเก็บเป็น
 ความลับ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ☒ ลงในช่อง ☐ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็น
 จริงเกี่ยวกับตัวนักเรียน

1. โรงเรียน

2. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

ตอนที่ 2 แบบสอบถาม

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

ข้อ	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
①	✓ 1. ข้าพเจ้านั้นใจว่าจะดำเนินชีวิตให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้ได้				
	2. เมื่อข้าพเจ้าคิดถึงชีวิตของตนเอง ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจในตนเอง				
	3. ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา ข้าพเจ้าเข้าใจความเป็นไปของชีวิตเป็นอย่างดี				
②	✓ 4. เมื่อเกิดปัญหา ข้าพเจ้าสามารถหาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้				
	5. ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ข้าพเจ้าเป็นคนไม่มีคุณค่า				
④	✓ 6. เมื่อข้าพเจ้าต้องทำอะไรก็ตาม ข้าพเจ้ามีความมั่นใจว่าจะทำได้สำเร็จ				
⑥	✓ 7. ไม่ว่าจะเกิดปัญหาอะไรขึ้น ข้าพเจ้าก็สามารถหาวิธีแก้ปัญหานั้นได้				
	8. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ารู้สึกว่าสิ่งที่ข้าพเจ้าทำอยู่ทุกวันนี้ไร้ประโยชน์				
	✓ 9. เมื่อข้าพเจ้าพบกับสิ่งที่ไม่สมหวัง ข้าพเจ้ามักจะเป็นทุกข์อยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นจนไม่เป็นอันกินอันนอน				
	✓ 10. ข้าพเจ้าสามารถเข้ากับคนอื่นได้ดีแม้จะไม่เคยรู้จักกันมาก่อน				
	✓ 11. ข้าพเจ้าคิดว่าปัญหาทุกปัญหาให้บทเรียนและประสบการณ์กับชีวิต				
	✓ 12. ข้าพเจ้าคิดว่าทุกปัญหาย่อมมีทางแก้ไข				
	✓ 13. เมื่อเกิดปัญหา ข้าพเจ้าสามารถเผชิญปัญหาอย่างมีสติ				
	✓ 14. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อทุกครั้งเมื่อคิดถึงสิ่งที่ข้าพเจ้าต้องทำในอนาคต				
	15. ข้าพเจ้ารู้สึกว่า ไม่ว่าใครก็ตามที่ข้าพเจ้าพูดคุยด้วยมักไม่เข้าใจข้าพเจ้า				
	✓ 16. ข้าพเจ้านั้นใจว่าจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ทุกอย่างในชีวิตได้แม้ว่าเหตุการณ์นั้นจะดีหรือไม่ดี				
	✓ 17. เมื่อมีความคิดเห็นไม่ตรงกับเพื่อน ข้าพเจ้าสามารถอธิบายเหตุผลให้เพื่อนยอมรับได้				
	18. บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ารู้สึกไม่แน่ใจที่จะจัดการกับสิ่งต่าง ๆ ให้เป็นไปตามประสงค์ของข้าพเจ้าได้				
	19. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่ายกับการกระทำของตนเอง				
	✓ 20. เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกเครียดกับปัญหา ข้าพเจ้าสามารถหาทางผ่อนคลายความเครียดเพื่อหาวิธีแก้ปัญหาคต่อไป				

แบบสอบถามวัดความเข้มแข็งในการมองโลก (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
✓ 21.	ข้าพเจ้าเชื่อว่า ชีวิตของข้าพเจ้ามีคุณค่าและมีความหมาย				
✓ 22.	เมื่อข้าพเจ้าพบกับสิ่งที่ไม่สมหวัง ข้าพเจ้าคิดว่ามันเป็นบทเรียนที่สอนให้อดทน				
✓ 23.	สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถของข้าพเจ้า				
✓ 24.	ทุกครั้งที่เกิดปัญหาข้าพเจ้าจะวิตกกังวลมากจนนอนไม่หลับ				
✓ 25.	ข้าพเจ้ารู้สึกอยู่ตลอดเวลาว่าชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข				
✓ 26.	เมื่อเกิดปัญหาข้าพเจ้ามีความคิดสับสน				
✓ 27.	ข้าพเจ้าคิดว่า การแก้ปัญหาที่ยุ่งยากซับซ้อนจะช่วยพัฒนาความคิดได้				
28.	ข้าพเจ้าคิดว่าชีวิตส่วนตัวในอนาคตของข้าพเจ้าจะต้องเป็นชีวิตที่ประสบความสำเร็จ				
✓ 29.	ถ้ามีปัญหาเกิดขึ้นหลาย ๆ เรื่อง ข้าพเจ้าสามารถวางแผนในการจัดการกับแต่ละปัญหาที่เกิดขึ้นได้				
✓ 30.	ข้าพเจ้ามีปัญหาไม่รู้จักจบสิ้น จนไม่รู้จะแก้ปัญหาอย่างไร				

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดเชาวน์ปัญญาทางอารมณ์

ข้อ	ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริงมาก	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
1.	ข้าพเจ้ารู้ตัวเองตลอดเวลาว่าขณะนั้นข้าพเจ้ามีความรู้สึกอย่างไร				
2.	ข้าพเจ้ารู้ตัวว่าสิ่งที่กำลังคิดเป็นเรื่องดีหรือไม่ดี				
3.	เมื่อรู้สึกท้อ ข้าพเจ้าจะเตือนตัวเองให้มีกำลังใจมากขึ้น				
4.	ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่าผู้อื่นกำลังไม่พอใจ โดยดูจากสีหน้าและท่าทางของเขา				
5.	ข้าพเจ้าบอกได้ว่าสิ่งใดมีอิทธิพลต่อจิตใจของข้าพเจ้า				
6.	ไม่ว่าจะทำอะไร ข้าพเจ้าจะใส่ใจความรู้สึกของผู้ที่อยู่รอบข้าง				
7.	เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกเครียด ข้าพเจ้าจะหากิจกรรมทำเพื่อผ่อนคลายความเครียด				
8.	ข้าพเจ้าสามารถเล่นกีฬาต่อไปได้ แม้จะถูกฝ่ายตรงข้ามยั่วโมโห				
9.	ข้าพเจ้าสามารถเข้ากับเพื่อนทุกคนได้				
10.	ข้าพเจ้ารู้ดีว่าตัวเองเป็นคนอย่างไร				
11.	ข้าพเจ้าจะตั้งใจให้รักในสิ่งที่ทำให้สามารถทำงานทุกอย่างได้ดี				
12.	ข้าพเจ้าใช้ความผิดพลาดในอดีตมาเป็นบทเรียนในการทำงานครั้งต่อไป				
13.	ในขณะที่คุยกับผู้อื่น ข้าพเจ้าสามารถรับรู้ได้ว่าเขากำลังอยู่ในอารมณ์เช่นใด				
14.	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงที่จะกล่าวถึงสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นเสียใจ				
15.	เวลาข้าพเจ้าโกรธ ข้าพเจ้าจะขว้างปาสิ่งของเพื่อระบายอารมณ์				
16.	ข้าพเจ้าบอกได้ว่าเหตุการณ์ใดที่จะทำให้ข้าพเจ้าโกรธ				
17.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะติดต่อประสานงานกับทุกคน				
18.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่ายากเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถ				
19.	ข้าพเจ้าสามารถสร้างความคุ้นเคยได้กับคนทุกเพศทุกวัย				
20.	ข้าพเจ้าพยายามถนอมน้ำใจผู้อื่น เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง				

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

ข้อ	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
1.	ข้าพเจ้ารู้สึกพอใจในผลงานต่าง ๆ ที่ได้กระทำ				
2.	ข้าพเจ้าได้รับการเลือกจากเพื่อนให้เป็นผู้ในกลุ่ม				
3.	ถ้าข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงานใดแล้วเพื่อนจะให้ความไว้วางใจ				
4.	ผู้ปกครองไม่ยอมรับการตัดสินใจของข้าพเจ้าเพราะเกรงว่าจะเกิดข้อผิดพลาด				
5.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเป็นที่พึ่งของบุคคลอื่นได้				
6.	อาจารย์มอบหมายให้ข้าพเจ้าทำงานในตำแหน่งสำคัญ ๆ				
7.	ถึงข้าพเจ้าจะปฏิบัติดี แต่ก็ยังไม่เป็นที่พอใจของพ่อแม่				
8.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญกับบุคคลอื่น				
9.	เมื่ออาจารย์มอบหมายงานให้ทำ ข้าพเจ้าสามารถทำได้ อย่างดี				
10.	เมื่อเพื่อนมีปัญหาจะมาขอคำปรึกษาจากข้าพเจ้า				
11.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองสามารถเป็นผู้นำคนอื่นได้				
12.	ผู้ปกครองให้ข้าพเจ้าร่วมแสดงความคิดเห็นในการ แก้ปัญหาภายในบ้าน				
13.	ข้าพเจ้าไม่เคยได้รับเลือกจากอาจารย์ให้เข้าร่วมกิจกรรม ใด ๆ เลย				
14.	เมื่อข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นจะได้รับการสนับสนุนจาก เพื่อน				
15.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าหากขาดข้าพเจ้าแล้วการทำงานกลุ่มจะไม่ ประสบความสำเร็จ				
16.	เมื่อได้ร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ข้าพเจ้าจะได้ทำหน้าที่ที่ สำคัญ				
17.	ข้าพเจ้าทำให้ผู้ปกครองพอใจในผลการเรียน				
18.	เมื่อเกิดการทะเลาะวิวาทกันในกลุ่มเพื่อน ข้าพเจ้าจะทำ หน้าที่ไกล่เกลี่ย				
19.	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสามารถ				
20.	ถ้าข้าพเจ้าเป็นหัวหน้ากลุ่ม เพื่อนจะให้ความร่วมมือใน การทำงาน				

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการกำหนดเป้าหมายในอนาคต

ข้อ	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
1.	ข้าพเจ้าหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับอาชีพที่สนใจ				
2.	ข้าพเจ้าต้องการทำงานที่ถนัด เพื่อให้งานออกมาดี				
3.	ข้าพเจ้าคิดว่าการวางแผนเรื่องการเรียนเป็นสิ่งไม่จำเป็น				
4.	ข้าพเจ้าต้องการทำกิจกรรมที่มีความหลากหลาย เพื่อเพิ่มประสบการณ์ให้กับตนเอง				
5.	ข้าพเจ้าต้องการเรียนสูง ๆ เพื่อให้มีงานทำที่ดีในอนาคต				
6.	ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการประกอบอาชีพในอนาคต				
7.	ข้าพเจ้าต้องการศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับงานหลาย ๆ อาชีพเพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจในการเลือกอาชีพในอนาคต				
8.	ข้าพเจ้ามีการวางแผนชีวิตในอนาคต				
9.	ข้าพเจ้าตั้งใจทำงานที่อาจารย์มอบหมายอย่างเต็มที่เพื่อให้ผลงานออกมาดีที่สุด				
10.	ข้าพเจ้ามีการวางแผนเกี่ยวกับการศึกษาด้วยตนเอง				
11.	ข้าพเจ้าตั้งใจที่จะประกอบอาชีพที่ข้าพเจ้าชอบทำมากที่สุด				
12.	ข้าพเจ้าคิดว่าจะเลือกเรียนตามเพื่อน				
13.	ข้าพเจ้าศึกษารายละเอียดของสิ่งที่ต้องการเรียนเพื่อให้มั่นใจว่าจะสามารถเรียนได้สำเร็จ				
14.	ข้าพเจ้าหาความรู้อยู่เสมอเพื่อความก้าวหน้าในอนาคต				
15.	ข้าพเจ้าต้องการทำงานที่มีเวลาให้กับครอบครัว เพื่อให้ครอบครัวอบอุ่น				
16.	ข้าพเจ้าคิดว่าการวางแผนเกี่ยวกับอาชีพในอนาคต เป็นการเสียเวลา				
17.	ข้าพเจ้าคิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเป้าหมายในอนาคตเพราะทุกอย่างขึ้นอยู่กับดวง				
18.	ขณะนี้ข้าพเจ้ายังไม่คิดเกี่ยวกับอาชีพที่จะทำ				
19.	ข้าพเจ้าจะทำตามแผนเกี่ยวกับอนาคตที่ผู้ปกครองกำหนดให้				
20.	ข้าพเจ้าต้องการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น เพื่อเพิ่มพูนความรู้ให้กับตนเอง				

ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

ข้อ	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
1.	เมื่อข้าพเจ้าทำของเสียหาย ผู้ปกครองจะลงโทษข้าพเจ้าทันที				
2.	เมื่อข้าพเจ้าเรียนไม่ดี ผู้ปกครองจะดุด่า หว่าไม่สนใจเรียน				
3.	ผู้ปกครองจะห้ามไม่ให้คุยขณะรับประทานอาหาร				
4.	ผู้ปกครองให้ข้าพเจ้าเข้านอนตามเวลาที่ผู้ปกครองกำหนด				
5.	เมื่อข้าพเจ้ากลับบ้านดึกผู้ปกครองจะทำโทษทันทีโดยไม่ฟังเหตุผล				
6.	เมื่อข้าพเจ้านอนตื่นสายผู้ปกครองจะทำโทษทันที				
7.	ผู้ปกครองบังคับให้ข้าพเจ้าเรียนตามที่ผู้ปกครองเห็นว่าดี				
8.	เมื่อข้าพเจ้าทะเลาะกับน้องผู้ปกครองจะลงโทษทันทีโดยไม่ฟังเหตุผล				
9.	ถ้าผู้ปกครองทราบว่าข้าพเจ้าหนีเรียน ผู้ปกครองจะทำโทษข้าพเจ้าทันทีโดยไม่ฟังเหตุผล				
10.	เมื่อข้าพเจ้าไม่ทำตามคำสั่ง ผู้ปกครองจะดุด่าและลงโทษอย่างรุนแรง				
11.	ผู้ปกครองจะไม่รับฟังความคิดเห็นของข้าพเจ้าเพราะคิดว่าความคิดของท่านถูกเสมอ				
12.	เวลาทำการบ้าน ผู้ปกครองจะบังคับให้ทำให้เสร็จ				
13.	ใกล้สอบ ผู้ปกครองจะบังคับให้ข้าพเจ้าอ่านหนังสือทุกวัน				
14.	ผู้ปกครองจะพาข้าพเจ้าไปเที่ยวในที่ที่ผู้ปกครองเลือกไว้				
15.	เมื่อข้าพเจ้ามีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้ปกครอง ผู้ปกครองจะบังคับให้ทำตามความคิดของผู้ปกครอง				

ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

ข้อ	ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริงมาก	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
1.	เมื่อข้าพเจ้าทำผิด ผู้ปกครองจะชี้แจงเหตุผลให้ทราบก่อนลงโทษ				
2.	ผู้ปกครองให้คำปรึกษาเมื่อข้าพเจ้าต้องการ				
3.	ข้าพเจ้าสามารถแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ในบ้านได้				
4.	ผู้ปกครองรับฟังความคิดเห็นของข้าพเจ้า				
5.	ข้าพเจ้าสามารถเลือกเรียนในสิ่งที่ตนเองต้องการได้				
6.	ผู้ปกครองส่งเสริมให้ข้าพเจ้าทำในสิ่งที่ชอบ				
7.	เมื่อข้าพเจ้ากลับบ้านดึกผู้ปกครองจะถามเหตุผลแล้วจึงแนะนำว่าควรบอกให้ทราบล่วงหน้า				
8.	เมื่อข้าพเจ้าทะเลาะกับน้องผู้ปกครองจะถามสาเหตุแล้วจึงตัดสิน				
9.	เมื่อผู้ปกครองจะพาไปเที่ยว ผู้ปกครองจะให้ทุกคนในครอบครัวร่วมกันเลือกสถานที่ที่จะไป				
10.	เมื่อข้าพเจ้ามีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้ปกครอง ผู้ปกครองจะรับฟัง				
11.	เมื่อข้าพเจ้าไม่ทำตามคำสั่ง ผู้ปกครองจะลงโทษ				
12.	เมื่อทำการบ้านไม่ได้ ผู้ปกครองอธิบายให้ฟัง				
13.	ใกล้สอบ ผู้ปกครองจะแนะนำให้ข้าพเจ้าอ่านหนังสือ				
14.	เมื่อข้าพเจ้าลืมทำงานที่ได้รับมอบหมาย ผู้ปกครองจะถามเหตุผล				
15.	เมื่อข้าพเจ้าผิดหวังในการเรียน ผู้ปกครองจะปลอบและให้กำลังใจ				

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวศิริพันธ์ สุระรัมย์
วันเดือนปีเกิด	1 เมษายน 2521
สถานที่เกิด	อำเภอมือ จังหวัดบุรีรัมย์
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	50 หมู่ 10 ตำบลสวายจิก อำเภอมือ จังหวัดบุรีรัมย์ 31000
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	-
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	-
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2534	ประถมศึกษา จาก โรงเรียนบ้านฝ้าย อำเภอมือ จังหวัดบุรีรัมย์
พ.ศ. 2540	มัธยมศึกษา จาก โรงเรียนบุรีรัมย์พิทยาคม อำเภอมือ จังหวัดบุรีรัมย์
พ.ศ. 2544	ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ) สาขาวิชามัธยมศึกษา วิชาเอกวิทยาศาสตร์ทั่วไปและเคมี จาก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2546	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม) วิชาเอกการวิจัยและสถิติทางการศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ