

ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

ปริญญานิพนธ์
ของ
ศุภลักษณ์ เงินบำรุง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
ตุลาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

15524.
๗๗๒๑
๖.๓

ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

บทคัดย่อ
ของ
ศุภลักษณ์ เงินบำรุง

21 ม.ค. 2547

๒๓ ๒๓๗๑๖๓

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

ตุลาคม 2546

๒๓ ๒๓๗๑๖๓

ศุภลักษณ์ เงินบำรุง. (2546). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตราภกร , ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา .

จุดมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ 1) เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล 2) เพื่อศึกษาอำนาจการทำนายการปรับตัวจากตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต 3) เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ปีการศึกษา 2546 จำนวน 156 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามการปรับตัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติวิเคราะห์ การถดถอยพหุคูณ t -test F -test และ Scheffe ' ได้ผลการศึกษาค้นคว้าดังนี้

X 1. ผลการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณา การปรับระดับสูง มี 2 ด้าน คือด้านส่วนตัว และด้านสังคม ส่วนที่เหลือเป็นการปรับตัวปานกลางได้แก่ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการศึกษา และด้านอารมณ์

2. ผลการศึกษาการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ตัวแปรพยากรณ์ 4 ตัวที่มีประสิทธิภาพในการทำนาย การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล คือ การมุ่งอนาคต(X_7) การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(X_3) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน(X_1) และการควบคุมตนเอง (X_6) ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยสามารถทำนายได้ถึง 47.80% และตัวแปรทั้ง 4 ตัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ .691

3. ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลพบว่า

3.1 นักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก การควบคุมตนเองสูง การมุ่งอนาคตสูง มีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาพยาบาล ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย การควบคุมตนเองต่ำ และการมุ่งอนาคตต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3.2 นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก มีการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาพยาบาล ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3.3 นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปี 1 มีการปรับตัวดีกว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

SOME FACTORS RELATED TO THE ADJUSTMENT OF NURSING STUDENTS
IN SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY

AN ABSTRACT
BY
SUPALUCK NGERNBAMRUNG

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Development Psychology
at Srinakharinwirot University
October 2003

Supaluck Agrenbranrung. (2003). *Some Factors Related to the Adjustment of Nursing Students at Srinakarinwirot University, Ongkarak Campus*. Master thesis, M.Ed. (Developmental Psychology). Bangkok : Graduated School, Srinakarinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Dr.Duangduen Satraphat, Assit. Prof. Wattana Srisatvacha.

The Purposes of this study were 1) to examine adjustment of nursing students, 2) to find out predictor variables for predicting nursing students' adjustment from the factors related to their Adjustment with respect to school achievement level of education, patterns of upbringing (democratic, strict, permissive), self – control, and self – determination), and 3) to compare the adjustment of nursing students in terms of their school achievement, level of education patterns of upbringing, self – control, and self – determination.

For this research a stratified random sample of 156 nursing students was drawn from the faculty of nursing, Srinakarinwirot University at Ongkarak, Nakornnayok province. The instruments for collecting the data were five – point scale questionnaires on adjustment, patterns of upbringing, self – control, and self – determination. The multiple – regression analysis was applied in the analysis of the data with stepwise test of difference for independent samples and analysis of variance.

The results of the analysis were as follows :

The nursing students were found to be highest on personal aspect of adjustment and lower on social, environmental, educational, and emotional aspects of adjustment. The best predictor variables for predicting their adjustment were upbringing, school achievement and self – control.

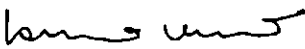
The nursing students with higher school achievement, higher democratic upbringing, higher self – control and higher self – determination had higher adjustment than those with Lower democratic upbringing, lower self – control and lower self – determination respectively. On the contrary the nursing students with higher strict upbringing had lower adjustment than those with the lower strict upbringing. As for the nursing students with different levels of education, the results showed that the first – year nursing students had higher adjustment than the fourth - year students.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

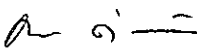
ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

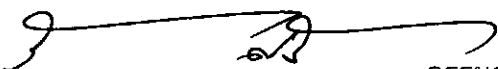
ของ
นางสาวศุภลักษณ์ เงินบำรุง

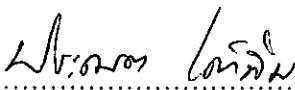
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

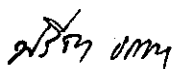
.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร. นภาพร หะวานนท์)
วันที่ 15 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2546

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตรภัทร)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต คำนิม)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ปรีชา ธรรมา)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์ ดร. ดวงเดือน ศาสตราภักดิ์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ให้ความรู้ ความเอาใจใส่ และข้อคิดเห็นต่างๆ ในการทำวิจัย อันเป็นประโยชน์ต่อการทำปริญญานิพนธ์ครั้งนี้อย่างยิ่ง ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต คำฉิม และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปรีชา ธรรมา กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ตลอดจน คณาจารย์ในภาคจิตวิทยาพัฒนาการ ทุกท่าน ที่ได้ให้ความรู้ คำแนะนำเกี่ยวกับข้อแก้ไขต่างๆ รวมทั้งอาจารย์และนักศึกษาที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ และให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ดีเรก และ อาจารย์อนงค์ บุญเลิศ ที่ให้กำลังใจและทุนในการวิจัย รวมถึง บิดา มารดา และตระกูลสกลโกสม ที่เป็นแรงบันดาลใจในการศึกษาชี้ให้เห็นถึงความสำเร็จของการศึกษาและเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จในชีวิต รวมถึง นายธนกร อัครรัตน์ และเพื่อนๆ พี่ ๆ น้องๆ ที่ให้ความช่วยเหลือ ให้กำลังใจโดยตลอด

คุณค่าและประโยชน์จากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ศุภลักษณ์ เงินบำรุง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	3
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	3
ตัวแปรที่ศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
นิยามปฏิบัติการ	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
ความหมายของการปรับตัว.....	8
ทฤษฎีการปรับตัว	10
ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู	26
รูปแบบของการอบรมเลี้ยงดู	27
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูกับการปรับตัว.....	36
ความหมายของการควบคุมตนเอง.....	38
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง.....	39
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองกับการปรับตัว	40
ความหมายของลักษณะการมุ่งอนาคต	43
ความสำคัญของลักษณะการมุ่งอนาคต	44
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมุ่งอนาคตกับการปรับตัว.....	49
ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	51
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัว.....	51
งานวิจัยที่เกี่ยวกับระดับชั้นปีการศึกษากับการปรับตัว.....	52
สมมติฐานในการวิจัย	55
กรอบแนวคิดในการวิจัย	56
3 วิธีดำเนินการวิจัย	57
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	57
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	58
การหาคุณภาพเครื่องมือ	58
การเก็บรวบรวมข้อมูล	63

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 (ต่อ) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	63
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	65
สัญลักษณ์และอักษรที่ใช้ในการวิเคราะห์	65
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	65
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	66
5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	75
ความมุ่งหมาย ของการศึกษาค้นคว้า	75
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	76
อภิปราย	78
ข้อเสนอแนะ	81
บรรณานุกรม.....	83
ภาคผนวก.....	89
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	105

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	57
2 ค่าสถิติพื้นฐานของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดู	66
3 ค่าสถิติพื้นฐานของการปรับตัวของนักศึกษา.....	67
4 การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามชั้นปี.....	67
5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยด้านผล สัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง และการมุ่ง อนาคต.....	68
6 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้นทีละตัวแปร เพื่อพยากรณ์การ ปรับตัว	69
7 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แตกต่างกัน	71
8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปี แตกต่างกัน.....	71
9 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกัน.....	72
10 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูที่ แตกต่างกัน.....	72
11 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองและ การมุ่งอนาคตแตกต่างกัน.....	73

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การศึกษาหาความรู้ของนักศึกษาเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างอนาคตของชาติ แต่สถานการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างที่ศึกษาอยู่นั้น เป็นสิ่งสำคัญที่นักศึกษาต้องปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์เหล่านั้นให้ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นักศึกษาพยาบาลซึ่งในอนาคตจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ในด้านต่าง ๆ ที่ต้องผันแปรไปตามลักษณะอาการเจ็บป่วยของคนไข้ ฉะนั้นการเตรียมพร้อมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ให้สอดคล้องประสานกันในการเผชิญปัญหาหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจึงเป็นสิ่งสำคัญ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่ได้จัดให้มีการเรียนการสอนทางภาคทฤษฎี และการเรียนการสอนทางภาคปฏิบัติ เพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลมีโอกาสนำความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติการพยาบาลมาใช้กับสภาพการณ์จริงให้ได้มากที่สุด ดังนั้นเมื่อนักศึกษาเข้ามาศึกษาในสถานการศึกษาวิทยาลัยนักศึกษาจึงต้องมีการปรับตัวต่อสถานการณ์หรือสภาพปัญหา ที่เกิดขึ้นต่างไปจากการเรียนในชั้นมัธยมศึกษา ที่มีอาจารย์ประจำชั้นคอยดูแลอย่างใกล้ชิด การศึกษาในระดับอุดมศึกษา นักศึกษาต้องรับผิดชอบต่อการเรียนด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ต้องเรียนรู้เรื่องการแข่งขันกับเวลาและปัญหาอื่น ๆ สิ่งเหล่านี้ต้องอาศัยความสามารถในการปรับตัวทั้งสิ้น (Ohlsen, 1983:167) ปัญหาการปรับตัวส่วนใหญ่จะเป็นปัญหาทางด้านการปรับตัวต่อการเรียนทั้งทางภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติเนื่องจากการเรียนการสอนจะเป็นการบรรยาย ยึดรูปแบบปัญหาเป็นหลัก ใช้การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง และนักศึกษาต้องมีการปฏิบัติงานจริง บ่อยครั้งมักขาดความมั่นใจในการฝึกปฏิบัติงาน สำหรับการปรับตัวในด้านอื่นๆ ได้แก่ การปรับตัวในด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน สถาน ที่ และสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว ซึ่งถ้า นักศึกษาประสบความสำเร็จในการปรับตัวได้ดี ก็จะเป็นสิ่งที่ช่วยสนับสนุนการพัฒนาตนเอง และจะประสบความสำเร็จในเป้าหมายส่วนบุคคล และเป้าหมายทางการศึกษา รวมทั้งสามารถนำไปปรับใช้ได้กับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นต่อไปในอนาคต

การปรับตัวเป็นความสามารถของวัยรุ่น ที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง ให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ใหม่ๆ สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ จัดความขัดแย้งหรือความคับข้องใจ ประพฤติตนได้ตามแนวทางส่วนใหญ่ของสังคม มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (มาลินี อยู่โพธิ์, 2537) ซึ่งพฤติกรรมการปรับตัวของวัยรุ่นนี้จะไปในแนวทางใดนั้น ผู้วิจัยวิเคราะห์จากเอกสารทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วพบว่าน่าจะเกิดจากปัจจัยหลายประการที่ร่วมกันส่งผลถึงแนวทางในการปรับตัวของวัยรุ่นโดยเฉพาะวัยรุ่นที่เป็นนักศึกษาพยาบาลโดยในหลายๆปัจจัยนี้ผู้วิจัยพิจารณาความสำคัญของปัจจัยเด่น 4 ด้านหลักที่นำจะทำนายถึงผลของการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่จะพัฒนาตนเองให้มีผลสำเร็จในการเรียนพยาบาลโดยพิจารณาจากปัจจัยแรกที่นักศึกษาพยาบาล ได้รับมาจากครอบครัวในการพัฒนานุคลิกภาพของตัวเองเขาเองปัจจัยที่ว่านั่นคือ การอบรมเลี้ยงดู ส่วนปัจจัยประการที่ 2 และ 3 เป็นปัจจัยที่มุ่งส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลรู้จักบังคับตนเองเพื่ออนาคตต่อไป นั่นคือปัจจัย การมุ่งอนาคต และการควบคุมตนเอง ส่วนปัจจัยสุดท้ายเป็นเรื่องของสติปัญญา ซึ่งเป็นปัจจัยที่เกิดจากอิทธิพลของทั้งพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งคุณภาพของ

ประชาชนอยู่กับการแสดงพฤติกรรมของบุคคลซึ่งต้องพัฒนาสาเหตุที่จิตใจและสภาพแวดล้อมจึงจะเกิดผลตามพฤติกรรม ซึ่งมีทั้งปัจจัยภายในและภายนอก และผลของสิ่งแวดล้อมที่ได้รับ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2538: 24)

ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานสำคัญที่นักศึกษาพยาบาลจะได้รับการอบรมเลี้ยงดูและส่งเสริมให้เจริญเติบโต ฉะนั้นการอบรมเลี้ยงดูจึงน่าจะส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา และจากรายงานการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นไทย มีสติปัญญา (I.Q.) ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานเป็นอันมาก (มดิชน. 2545 : 13) ซึ่งปัจจัยหนึ่งที่ทำให้สติปัญญาของเด็กไทยในยุคนี้ต่ำลงนั้นเพราะ การอบรมสั่งสอน ของทั้งพ่อแม่ ครู และผู้ใหญ่ในสังคมต่างก็มีส่วนในการอบรมสั่งสอน แนวทางว่าจะไรควรทำและต้องเป็นตัวอย่างที่ดีของเด็ก เด็กจึงจะเกิดความฉลาดทั้งทางความคิดและอารมณ์ มีความสุขพร้อมที่จะทำความดี มีความสามารถในการอดทนรอคอย และเอาชนะอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้น (วิทยา นาควัชร. 2541) ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูเพื่อให้เด็กเติบโตขึ้น มีสติปัญญาใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสภาวะการณ์ และสิ่งแวดล้อมในอนาคตจึงเป็นปัจจัยแรกที่ผู้วิจัยให้ความสำคัญในการศึกษาถึงการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล

ปัจจัยต่อมาคือการมุ่งอนาคตอันเนื่องมาจากการมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ไกล เห็นความสำคัญของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตโดยสามารถวางแผนปฏิบัติเพื่อรองรับผลดีและป้องกันผลเสีย รวมทั้งความพยายามในการต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆได้ซึ่งบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุม พฤติกรรมไปสู่แนวทางที่ได้ตั้งไว้ จะทำให้บุคคลเหล่านั้นมีความสามารถในการปรับวิธีการและเป้าหมายให้ถูกต้องและสัมพันธ์กัน (บุญรับ ศักดิ์มณี. 2532:7-8) ผู้วิจัยเห็นว่าความตั้งใจและใช้ความพยายามอย่างจริงจังในการกระทำพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในอนาคตว่าควรที่จะเลือกตัดสินใจหรือใช้ความพยายามเท่าใดในการทำงาน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในชีวิตน่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถทำนายถึงการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ที่ต้องมีการวางแผนในการเรียนและการปฏิบัติงานอยู่ตลอดเวลา สอดคล้องกับทฤษฎีของแอดเลอร์(Adler. 1995)ที่ว่าบุคคลลักษณะของบุคคลจะเป็นไปอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับเป้าหมายในอนาคต นั่นคือบุคคลจะเพียรพยายามปรับตัวเพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมายในอนาคตนั่นเอง

ปัจจัยที่สาม ที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีความสำคัญต่อการปรับตัวคือการควบคุมตนเอง เพราะเป็นกระบวนการสำคัญที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งกระบวนการนี้ต้องใช้การควบคุมตนเองอย่างสูงในการปฏิบัติตน มีคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ได้ตรัสว่า การชนะใจตนเองเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดธรรมชาติของคนมักไม่สนใจจะควบคุมตนเอง แต่ถ้าบุคคลได้ฝึกการควบคุมตนเองได้ ก็สามารถมีวินัยในตนเอง มีสติ มีสมาธิ มีความตั้งใจทำอะไรได้บรรลุผลและหักห้ามใจตัวเองไม่ให้ทำในสิ่งที่ไม่ดีได้ คนที่ควบคุมตนเองไม่ได้ก็ปล่อยตัวปล่อยใจทำในสิ่งที่ไม่ควร ขาดสติขาดวินัยในตนเอง บุคคลเหล่านี้มักไม่ค่อยประสบความสำเร็จในชีวิตหรือในการทำงาน ในการเล่าเรียน บางบุคคลไม่สามารถยับยั้ง ความต้องการหรือแรงผลักดัน ที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่ไม่ควรทำ จึงทำสิ่งที่ไม่ควรทำ โดยหักห้ามใจตนเองไม่ได้ แต่เมื่อทำไปแล้ว ก่อให้เกิดผลเสียหายแก่ตนเองหรือสังคมอย่างรุนแรงได้ บุคคลทำสิ่งที่ไม่ควรทำนั้น มักจะมีความเครียดสูง ดังนั้นพวกเขาจะปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ สิ่งที่สำคัญ ก็คือ บุคคลจะต้องเรียนรู้จักฝึกการควบคุมตนเองฝึกให้มีวินัยในตนเอง ใช้ชีวิตอย่างมีสติ จะทำให้ปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ตามคำสอนนี้ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของการควบคุมตนเอง ที่นักศึกษาพยาบาลควรมีเพราะจะส่งผลต่อการปรับตัวในการเรียนได้สำเร็จ

ปัจจัยประการสุดท้ายที่ผู้วิจัยสนใจว่าน่าจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล คือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล เพราะผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัวแสดงให้เห็นถึงความสามารถของบุคคลในการสังเกต การเข้าใจอย่างแจ่มชัด และเนื่องจากผู้วิจัยได้สนใจศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลเพื่อศึกษาว่า ปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยศึกษาจากปัจจัยการอบรมเลี้ยงดู การมุ่งอนาคต การควบคุมตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อให้ได้ข้อมูลสำหรับเป็นแนวทางในการคัดเลือกนักศึกษาพยาบาล ปรับปรุงคุณภาพการเรียน การสอน และสภาพสิ่งแวดล้อม ให้เหมาะสม เพื่อให้นักศึกษาได้มีการพัฒนาตนเอง เป็นบัณฑิตพยาบาลที่มีคุณภาพ และเป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติในอนาคต

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
2. เพื่อศึกษาอำนาจในการทำนายการปรับตัวจากตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต

ความสำคัญของการศึกษา

ผลของการศึกษานี้จะทำให้ผู้วิจัยสามารถตอบปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษา โดยทำให้ทราบว่าปัจจัยการอบรมเลี้ยงดู การมุ่งอนาคต การควบคุมตนเองและสติปัญญา ปัจจัยใดที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ซึ่งจะเป็นแนวทางในการส่งเสริมพัฒนา ช่วยป้องกันและแก้ไข ตลอดจนเป็นแนวทางในการวางแผนให้ความช่วยเหลือ พัฒนาการปรับตัวให้กับนักศึกษา ได้อย่างเหมาะสม และสามารถขยายผลของการศึกษาด้านต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับนักศึกษาซึ่งจะได้เป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพของประเทศต่อไป

X ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้ คือนักศึกษาพยาบาล ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 170 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้มาจากการสุ่มนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับชั้น ปีที่ 1, 2, 3 และ 4 ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ปีการศึกษา 2546 จำนวน 156 คน โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีระดับชั้นปี เป็นชั้น

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. การศึกษาอำนาจในการทำนาย

ตัวแปรทำนาย ได้แก่

- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
- ระดับชั้นปี
- การอบรมเลี้ยงดู
- การควบคุมตนเอง
- การมุ่งอนาคต

ตัวแปรเกณฑ์ ได้แก่

- การปรับตัว

2. การศึกษาเปรียบเทียบ

ตัวแปรอิสระ

2.1 การอบรมเลี้ยงดู แบ่งเป็น

2.1.1 แบบประชาธิปไตย

- แบบประชาธิปไตยมาก
- แบบประชาธิปไตยน้อย

2.1.2 แบบเข้มงวดกวดขัน

- แบบเข้มงวดกวดขันมาก
- แบบเข้มงวดกวดขันน้อย

2.1.3 แบบปล่อยปละละเลย

- แบบปล่อยปละละเลยมาก
- แบบปล่อยปละละเลยน้อย

2.2 การควบคุมตนเอง แบ่งเป็น

- การควบคุมตนเองสูง
- การควบคุมตนเองต่ำ

2.3 การมุ่งอนาคต แบ่งเป็น

- แบบมุ่งอนาคตสูง
- แบบมุ่งอนาคตต่ำ

2.4 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แบ่งเป็น

- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง
- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

2.5 ระดับชั้นปี

- ระดับชั้นปีที่ 1
- ระดับชั้นปีที่ 2
- ระดับชั้นปีที่ 3
- ระดับชั้นปีที่ 4

ตัวแปรตาม ได้แก่

การปรับตัว



นิยามศัพท์เฉพาะ

1. นักศึกษาพยาบาล หมายถึง นักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 ปีการศึกษา 2545 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

2. ปัจจัยบางประการ หมายถึง ปัจจัยด้าน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูซึ่งแบ่งเป็น 3 ประเภท คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบเข้มงวดกวดขัน และแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต

นิยามปฏิบัติการ

1. การปรับตัว หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับปรุงพฤติกรรมและการกระทำของตนในด้านต่างๆ ซึ่งได้แก่ ด้านส่วนตัว อารมณ์ สังคม การศึกษา และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.1 ด้านส่วนตัว หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการดูแลสุขภาพ การจัดการเกี่ยวกับการเงิน และครอบครัว

1.2 ด้านอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการควบคุมอารมณ์ต่างๆ ของตนเอง ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมเป็นที่ยอมรับของสังคม

1.3 ด้านสังคม หมายถึง ความสามารถในการอยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกับผู้อื่นโดยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันสามารถแก้ไขข้อขัดแย้งระหว่างบุคคลได้ดี

1.4 ด้านการศึกษา หมายถึง ความสามารถในการตั้งใจศึกษาหาความรู้ มีความมุ่งมั่นในการศึกษา เมื่อพบปัญหาสามารถแก้ไขปัญหได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีความพึงพอใจกับวิชาชีพที่เรียน

1.5 ด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปฏิบัติในด้าน กฎระเบียบ ข้อบังคับ บรรยาภาศ สภาพวิทยาลัย

ในการศึกษาครั้งนี้วัดการปรับตัวจากแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองมีลักษณะคำถามเป็นการประเมินค่า

(Rating Scale) 5 ระดับ

โดยแบ่งระดับของการปรับตัวออกเป็น 5 ระดับดังนี้ เกณฑ์ในการพิจารณา

ค่าเฉลี่ย 1.0	ถึง	1.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวต่ำมาก
ค่าเฉลี่ย 1.5	ถึง	2.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวต่ำ
ค่าเฉลี่ย 2.5	ถึง	3.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 3.5	ถึง	4.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวสูง
ค่าเฉลี่ย 4.5	ถึง	5.00	คะแนน ถือว่า การปรับตัวสูงมาก

2. การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็กในด้านต่างๆ ด้วยการดูแลให้ความเอาใจใส่ ช่วยเหลือ ให้ความรัก ความอบอุ่น แนะนำสั่งสอน ตอบสนองความต้องการ ทั้งทางร่างกาย และจิตใจ เพื่อให้บุตรได้มีชีวิตและเจริญเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพในสังคม สามารถวัดได้โดยใช้แบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูที่ผู้วิจัยดัดแปลงและปรับปรุงมาจากของ พัชรินทร์ วินัยกุลพงศ์ (2545) เพื่อให้มีความเหมาะสมทางภาษากับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะคำถามเป็นแบบประเมินค่า 5 ระดับ แบ่งออกได้เป็น 3 แบบ ดังนี้

2.1 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง รูปแบบของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับเด็ก โดยที่เด็กรับรู้และรู้สึกว่าเขาเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรมและมีเหตุผล รู้สึกว่าบิดามารดาให้ความรัก ความอบอุ่น ให้การยอมรับนับถือในความสามารถและความคิดเห็นของตน และให้ความช่วยเหลือตามโอกาสอันควร

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

2.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง รูปแบบของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับเด็ก โดยที่เด็กรับรู้และรู้สึกว่าเขาเองไม่ได้รับการเอาใจใส่ ขาดการสนับสนุนหรือแนะนำจากพ่อแม่ ขาดความอบอุ่นจากบิดามารดา และรู้สึกว่าเขาถูกปล่อยให้ทำอะไรตามใจชอบอย่างไม่มีขอบเขต

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

2.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง รูปแบบของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับเด็ก โดยที่เด็กรับรู้และรู้สึกว่าเขาเองไม่ได้รับการเอาใจใส่ ขาดการสนับสนุนหรือแนะนำจากพ่อแม่ ขาดความอบอุ่นจากบิดามารดา และรู้สึกว่าเขาถูกปล่อยให้ทำอะไรตามใจชอบอย่างไม่มีขอบเขต

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

3. การควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง สามารถบังคับตนเอง ให้แสดงพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเหมาะสม ตามการยอมรับของสังคม เพื่อให้เกิดพฤติกรรมตามที่บุคคลได้มุ่งหวังไว้

การควบคุมตนเอง สามารถวัดได้โดยใช้แบบสอบถามลักษณะการควบคุมตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ

ผู้ที่มีการควบคุมตนเองสูง หมายถึงผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป

ผู้ที่มีการควบคุมตนเองต่ำ หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

4. การมุ่งอนาคต หมายถึง การที่บุคคลมีความเพียรพยายาม ตั้งใจและวางแผน ในการปฏิบัติ และมีการปรับปรุงพฤติกรรม ตามสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งมีเป้าหมายในพฤติกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม และสามารถปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุผลในอนาคตที่ตั้งไว้

สามารถวัดได้โดยใช้แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งผู้วิจัยได้ดัดแปลงและปรับปรุงข้อคำถามมาจากแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตของ ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541 : 145) สร้างขึ้น แบ่งออกเป็น 2 ระดับคือ

ผู้ที่มีการมุ่งอนาคตสูง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป

ผู้ที่มีการมุ่งอนาคตต่ำ หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

5. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความรู้ความสามารถซึ่งเป็นผลจากการเรียนหรือประสบการณ์ต่าง ๆ ซึ่งวัดได้จากคะแนนของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นคะแนนเฉลี่ยของภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2545 สำหรับนักศึกษาปีที่ 1 ใช้คะแนนเฉลี่ยของวุฒิการศึกษาเดิม โดยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแบ่งเป็น 2 ระดับคือ

5.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หมายถึง คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.50 – 4.00

5.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หมายถึง คะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.50

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวตามตัวแปร การอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และระดับชั้นปีของนักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยได้รวบรวม เอกสารและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว
 - 1.1 ความหมายของการปรับตัว
 - 1.2 ทฤษฎีการปรับตัว
 - 1.3 สาเหตุของการปรับตัว
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดู
 - 2.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู
 - 2.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู
 - 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูกับการปรับตัว
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง
 - 3.1 ความหมายของการควบคุมตนเอง
 - 3.2 ทฤษฎีการควบคุมตนเอง
 - 3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการควบคุมตนเองกับการปรับตัว
4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมุ่งอนาคต
 - 4.1 ความหมายของการมุ่งอนาคต
 - 4.2 ความสำคัญของการมุ่งอนาคต
 - 4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการมุ่งอนาคตกับการปรับตัว
5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 5.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัว
 - 5.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับระดับชั้นปีกับการปรับตัว

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

1.1 ความหมายของการปรับตัว

การปรับตัว (Adjustment) การปรับตัวเป็นบทบาทและลักษณะของชีวิต ซึ่งการปรับตัวของแต่ละคนจะมีลักษณะที่ต่างกันออกตามสภาพแวดล้อมโอกาสและสถานการณ์ที่บุคคลกำลังเผชิญอยู่การดำเนินชีวิตย่อมต้องมีอุปสรรคมาเผชิญตลอดจึงทำให้มนุษย์ต้องปรับสภาพการณ์ต่างๆและพฤติกรรมให้เข้ากับเหตุการณ์ ความรู้สึก ความคิดต่างๆซึ่งเรียกว่า “การปรับตัว” ได้มีนักจิตวิทยาและผู้ที่เกี่ยวข้องให้ความหมายของการปรับตัวไว้ดังนี้

โคลแมน และแฮมเมน (มองพรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 69 ; อ้างอิงจาก Coleman and Hammen. 1964 : 69) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายาม ปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนกระทั่งบุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวได้บุคคลนั้นก็จะอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับ กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2524 : 180) ที่กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถทนอยู่ได้ในสังคมหรือสภาพแวดล้อมนั้น ๆ

อิงลิช และอิงลิช (พงษ์สุดา รัตนมาตมก. 2533 : 45 ; อ้างอิงจาก English and English. 1958 : 13) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า เป็นภาวะของความสัมพันธ์ที่กลมกลืนเข้ากับ สิ่งแวดล้อมซึ่งบุคคลจะได้รับความพึงพอใจในการตอบสนองทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม การที่บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ แสดงถึงการเป็นคนปกติ ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลใดไม่สามารถปรับตัวเข้ากับ สิ่งแวดล้อมได้ ไม่สามารถปรับพฤติกรรมให้สอดคล้องกับสังคมส่วนใหญ่ได้ บุคคลนั้นก็จะดำเนินชีวิตได้อย่างไม่มีความสุข เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา

อรรถัย ชื่นมนุษย์ (ม.ป.ป. : 11) กล่าวว่า การปรับตัว คือ ปฏิกริยาของคนที่มีต่อสิ่งแวดล้อม การปรับตัว จะรวมถึงการปรองดองไกล่เกลี่ยความต้องการส่วนตนให้สอดคล้องกับความต้องการของสิ่งแวดล้อมด้วย

เดโซ สวานนนท์ (2512 : 8) กล่าวว่า การปรับตัวของแต่ละบุคคลจะครอบคลุมทั้งการ ปรับตัว ทางกาย การปรับตัวทางอารมณ์ และการปรับตัวทางสังคม ซึ่งหมายถึงสภาวะความสัมพันธ์ที่กลมกลืนกันระหว่างร่างกาย กับอารมณ์และสังคม

สุโท เจริญสุข (2520 : 51)การปรับตัวเป็นพฤติกรรมที่คนเราแสดงออกมา ให้เห็นอย่าง ชัดเจนเพื่อแก้ปัญหาเมื่อประสบความคับข้องใจ จึงต้องใช้กระบวนการปรับตัว เมื่อคนเราเกิดความไม่สบายใจขึ้นแล้ว เราจะต้องแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมาเสมอ เพื่อช่วยให้ตนเองมีความรู้สึกที่ดีขึ้น

สมชาย วรดิเรก (2527 : 9) ได้อธิบายว่า การปรับตัว คือ ลักษณะการกระทำในเรื่อง ความต้องการของมนุษย์ แบ่งออกเป็นสองประเภทใหญ่ ๆ คือ ความต้องการทางกาย ซึ่งหมายถึงความต้องการอาหาร น้ำ การออกกำลังกาย การขับถ่ายและความต้องการอีกอย่างหนึ่ง คือ ความต้องการตำแหน่งทางสังคม ความปลอดภัย ความรัก ความเป็นอิสระและความสำเร็จ ดังนั้นการที่มนุษย์ตอบสนองความต้องการของตนเอง จึงเป็นความพยายามที่ต้องการให้การกระทำของตนเองสอดคล้องกับสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่ จึงจะทำให้เขาสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530 : 7) ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง การรับรู้ปัญหาของบุคคลในระดับปกติ เช่น ปัญหาเกี่ยวกับอารมณ์ สังคม เพื่อน ครอบครัว การเงิน การงาน และอนาคต รวมถึงการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไปด้วย

ดาร์ณี ประคองศิลป์ (2530 : 24) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การรับรู้ของบุคคล ในระดับปกติจากจิตสำนึกเกี่ยวกับอารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม

เพ็ญทิวา นรินทรานุกร ณ อุทยา (2532 : 9)ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง สภาพจิตใจของคนเราที่รับรู้ในระดับจิตสำนึกเกี่ยวกับตนเอง และ สภาพแวดล้อมต่าง ๆ

ธีระ ชัยยุทธบรรยง (2533 : 15) ได้สรุปความหมายของการปรับตัวไว้ว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อให้สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นได้อย่างมีความสุข

จากคำจำกัดความดังกล่าว สรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลมีความสามารถในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการกระทำต่างๆ ในด้านสุขภาพ การเรียนการสอน เพื่อน และนันทนาการ เพื่อให้เหมาะสมกับ สามารถแก้ปัญหาต่างๆที่ประสบได้ เพื่อให้ตนมีพฤติกรรมที่ดีกับบุคคลอื่น และยังสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งความสามารถของบุคคลในการปรับปรุงพฤติกรรมและการกระทำของตนในด้านต่างๆ ซึ่งได้แก่ ด้านส่วนตัว ด้านอารมณ์ สังคม การศึกษา และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1. ด้านส่วนตัว หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการดูแลสุขภาพ การจัดการเกี่ยวกับการเงิน และครอบครัว
2. ด้านอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการควบคุมอารมณ์ต่างๆ ของตนเอง ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมเป็นที่ยอมรับของสังคม
3. ด้านสังคม หมายถึง ความสามารถในการอยู่ร่วมกัน และทำงานร่วมกับผู้อื่นโดยมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันสามารถแก้ไขข้อขัดแย้งระหว่างบุคคลได้ดี
4. ด้านการศึกษา หมายถึง ความสามารถในการตั้งใจศึกษาหาความรู้ มีความมุ่งมั่นในการศึกษา เมื่อพบปัญหาสามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม มีความพึงพอใจกับวิชาชีพที่เรียน
5. ด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปฏิบัติในด้านกฎระเบียบ ข้อบังคับ บรรยาการและสภาพแวดล้อมในวิทยาลัย

1.2 ทฤษฎีการปรับตัว

ฮาวิกเฮิร์สท์ (Havighurst. 1953 : unpagged) พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการเรียนรู้ตามขั้นพัฒนาการของชีวิต เขามีความเห็นว่าการพัฒนาการของชีวิตในแต่ละวัยนั้นบุคคลจะมีงานประจำวัยหรืองานประจำขั้นที่ต้องเรียนรู้ควบคู่ไปด้วย ถ้าบุคคลสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุข และสามารถพัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้สำเร็จด้วยใน ทางตรงกันข้ามงานในช่วงวัยใดไม่ประสบผลสำเร็จ จะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความสุขและพัฒนางานประจำวัยในช่วงต่อไปด้วยความยากลำบาก ดังนั้นการที่บุคคลปรับตัวได้ในทัศนะของฮาวิกเฮิร์สท์ จึงหมายถึงบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้และพัฒนางานประจำวัยให้ผ่านพ้นไปด้วยดี งานพัฒนาตามขั้นที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ประกอบด้วย

1. สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและเหมาะสมกับเพื่อนรุ่นเดียวกันทั้งที่เป็นเพศเดียวกันและต่างเพศ
2. สามารถปรับตัวได้เหมาะสมกับบทบาททางเพศของตน
3. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการทางร่างกายของตน สามารถปรับตัวให้เข้ากับเปลี่ยนแปลง
4. สามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้เป็นตัวของตัวเองไม่ต้องพึ่งพิงทางอารมณ์จากผู้อื่นเช่น ผู้ใหญ่
5. มั่นใจในเรื่องเศรษฐกิจการเงิน สามารถรับผิดชอบในการใช้จ่ายเงินได้

6. การเลือกและการเตรียมตัวเพื่ออาชีพ
7. เตรียมตัวในเรื่องคู่ครองและชีวิตครอบครัว
8. พัฒนาความรู้ความเข้าใจเรื่องค่านิยม และจริยธรรม เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

ทฤษฎีจิตวิทยาสังคมของอีริกสัน (วีระ ไชยศรีสุข. 2533 ; อ้างอิงจาก Erikson. 1968)

อีริกสันเชื่อว่าบุคลิกภาพของบุคคล เป็นผลเนื่องมาจากภาวะและการเรียนรู้ในการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม และเชื่อว่าบุคลิกภาพจะมีการพัฒนาตลอดชั่วชีวิต อีริกสันได้ชี้ให้เห็นว่า ลักษณะพัฒนาการของบุคคล ได้แก่ ความสามารถในการเผชิญ การควบคุมสิ่งแวดล้อม การรับรู้ตนเองและบุคลิกภาพของบุคลิกภาพนั้นมีมากน้อยในแต่ละบุคคลได้วิเคราะห์พัฒนาการลักษณะดังกล่าวในวัยต่างๆ จากทารกถึงวันสูงอายุอย่างมีระบบในแต่ละวัยจะมีลักษณะพัฒนาการ 2 ด้าน ซึ่งเป็นผลของความสำเร็จ และความล้มเหลวในพัฒนาการนั้นลักษณะพัฒนาการขั้นต้นเป็นพื้นฐานของลักษณะพัฒนาการในขั้นต่อ ๆ มา ได้จำแนกพัฒนาการในขั้นต่อ ๆ มาได้ จำแนกพัฒนาการทางบุคลิกภาพของมนุษย์ออกเป็น 8 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ความไว้วางใจ หรือความไม่ไว้วางใจ (Trust vs Mistrust) ในช่วงขวบปีแรกของชีวิตถ้าเด็กได้รับการรัก ความอบอุ่น ความเอาใจใส่จากพ่อแม่ เด็กจะพัฒนาความรู้สึกไว้วางใจคนอื่น แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็กไม่ได้รับในสิ่งที่เขาต้องการ เด็กจะพัฒนาความสงสัย ความกลัวและความไม่ไว้วางใจคน

ขั้นที่ 2 ความเป็นตัวของตัวเอง หรือความละอายใจและไม่แน่ใจ (Autonomy vs Shame and Doubt) ในช่วงขวบปีที่ 2 ถ้าเด็กมีโอกาสสำรวจและลงมือกระทำ เขาจะรู้สึกสงสัยในความสามารถของเขา ทำให้เกิดความละอายหรือไม่กล้าทำสิ่งใดลงไป

ขั้นที่ 3 ความคิดริเริ่ม หรือความสำนึกผิด (Initiative vs Guilt) ในช่วง 3- 5 ปี ถ้ามีการกระตุ้นให้เด็กแสดงความสามารถที่มีอยู่ออกมาอย่างมีเป้าหมายและทิศทางที่แน่นอนเด็กจะพัฒนาการมีความคิดริเริ่ม ถ้าเด็กไม่ได้รับการกระตุ้นหรือได้รับการตำหนิ การห้าม เด็กจะรู้สึกผิด ความกลัวว่าจะทำอะไรผิด ๆ ไม่กล้าตัดสินใจ

ขั้นที่ 4 ความเอาใจใส่หรือความรู้สึกด้อย (Industry vs Inferiority) ในช่วง 6 – 11 ปี เด็กจะยุ่งกับการศึกษาเล่าเรียน การรู้จักปฏิบัติตนตามกฎเกณฑ์ต่าง ๆ การฝึกฝนระเบียบวินัย ทำให้เกิดความขยันขันแข็ง ความเอาใจใส่เองอย่างไรก็ตาม ถ้าเด็กประสบกับความล้มเหลวในการเรียน หรือในการคบเพื่อน เด็กจะเกิดความรู้สึกด้อย ผลที่ตามมาอาจเป็นการหนีเรียน ความไม่เอาใจใส่ในการเรียน

ขั้นที่ 5 ความมีเอกลักษณ์แห่งตน หรือความไม่เข้าใจตนเอง (Identity vs Identity Diffusion) ในช่วง 12 ถึง 19 ปีเป็นช่วงที่เด็กมีบทบาทต่างๆ กับเพื่อน กับครู กับผู้ที่ตนเองชื่นชม เช่น ดาราภาพยนตร์ จะเรียนรู้ที่จะมีแบบอย่างหรือเอกลักษณ์ของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย กิริยาท่าทาง การพูดจา ถ้าเด็กไม่สามารถสร้างเอกลักษณ์ของตนเองได้ ก็จะทำให้เกิดความสับสนความไม่เข้าใจ เกิดการเลียนแบบผู้อื่น

ขั้นที่ 6 ความสนิทชิดชอบ หรือความเปล่าเปลี่ยว (Intimacy vs Isolation) ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นระยะของการมีเพื่อนร่วมงาน เพื่อนต่างเพศ การแสดงความรัก ทำให้เกิดความสนิทชิดชอบ แต่ถ้าไม่มีเพื่อนหรือคนรักที่จะแต่งงานด้วย จะมีความรู้สึกเหงา หงอยเหงา เปล่าเปลี่ยว

ขั้นที่ 7 ความเสียสละหรือความเห็นแก่ตัว (Generativity vs Self Absorption) ในช่วงวัยกลางคนชีวิตจะผูกพันกับครอบครัว สังคม และทรัพย์สินสมบัติ การพัฒนาบุคลิกภาพจะเป็นไปในด้านใดด้านหนึ่ง คือการเห็นแก่ตัว การไม่ร่วมมือกับคนอื่น

ขั้นที่ 8 ความมั่นคงทางจิตใจ หรือความสิ้นหวัง (Integrity vs Despair) ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย จะคิดถึงอดีตที่ผ่านมาความสมหวัง หรือความล้มเหลวในหลายๆด้าน ถ้าเขามีความสมหวังมากกว่าความล้มเหลว เขาก็จะมีความรู้สึกมั่นคงในทางจิตใจ แต่ถ้ามีความล้มเหลวมากกว่า เขาก็จะมีความรู้สึกสิ้นหวัง ท้อแท้ ซึ่งอาจนำไปสู่ความเป็นโรคจิตในวัยเสื่อมได้ความจำเป็นที่จะต้องการปรับตัวของบุคคลนั้น ส่วนใหญ่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทางความรู้ความสามารถ และการเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคม โดยสิ่งแวดล้อมจะสามารถช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวได้อย่างราบรื่น หรือขัดขวาง หรือผลักดันบุคคลไปใน ทิศทางทำให้ปรับตัวไม่ได้ ผู้ที่ปรับตัวได้ จะเป็นผู้ที่แสดงความสมดุลระหว่างความต้องการของสังคมกับความต้องการส่วนตัว สำหรับผู้ที่ปรับตัวไม่ได้ มักจะมีปัญหาทางจิต หรือปัญหาสังคม

อีริคสันกล่าวว่าบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี ต้องประกอบด้วยคุณสมบัติดังนี้คือ มีความเชื่อถือไว้วางใจ มีความเป็นอิสระเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดริเริ่ม มีความขยันหมั่นเพียร มีความเข้าใจและรู้จักตนเอง สามารถให้ความสนิทสนมใกล้ชิดผู้อื่นสร้างหลักฐานความมั่นคงและตลอดจนมีความมั่นคงสมบูรณ์ มีบุรณภาพในตนซึ่งเป็นลักษณะที่ร่วมผสมผสานกันอยู่ไม่ได้แยกจากกัน แต่จะแสดงลักษณะเฉพาะออกมาอย่างเด่นชัดในแต่ละวัย อีริคสัน ได้พิจารณาสุขภาพจิตของบุคคลในลักษณะทางบวกมากกว่าให้พิจารณาที่ความผิดปกติ และ พิจารณาการปรับตัวในแง่ การปรับตัวต่อสภาพการณ์และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ

ทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy's Adaptation Model) ได้อธิบายถึงการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง พฤติกรรมการตอบสนองของบุคคลเมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองหรือสิ่งแวดล้อมของตนเอง เพื่อปรับให้คงสภาวะสมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งรอยเชื่อว่าคนเราประกอบด้วย กาย จิต สังคม (Man in a Biopsychosocial Being) เป็นหน่วยเดียวที่ไม่อาจแบ่งแยกได้ (Unified Whole) องค์ประกอบทั้งสามส่วนนี้มีความสัมพันธ์กันทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อคงภาวะปกติสุขหรือภาวะสุขภาพดี สาเหตุใดก็ตามที่มีผลต่อกายย่อมส่งผลกระทบต่อจิตใจและสังคมด้วยในทำนองเดียวกัน สิ่งที่มีผลต่อจิตย่อมมีผลกระทบต่อกายและสังคมด้วย ดังนั้นบุคคลจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาความสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคม บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต พฤติกรรมที่แสดงออกให้เห็นคือมีสุขภาพดี ยอมรับความเป็นจริง มีความพึงพอใจในชีวิต เป็นต้น ส่วนผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัว ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ไม่ยอมรับความจริง เศร้าซึม เป็นต้น กลไกที่บุคคลใช้ในการปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลประกอบด้วย 2 ส่วน (Andrew and Roy. 1991 : 33 - 35) คือ

1. กลไกการควบคุม (Rulator Mechanism) เป็นกลไกการปรับตัวที่เกิดขึ้นอัตโนมัติ โดยที่บุคคลไม่รู้สึกรับรู้ว่าเป็นการทำงานร่วมกันของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ การรับรู้และ การตอบสนองเพื่อที่จะควบคุมการทำงานของร่างกายให้อยู่ในภาวะสมดุล

2. กลไกการรับรู้ (Conator Mechanism) เป็นกลไกการปรับตัวที่เกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ซึ่งเกี่ยวกับกระบวนการทางจิต สังคม ที่บุคคลใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับภาวะ เครียด บุคคลจะเรียนรู้การปรับตัวในส่วนนี้จากทักษะการเข้าสังคม ประสบการณ์การแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงและระดับการศึกษาซึ่งเป็นการทำงานของสมองในระดับสูง

กลไกการปรับตัวทั้ง 2 ส่วนจะเกิดควบคู่กันเสมอ ทำงานร่วมกันเสมือนว่าเป็นหน่วยเดียวกัน โดยสิ่งเร้าจะผ่านเข้ามาทางกลไกการควบคุมแล้วส่งต่อไปที่กลไกการรับรู้

รอยวิเคราะห์ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามหลักของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Needs) มาเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจธรรมชาติของคน ซึ่งเชื่อว่ามนุษย์ต้องการปรับตัวเพื่อคงไว้ซึ่งความต้องการพื้นฐานอันเป็นดัชนีบ่งชี้ความมั่นคงของชีวิต และเนื่องจากมนุษย์เป็นหน่วยเดียวที่เรียกว่า ความมั่นคงทางด้านร่างกาย (Biopsychosocial Being) จึงได้จากการที่บุคคล จะพึงมีความมั่นคงทางด้านร่างกาย (Physiologic Integrity) ความมั่นคงทางด้านจิตใจ (Psychic Integrity) และความมั่นคงทางด้านสังคม (Social Integrity) สามารถแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลจากกลไกการควบคุมและกลไกการรับรู้ แบ่งเป็น 4 ด้าน

1. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการด้านร่างกาย (Physiological Needs) เป็นการตอบสนองของบุคคลในด้านร่างกาย พฤติกรรมจะปรากฏออกมาเป็นการทำงานของเซลล์เนื้อเยื่อ อวัยวะและระบบซึ่งประกอบเป็นร่างกายของมนุษย์ เพื่อตอบสนองความมั่นคงทางด้านร่างกาย (Physiologic Integrity) ซึ่งพิจารณาได้จากการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน (Basic Need) ได้แก่ ความต้องการออกซิเจน อาหาร การขับถ่ายการทำกิจกรรมและการพักผ่อน การตอบสนองในด้านต่าง ๆ ต้องอาศัยการรับรู้ความรู้สึก การควบคุมน้ำและเกลือแร่ การทำงานของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ โดยมีกลไกการควบคุมเป็นตัวเชื่อมโยงการทำงานและตอบสนองออกมาเป็นพฤติกรรมการปรับตัว เป้าหมายสูงสุดของการดำรงชีวิตในภาวะปกติสุข คือ สมดุล ซึ่งมนุษย์จะพยายามปรับรักษาภาวะเช่นนี้ไว้ถ้าผลลัพธ์การปรับตัวไม่สามารถก่อให้เกิดการตอบสนองในทางบวกได้ก็จะปรากฏเป็นพฤติกรรมการปรับตัวในทางลบหรือล้มเหลว (Maladaptation Behavior)

2. พฤติกรรมการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self Concept) นอกเหนือจากการปรับตัวเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการด้านร่างกาย มนุษย์จำเป็นต้องมีความมั่นคงทางด้านจิตใจ (Psychic Integrity) และสิ่งที่มีบทบาทสำคัญต่อการคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางจิตใจ คือ ความรู้สึกนึกคิด เกี่ยวกับตนเอง อันเกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ตลอดจนการปะทะสัมพันธ์กับผู้อื่น ในทางจิตวิทยาเชื่อว่าพฤติกรรมทุกอย่างของมนุษย์เป็นผลจากความนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง บุคคลที่มีความเชื่อมั่นและมองเห็นคุณค่าแห่งตนจะมีการปรับตัวต่อภาวะความกดดันต่าง ๆ ดีกว่าบุคคลที่มีความรู้สึกต่อตนเองในทางลบ

3. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) การแสดงบทบาทหน้าที่ต่าง ๆ ของบุคคลได้เหมาะสมทั้งทางด้านพฤติกรรมกรรมการแสดงออก อารมณ์ และความรู้สึก เป็นการตอบสนองความต้องการและเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม (Social Integrity) ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนได้ บุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อให้การแสดงบทบาทของตนเป็นไปตามปกติ หากจะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยการปรับตัวของบุคคลนั้น

4. การปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกัน (Interdependence) ความจริงทางสังคมอีกประการหนึ่งคือ การที่คนเราต้องการมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ถือว่าเป็นความต้องการพื้นฐานของบุคคลในอันที่จะคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม (Social Integrity) ด้วยประการหนึ่ง ความพอเหมาะระหว่างการพึ่งพาตนเอง (Indepence) การพึ่งพาผู้อื่น (Dependence) และการให้ผู้อื่นได้พึ่งพาตนมีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งทางด้านจิตใจและ สังคม โดยปกติบุคคลจะพยายามคงไว้ซึ่งความเป็นตัวของตัวเองและยอมพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในขอบเขตที่ตนเองและสังคมยอมรับ

ลาซารุส (Lazarus, 1969) ได้อธิบายความเป็นมาของการปรับตัวไว้ว่า มีกำเนิดเริ่มแรกมาจากวิชาชีววิทยากล่าวคือ Darwin เป็นผู้ริเริ่มใช้คำว่า " การปรับตัว " ในทฤษฎีว่าด้วยวิวัฒนาการของเขาใน ค.ศ. 1859

โดยได้สรุปความคิดว่า สิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมของโลก ที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายได้ เท่านั้นที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้ ต่อมานักจิตวิทยาได้ขอยืมคำว่า "การปรับตัว" ทางชีววิทยามาใช้ในความหมายทางจิตวิทยา ในการศึกษาและเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์และสัตว์นี้ จำเป็นที่จะต้องศึกษาเรื่องการปรับตัว ทั้งในแง่ชีววิทยาและจิตวิทยา ในแง่ชีววิทยา ได้แก่ การปรับตัวให้เป็นไปตามความต้องการของร่างกาย ส่วนในแง่จิตวิทยา หมายถึง การปรับตัวให้เป็นไปตามความต้องการของจิตใจ ตัวอย่างของการปรับตัวเช่น การที่มนุษย์รู้จักแต่งกายด้วยเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับสภาพดินฟ้าอากาศ เพื่อให้ร่างกายมีความอบอุ่นพอดี ลักษณะของบ้านเรือนที่อยู่อาศัยของมนุษย์ก็มีแบบต่าง ๆ กันไป ทั้งนี้ขึ้นกับลักษณะดินฟ้าอากาศ และภาวะแวดล้อมเช่นกัน นอกจากนี้มนุษย์ยังแสดงให้เห็นความสามารถในการปรับตัวตามสภาวะที่เป็นอยู่ เช่นชาวเอสกิโมในแถบอาร์คติก สร้างบ้านด้วยน้ำแข็งและหิมะ เป็นต้น (Lazarus. 1969)

สำหรับนักจิตวิทยาสนใจเรื่องการปรับตัวในแง่จิตวิทยามากกว่าในแง่ชีววิทยาในด้านจิตวิทยาเราศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ในด้านที่เกี่ยวกับการปรับตัวให้เป็นไปตามแรงผลักดันสองอย่างตามที่นักจิตวิทยาได้วิเคราะห์ไว้ ดังนี้

1. แรงผลักดันภายนอก ซึ่งหมายถึง ข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม
2. แรงผลักดันภายใน หรือแรงกระตุ้นอันเกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกาย และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต

แรงผลักดันข้อแรก เกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม และการที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกัน และต้องผูกพันกับผู้อื่น ฉะนั้นคนเราต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม เราจะเห็นว่าเมื่อเด็กเริ่มรู้ความ บิดามารดาเรียกร้องให้เด็กประพฤติปฏิบัติสิ่งที่ดีที่ตนเห็นว่าเหมาะสม ตลอดจนให้สร้างค่านิยมที่ตนเห็นว่าดีงามตั้งแต่เยาว์วัย และเมื่อเด็กเจริญวัยขึ้นสู่ความเป็นผู้ใหญ่ บุคคลอื่น ๆ ในสังคมที่เกี่ยวข้องกับเขาก็จะเรียกร้องให้เขาต้องทำอย่างนั้นอย่างนี้ในด้านต่าง ๆ เช่น การแต่งงาน การประกอบอาชีพ ตลอดจนกระทั่งการดำเนินชีวิตทุกอย่าง ดังจะเห็นได้ว่าภรรยา มีข้อเรียกร้องจากสามี ส่วนสามีก็เรียกร้องจากภรรยา นายจ้างกับลูกจ้าง บิดามารดากับบุตร ก็มีข้อเรียกร้องจากกันและกันในทำนองเดียวกัน ความต้องการหรือข้อเรียกร้องจากสังคมดังกล่าวนี้เป็นแรงผลักดันที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อตัวบุคคลและต่อวิธีการในการปรับตัวของเขาเพื่อตอบสนองข้อเรียกร้องเหล่านั้น ซึ่งอาจจะเป็นการปรับตัวที่ทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จ หรือความล้มเหลวก็ได้

แรงผลักดันข้อที่สอง เป็นความต้องการภายในของแต่ละบุคคลเอง ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากสภาพทางสรีระของบุคคล อันได้แก่ ความต้องการ อาหาร น้ำ และความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสุขสบาย และอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้จากประสบการณ์ทางสังคมในชีวิตที่ผ่านมา เช่น ความต้องการ ความอบอุ่นใจ ความต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม และความต้องการสำเร็จ เป็นต้นเกี่ยวกับความหมายของการปรับตัวนี้ Lazarus ได้สรุปว่าการปรับตัวประกอบขึ้นด้วยกระบวนการ หรือวิธีการทั้งหลายของจิต ซึ่งมนุษย์ใช้ในการเผชิญข้อเรียกร้องหรือแรงผลักดันภายนอกและภายในดังกล่าว (นิภา นิธยาน. 2520)

ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ

ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2538 : 3) เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงสาเหตุพฤติกรรมของ คนดี และคนแก่ ที่ว่าพฤติกรรมเหล่านี้มีสาเหตุทางจิตใจอะไรบ้าง ทฤษฎีนี้สร้างจากการสรุปผลการวิจัยของประชาชนคนไทย อายุ 6 – 60 ปีจำนวนหลายพันคน ซึ่งแสดงให้เห็นเข้าใจง่ายในรูปของต้นไม้ใหญ่แบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ

ส่วนที่เป็นดอกผล ส่วนลำต้น และส่วนที่เป็นราก ซึ่งพอสรุปสาระสำคัญของทฤษฎีได้ว่า พฤติกรรมที่น่าปรารถนา คือพฤติกรรมของคนดี และคนเก่ง เช่นพฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมการทำงาน และพฤติกรรมอื่น ๆ อันเป็นส่วนดอกผลของต้นไม้ เกิดจากสาเหตุทางจิตใจ 2 กลุ่ม กลุ่มแรกอยู่ส่วนลำต้นของต้นไม้ ประกอบด้วยจิตลักษณะ 5 ประการคือ (1) เหตุผลเชิงจริยธรรม (2) มุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง (3) ความเชื่ออำนาจในตน (4) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และ (5) ทศนคติ คุณธรรม และค่านิยม (ที่เกี่ยวของกับพฤติกรรมนั้น ๆ หรือสถานการณ์นั้น) ถ้าต้องการที่จะเข้าใจ อธิบาย ทำนาย และพัฒนาพฤติกรรมชนิดใด จะต้องใช้จิตลักษณะบางด้าน หรือทั้ง 5 ด้านประกอบกัน กลุ่มที่สองอยู่ส่วนรากของต้นไม้ คือ จิตลักษณะ 3 ประการ ที่เป็นพื้นฐานทางจิตของบุคคล คือ (1) สติปัญญาหรือความเฉลียวฉลาด (2) สุขภาพจิต (3) การมีประสบการณ์ทางสังคม สาเหตุกลุ่มที่สองนี้ นอกจากจะเป็นสาเหตุ พฤติกรรมของบุคคลแล้วยังอาจจัดเป็นสาเหตุของการเกิดและพัฒนาจิตลักษณะกลุ่มแรกซึ่งอยู่ส่วนลำต้น อีกด้วย

ดังนั้นการปรับตัวจึงเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทั้งนี้เพราะมนุษย์มีความต้องการเกิดขึ้นตลอดเวลา ทั้งความต้องการที่จำเป็นของร่างกาย เช่น ความต้องการอาหาร อากาศ น้ำ ฯลฯ ตลอดจนความต้องการที่เกิดจากแรงผลักดันของสภาพแวดล้อมและประสบการณ์ทางสังคมซึ่งจะมีผลทำให้บุคคลพยายามฟันฝ่าให้ได้ในสิ่งที่ต้องการ และให้สำเร็จตามจุดมุ่งหมาย ที่ตนวางไว้ แต่ในขณะที่เดียวกันบุคคลก็จะอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่กดดันบังคับให้ปฏิบัติตามแนวทางใดแนวทางหนึ่ง แล้วแต่สถานการณ์ ทำให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการทุกอย่างได้จึงเกิดความเครียดและความคับข้องใจขึ้น บุคคลใดที่สามารถปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนกลายเป็นสภาพการณ์ที่ตนมีชีวิตอยู่ได้ในสังคมนั้น ๆ แล้วบุคคลนั้นจะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข การที่บุคคลพยายามที่จะสร้างความสมดุล ระหว่างความต้องการ (Needs) ที่มีต่อสิ่งเร้า (Stimuli) ต่าง ๆ ตามแต่โอกาสที่สิ่งแวดล้อมจะกำหนดให้เราเรียกว่า การปรับตัว (ฉันทิกา ทิมากร. 2534)

1.3 สาเหตุของการปรับตัว

โคลแมน และแฮมเมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 71 ; อ้างอิงจาก Coleman and Hammen. 1974 : 93-94) ได้กล่าวไว้ว่า ปัญหาต่าง ๆ ในการปรับตัว อาจมีสาเหตุแตกต่างกันไป สาเหตุบางประการอาจเนื่องมาจากบุคคลนั่นเอง หรือจากสภาพแวดล้อม และเมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งเผชิญปัญหา ไม่ว่าจะเป็นปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นจากตัวบุคคลนั่นเองหรือเป็นปัญหาที่เกิดจากสภาพแวดล้อมโดยทั่วไปบุคคลนั้นก็พยายามปรับตัวต่อสภาพที่เป็นปัญหาที่เขากำลังเผชิญนั้นเพื่อให้สภาวะของความกดดันความเครียดความวุ่นวายใจหรือความกังวลใจค่อย ๆ คลายลงจนกระทั่งหมดไปในที่สุด อย่างไรก็ตามบุคคลบางคนไม่สามารถขจัดปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้หมดสิ้นไปได้ เมื่อเป็นเช่นนั้น สภาวะความวุ่นวายใจหรือไม่เป็นสุขก็ยังคงมีอยู่ต่อไป และอาจจะมีผลกระทบให้บุคคลนั้นต้องสูญเสียความสมดุลในตนเองซึ่งอาจจะก่อให้เกิดความแปรปรวนทางความรู้สึกความคิดและพฤติกรรม

วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ ชีรดากร (2522 : 159 -160) อธิบายถึงสาเหตุของการปรับตัวว่า คนจะปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความเครียด ซึ่งเกิดจาก

1. ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรคที่เนื่องมาจากตัวเอง หรือผู้อื่น มีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ ความคับข้องใจตามมา มาสโลว์ (Maslow, 1954 : 80 -92) ได้จัดลำดับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เป็นขั้นต่าง ๆ 5 ขั้น ดังนี้

- 1.1 ความต้องการทางด้านร่างกาย เช่น ต้องการอาหาร น้ำอากาศที่อยู่อาศัยยารักษาโรค
- 1.2 ความต้องการความปลอดภัย เช่น ความต้องการที่จะรู้สึกว่าจะตนอยู่ในสภาพที่มั่นคงได้รับการปกป้องรักษาอย่างดีถ้าขาดอาจรู้สึกหวาดกลัว
- 1.3 ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ เช่น ต้องการความรัก ความอบอุ่น การมีส่วนร่วมรับผิดชอบในกิจการต่าง ๆ ตลอดจนเข้าร่วมเป็นสมาชิกในหมู่คณะ
- 1.4 ความต้องการได้รับความยกย่องนับถือ เช่น ต้องการชื่อเสียง เกียรติยศ ความร่ำรวย ฐานะทางสังคม การยอมรับนับถือตนเอง และการยอมรับจากสังคม
- 1.5 ความต้องการสัจธรรมแห่งตนนั้น คือ ต้องการเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต และสรรพสิ่งทั้งหลายต้องใช้พลังความสามารถของตนเองให้เต็มที่ เพื่ออุทิศตนให้เป็นประโยชน์แก่วิทยาการและมวลมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการที่อยู่เหนือความต้องการเกี่ยวกับชื่อเสียง เกียรติยศ ความร่ำรวย หรือการกระทำเพื่อตนเอง

2. เกิดจากความขัดแย้ง หมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถจะตัดสินใจเลือกการกระทำทั้งสองอย่างได้ในขณะเดียวกัน แต่จะต้องเลือกกระทำเพียงอย่างเดียว มี 3 ลักษณะ คือ

- 2.1 ความขัดแย้งในทางบวก เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่จะต้องเลือกเพียงอย่างเดียวในสิ่งที่ตนเองชอบเท่า ๆ กัน ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป ถึงจะเลือกแล้วยังเสียดยสิ่งที่ไม่สามารถจะเลือกได้
- 2.2 ความขัดแย้งในทางลบ เกิดจากการที่ตัวเองต้องเลือกในสิ่งที่ไม่ชอบเลย ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ได้ เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจ เพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นเราไม่ชอบเลยแต่เราต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง
- 2.3 ความขัดแย้งในทางบวกและลบ เกิดขึ้นในกรณีที่บุคคลหรือสิ่งต่าง ๆ ที่เราต้องเลือกนั้นมีทั้งถูกใจเราในระดับที่เท่า ๆ กันทั้งหมด ตั้งแต่สองอย่างขึ้นไป แต่เราต้องเลือกเพียง อย่างเดียว

พะยอม วงศ์สารศรี (2526 : 12-14) ได้กล่าวถึง เหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัวคือความต้องการ (Needs) ของมนุษย์ทุกคนมีความต้องการหลายประการในชีวิต เช่น ความต้องการทางกาย ได้แก่ ความต้องการน้ำ อาหาร อากาศ และสิ่งจำเป็นอื่น ๆ เพื่อการดำรงชีวิต นิภา นิธยาน (2530 : 11-13) กล่าวว่า นอกจากความต้องการทางร่างกายแล้ว สิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ทางสังคมยังผลักดันให้เกิดความต้องการอีกหลายอย่างนอกเหนือจากความต้องการทางร่างกาย ได้แก่ ความต้องการความอบอุ่นปลอดภัย ความรัก การได้รับการยกย่องนับถือ ความสำเร็จ ฯลฯ เมื่อความต้องการทั้งหลายได้รับการสนองตอบจะทำให้บุคคลรู้สึกสบายใจ มีความสุขในการดำเนินชีวิต แต่เมื่อความต้องการของบุคคลไม่ได้รับการสนองตอบโดยมีอุปสรรคหรือปัญหาต่าง ๆ มาขัดขวาง บุคคลก็จะเกิดความเครียด วิตกกังวลสับสนวุ่นวายและความคับข้องใจ ทำให้ไม่มีความสุข ในการดำเนินชีวิต ดังนั้นจึงต้องพยายามหาหนทางหรือวิธีการต่าง ๆ เบาบางลงไป อันจะนำมาซึ่งความสุข ความสบายใจในการดำเนินชีวิตต่อไป

นิภา นิธยาน (2530:141) ได้กล่าวว่า การปรับตัวเกิดจากสาเหตุที่มนุษย์ต้องเผชิญกับแรงผลักดันที่มีอิทธิพลสำคัญเกี่ยวกับการปรับตัว 2 ประการ คือแรงผลักดันภายในหรือข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อม

และสังคมได้แก่ความต้องการทางร่างกายที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และแรงผลักดันที่เกิดจากข้อเรียกร้องของสังคมหรือบุคคลที่มีความสัมพันธ์กัน เช่น บิดามารดาสั่งสอนให้ทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ ห้ามทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ เมื่อโตขึ้นจะยังพบข้อเรียกร้องที่มีความสลับซับซ้อนขึ้น และข้อเรียกร้องในแต่ละสังคมมีมาตรฐานต่างกัน ขึ้นอยู่กับแบบแผนของระเบียบประเพณีและวัฒนธรรมซึ่งแตกต่างกันแรงผลักดันภายใน ซึ่งเป็นแรงกระตุ้นภายในตัวบุคคล ซึ่งเกิดจากสภาพทางสรีระได้แก่ความต้องการสิ่งจำเป็นในการดำรงชีพ เช่น อาหาร น้ำ อากาศ ความอบอุ่น การพักผ่อนหลับนอนที่เพียงพอ อีกประการหนึ่งคือจากประสบการณ์ทางสังคมที่บุคคลนั้นได้เรียนรู้ในอดีต หรือประสบการณ์ที่ผ่านมา เรียกอีกนัยหนึ่งว่า “เหตุจูงใจทางสังคม” ได้แก่ ความต้องการที่จะมีเพื่อนฝูง ความต้องการความรัก ความต้องการความสำเร็จ และการเป็นที่ยกย่องนับถือ

สรุปได้ว่า สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว ได้แก่ ความต้องการขั้นพื้นฐาน คือ ความต้องการทางร่างกายทางจิตใจ และสังคม ซึ่งความต้องการขั้นพื้นฐานนี้จะเป็สิ่งที่ทำให้บุคคลต้องปรับและเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสม ซึ่งจะทำให้บุคคล มีความสุข เชื่อมั่น เป็นตัวเอง แต่ถ้าบุคคลนั้นไม่สามารถปรับพฤติกรรมนั้นได้ก็จะเกิดความวิตกกังวล เครียด ซึ่งสาเหตุดังกล่าวอาจทำให้เกิดการปรับตัวได้อย่างไม่เหมาะสม บุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

การปรับตัวของวัยรุ่น

สุชา (2536:50-51) กล่าวว่า เนื่องจากความเจริญของต่อมต่าง ๆ ของวัยรุ่นกำลังอยู่ในระยะปรับตัว ดังนั้นวัยรุ่นจึงตกอยู่ใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่ยั่วเย้าทางอารมณ์ได้ง่าย เพราะเป็นวัยที่อารมณ์อ่อนไหว เชื่อง่าย หลงง่าย ไม่มีอารมณ์มั่นคงเหมือนผู้ใหญ่ จึงมักเกิดปัญหาย่างยากทางอารมณ์เสมอ ผู้เกี่ยวข้องก็ควรหลีกเลี่ยงการกระทำที่เป็นต้นเหตุให้วัยรุ่นหมดความเชื่อมั่นในตนเอง ควรปล่อยให้เขาแก้ปัญหาด้วยตัวเอง โดยมีผู้ใหญ่คอยชี้แนะให้กำลังใจ ซึ่งเขาจะได้รู้จักแก้ไขหรือหาทางออกที่ดีด้วยตัวเองได้ ทำให้มีสุขภาพทางอารมณ์ดีขึ้น การแก้ไขอุปสรรคเพื่อรักษาความสมดุลในสภาพจิตใจหรืออารมณ์นั้น ฉวีวรรณ (2527) ได้เสนอไว้ดังนี้

1. การปรับตัวในระดับจิตสำนึก (Adjustment) คือวิธีการแก้ไขอุปสรรคโดยคิดทบทวนย้อนหาสาเหตุแล้วหาวิธีการแก้ไขที่สาเหตุ

2. การแก้ความทุกข์กังวล ด้วยการพยายามหาทางคุ้มครองป้องกัน “ศักดิ์ศรี” เป็นการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เพื่อให้เกิดความสบายใจ คือ ใช้กลไกในการป้องกันตนเองที่วัยรุ่นนิยมใช้กันมาก

ระยะวัยรุ่นเป็นช่วงหนึ่งของชีวิตที่ต้องมีการปรับตัวต่อสิ่งต่าง ๆ มากมาย ทั้งที่เกิดจากแรงผลักดันภายในตัวของวัยรุ่นเอง และเกิดจากสภาพแวดล้อมรอบตัวอัน เนื่องมาจากในช่วงวัยรุ่นนั้นมีการเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ทำให้วัยรุ่นต้องมีการปรับตัวอย่างมาก Hurlock ได้ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมนี้ว่าเป็นความสำเร็จของบุคคลในการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลต่าง ๆ ในสังคม ผู้ที่ปรับตัวได้ดีจะเรียนรู้ทักษะทางสังคมกับผู้อื่นได้ดี เช่น ความสามารถในการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นในกลุ่มเพื่อน หรือกลุ่มคนแปลกหน้าทั้งยังสามารถพัฒนาทัศนคติที่ดีต่อสังคมอีกด้วย (Hurlock. 1978)

ลักษณะของการปรับตัว

ลักษณะการปรับตัวที่ดี

บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีมิใช่ผู้ที่ปราศจากปัญหา แต่เป็นผู้กล้าเผชิญปัญหาอุปสรรคและความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติและไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่พร้อมจะเผชิญทั้งความสุขความทุกข์ในชีวิต บางครั้งแม้จะประสบชะตากรรมที่ยังความผิดหวังและล้มเหลวแก่ชีวิต ก็ยังความกล้าหาญเข้มแข็งพอที่จะดำเนินชีวิตต่อไปโดยไม่ยอมแพ้หรือท้อถอย (มาลินี อยู่โพธิ์. 2525 : 36) การปรับตัวที่ดีจะทำให้บุคคลมีความเข้าใจในตนเอง และเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง รู้จักตนเอง รู้จักคุณภาพ ความสามารถ แรงบันดาลใจและทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพ ที่มีต่อบุคคลอื่นและไม่มีความตึงเครียด (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 67 ; อ้างอิงจาก Rogers. 1974) ซึ่ง มนุษย์ ดนระวัฒนา (2526 : 141-143) ได้กล่าวถึงลักษณะของคนที่ปรับตัวได้ดีไว้ดังนี้

1. มีความรู้เกี่ยวกับตนเอง (Self-Knowledge) ผู้ที่ปรับตัวได้ดี คือ ผู้ที่รู้ถึงพลังจิต แรงจูงใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถ และอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง นั่นคือ จะต้องเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับตัวเองได้หมด ทั้งพฤติกรรมและความรู้สึกของตัวเอง

2. ความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีค่า (Self-Esteem) ประกอบด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตัวเองและความสามารถที่จะทำหน้าที่ให้แก่สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น (Feeling of Security) คนที่ปรับตัวได้ดีมีความรู้สึกที่ตนได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และที่สำคัญที่สุดคือมีอิสระ ในการแสดงออกต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน

4. ความสามารถในการรับและให้ความรัก (Ability to Accept and Give Affection) หมายถึงความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้อย่างน่าพอใจคนที่ปรับตัวได้ดีจะรู้สึกถึงความต้องการของคนอื่น ๆ นั่นคือ สามารถล่วงรู้ถึงความรู้สึกของคนอื่น ๆ และรักษาความสัมพันธ์ที่มีทั้งการให้และการรับไว้ได้

5. ความพอใจต่อความปรารถนาทางกาย (Satisfaction of Bodily Desires) คนที่ปรับตัวได้ดีจะมีทัศนคติต่อการทำงานของร่างกายของตนอย่างสมบูรณ์ ไม่หมกมุ่นครุ่นคิดวิตกกังวล

6. ความสามารถที่จะเป็นผู้ผลิตและมีความสุข (Ability to Be Productive and Happy) สามารถใช้ความสามารถต่าง ๆ ในการทำงานหรือความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้อย่างดี และ กว้างขวาง มีความสนุกและความกระตือรือร้น

7. ปราศจากความตึงเครียดและความรู้สึกที่เกินขีด (Absence of Tension and Hypersensitivity) คนที่ปรับตัวไม่ได้จะมีความทุกข์ที่เกิดจากความวิตกกังวล และความตึงเครียด ซึ่งมีผลสะท้อนให้เกิดอาการอื่น ๆ ตามมา ทินดอลล์ (Tindall. 1959 : 76) กล่าวถึงบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดี โดยทั่วไปไว้ดังนี้

1. รักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ของบุคลิกภาพ โดยมีความสามารถผสมผสานความต้องการของตนกับพฤติกรรมดังกล่าวต้องเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อม

2. ประพฤติปฏิบัติตามปทัสถานของสังคม

3. ปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง

4. มีความมั่นคงทางอารมณ์ และสามารถควบคุมอารมณ์ได้

5. มีวุฒิภาวะ

6. มองสังคมในแง่ดี และช่วยเหลือสังคมเสมอ

โรเจอร์ส (ศศิวิมล โสภณพันธ์. 2523 : 15 ; อ้างอิงจาก Rogers. 1974 : 358) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีว่า การปรับตัวที่ดีคือการที่บุคคลมีความเข้าใจตนเองและเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง รู้จักตนเอง รู้จักคุณภาพความสามารถแรงบันดาลใจ และทัศนคติที่มีต่อตนเอง ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

ประดินันท์ อูปรมย์ (2518 : 52) กล่าวถึงการปรับตัวที่ดีว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถทำตัวให้เข้ากับสภาพของความเป็นอยู่ได้อย่างดีและมีความสุข

รัตนยา ยัญทิพย์ (2522 : 32-33) กล่าวว่า บุคคลที่มีการปรับตัวดีนั้น จะมีการแสดงออกดังนี้มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่มีปมด้อย ไม่เกรงกลัวตำแหน่งหรือความยิ่งใหญ่ ไม่ก้าวร้าว ขณะเดียวกันก็ยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้ที่เหนือกว่าตนยอมรับสภาพความเป็นจริง มีความกล้าที่จะเผชิญกับชีวิต แม้ว่าจะมีเหตุร้ายบางขณะ ไม่ท้อแท้ กล้าที่จะต่อสู้เต็มกำลังความสามารถ

1. มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น เป็นผู้ที่มีมองบุคคลอื่นในแง่ดีปราศจากอคติใด ๆ
2. ไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม ไม่ทะเลาะวิวาทบ่อย ๆ และยุติธรรมต่อบุคคลอื่น
3. ไม่เป็นผู้ที่มีความประพฤติด้อยหน้าเป็นบุคคลที่สามารถนำเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้วมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว

4. สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี มีใจกว้างพอที่จะรับฟังความคิดเห็นและข้อโต้แย้งของผู้อื่น
5. ปราศจากนิสัยทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ
6. มีความเข้าใจและยอมรับสภาพของตนเอง รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง
7. ปฏิบัติตามระเบียบของสังคม ปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับมาตรฐานของสังคม
8. มีความรู้สึกเป็นอิสระ รู้สึกว่าตนไม่ถูกบังคับ

กิลเมอร์ (สมโภชน์. 2533 ; อ้างอิงจาก Gilmer. n.d.) ได้เสนอว่า คนที่ปรับตัวได้ดีควรมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. เป็นคนที่ยอมรับความจริง และยอมรับตนเองอยู่ตลอดเวลา
2. เป็นคนที่ตระหนักถึงความต้องการ ความรู้สึก และความคิดของตนเอง
3. เป็นคนที่รู้ถึงคุณค่าของตนเอง
4. เป็นคนที่มีความมั่นคงทั้งทางกายและจิตใจ
5. เป็นคนที่สามารถให้ความรักแก่บุคคลอื่นได้
6. เป็นคนที่สามารถรับความรักจากบุคคลอื่นได้
7. เป็นคนที่มีความสามารถในการสร้างสรรค์
8. เป็นคนที่รู้ถึงระดับความเครียดของตนเอง
9. เป็นคนที่พยายามแก้ไขสภาพการณ์ที่เผชิญอยู่แทนที่จะยอมรับอย่างง่ายดาย
10. เป็นคนที่พยายามที่จะหาทางเปลี่ยนแปลง เมื่อเกิดความไม่สบายใจ
11. เป็นคนที่ยืดหยุ่น
12. เป็นคนที่รู้ว่าเมื่อไรควรหรือไม่ควรวิตกกังวล

มาลินี อยู่โพธิ์ (2537) เสนอว่า การที่บุคคลจะสามารถปรับตัวได้อย่างดีหรือไม่นั้น จะต้องยึดถือและปฏิบัติตามหลักการปรับตัวที่ดี ดังนี้

1. มีสมาธิ (Meditation)
2. สงบเยือกเย็น (Equanimity)
3. ยอมรับสภาพการณ์ด้วยความมองอาจ (Resignation)
4. มีความกล้าหาญที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ที่ร้ายแรงได้ (Courage)
5. มั่นใจที่จะเปลี่ยนความพ่ายแพ้ให้เป็นชัยชนะ (Determination)
6. เป็นผู้แพ้ที่ร่าเริง มีใจผู้แพ้ที่หมดอาลัย (Cheerfulness)
7. ยิ้มแย้มต่อบุคคลทั่วไป (Pleasantness)

ลาซารัส (Lazarus, 1969) ได้จัดองค์ประกอบที่แสดงว่าบุคคลปรับตัวได้ไว้ 6 ประการ ดังนี้

1. มีความคิดเชิงวิเคราะห์ กล่าวคือ เป็นบุคคลที่มีความสุขในการแก้ปัญหา โดยที่จะวางแผนอย่างระมัดระวัง และทำงานละเอียดจริงจัง

2. มีทักษะทางสังคมเป็นบุคคลที่สามารถเข้ากับคนอื่นได้อย่างง่ายดาย เป็นบุคคลที่มีชีวิตชีวา เพลิดเพลินในการเข้าสังคม

3. มีความมั่นคงทางอารมณ์ กล่าวคือ เป็นบุคคลที่ไม่ปล่อยอารมณ์ไปกับความกลัว หรือความวิตกกังวลจนเกินไป สามารถผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงความตึงเครียด มองชีวิตในสภาพความเป็นจริงมากกว่าความเพ้อฝัน

4. มีความเชื่อมั่น กล่าวคือ เป็นบุคคลที่เห็นคุณค่าในการตัดสินใจของตนเองปรับตัวได้อย่างง่ายดายในสถานการณ์ใหม่ หรือสถานการณ์ที่ยากลำบาก พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัจจุบันและอนาคตด้วยดี ไม่มีความรู้สึกต่ำต้อย และพึงพอใจต่อรูปร่างท่าทางของตนเอง

5. ความสัมพันธ์ส่วนบุคคล กล่าวคือ เป็นบุคคลที่มีความอดทนไม่โกรธบ่อยและไม่โกรธอย่างง่ายดาย มองโลกในแง่ดี ไม่วิพากษ์วิจารณ์คนอื่นมากเกินไป

6. ความพึงพอใจในบ้าน เป็นบุคคลที่มีความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ดี พึงพอใจในสภาพของบ้าน ได้รับการยกย่องและเข้าใจจากทางบ้าน

นิภา นิธยาน (2530 : 155-157) ได้กล่าวสรุปถึงเด็กวัยรุ่นที่ประสบผลสำเร็จในการปรับตัวว่า ทำให้เกิดลักษณะของสุขภาพจิตที่ดี ดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นและความรู้สึกมั่นคงอันก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง ไม่มีปมด้อยไม่กลัวเกรงตำแหน่ง ความยิ่งใหญ่ หรือการก้าวร้าวระรานของผู้ใด ในขณะเดียวกันก็รู้จักยอมรับความสามารถ และความสำเร็จของผู้อื่นที่เหนือกว่าตน มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่นด้วยความจริงใจ กล้าเผชิญชีวิตโดยไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรค

2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร มีลักษณะนิสัยน่ารัก เมตตากรุณาต่อผู้อื่นด้วยน้ำใสใจจริงไม่หวังผลตอบแทน ไม่เห็นแก่ตัวเกรงใจ และคำนึงถึงจิตใจของผู้อื่น

3. มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ การดำเนินชีวิตแต่ละวันเป็นไปอย่างมีคุณค่าและไม่น่าเบื่อหน่าย

4. พร้อมทั้งจะรับประสบการณ์ใหม่ๆ และสนใจในกิจกรรมรอบตัว มีความสุขในสิ่งต่าง ๆ ตามความถนัดและความสนใจของตน เช่น การเล่นกีฬาการเล่นดนตรี และการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ

5. รู้จักรักษาอนามัยและสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ ทั้งในการกิน การนอน และการออกกำลังกาย เป็นต้น

6. มีความกล้าที่จะเผชิญกับความจริงในชีวิต กล้าที่จะเผชิญความจริงเกี่ยวกับสภาพของตนเองที่นำความทุกข์ใจมาให้ เช่น ความล้มเหลวและความผิดพลาดในชีวิต โดยไม่หาทางออกด้วยการกล่าวโทษผู้อื่น หรือกลบเกลื่อนข้อบกพร่องของตนเองด้วยวิธีการปรับตัวแบบต่าง ๆ

7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่ท้อถอยและหวาดหวั่น พร้อมจะแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้นเต็มกำลังความสามารถ

8. มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางครอบครัว และสังคมได้ง่าย มีใจกว้างพอที่จะรับฟังความคิดเห็นและข้อโต้แย้งของผู้อื่น ในเวลาเดียวกันก็เป็นผู้ยึดมั่นในหลักการที่ดี มีมาตรฐานการประพฤติปฏิบัติสูง และยึดถือค่านิยมที่ดีงาม

9. มีอารมณ์ซึ่งช่วยส่งเสริมแทนที่จะขัดขวางสวัสดิภาพของชีวิต ไม่มีอารมณ์เกลียดเคียดแค้น หรืออิจฉาริษยา รู้จักที่จะยับยั้งและควบคุมอารมณ์ได้ มีอารมณ์รักใคร่และเป็นมิตรกับเพศตรงข้ามได้ด้วยดี

10. ปราศจากนิสัยในทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ ไม่ลงโทษตัวเองเมื่อกระทำผิด แต่จะจดจำประสบการณ์ไว้เป็นบทเรียนที่มีค่า ไม่หวาดระแวงสงสัยผู้อื่น ไม่หมุมหมิ่นในเรื่องเล็กน้อยไร้สาระ ไม่เคร่งเครียดและวิตกกังวลจนเกินเหตุ

ดังนั้นลักษณะของบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีจึงสรุปได้ว่าลักษณะที่บุคคลสามารถปรับและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน ในด้านต่าง ๆ ที่จะประพฤติปฏิบัติ ให้เหมาะสม และสอดคล้องกับความต้องการ และสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ประสบได้ เพื่อให้ตนมีพฤติกรรมที่ดีในสังคม เป็นตัวของตัวเอง เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม เข้าใจในตนเองและผู้อื่น เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

ลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดี

แคพเพลน (Kaplan. 1995 : 27) ได้แบ่ง คือ พฤติกรรมหรือลักษณะที่แสดงว่าบุคคลปรับตัวไม่ดี ได้แก่

1. พวกที่ชอบกระพริบตาบ่อย ๆ เลียริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือบัสสาวะบ่อย ๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล

2. พวกหมกมุ่นอยู่กับความเศร้าโศกเสียใจ ดิ้นเดินจนเกินไป ไม่รับผิดชอบงาน พวกนี้เกิดจากอารมณ์รุนแรงจนเกินไป

3. พวกที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ทำงานคนเดียวไม่ได้ ขี้ระแวง ขี้สงสัย ขาดเหตุผล ตัดสินใจเอง ไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถและมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์

4. พวกที่ชอบแสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ดำหนิตีเถียน พุดจาขวานผ่าซาก พวกนี้คิดว่า ตนเองเหนือกว่าผู้อื่น

5. พวกที่พุดจาหยาบคาย ขาดความสุภาพ ชอบขัดขึ้นคำสั่ง ชอบรังแกและทารุณสัตว์ ตลอดจนชอบต่อต้านระเบียบวินัย พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

6. พวกที่เจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุ ทิวเก่ง บางครั้งอาเจียน และอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้สาเหตุมาจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน

โรเจอร์ (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 68 ; อ้างอิงจาก Rogers. 1974) ได้พิจารณาถึงลักษณะของผู้ที่ปรับตัวไม่ได้คือผู้ที่ไม่ยอมรับตนเองการพิจารณาและการรับรู้เกี่ยวกับตนเองบิดเบือนไปจากความเป็นจริงไม่สามารถรับรู้ความต้องการที่เกิดขึ้นทั้งภายในตนเองและสภาพความเป็นจริงภายนอกได้ เมื่อสื่อการรับรู้เกี่ยวกับตนเองไม่มี

1997/63 5.3

ประสิทธิภาพ ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นก็เสียหาย มีพฤติกรรมไม่คงเส้นคงวา อารมณ์แปรปรวนเร็ว เกิดจากความคลาดเคลื่อนอย่างมากระหว่างตนเองกับประสบการณ์

ราศรี ธรรมนิม (ม.ป.ป. : 165) กล่าวถึง บุคลิกภาพที่แสดงออกของเด็กที่ปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ ได้แก่ (1) ก้าวร้าว คุยโวโอ้อวดเกี่ยวกับความสามารถของตน (2) กอหยิ่ง เก็บตัว ไม่พูด ไม่สังคมกับใคร ไม่ได้รับความนิยมนอกจากเพื่อนและจากครู ชอบเถียงผู้อื่นทั้ง ๆ ที่ตนเองไม่มีความสามารถที่จะช่วยให้งานของกลุ่มดำเนินไปได้ อย่างดี

นอกจากนี้ ชีระ ชัยยุทธยรรยง (2533 : 21) กล่าวว่า บุคคลที่ปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้ ได้แก่ บุคคลที่ไม่ให้ความร่วมมือกับกลุ่มและขาดทักษะในการที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น

กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลและมีความสำคัญต่อชีวิตในวัยรุ่นมาก หน้าที่ของกลุ่มเพื่อน คือ ช่วยป้องกันวัยรุ่นจากความรู้สึกไม่แน่นอนของตนเองให้มีความมั่นคงทางจิตใจ ในฐานะที่เป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม ได้รับการยกย่องจากเพื่อนรุ่นเดียวกัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาแบบแผนเฉพาะตัวในลักษณะของความนึกคิด ความรู้สึกและการแสดงออก (จันทร์มาศ ชื่นบุญ. 2520)

จึงเห็นได้ว่าธรรมชาติของวัยรุ่นจำเป็นต้องมีการเข้าสังคม แต่เนื่องจากความแตกต่างกันในหลายๆ ด้านของเด็กวัยรุ่นแต่ละคน นับตั้งแต่อุปนิสัย บุคลิกภาพ ตลอดจนการอบรมเลี้ยงดูที่เคยได้รับ ทำให้เด็กวัยรุ่นต้องมีการปรับตัวอย่างมากในการปรับตัวกับเพื่อน จากการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการปรับตัวของเด็กวัยรุ่น พบว่า เด็กวัยรุ่นมักจะประสบปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะการปรับตัวกับเพื่อน โดย โรเวอร์ (Schnieder, et al. 1985 ; citing Trower. 1974) พบว่า จากการสำรวจปัญหาของกลุ่มตัวอย่างที่เรียนในระดับอุดมศึกษา 10% ของนักศึกษาทั้งหมดเป็นผู้ที่มีปัญหาในการปรับตัวทางสังคม และ 35% ของนักศึกษานี้เป็นกลุ่มที่มีปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ซานเดอร์ และคณะ (Fumham and Argyle.1987 ; citing Schnieder, et al.1985) กล่าวว่า ในบรรดาผู้ที่มีปัญหาทางจิตใจที่มารับการรักษากับเขามักจะมีปัญหาในด้านการผูกมิตรทั้งกับเพื่อนเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม ถ้าวัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนได้จะรู้สึกโดดเดี่ยวสงสัยในตนเอง มีความขัดแย้ง และมีความตึงเครียดทางอารมณ์ อาจนำไปสู่ปัญหาด้านสุขภาพจิต ซึ่งจะทำให้เกิดอาการของโรคจิต โรคประสาทได้ในที่สุด ซึ่งจะแสดงอาการโดยมีการแสดงออกทางพฤติกรรมและการปรับตัวแบบผิดๆ ซึ่งเบี่ยงเบนไปจากมาตรฐานอันดีงามของสังคม เช่น ก้าวร้าว ดุดสน่า ยาสเสพติด หรือจับกลุ่มตั้งแก๊งค์แยกตัวออกจากสังคม เช่น การศึกษาของ รูฟ และไวท์ (Grusec. 1988 ; citing Roff and Wirt. 1984) พบว่าเด็กที่เข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้จะมีแนวโน้มที่จะมีความก้าวร้าว ซึ่งจะนำไปสู่การเป็นยาเสพติด ตลอดจนนำไปสู่การมีปัญหาด้านจิตใจในวัยผู้ใหญ่ได้

นอกจากนั้นยังพบว่า เด็กที่มีปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนและสภาพแวดล้อมจะมีผลทำให้ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียนเท่าที่ควร จากการศึกษาของ ยูแมน (สุนทร ธนาสนะ. 2516 ; อ้างอิงจาก Ulman. 1957) พบว่า มีเด็กนักเรียนวัยรุ่นจำนวนไม่น้อยที่ต้องออกจากโรงเรียนกลางคัน เนื่องจากปัญหาการไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน และจากประสบการณ์ในการให้บริการด้านสุขภาพจิต ในวิทยาลัยของ นิกลีย์ (Nikelly. 1966) พบว่า มีอาการใหญ่ ๆ อยู่ 3 ประการ ที่ทำให้นักเรียนปรับตัวไม่ได้ ได้แก่ ความวิตกกังวล ความเศร้า และอาการที่เนื่องมาจากจิตใจ ซึ่งความเครียดที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่นักเรียนไม่สามารถแก้ไข จึงทำให้เกิดอาการทางจิตขึ้นได้

ดังนั้นลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ จึงสรุปได้ว่า จะมีพฤติกรรมที่แสดงออกทางด้านร่างกายและจิตใจ เช่นอาการวิตกกังวล ก้าวร้าว หลีกหนี จึงทำให้บุคคลลักษณะนี้เกิดปัญหาในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้เหมาะสม

การสร้างบรรยากาศในการเรียนการสอนกับการปรับตัว

การสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนมีองค์ประกอบต่าง ๆ หลายองค์ประกอบ ประดิษฐ์ อุปรมัย (2523 : 123-137) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบเหล่านั้นว่ามีอยู่พอสรุปได้ 4 ประการ คือ

1. บุคลิกภาพบางประการของครูมีผลต่อการสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนรูปร่างหน้าตาและการแต่งกาย มีผลต่อการดึงดูดความสนใจ แต่บุคลิกภาพบางประการเช่น สีหน้า ท่าทางน้ำเสียง การใช้ คำพูดอารมณ์ขัน และ บทบาทในฐานะผู้นำของครูมีผลต่อการสร้างบรรยากาศใน ชั้นเรียนอย่างมาก
2. พฤติกรรมของครูที่แสดงออกตามทัศนคติ และความคาดหวังบางประการที่ครูมีอยู่มีผลต่อการสร้างบรรยากาศในชั้นเรียน ครูที่มีทัศนคติที่ดีต่อการสอนและต่อนักเรียน เป็นผู้ที่มีมองโลกในแง่ดี ย่อมเป็นผู้สร้างบรรยากาศที่ดีให้เกิดขึ้นแก่ชั้นเรียนได้มากกว่าครูที่มีทัศนคติในทางตรงกันข้าม
3. ความคาดหวังของครูที่มีต่อนักเรียน มักมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของครูที่แสดงออกต่อนักเรียนด้วย ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนด้วยกันเอง มีผลต่อการสร้างบรรยากาศในชั้นเรียน การให้นักเรียนได้มีโอกาสซักถามเข้าร่วมกิจกรรมให้มาก จะทำให้บรรยากาศในชั้นเรียนมีความสุข กระตือรือร้น
4. ปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักเรียนด้วยกัน กันเอง ก็มีส่วนช่วยให้เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นในชั้นเรียนด้วย ครูรู้จักใช้การเสริมแรงที่เหมาะสม จะช่วยให้เกิดบรรยากาศที่ดีขึ้นในชั้นเรียนการเสริมแรงที่ทำอย่างจริงจัง เหมาะกับสภาพการณ์ไม่จำเป็นต้องใช้เฉพาะกับ พฤติกรรมที่ดีที่สุด แต่ควรใช้กับพฤติกรรมที่ชอบ ห้องเรียนไม่กระตุ้นให้เกิดความอยากเรียนการสอนไม่ดีมี เสรีภาพน้อยเกินไปในห้องเรียน สภาพการเรียนในห้องเรียนวุ่นวาย เวลาที่ใช้ในการอภิปรายในห้องเรียนไม่เพียงพอ และวัยรุ่นตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนว่า เป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งในการสร้างความสำเร็จทางการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับ โจนส์ (Jones. 1954 : 63-64) ได้กล่าวว่า ผู้เรียนจะไม่เรียน ถ้าหากสภาพแวดล้อม ไม่กระตุ้นสภาพการเรียนการสอนที่ดีย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้าหากไม่มีวินัยที่ดี ครูมีหน้าที่ในการนำผู้เรียนสู่กิจกรรมการเรียน จะต้องกำจัดสิ่งขัดขวาง บรรยากาศที่ส่งเสริมการเรียนรู้ และ วินัยมิใช่เรื่องกฎหรือข้อบังคับที่ติดตามมาด้วยการลงโทษผู้ที่ไม่เชื่อฟังคำสั่ง

นพพงษ์ บุญจิตราดุลย์ (2527 : 48-67) ได้กล่าวถึงแนวทางการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้สำหรับผู้เรียน และผู้สอนในแง่ของการปฏิสัมพันธ์ของผู้เรียนกับสิ่งต่าง ๆ ซึ่งมีอยู่ 4 ประการ คือ

1. ปฏิริยาตอบสนองระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน ผู้สอนไม่ควรสร้างบรรยากาศแห่งความกลัวให้เกิดขึ้น การเรียนรู้มิใช่เกิดในชั้นเรียนเสมอไป ดังนั้นการพบปะซักถามนอกชั้นเรียนจะสร้างบรรยากาศแห่งความเป็นมิตร ทำได้ง่ายขึ้น อย่าทำให้เกิดการเสียหน้า และควรรับฟังความคิดเห็นจากนักเรียนบ้าง
2. ปฏิริยาตอบสนองระหว่าง ผู้เรียนกับผู้เรียนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยให้ผู้เรียน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน เช่น การอภิปราย การโต้เถียง การรายงาน ผู้เรียนจะช่วยให้เกิดปฏิริยาตอบสนองระหว่างกัน ผูกทำงานร่วมกัน เป็นการสร้างบรรยากาศของสังคมที่เป็นกันเองระหว่างผู้เรียน

3. ปฏิภาณระหว่างผู้เรียนกับวัสดุอุปกรณ์ วัสดุอุปกรณ์จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ง่ายขึ้น ลดเวลาการเรียนการสอน การนำนวัตกรรมมาใช้ จะช่วยสร้างบรรยากาศการเรียนการสอน

4. ปฏิภาณตอบสนองระหว่างผู้เรียนกับสิ่งแวดล้อม ผู้บริหารจะต้องจัดสิ่งแวดล้อมที่ดีในโรงเรียน ตั้งแต่อาคารสถานที่ บริเวณ ความงาม ความปลอดภัยจากกลิ่น ควัน และเสียงรบกวนตลอดจนบุคลากรต่าง ๆ

แอนเดอร์สัน (Anderson. 1970 : 135-152) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของบรรยากาศทางสังคม ในชั้นเรียนที่มีต่อผู้เรียน โดยได้ระบุถึงลักษณะของบรรยากาศที่มีอิทธิพลและส่งผลต่อการเรียนรู้ ความรู้สึกและพฤติกรรม การเรียนของผู้เรียนไว้ดังนี้

1. ความเป็นกันเองความรู้สึกใกล้ชิดสนิทสนมคุ้นเคยของสมาชิกในกลุ่มผู้เรียน
2. การแบ่งกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมการเรียนต่าง ๆ ตามจุดประสงค์ของการเรียนรู้
3. การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ กิจกรรมการเรียนมีรูปแบบที่สามารถปฏิบัติได้ และให้ประโยชน์
4. การดำเนินกิจกรรมการเรียนเป็นไปอย่างมีลำดับขั้นตอนไม่ล่าช้า และมีความสอดคล้องเหมาะสม
5. การจัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ เช่น หนังสือ เครื่องมือ ที่พร้อมจะใช้ได้ตลอดเวลาการ
6. ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน และผู้เรียนกับผู้สอนและความพยายามที่จะลดความ

ขัดแย้ง

7. ผู้สอนกับผู้เรียนทราบจุดประสงค์และความคาดหวังในการเรียนอย่างชัดเจน
8. สร้างความเป็นธรรมไม่เลือกที่รักมักที่ชังของครูซึ่งยังผลให้เกิดความไม่เป็นธรรมขึ้นได้
9. ผู้เรียนมีโอกาสได้ทำกิจกรรมที่ทำหาความสามารถอยู่เสมอ
10. สร้างความตื่นตัวและขจัดความเฉื่อยชา อันเป็นสาเหตุของความเบื่อหน่ายต่อการเรียนการสอน
11. การตัดสินใจทำกิจกรรมต่าง ๆ มาจากผู้เรียนเป็นส่วนใหญ่
12. ไม่ส่งเสริมการแบ่งพรรคแบ่งพวกในหมู่ของนักเรียน
13. ผู้เรียนมีความพึงพอใจกับกิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียน
14. เสรีภาพมีขอบเขตไม่ปล่อยปะละเลย ขาดระเบียบและขาดความรับผิดชอบ

ดังที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการเรียนการสอนซึ่งประกอบด้วยสิ่งที่สำคัญคือ ผู้สอน ผู้เรียน สิ่งแวดล้อม จะมีอิทธิพลและมีผลต่อการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียนร่วมกัน ซึ่งจะเป็นส่วนหนึ่งที่เป็นผลในการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาเป็นอย่างมาก

ความสัมพันธ์กับเพื่อนกับการปรับตัว

การอยู่ในกลุ่มเพื่อนจะเปิดโอกาสให้วัยรุ่นเรียนรู้เกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การควบคุมพฤติกรรมของตนเอง การพัฒนาทักษะทางสังคมกับบุคคลที่อยู่ในวัยเดียวกัน การแลกเปลี่ยนความรู้สึกและปัญหาที่คล้ายคลึงกัน ทำให้วัยรุ่นสามารถเข้าใจผู้อื่นเข้าใจความแตกต่างระหว่างตนเองกับผู้อื่น เกิดความผูกพันและยอมรับซึ่งกันและกัน มีการพัฒนามโนทัศน์เกี่ยวกับตน สามารถสังเกตได้ว่า บุคคลอื่นคิดอย่างไรเกี่ยวกับตนหรือเขาคิดเกี่ยวกับตัวเขาเองอย่างไร และผู้อื่นมีปฏิภาณอย่างไรกับตน พฤติกรรมของตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นหรือไม่ สิ่งเหล่านี้มีความสำคัญต่อความรู้สึกที่มีต่อตนเอง และเป็นรากฐานของการสร้างเอกลักษณ์ของตน ช่วยในการพัฒนาบทบาททางเพศที่ชัดเจนนอกจากนี้ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่วัยรุ่นมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ทำให้วัยรุ่นมีเป้าหมายในชีวิต เห็นคุณค่าของตนเองและความหวังที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไปในอนาคต อีกทั้งการได้เป็นส่วนหนึ่ง

ของกลุ่ม มีคนเห็นคุณค่าและยอมรับรู้สึกว่าเป็นเหมือนคนอื่น ๆ หรืออย่างน้อย ที่สุดก็ไม่แตกต่างไปจากคนอื่น ๆ ส่วนผู้ที่ไม่สามารถเรียนรู้ที่จะร่วมกับคนอื่นได้ทั้งที่เป็นเพศเดียวกันและต่างเพศ เมื่อเขาเป็นผู้ใหญ่ใน ภายหน้าเขาก็จะประสบกับปัญหาในการคบเพื่อน

สำหรับการปรับตัวกับเพื่อนในมหาวิทยาลัยนั้น มีความสำคัญมาก เนื่องจากนิสิตนักศึกษาต้องอยู่ ห่างไกลจากบิดามารดา จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยเพื่อน ทั้งในด้านการเรียน และในชีวิตประจำวัน การมีเพื่อนทั้ง ชายและหญิงที่รักใคร่สนิทสนม ไว้วางใจ จริงใจ และหวังดีต่อกันเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ (มัลลวีร์ อดุลวัฒน์ศิริ, 2534 : 65) อีกทั้งเพื่อนยังช่วยให้ นิสิตนักศึกษาที่ประสบปัญหาการปรับตัวจากทางบ้านให้สามารถปรับตัวในมหาวิทยาลัย ได้ ช่วยสนับสนุนในการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ช่วยให้เกิดความเข้าใจตนเองในด้านอารมณ์และด้าน จิตใจ ช่วยให้เรียนรู้ชีวิต การอยู่ร่วมกับนิสิตนักศึกษาอื่น ๆ ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านทัศนคติและ ค่านิยม และช่วยให้เกิดความคิดและประสบการณ์ใหม่ ๆ บาสกิน (Baskin, 1968 : 307) กล่าวว่า เพื่อนมีอิทธิพล ต่อการปรับตัวและพัฒนาการด้านบุคลิกภาพ เพื่อช่วยให้มีความรู้สึกเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นมีความสัมพันธ์ที่ดี กับบุคคลอื่น และมีประสบการณ์ในการปะทะสังสรรค์ในสังคม

นอกจากนี้ ณวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม (2527:112-113) ได้กล่าวถึงข้อดีของการปรับตัวกับเพื่อนของ วัยรุ่น ดังต่อไปนี้

1. ช่วยให้วัยรุ่นมีสิ่งยึดเหนี่ยว ไม่เกิดความรู้สึกถูกทอดทิ้งให้เหงาเหว่เกินไป
2. ช่วยให้วัยรุ่นมีประสบการณ์ในการอยู่ร่วมกันในสังคม เพื่อเป็นบทเรียนในวัยผู้ใหญ่
3. ช่วยให้วัยรุ่นลดความเพ้อฝันการปรับตัวเพื่อให้พ้นจากความกังวลในปัญหาต่าง ๆ ทำให้วัยรุ่นหาทาง ออกด้วยการสร้างความฝันต่าง ๆ ที่ตนเห็นว่าตนต้องการจะได้รับความสุข ความสำเร็จ ซึ่งเป็นการวาดภาพของ ตนเองในอุดมคติ การปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้มีเพื่อนคุย ไม่มีเวลาว่างพอที่จะเพ้อฝัน
4. ช่วยให้วัยรุ่นลดความเครียดหรือความกดดันได้ ความกังวลอัดอั้นใจของวัยรุ่นมีมากปัญหาบางปัญหา สามารถที่จะบอกเล่าให้บิดามารดาหรือผู้ใหญ่ทราบได้ บางปัญหาไม่สามารถที่จะบอกเล่าให้ทราบได้การคบเพื่อน จะช่วยให้วัยรุ่นได้ปรับทุกข์กับผู้ที่มิมีปัญหาเช่นเดียวกันช่วยทำให้เกิดความสบายใจได้
5. ช่วยให้วัยรุ่นเกิดความคิดในเรื่องการเสียสละ การเห็นแก่ส่วนรวม การร่วมกิจกรรม กับเพื่อนช่วยให้ วัยรุ่นได้เรียนรู้ในเรื่องการอยู่ร่วมกันรู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความอดทนอดกลั้น มีหลักเกณฑ์ในการทำงาน ที่เป็นแบบแผน และช่วยให้วัยรุ่นวางตัวได้อย่างเหมาะสมในสังคม

วุฒิชัย จงคำนึ่งศีล (2538 : 9) ให้ความหมายของการปรับตัวด้านการเรียนไว้ว่า การปรับตัวด้าน การเรียน หมายถึง ความสามารถที่นักเรียนปรับปรุงตนเองเกี่ยวกับการเรียนที่นักเรียนประสบอยู่ ดังนี้

1. ด้านการฟังคำบรรยาย ปรับตัวโดยการตั้งใจฟังคำบรรยาย
2. ด้านการจัดบันทึกจากการบรรยายปรับตัว โดยจัดบันทึกหัวข้อที่สำคัญเขียนคำอธิบายขยายหัวข้อ สำคัญอย่างสั้น
3. ด้านการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมปรับตัวโดยการศึกษาวิธีการค้นคว้าในห้องสมุด ปรีกษารุ่นพี่ ขอคำแนะนำ จากอาจารย์

4. ด้านการปฏิบัติจริงในห้องปฏิบัติการปรับตัว โดยการศึกษาคำอธิบายการใช้ห้องปฏิบัติการอย่างละเอียดฟังคำชี้แจงเกี่ยวกับการใช้ห้องปฏิบัติการจากอาจารย์ให้เข้าใจศึกษาคู่มือการปฏิบัติงานหรือคำสั่งในใบงานให้เข้าใจ

5. ด้านการฝึกฝนทักษะปรับตัว โดยการติดต่อขอเวลาเข้าฝึกฝนการทำงานในห้องปฏิบัติการมากขึ้นปรึกษาคำแนะนำจากผู้สอนแบบจากการปฏิบัติงานของเพื่อน แล้วนำมาปรับปรุงตนเองให้มีทักษะมากขึ้น

จากคำจำกัดความดังกล่าว สรุปได้ว่า การปรับตัวหมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับปรุงพฤติกรรมและการกระทำของตนในด้านต่าง ๆ ซึ่งได้แก่ ด้านส่วนตัวและอารมณ์ สังคม และการศึกษา เพื่อให้บุคคลสามารถที่จะประพฤติปฏิบัติตนให้อยู่ในสังคมได้อย่างมี คุณภาพ และสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ทำให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า วัยรุ่นที่เป็นนิสิตนักศึกษา ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวในด้านการเรียนการสอน และกลุ่มเพื่อน การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ห้องเรียน สถานที่เรียน และกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งนิสิตนักศึกษาต้องปรับตัวให้เข้ากับปัญหาในด้านต่าง ๆ ส่วนการปรับตัวกับเพื่อน นั้น พบว่าเกิดจากลักษณะนิสัยที่ได้รับจากการอบรมเลี้ยงดู ความสนใจและความต้องการในการเข้าสังคม ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำเหตุผลนี้มาสนับสนุนสมมติฐาน การวิจัยที่ว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการปรับตัวต่างกันั้นเกิดจากสาเหตุแห่งพฤติกรรมในด้านต่าง ๆ ที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้ นักศึกษาพยาบาลจะมีความสามารถในการปรับตัวไปในทิศทางใดขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้าน ที่เป็นตัวส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา

ผู้วิจัยพิจารณาจากเอกสารและงานวิจัยแล้วเห็นว่า ปัจจัยที่น่าจะเป็นตัวทำนาย หรือส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู การมุ่งอนาคต การควบคุมตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดู

2.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู

พูนสุข ช่วยทอง (2540 : 33) ได้ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูไว้ดังนี้การเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดาให้การดูแลเอาใจใส่และอบรมเลี้ยงดูเพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานและความต้องการของบุคคลทั้งทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมอย่างเหมาะสมกับวัย

การฝึกวินัยหรือการอบรม (Discipline) หมายถึง การสอน แนะนำ หรือฝึกอบรมเพื่อให้เด็กสามารถควบคุมตนเองได้

กระทรวงศึกษาธิการ (2529 : 1) การอบรม หมายถึง การแนะนำฝึกฝนให้เด็กมีวินัย มุ่งให้เกิดกปรพฤติดี รู้จักควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบ รู้ผิดรู้ชอบ รู้ชั่วรู้ดี รู้ควรรู้ไม่ควร มีใจหนักแน่น เป็นต้น การเลี้ยงดู หมายถึง การดูแลเพื่อสนองความต้องการที่จำเป็นของเด็กทั้งทางกาย ทางใจ มุ่งให้เกิดมีความสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรค ไม่เกิดความพิการ อารมณ์แจ่มใส อุปนิสัยดี สติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น เป็นต้น

ยุวดี เทียมประสิทธิ์ (ม.ป.ป. : 72) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การกระทำของพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดู ทั้งด้วยกาย วาจา ทำที่ที่มีต่อเด็ก อันเป็นผลให้เด็กมีร่างกาย พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปตามแนวทางการพัฒนาการของชีวิตและเป็นที่ยอมรับของผู้แวดล้อม ผู้อบรมเลี้ยงดูตั้งใจอบรมสั่งสอนให้เด็กยอมรับการปฏิบัติตามเกณฑ์หรือแนวทางที่สังคมยอมรับ เพื่อจะได้เติบโตขึ้นในแนวทางที่ผู้อบรมนั้นต้องการ

จตุพร เพ็งชัย (2534 : 99) ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่ผู้ใหญ่ในครอบครัวซึ่งประกอบด้วยบิดามารดา และบุคคลอื่นๆ ปฏิบัติต่อเด็ก เพื่อสนองความต้องการที่จำเป็นของเด็กทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อให้เด็กมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี และยังให้การแนะนำสั่งรอบตัว ฝึกอบรม ให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

ยาใจ จุลพงษ์ (2524 : 20) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูเด็ก หมายถึง การบำรุงรักษาเด็กให้มีชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัย อันหมายถึงความต้องการทางกาย เช่น การให้อาหารและยังหมายถึงการฝึกหัดเด็กให้สิ่งที่เกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิด ความประพฤติและมารยาททางสังคม เช่น ฝึกให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาด ฝึกให้รู้จักรับผิดชอบ หรือการที่พ่อแม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับเด็ก คอยให้การดูแลรักษาคุ้มครอง ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้คำแนะนำสั่งสอน และให้ความช่วยเหลืออื่นๆ เพื่อให้เด็กได้มีชีวิตอยู่และเจริญเติบโตขึ้นเป็นสมาชิกของสังคมตามลักษณะที่ผู้อบรมเลี้ยงดูให้ความมุ่งหวัง

เกรก (สมคิด อิศระวัฒน์. 2541 : 20 ; อ้างอิงจาก Grace. 1979 : 91) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู คือ กระบวนการที่บุคคลได้เรียนรู้ในการพัฒนาทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม ความรู้ และความหวังของสังคมตลอดจนการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับบทบาทของคนในสังคมนั้นๆ ด้วย

บลูม (Broom. 1971 : 86-87) ได้นิยามการอบรมเลี้ยงดูไว้ 2 ลักษณะคือ ทางสังคม หมายถึง การถ่ายทอดวัฒนธรรมและการทำให้บุคคลมีวิถีชีวิตที่เป็นระเบียบ และในแง่ของแต่ละบุคคล หมายถึง กระบวนการที่ทำให้คนเปลี่ยนจากชีวอินทรีย์เป็นมนุษย์ สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้และปฏิบัติตามค่านิยม อุดมคติ และระดับความทะเยอทะยาน

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็กในด้านต่างๆ ด้วยการดูแลให้ความเอาใจใส่ ช่วยเหลือ ให้ความรัก ความอบอุ่น แนะนำสั่งสอน ตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเพื่อให้บุตรได้มีชีวิตและเจริญเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพในสังคม

2.2 รูปแบบของการอบรมเลี้ยงดู

ณรงค์ เทียนสง ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 4 ลักษณะคือ

1. ลักษณะเผด็จการ เป็นการเลี้ยงดูที่พยายามจะอบรมดัดนิสัย ควบคุมความประพฤติรวมทั้งมีอำนาจเป็นผู้กำหนดสิ่งที่ตนคิดว่าถูกต้อง ชอบให้เด็กทำตามคำสั่ง ตกเถียงหรือแสดงเหตุผลไม่ได้
2. ลักษณะเผด็จการ แต่กระทำบนพื้นฐานแห่งเหตุผล เด็กจะสามารถแสดงความคิดเห็นได้แต่ต้องอยู่ในระเบียบวินัย พ่อแม่จะใช้เหตุผลและความเป็นผู้ใหญ่ให้บรรลุปเป้าหมายในการอบรมเลี้ยงดูลูก
3. ลักษณะพ่อแม่ที่ใจดี จะไม่นิยมการลงโทษ รับฟังคำขอหรือเหตุผลของลูก ทำหน้าที่เสมือนเป็นแหล่งข้อมูลแก่ลูก ลูกจะได้รับเสรีภาพอย่างเต็มที่ที่จะกระทำการอย่างหนึ่งอย่างใดได้
4. ลักษณะพ่อแม่ที่มักทำตามใจตนเอง อันเนื่องมาจากความไม่รู้หลายประการ เช่น ขาดการศึกษา หลงผิดเป็นชอบ มีทิฐิ (กรรณิการ์ วิจิตรสุนทร. 2529 : 11-12)

โสภณรัตน์ จันทระประภา (2515 : 82-84) กล่าวถึงการอบรมเลี้ยงดูเด็กแบ่งเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ดังนี้

1. เลี้ยงให้เป็นผู้ใหญ่มาตั้งแต่เด็ก คือ จะถูกอบรมกวดขันให้ประพฤติตนอย่างผู้ใหญ่โดยเคร่งครัดมาตั้งแต่วัยยังไม่สมควร ไม่มีโอกาสได้คิดหรือทำอย่างเด็กตามธรรมชาติ
2. เลี้ยงอย่างเทวดา คือ จะคอยเอาใจ ตามใจเด็ก อยากทำอะไรก็ทำได้ไม่มีการห้ามปราม

3. เลี้ยงอย่างผู้ร้าย คือ ผู้ปกครองจะเข้มงวดกวดขัน คอยจำกัด ทำอะไรก็ไม่ถูกไม่ควรไปเสียหมด ต้องคอยป้องกันตัวเองอยู่ตลอดเวลา เด็กที่ถูกเลี้ยงแบบนี้มักจะเป็นเด็กบ้านแตก พ่อแม่แยกกันอยู่ หย่า หรือตายจากกันแล้วอาจมีพ่อเลี้ยงหรือแม่เลี้ยง เด็กเป็นกำพร้า

4. เลี้ยงอย่างเป็นของเล่น คือ เลี้ยงไว้เซยชม เช่น ชอบให้แต่งตัวสวยๆเวลาไปงานในโอกาสต่างๆ ชอบให้แสดง เช่น แสดงละคร เพื่อเป็นหน้าเป็นตาแก่ผู้เลี้ยงเอาไปคุยอวดได้ว่า “ลูกหลายของฉันเอง”

วราภรณ์ รักริฉัย (2527 : 11-16) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 4 แบบดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักความอบอุ่นแบบประชาธิปไตย เป็นการอบรมเลี้ยงดูโดยให้ความรัก ความเอาใจใส่ และความเข้าใจ และใช้เหตุผลกับลูก ให้ความสำคัญแก่ลูกโดยถือว่าลูกคือส่วนที่มีความสำคัญ ต่อครอบครัว พ่อแม่จะให้อะไรในสิ่งที่ลูกต้องการจริงๆ จัดประสบการณ์ต่างๆให้ตรงกับพัฒนาการของลูกตามความ เหมาะสมกับความสามารถทางกาย อารมณ์ สังคม และทักษะของลูก ไม่บังคับให้ลูกทำในสิ่งที่ไม่ยอมทำหรือไม่ สามารถจะทำได้ ให้การยอมรับและยกย่องซึ่งจะสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้ลูก ให้อิสระแก่ลูกในการกระทำ กิจกรรมต่างๆ เอาใจใส่และช่วยเหลือ แนะนำลูกตามความเหมาะสมยอมรับความสามารถและให้สิทธิลูกในการตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตนเองพ่อแม่จะคอยให้กำลังใจคำปรึกษาความมั่นคงปลอดภัยแก่ลูกตลอดจนแนะแนวทางการดำเนินชีวิตในแต่ละวัยแก่ลูกเพื่อลูกจะได้เกิดการเรียนรู้ที่จะอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบคาดหวังเอาากับเด็ก เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่เรียกร้องเอาจากลูก โดยพ่อแม่ มีความต้องการเดียวเชื่องให้ทำตามตามที่พ่อแม่หวังไว้ พ่อแม่จะกำหนดวิถีชีวิตให้กับลูก ลูกต้องทำตามจุดประสงค์ หรือความต้องการของพ่อแม่ ลูกมีหน้าที่ทำตามทุกอย่างแม้ว่าจะไม่ชอบก็ตาม

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ไม่สนใจที่จะอบรมสั่งสอนลูก ปล่อยให้ลูกทำตามอำเภอใจ ไม่มีใครคอยชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสมให้ ไม่สนใจความเป็นอยู่ ไม่ดูแล ยามเจ็บป่วย ให้ความรักแบบลำเอียงหรือดูด่าลงโทษแรงเกินกว่าเหตุ บางครั้งก็ปล่อยหน้าที่เลี้ยงดูให้เป็นของคนอื่น เลี้ยงดูแบบตามมีตามเกิด ซึ่งอาจจะเป็นเพราะฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวหรือเป็นลูกที่เกิดมาโดยพ่อแม่ ไม่ได้ตั้งใจให้เกิดหรือเป็นครอบครัวที่แตกแยก

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบรักถนอมมากเกินไป เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่คอยปกป้องดูแลลูกมากเกินไป ไม่ให้ลูกได้รับความลำบากหรืออันตราย คอยให้ความช่วยเหลือลูกทุกอย่าง จนลูกไม่รู้จักวิธีช่วยเหลือตนเอง ไม่รู้จักแก้ปัญหาด้วยตัวเอง มีเรื่องอะไรขัดข้อง พ่อแม่จะเป็นคนช่วยเหลือให้หมด โดยลูกไม่ต้องทำอะไร หรือเรียกว่า เป็นการถนอมไข่ไว้ในหิน เอาใจใส่ลูกอย่างไม่ให้คลาดสายตา คอยให้ความช่วยเหลือลูกทุกฝีก้าว

ดวงเดือน พันธุมนาวิน, อรพันธ์ ชูชม และงามดา วณิชานนท์ (2528: 3-15) แบ่งการอบรมเลี้ยงดู เด็กตามแบบสังคมไทย ออกเป็น 5 ประเภท คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน หมายถึง การที่บิดามารดา รายงานว่าเป็นการปฏิบัติต่อบุตรตน ได้แสดงความรักใคร่ เอาใจใส่ทุกข์สุขของบุตร มีความใกล้ชิดและได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับบุตร ให้การช่วยเหลือสนับสนุนและยอมรับในความสามารถของบุตร การอบรมแบบนี้เป็นการให้ในสิ่งที่บุตรต้องการ ดังนั้นบุตรที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้จะให้ความรัก ให้ความสำคัญต่อบิดามารดายอมรับการอบรมสั่งสอนต่างๆ โดยง่าย มีความรับผิดชอบให้ความร่วมมือกับผู้อื่นมาก และมีเหตุผลเชิงจริยธรรม

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล หมายถึง บิดามารดาที่อธิบายให้เหตุผลแก่บุตรในขณะที่มีการส่งเสริมหรือขัดขวางการกระทำของบุตรหรือลงโทษบุตร มีการให้รางวัลและลงโทษบุตรอย่างเหมาะสมกับการกระทำของบุตรมากกว่าที่จะปฏิบัติต่อบุตรตามอารมณ์ของตนเอง ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูวิธีนี้ช่วยให้บุตรได้เรียนรู้ และรับทราบถึงสิ่งที่ควรทำหรือไม่ควรทำ มีความสำนึกในหน้าที่ ความรับผิดชอบสูง และสามารถต้านทานสิ่งยั่วยุได้

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบลงโทษทางจิตมากกว่าทางกาย หมายถึง บิดามารดา ใช้วิธีลงโทษทางจิตหรือทางกายเมื่อบุตรทำผิด ซึ่งการลงโทษทางกายจะเป็นวิธีการปรับพฤติกรรม ที่บิดามารดามักใช้อย่างจงใจใช้มาก และบ่อยกว่าการให้รางวัลเมื่อเด็กทำดี การลงโทษทางกายมีประโยชน์เพียงเล็กน้อย คือสามารถยับยั้งพฤติกรรมได้ชั่วคราว แต่มีผลเสียต่อเด็กมากเพราะทำให้เด็กก้าวร้าว ซอรั้งแกล้ง ข่มเหงผู้ที่อ่อนแอกว่า ส่วนการลงโทษทางจิตจะให้ผลดีในการช่วยเสริมสร้างจริยธรรมของเด็ก

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม หมายถึงการออกคำสั่งให้เด็กทำตามแล้วผู้ใหญ่คอยตรวจตราใกล้ชิด ว่าทำตามที่ต้องการหรือไม่ ถ้าไม่ทำตามก็จะลงโทษเด็ก ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้จะยับยั้งการพึ่งตนเอง และความคิดสร้างสรรค์ของเด็กทำให้เด็กไม่กล้าแสดงออก ขาดความเชื่อมั่นในตนเองและไม่กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง ส่วนการเลี้ยงดูแบบควบคุมน้อยหมายถึง การปล่อยให้เด็กคิดและตัดสินใจเองว่าควรทำหรือไม่ควรทำสิ่งใด และเปิดโอกาสให้เด็กเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น

5. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้พึ่งตนเองเร็ว หมายถึง การที่บิดามารดาเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันด้วยตนเอง หรือภายใต้การแนะนำ และฝึกฝนจากบิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดู ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูวิธีนี้ทำให้เด็กช่วยตนเองได้เร็ว และไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากและนานไป

สุวดี ศรีเลณวดี (2530 : 31-35) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 8 ลักษณะ ได้แก่

1. การเลี้ยงดูแบบให้ความรักและการยอมรับ ครอบครัวจะมีบรรยากาศที่แสดงถึงทัศนคติและการกระทำที่เต็มไปด้วยความรักและการยอมรับ จะส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็ก

2. การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยเป็นการเลี้ยงดูแบบให้ความรักมากการเลี้ยงดูแบบควบคุมปานกลางถึงค่อนข้างน้อย และการใช้เหตุผลในการฝึกอบรมวินัย มักใช้วิธีการชมเชยมากกว่าการลงโทษ และเมื่อจำเป็นต้องลงโทษก็มักใช้วิธีการลงโทษทางจิตมากกว่าทางกาย ไม่มีอารมณ์ผูกพันกับเด็กจนเกินไป

3. การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลการใช้เหตุผลประกอบการอธิบายให้เห็นผลตามมา ที่ไม่ฟังปรารภของพฤติกรรมที่ผิดพลาดของเด็ก มีการอธิบายตัวอย่างพฤติกรรมที่ฟังปรารภมา แนะนำรายละเอียดของการปฏิบัติตนในสภาพการณ์ต่างๆ อธิบายเหตุผลของการควบคุมพฤติกรรมให้เด็กทราบ

4. การเลี้ยงดูแบบฝึกให้พึ่งตนเอง เป็นการฝึกให้เด็กสามารถทำสิ่งต่างๆให้ตนเอง เช่น ตักอาหารรับประทานเอง ถอดเสื้อเอง ผูกมิตรกับเพื่อนรุ่นเดียวกันด้วยตนเอง ตลอดจนช่วยงานบ้านเล็กๆน้อยๆในบ้านตั้งแต่อายุ 2-4 ขวบ จะให้ผลดีที่สุดเพราะจะทำให้เด็กมีลักษณะใฝ่สัมฤทธิ์

5. การเลี้ยงดูแบบลงโทษ ซึ่งแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ

5.1 การลงโทษทางกาย เป็นการลงโทษโดยใช้วาจาว่ากล่าวสั่งสอนน้อยหรือไม่ใช้เลย เด็กจะทราบแต่เพียงว่า ขณะนั้นตนได้ทำในสิ่งที่ผู้เลี้ยงดูไม่พอใจ แต่ไม่ทราบเหตุผลว่าทำไมการกระทำของตนจึงก่อให้เกิดความไม่พอใจ

5.2 การลงโทษทางจิต ประกอบด้วยการว่ากล่าวอบรมสั่งสอน มีการอธิบายให้เด็กเห็นถึงความเหมาะสมของพฤติกรรม จึงทำให้เด็กได้รับรู้เกี่ยวกับลักษณะจริยธรรมมากกว่าการลงโทษทางร่างกาย นอกจากนี้ จะทำให้เด็กได้หลักในการประพฤติปฏิบัติตนด้วยการเลี้ยงดูแบบควบคุมมาก บิดามารดาจะกำหนดกฎเกณฑ์และมาตรฐานที่เข้มงวดกวดขันและควบคุมอย่างเต็มที่ เด็กมีโอกาสดำเนินการของตัวเองน้อยมาก มีการลงโทษเมื่อเด็กไม่ปฏิบัติตามกฎ การเลี้ยงดูแบบตามใจมาก บิดามารดาจะให้เวลากับเด็กอย่างมาก ให้ความสนใจ ให้ความสนใจ สนุกสนานกับเด็กในทุกขณะ แต่ไม่ได้สอนหรือเสริมแรงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ให้เด็กมีโอกาสแสดงพฤติกรรมได้ตามอำเภอใจ

จตุพร เพ็งชัย (2534 : 99 -100) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

1.การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรัก หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูกของตนเองในลักษณะต่างๆ เช่น ให้ความดูแลเอาใจใส่ ให้ความรักความห่วงใย ให้คำแนะนำ สนับสนุนและช่วยเหลือ มีความยินดีที่จะอยู่กับลูก ให้การยกย่องให้การคุ้มครองตลอดจนใกล้ชิดสนิทสนม

2.การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยหมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูกแบบทอดทิ้ง ปล่อยให้บุตรจัดการกับตนเอง ขาดการแนะนำ ขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่มีกฎเกณฑ์ให้ปฏิบัติ เมื่อเด็กซุกตามในเรื่องต่างๆ พ่อแม่จะไม่สนใจอธิบายให้เด็กหายข้องใจ

3.การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวด หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูก คอยบังคับใจลูกให้ทำตามความต้องการของตนเอง ชอบใช้คำพูดที่ทำให้ลูกรู้สึกอาย ชอบก้าวร้าวในเรื่องส่วนตัวของลูก ลงโทษลูกโดยที่ลูกยังไม่รู้เหตุผลที่ต้องถูกลงโทษ

พูนสุข ชั่วทอง (2540 : 53 - 54) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 5 แบบ คือ

1.แบบรักมากและปกป้องจนเกินควร หมายถึง พ่อแม่ที่รักลูกมากจนกระทั่งไปสร้างบรรยากาศที่ขัดขวางการตัดสินใจด้วยตนเองของเด็ก โดยการบริการ ปฏิบัติ หรือทำทุกอย่างให้แก่ลูกแม้กระทั่งการเสียสละความสุขส่วนตัวทุกอย่างเพื่อลูก ปฏิบัติต่อลูกไม่เหมาะสมกับวัยของเด็กไม่ให้โอกาสเด็กได้ฝึกหัดช่วยเหลือตัวเองแม้แต่เรื่องเล็กๆน้อยๆก็คอยระแวดระวังให้ตลอดเวลา การรักลูกมากแบบนี้แบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะคือ

1.1 รักและปกป้องอย่างบริสุทธิ์ใจ พ่อแม่จะให้ความรักโดยการแสดงออกช่วยเหลือเด็ก อย่างมากมายตลอดเวลา ชอบปรนนิบัติลูก

1.2 รักและปกป้องเพื่อเป็นการชดเชย หรือกลบเกลื่อนความรู้สึกผิดที่มีอยู่ในใจ พ่อแม่จะให้การเลี้ยงดูแบบไม่เสมอต้นเสมอปลายบางครั้งก็ปรนนิบัติหรือให้มากมาย บางครั้งก็ทอดทิ้งไม่เหลียวแลหรือเอาใจใส่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอารมณ์หรือความรู้สึกของพ่อแม่ในขณะนั้น

2. แบบตามใจมากจนไม่มีขอบเขต ลูกจะได้ทุกอย่างตามต้องการภายใต้การสนับสนุนจากพ่อแม่โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ โดยพ่อแม่ไม่เคยให้การอบรมสั่งสอนเลยว่ากฎ กติกา ระเบียบปฏิบัติของสังคมทำเช่นไร ทุกอย่างเป็นไปตามความต้องการของลูก

3. แบบวิตกกังวลหวาดกลัวมากเกินไป พ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยความวิตกกังวลเป็นห่วงลูกเกินกว่าเหตุ ทำเรื่องเล็กให้กลายเป็นเรื่องใหญ่ พ่อแม่มักจะหวาดระแวง กลัวเหตุร้าย หรือภัยอันตรายต่างๆที่จะมาถึงลูกมากเกินไป

4. แบบไม่ต้องการลูกพ่อแม่มีปัญหาจากการมีลูก อาจเป็นลูกที่เกิดมาในระบะที่ยังไม่มีความพร้อมในสภาพจำยอม การเลี้ยงลูกโดยใช้อารมณ์นอกเหนือเหตุผล ซึ่งส่วนใหญ่แล้วมักจะเป็นอารมณ์ในทางไม่ดีอันก่อให้เกิดความรุนแรงในการเลี้ยงดู ไม่ว่าจะเป็นสีหน้าท่าทาง รวมถึงการกระทำทุกอย่างต่อเด็กจะเต็มไปด้วยความรุนแรง แข็งกร้าว หงุดหงิด ขุ่นมัว

5. แบบเจ้าระเบียบ พ่อแม่ระเบียบจัด บรรยากาศของการอบรมเลี้ยงดูลูกเต็มไปด้วยระเบียบวินัยจัด ไม่มีการยืดหยุ่นต่อสถานการณ์ เด็กจะได้รับฟังแต่คำป่น จู๊จี้ คำตำหนิติเตียน ว่ากล่าวให้แก่ไข้ซ้ำซากอยู่ตลอดเวลา

โร และซีเกลแมน (Roe and Siegelman. 1963 : 357) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 6 แบบ ได้แก่

1.แบบทนุถนอม เป็นการเลี้ยงดูแบบพ่อแม่เอาใจใส่ต่อเด็กเป็นพิเศษ ยอมตามใจ ให้สิทธิพิเศษและคอยทำทุกอย่างให้

2.แบบเข้มงวดกวดขัน เป็นการเลี้ยงดูแบบให้เด็กทำตามคำสั่งของตนเองอย่างเคร่งครัด ถ้าหากเด็กทำในสิ่งที่นอกเหนือจากคำสั่งก็จะลงโทษทันที ไม่เปิดโอกาสให้เด็กคิดด้วยตนเอง

3.แบบปล่อยปละละเลย พ่อแม่จะเลี้ยงดูแบบไม่เอาใจใส่ต่อสวัสดิภาพของเด็ก ทำตนเองศัตรูกับเด็กอย่างเปิดเผย แสดงความโกรธและเกลียดเด็กออกมาอย่างชัดเจน

4.แบบเพิกเฉย เป็นการเลี้ยงดูแบบที่พ่อแม่ไม่ยินดียินร้ายต่อพฤติกรรมของเด็ก ไม่ดู ไม่ว่ากล่าว หรือไม่ดักเตือนใดๆทั้งนั้นเมื่อทำผิด หรือไม่แสดงความยินดีเมื่อเด็กประพฤติดี

5.แบบตามสบายเป็นการเลี้ยงดูที่ให้เสรีภาพแก่เด็กในการทำสิ่งต่างๆได้ตามสบายไม่คอยระแวงระวังให้เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของตนแต่เมื่อพบว่าลูกทำไม่ถูกต้องก็ให้คำแนะนำดักเตือนตามแต่โอกาส

6.แบบให้ความรักการเลี้ยงดูแบบนี้พ่อแม่จะให้การอบรมดักเตือนสั่งสอนบนพื้นฐานของความรัก การเลี้ยงดูจะเป็นลักษณะของการชี้แจงเหตุผลและอธิบายให้เด็กเข้าใจถึงเหตุผลของการทำโทษหรือชมเชย

พุมรอย (Pumroy. 1966 : 73-74) เสนอความคิดว่าการอบรมเลี้ยงดูแบ่งได้ตามลักษณะของพ่อแม่ออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. พ่อแม่ประเภทรักจนเหลือ เด็กจะเป็นศูนย์กลางที่สำคัญของผู้เลี้ยงดู ให้ความรักและตามใจมากจนเกินควร เมื่อผู้เลี้ยงดูพยายามจะบังคับเด็ก เด็กก็จะหาวิธีหลีกเลี่ยงหรือชนะจนได้ทุกครั้ง เด็กไม่ได้ถูกฝึกให้อยากคิดอยากทำในสิ่งที่แปลกใหม่ เด็กไม่มีหน้าที่รับผิดชอบและไม่ได้รับมอบหมายหน้าที่ที่ตนจะต้องปฏิบัติภายในบ้านพ่อแม่มักจะให้ของแก่เด็กหรือพาไปสนุกสนานบ่อยๆ โดยไม่มีเหตุผลอันสมควร

2. พ่อแม่ประเภทเข้มงวด ผู้เลี้ยงดูต้องการและคาดหวังให้เด็กเชื่อฟังตนเองอย่างเคร่งครัด ถ้าไม่ทำตามคำสั่งจะถูกลงโทษ มีกฎเกณฑ์อย่างแน่ชัดและลงโทษอย่างยุติธรรมและสมเหตุสมผลพอสมควร พ่อแม่จะผลักดันให้เด็กมีความสามารถเกินธรรมชาติของเด็กและทำให้เด็กพัฒนาไปเร็วกว่าอายุ

3. พ่อแม่ประเภทละทิ้งและปฏิเสธ ผู้เลี้ยงดูจะทำตนเป็นศัตรูกับเด็ก แสดงความโกรธเกลียดเด็กออกมาในรูปของการควบคุม บังคับและลงโทษ ซึ่งเป็นการกระทำเพราะความรู้สึกทางลบของพ่อแม่ที่มีต่อเด็กมากกว่าที่จะเกี่ยวกับการกระทำผิดของเด็ก และพ่อแม่พวกนี้ยังคิดว่าลูกของตนเป็นผู้ที่แก่ให้ดูไม่ได้แล้ว

4. พ่อแม่ประเภททะนุถนอมแบบไขว่ในหิน การเลี้ยงดูจะคอยสอดส่องดูแลลูกไม่ให้ต้องเสี่ยงและอยู่ในสถานการณ์ต่างๆอันอาจเกิดอันตรายขึ้นได้ พ่อแม่เป็นผู้ทำทุกสิ่งทุกอย่างแก่ลูก แม้ว่าลูกจะโตและทำสิ่งนั้นได้เอง

นานแล้ว เด็กจะไม่ได้รับอนุญาตให้เจริญเติบโตและทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง เช่น กินอาหารเอง อาบน้ำเอง ไปโรงเรียนเอง เป็นต้น

บาวน์ราวด์ (สมคิด อิศระวัฒน์, 2541 : 43 ; อ้างอิงจาก Baumrind, 1967) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่และใช้เหตุผลกับเด็ก ตลอดจนรับฟังความคิดเห็นของเด็ก
2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเผด็จการเข้มงวดกวดขัน และไม่ฟังความคิดเห็นของเด็ก ใช้เหตุผลของพ่อแม่ฝ่ายเดียว

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยตามสบาย พ่อแม่ไม่กวดขันเด็ก ปล่อยให้เด็กทำสิ่งต่างๆได้ตามใจชอบ ไม่ให้ความสนใจ ไม่มีการให้เหตุผลในการอบรมเลี้ยงดู

เฮอร์ล็อก (Hurlock, 1956 : 504-512) ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา ผู้ปกครอง พบว่ามี 6 ประเภท คือ

1. ประเภทประคบประหงมลูกเกินไป (Over-Protectiveness) หมายถึง พ่อแม่ผู้ปกครองที่ให้ความรักความเอาใจใส่ต่อเด็กมากเป็นพิเศษ ยอมตามใจ ให้สิทธิพิเศษแก่เด็กคอยปกป้องภัยอันตราย ทำทุกสิ่งทุกอย่างให้ แม้ว่าเด็กจะโตพอที่จะทำสิ่งนั้นๆได้เองแล้วก็ตาม
2. ประเภทตามใจ (Permissiveness) หมายถึง พ่อแม่ที่เลี้ยงดูแบบฝึกให้เด็กได้รู้จักคิด รู้จักหัดทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง มุ่งให้เด็กมีความอดทนและความพยายาม
3. ประเภทละทิ้งปฏิเสธ (Rejection) หมายถึง พ่อแม่ปล่อยปละละเลย เฉื่อยชาไม่สนใจ ไม่เอาใจใส่ในสวัสดิภาพของเด็ก หรือทำตนเองศัตรูกับเด็กโดยแสดงความโกรธเกลียดเด็กออกมาในรูปของการบังคับ ควบคุม และลงโทษ
4. ประเภทที่ยอมรับเด็ก (Acceptance) หมายถึง พ่อแม่ที่แสดงความรัก ให้ความสนใจ ให้ความอบอุ่นแก่ลูก รวมทั้งยกย่องชมเชยเด็ก
5. ประเภทที่มีอำนาจเหนือลูก (Domination) หมายถึง พ่อแม่ที่มีความต้องการและคาดหวังให้เด็กเชื่อฟังตนอย่างเคร่งครัด โดยมุ่งให้เด็กประสบผลสำเร็จในเรื่องต่างๆ ถ้าเด็กทำผิดกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่วางไว้เด็กจะถูกลงโทษทันที พ่อแม่จะบอกให้เด็กรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดและความต้องการของตน โดยจะไม่คำนึงถึงความคิดหรือความต้องการของเด็ก

6. ประเภทที่ยอมจำนนต่อลูก (Submission to Child) หมายถึง พ่อแม่ที่อยู่ใต้อำนาจของลูกยอมให้เด็กเป็นศูนย์กลางความสำคัญ เด็กได้รับความรักและการตามใจเกินสมควร

โดโรธี (รัตนวดี รอดภิรมย์, 2533 : 29 ; อ้างอิงจาก Dorothy, 1972 : 117) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 3 แบบ ได้แก่

1. แบบประชาธิปไตย (Democracy) เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กมีความรู้สึกว่าเขาได้รับความยุติธรรม พ่อแม่จะมีความอดทน ไม่ตามใจหรือเข้มงวดจนเกินไป พ่อแม่ยอมรับนับถือความสามารถและความคิดเห็นของเด็ก และยังให้ความร่วมมือในโอกาสอันควรอีกด้วย
2. แบบปล่อยปละละเลย (Rejection) เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ปล่อยให้เด็กทำอะไรๆตามใจตนเอง โดยพ่อแม่ไม่เอาใจใส่แนะนำช่วยเหลือ และเด็กมีความรู้สึกว่าเขาถูกเกลียดชัง

3. แบบให้ความคุ้มครองมากเกินไป (Over-Protection) เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่คอยคุ้มครองป้องกันภัยและให้ความช่วยเหลือตลอดเวลา ทำให้บุตรมีความรู้สึกที่ตนเองไม่ได้รับความสะดวกให้กระทำในสิ่งที่ตนต้องการ

เฟา และเบลคิน (Faw and Belkin. 1989 : 346-349) ได้สรุปรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่จากงานวิจัยที่ศึกษาเด็กอายุ 2 ถึง 6 ขวบ ได้ 3 รูปแบบคือ

1. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบใช้อำนาจแบบมีเหตุผล (Authoritative Pattern of Parenting) บิดามารดาจะดูแลอบรมให้ความรักแก่ลูก โดยกำหนดมาตรฐานของพฤติกรรมต่างๆให้ลูกทำตาม โดยจะพิจารณาความต้องการของลูก ความต้องการของพ่อแม่ และความต้องการของสังคมไปพร้อมๆกัน พ่อแม่จะอธิบายเหตุผลควบคู่ไปกับการอบรมสั่งสอน การลงโทษจะไม่ใช้การลงโทษทางกาย เมื่อเด็กทำผิดก็จะให้คำชมเชย การอบรมสั่งสอนจะให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง และปฏิบัติตามแนวทางของสังคม

2. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบเผด็จการ (Authoritarian Pattern of Parenting) บิดามารดาจะควบคุมลูกโดยกำหนดกฎที่เข้มงวดและไม่คำนึงถึงความต้องการของเด็กและขาดเหตุผล การลงโทษมักใช้การลงโทษทางกายและไม่มีคำอธิบายใดๆทั้งสิ้น บิดามารดาให้ความรัก การอบรมและคำชมเชยกับเด็กน้อย

3. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบปล่อยตามใจ (Permissive Pattern of Parenting) บิดามารดาจะดูแลลูก แต่ไม่รู้ว่าจะควรจะทำอย่างไรลูกจึงจะเชื่อฟังและประพฤติดี มักตามใจลูกไม่บังคับควบคุมและไม่ตั้งกฎเกณฑ์ในบ้าน ไม่ใช้อำนาจของการเป็นพ่อแม่ พ่อแม่จะอบรมสั่งสอนลูกมากกว่าพ่อและแม่แบบเผด็จการ แต่เมื่อลูกขัดใจพ่อแม่ก็จะตามใจ

จากรายละเอียดที่กล่าวมาเกี่ยวกับการจัดแบ่งประเภทของการอบรมเลี้ยงดูนั้น จะเห็นได้ว่าจะจัดแบ่งเป็นที่ประเภทหรือที่แบบก็ตาม ลักษณะโดยทั่วไปจะคล้ายคลึงกัน สำหรับการศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจศึกษารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา 3 แบบคือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองแสดงออกให้เห็นว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้คือ (อัฉรา สุขารมณ. 2530 : 22-23 ; วราภรณ์ รักวิจัย. 2527 : 12-14 ; ฉวีวรรณ กีนางค์. 2526 : 105 ; เจเนอีฟ เพนเตอร์และเรย์มอนด์ คอรัลีน. 2535 : 22-23)

1.1 แสดงความรักใคร่ห่วงใย ให้ความสนใจ รักเด็กอย่างจริงใจและรักเด็กในทางที่ถูกที่ควร แต่ไม่มากเกินไป

1.2 ส่งเสริมให้เด็กได้แสดงความสามารถอย่างเต็มที่ และเปิดโอกาสให้เด็กแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งยอมรับฟังความคิดเห็นของเด็ก

1.3 ให้ความสนิทสนมเป็นกันเอง และมีความยุติธรรมแก่ลูกเท่าเทียมกัน

1.4 เน้นวิธีการใช้เหตุผล ไม่ใช้อารมณ์

1.5 ให้เด็กมีอิสระภาพในขีดความสามารถและความรับผิดชอบของเด็กเอง ซึ่งไม่ถึงกับปล่อยปละละเลยหรือเข้มงวดมากเกินไป

1.6 ยอมรับฟังปัญหาของเด็ก

1.7 เข้าใจความต้องการของเด็ก

1.8 ให้เด็กรับผิดชอบในเรื่องส่วนตัวของตนเอง เช่น การเลือกใช้สิ่งของ เป็นต้น

1.9 ถ้ามีการลงโทษก็จะลงโทษโดยใช้เหตุผล ไม่ใช่อารมณ์เพียงอย่างเดียว ก่อนการลงโทษจะอธิบายให้ลูกทราบและพยายามให้ลูกสำนึกในความผิดเสียก่อน

1.10 ถ้าลูกไม่ทำตามคำกล่าวก็จะแนะนำ อธิบายถึงเหตุผลว่าเพราะเหตุใดจึงต้องทำอย่างนั้นหรือไม่ทำอย่างนี้

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะมีลักษณะดังนี้ คือ (สมคิด อิศระวัฒน์. 2541 : 40; มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. 2537 : 363; อัจฉรา สุขารมณ. 2530:20; กรรณิการ์ วิจิตรสุนนท์. 2529: 21; วราภรณ์ รักวิชัย. 2527 : 14; ชัยนาถ นาคบุปผา. 2515 : 43)

จะมีนิสัยกล้าไม่กลัวคน สนใจซักถามในสิ่งที่ไม่รู้ มักจะเป็นผู้นำในกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่ม เป็นคนเปิดเผย เป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล มีความรับผิดชอบ มีอารมณ์ขัน ร่าเริงแจ่มใส มองโลกในแง่ดี เรียนรู้อะไรๆ ได้อย่างรวดเร็ว สามารถปรับตัวได้ดี กล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ สามารถช่วยเหลือตนเองและแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ให้ความร่วมมือกับผู้อื่นได้ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความเข้าใจตนเองสูง และรู้สึกว่าคุณค่า เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น มีความกระตือรือร้น มีความคิดสร้างสรรค์ บุคลิกลักษณะคล่องแคล่ว มีพฤติกรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม มีการตัดสินใจดี

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองแสดงออกให้เห็นว่ามีกาอบรมเลี้ยงดูแบบนี้ คือ (อัจฉรา สุขารมณ. 2530 : 23 ; วราภรณ์ รักวิชัย. 2527:15 ; ฉวีวรรณ กิณางค์. 2526 :105 -106)

2.1 บังคับ เคี่ยวเข็ญ ให้ลูกทำตามกฎเกณฑ์ หรือคำสั่งที่เห็นว่าดีอย่างเคร่งครัด

2.2 ขอบตั้งกฎเกณฑ์ให้ลูกปฏิบัติตาม โดยที่ลูกไม่รู้เหตุผลว่าทำไมต้องทำอย่างนั้น

2.3 ไม่ยอมให้เด็กแสดงความคิดเห็นโต้แย้ง เมื่อเวลาที่ลูกอธิบายหรือแสดงเหตุผลคัดค้านพ่อแม่ก็มักจะดุด่าว่ากล่าว ลูกต้องทำตามความพอใจของพ่อแม่ทุกครั้งลงโทษลูกตามอารมณ์

2.4 ลงโทษลูกโดยที่ลูกยังไม่ทราบสาเหตุของการลงโทษ

2.5 ไม่เปิดโอกาสให้ลูกได้ทำอะไรได้ด้วยตนเอง พ่อแม่จะเป็นผู้กำหนดวิถีการดำรงชีวิตตั้งแต่ เกิดไม่ว่าจะเป็นการกิน การเล่น การเที่ยว ทุกประการขึ้นอยู่กับความประสงค์ของพ่อแม่

2.6 ใช้สิทธิของความเป็นพ่อแม่ก้าวก่ายในเรื่องส่วนตัวของลูก พ่อแม่จะจัดการสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันจะมีลักษณะดังนี้ คือ (สมคิด อิศระวัฒน์. 2541 : 34; พูนสุข ช่วยทอง. 2540 : 54; มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. 2537 : 360 ; ผกา สัตยธรรม. 2535 : 23 -25 ; อัจฉรา สุขารมณ. 2530 : 20; กรรณิการ์ วิจิตรสุนนท์. 2529 : 21; วราภรณ์ รักวิชัย. 2527 : 15 ; ฉวีวรรณ กิณางค์. 2526 :105 -106 ; ชัยนาถ นาคบุปผา. 2515 : 43)

พูดจาสุภาพ เรียบร้อย เจ้าระเบียบ สงบเสงี่ยม สามารถปรับตัวเข้ากับผู้ใหญ่ได้ดี มีความก้าวร้าวต่ำ ขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่ชอบแสดงความคิดเห็น เป็นเด็กที่เต็มไปด้วยความผิดหวัง มักพึ่งพาผู้ใหญ่เสมอ มีลักษณะถอยหนี ท้อถอยง่าย ไม่ค่อยคิดต่อสู้ ไม่มีความสุข กลัวความล้มเหลวในการเรียน บางคนไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ชอบทะเลาะวิวาทกับเพื่อนๆ เป็นคนเจ้าอารมณ์ ปรับตัวกับสังคมภายนอกได้ยาก ตื้อไม่ฟังใคร

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองแสดงออกให้เห็นว่ามี การอบรมเลี้ยงดูแบบคือ (อัจฉรา สุขารมณ. 2530 : 26 ; วราภรณ์ รักวิชัย. 2527 : 16 ; ฉวีวรรณ กินาวงศ์. 2526 : 105)

3.1 พ่อแม่จะไม่เอาใจใส่ ไม่สนใจดูแลเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของบุตร

3.2 ไม่สนใจการเรียนของลูก

3.3 ไม่สนใจบุตรมักปล่อยให้ทำอะไรตามใจชอบ ไม่สนใจ ไม่ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม

3.4 เมื่ออารมณ์ไม่ดีมักจะระบายด้วยการทำโทษ

3.5 ไม่มีเหตุผล เมื่อต้องการให้เด็กกระทำการกิจกรรม

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาการอบรมเลี้ยงดูเป็น 3 แบบ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึงการอบรมเลี้ยงดูที่บิดา มารดาให้ความรัก ความเอาใจใส่ เข้าใจความต้องการของเด็ก ให้ความยุติธรรม มีเหตุผล ให้กำลังใจ และแนะแนวทางในการดำเนินชีวิตแก่บุตร อย่างเหมาะสม ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้บิดามารดาจะให้ความรักความเอาใจใส่ ทำให้เด็กมีชีวิตอย่างมีความสุข จะทำให้เด็กมีการปรับตัวได้อย่างไม่มีปัญหา

การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บุคคล มีความรู้ดีกว่าบิดามารดา หรือ ผู้ปกครอง ใช้การบังคับ ออกคำสั่ง และตั้งกฎเกณฑ์ โดยจะเป็นผู้กำหนดวิถีการดำเนินชีวิตแก่บุตร ซึ่งใช้เหตุผล ของตนเป็นหลักในการลงโทษบุตร โดยที่บุตรยังไม่รู้เหตุผลที่ต้องถูกลงโทษ ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้ผู้วิจัย คาดว่าบิดามารดาให้การอบรมแบบควบคุมบังคับ ลงโทษบุตร ซึ่งจะทำให้บุตรเกิดพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก ไม่เป็นตัวของตัวเอง จะส่งผลไปสู่การปรับตัวที่ไม่ดี

การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดา หรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อบุตรแบบปล่อยให้เด็กจัดการกับตนเอง ไม่ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง ขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่มีเหตุผลในการเลี้ยงดู พ่อแม่ผู้ปกครองไม่ให้ความอบอุ่นเท่าที่ควร ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้ผู้วิจัยคาดว่าบิดามารดาให้การ อบรมแบบ ปล่อยให้บุตรดูแลตนเอง ปล่อยปละละเลย เมื่อบุตรโตขึ้นจะเป็นเด็กเกเร ก้าวร้าว ไม่รู้จักเหตุผล ซึ่งจะส่งผลและ มีการปรับตัวไม่ดี หรือไม่เหมาะสมกับสังคม

ผู้วิจัยคาดหวังว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เข้มงวดกวดขัน จะทำให้เด็กปรับตัวได้ไม่ดี

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูและการปรับตัว

2.3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

แลนดิส (อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ. 2532 : 17-18 ; อ้างอิงจาก Landis. 1954 : 105 - 106) ได้ศึกษาการปรับตัวของวัยรุ่นซึ่งมาจากครอบครัวที่บิดามารดาปกครองแบบประชาธิปไตย และแบบเข้มงวด โดยส่งแบบสอบถามกับเด็กชั้นสูงสุดของโรงเรียนมัธยมศึกษาซึ่งเป็นนักเรียนชายจำนวน 1,900 คน นักเรียนหญิง 2,410 คน พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาปกครองแบบประชาธิปไตย ปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มาจาก ครอบครัวที่บิดามารดาปกครองแบบเข้มงวดหรือมีอำนาจเหนือบุตร เด็กที่ได้รับการปกครองแบบนี้จะมีความวิตก

กังวลมีความเคร่งเครียดทางจิตใจ เพราะต้องคอยหวาดระแวงว่าจะปฏิบัติตามไม่ได้ อันเป็นลักษณะหนึ่งที่ทำให้เกิดการปรับตัวที่ไม่ดี

คาแพลน (จุมจินต์ สลัดทุทซ์. 2543 : 32 ; อ้างอิงจาก Kaplan. 1959 : 188) กล่าวว่าพ่อแม่ปกครองลูกแบบให้ความรัก ยอมรับลูก และรับฟังความคิดเห็น ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยทำให้เด็กปรับตัวได้ดี มีความรับผิดชอบสูง

งานวิจัยในประเทศ

สมาน กำเนิด (2520 : 36) ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ผลต่อการปรับตัวของเด็ก พบว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ทำให้เด็กมีลักษณะการปรับตัวได้ดีกว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และเข้มงวดกวดขัน กล่าวคือการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยเป็นการเลี้ยงดูที่พ่อแม่มีพฤติกรรมในลักษณะยอมรับฟังเหตุผลของบุตร ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นกล้าแสดงความคิดเห็นให้ความร่วมมือผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองมีค่ากว่าอารมณ์จะทำให้เด็กมีการปรับตัวได้ดีกว่าและมีปัญหาน้อยกว่าเด็กที่อยู่ในครอบครัวที่ถูกทอดทิ้ง

อรพินท์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ (2532) ศึกษาองค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่นจำแนกตามภูมิหลังของครอบครัวและลักษณะทางชีวสังคมที่ต่างกัน ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง สภาพแวดล้อมทางบ้านกับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น และศึกษาว่าองค์ประกอบใดที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งผลการวิจัยสรุปได้ว่า นักเรียนวัยรุ่นที่ครอบครัวมีฐานะเศรษฐกิจแตกต่างกันมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกัน นักเรียนวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวแตกต่างกันมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกัน การอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของวัยรุ่น แบบรักสนับสนุนและแบบใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น และมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง และสภาพแวดล้อมทางบ้าน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น มีอัตมโนทัศน์ต่างกัน มีการปรับตัวที่แตกต่างกัน นักเรียนที่มีภูมิหลังของครอบครัวที่ต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน

จากงานวิจัยที่กล่าวมา สรุปได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย น่าจะเกี่ยวข้องกับการปรับตัว ซึ่งนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก น่าจะมีการปรับตัวได้ดีกว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย

2.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

คาแพลน (จุมจินต์ สลัดทุทซ์. 2543 : 32 ; อ้างอิงจาก Kaplan. 1959 : 188) กล่าวว่าพ่อแม่ที่เข้มงวดกวดขันในกฎระเบียบ ข้องบังคับกับลูกมากเกินไป ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะทำให้ลูกรู้สึกก้าวร้าว มีปัญหาทางอารมณ์ ไม่มั่นคง กลัวต่อต้าน ปรับตัวอยู่ในสังคมไม่ได้ แยกตัวเองออกจากคนอื่นจากโลกแห่งความเป็นจริง

แรงค์ (Radke. 1964 :11 -12) พบว่าพ่อแม่ที่เคร่งครัดในระเบียบวินัย ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน บุตรจะมีความมั่นคงทางอารมณ์น้อย ไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพอันดีภายในบ้าน

ขอบทะเลาะเบาะแว้ง เหตุและการลงโทษของพ่อแม่ มีผลในการสกดกันและยับยั้งการกระทำตามธรรมชาติ ซึ่งมีผลต่อจิตใจและการปรับตัวของเด็ก

ดี-แมน (de-Man. 1989) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ต่อการควบคุมของบิดามารดากับการปรับตัวของผู้ใหญ่ตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิต ผลพบว่า การปรับตัวที่ไม่ดีเกี่ยวข้องกับการที่บิดามารดาใช้การควบคุมมาก ซึ่งตรงกับกรอบมเลียงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

งานวิจัยในประเทศ

เสนอ อินทรสุขศรี (2511 : 47) ได้กล่าวถึง หลักในการอบรมเลี้ยงดูไว้ตอนหนึ่งว่า การเคี่ยวเข็ญให้เด็กทำในสิ่งต่างๆ อยู่ตลอดเวลา ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะทำให้เด็กเกิดอารมณ์กระวนกระวาย ตื่นเต้นอยู่เสมอ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ส่วนการปล่อยให้เด็กทำสิ่งต่างๆ ได้ตามอำเภอใจ โดยไม่สนใจว่าจะสมควรหรือไม่จะทำให้เด็กขาดเหตุผลที่ดีทางจิตใจ ไม่แน่ใจว่าตนทำถูกหรือผิด ในที่สุดเด็กพวกนี้จะมีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย ส่วนการดูแลเอาใจใส่เด็กเกินไป จะทำให้เด็กขาดความมั่นใจในตนเอง ปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ลำบาก

จากผลงานวิจัยที่กล่าวมา สรุปได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน น่าจะมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว ดังนั้นนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก น่าจะมีการปรับตัวไม่ดีเท่ากับนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย

2.3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

วาลเคส (คณิต ฤทธิรอด. 2537 ; อ้างอิงจาก Valdes. 1970) ได้ศึกษาเด็กชาวฟิลิปปินส์ ปรากฏว่าเด็กที่ถูกปล่อยปละละเลยทอดทิ้ง ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มักจะมีลักษณะเป็นเด็กที่มีความคับข้องใจ ก้าวร้าว ปรับตัวไม่ดี และมีความมุ่งร้ายต่อผู้อื่น

งานวิจัยในประเทศ

วิกรม กมลสุโกศล (2518 : 100 -101) พบว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง ซึ่งจะตรงกับกรอบมเลียงดูแบบปล่อยปละละเลยจะมีความวิตกกังวลสูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพราะการอบรมเลี้ยงดูแบบแรกทำให้เกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัยในด้านอารมณ์ ว้าเหว่ ไม่มั่นคง ไม่มีความรัก สภาพเช่นนี้ ทำให้เด็กต้องเก็บกด หรือยับยั้งความรู้สึกต่างๆ ไว้เป็นผลทำให้เกิดความวิตกกังวลซึ่งเป็นส่วนหนึ่งอาจทำให้เกิดการปรับตัวไม่ได้

จากผลงานวิจัยที่กล่าวมา สรุปได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย น่าจะมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว ดังนั้นถ้านักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก น่าจะมีการปรับตัวไม่ดีเท่ากับนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

3.1 ความหมายของการควบคุมตนเอง

การควบคุมตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการหนึ่งวิธีการใด หรือหลายวิธี เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายและควบคุม ตัวแปรทั้งภายในและภายนอกของบุคคล อันจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นด้วยตนเอง(ปภาวดี แจ่มศิริ. 2527 : 4 ; อ้างอิงจาก Cormier and Cormier. 1979 : 476)

โรเจอร์ส (Rogers. 1966 : 315) มีความเห็นว่าการควบคุมตนเองนั้นเกี่ยวข้องกับการเลือกตัดสินใจ กระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งจากพฤติกรรมสองพฤติกรรมที่ขัดแย้งกัน

มิสเชล และมิสเชล (Mischel and Mischel. 1976 : 84) มีความเห็นว่า พฤติกรรมการควบคุมตนเอง เกี่ยวข้องกับขบวนการและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการได้รับสิ่งที่ดี และหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดี โดยอธิบายความหมายของการควบคุมตนเองว่าเป็นความสามารถที่จะเว้นการกระทำบางชนิด หรือเป็นความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมที่ต้องใช้ความอดทนและการคิดตัดสินใจอย่างมีเหตุผลในปริมาณและคุณภาพที่เหมาะสม เพื่อให้ได้รับผลดีตามที่ตนต้องการ และหลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดีอันอาจเกิดขึ้นกับตนเอง

นักจิตวิทยาอีกท่านหนึ่ง คือ ไรท์ (Wright. 1976 : 92) อธิบายการควบคุมตนเองว่าคือความสามารถของบุคคลที่จะบังคับนิสัยของตนเอง พฤติกรรมของตนเอง เมื่อเผชิญกับสิ่งชั่วร้ายและ สถานการณ์กดดัน โดยปราศจากรางวัล หรือการสนับสนุนจากภายนอก และเน้นด้วยว่าการควบคุมตนเองเป็นลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งของพฤติกรรมทางสังคมและจริยธรรม

แบนดูรา (Bandura. 1977 : 140) ได้ให้ความหมายการควบคุมตนเองว่าเป็นความสามารถในการกำหนดตนเองของบุคคล ด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และการกระทำ ให้เป็นไปใน ทิศทางที่บุคคลต้องการ ไม่ว่าจะเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคใด ๆ หรืออยู่ในสถานการณ์ที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในใจ

อะเวอริลล์ (Averill. 1973 : 286) ได้วิเคราะห์ความหมายของคำว่า “ความสามารถของตนในการควบคุม” ว่ามีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ทางด้านพฤติกรรม ทางด้านการรับรู้และทางด้านการตัดสินใจ ซึ่งครอบคลุมตั้งแต่ความสามารถในการทำนายว่าอะไรจะเกิดขึ้น ตนจะทำอะไรได้บ้าง และทำอะไรไม่ได้ ตนจะสามารถทำงานได้เสร็จหรือไม่ จะมีใครมีขัดขวางบ้าง ตลอดจนถึงความสามารถในการที่จะกระทำให้เกิดผลตามที่ ต้องการ ในเวลาและสถานที่ที่ตนต้องการ ความสามารถในการเลือกรับการกระตุ้นและเลือกกระทำ ตลอดจนความสามารถในการทำนายและควบคุมผลการกระทำ ซึ่งความสามารถดังกล่าวถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการควบคุม และการรับรู้การควบคุมโดยตนเองเป็นลักษณะที่สำคัญที่สุด การควบคุมตนเองจึงมีความเกี่ยวข้องกับสภาพจิตใจและพฤติกรรมของบุคคล (Averill. 1973 : 286 - 303 and Schmidt. 1983 : 221 - 239)

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสรุปความหมายการควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง สามารถบังคับตนเอง ให้แสดงพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเหมาะสม ตามการยอมรับของสังคม เพื่อให้เกิดพฤติกรรมตามที่บุคคลได้มุ่งหวังไว้

3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

การเกิดและการพัฒนาของการควบคุมตนเองเกิดขึ้น และเปลี่ยนแปลงไปเช่นเดียวกับ พฤติกรรมอื่น ๆ ของมนุษย์ คือ เกิดจากการเรียนรู้ตามกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู เกิดจากการเรียนรู้เงื่อนไขต่าง ๆ ของสังคม โดยเรียนรู้จากประสบการณ์การทำงานของตน เรียนจากตัวอย่างที่พบเห็น เรียนจากคำบอกเล่า และอื่น ๆ ซึ่งแตกต่างกันไปตามความเชื่อของแต่ละทฤษฎี ในที่นี้เป็นการศึกษาการควบคุมตนเองตามแนวทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

นักจิตวิทยาการเรียนรู้ทางสังคมที่สำคัญ คือ แบนดูรา (Bandura. 1977 : 16-22) ได้อธิบายแนวคิดที่สำคัญในการเรียนรู้ทางสังคมไว้ดังนี้

1. พฤติกรรมทุกอย่างของมนุษย์(รวมทั้งพฤติกรรมต่อตนเอง)ที่นอกเหนือจากปฏิกิริยาสะท้อน (Elementary Reflexes) ล้วนเป็นผลจากการเรียนรู้สิ่งที่มนุษย์เรียนรู้ คือ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่าง ๆ โดยเรียนรู้จากผลที่จะเกิดตามมา (Response Consequence) คือ เรียนรู้ว่าเมื่อเหตุการณ์หนึ่งเกิดขึ้นเหตุการณ์ใดจะเกิดตามมาเป็นความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์กับเหตุการณ์ หรือเมื่อกระทำพฤติกรรมใดแล้ว ผลกรรมที่จะตามมาเป็นเช่นไรเป็นความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและผลที่เกิดจากพฤติกรรม ความรู้ที่มนุษย์เรียนรู้เหล่านี้จะกลายเป็นความเชื่อที่มีผลในการควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์

2. การเรียนรู้ความสัมพันธ์ดังกล่าวเกิดจากการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรง(Direct Experience) และเรียนรู้จากการสังเกต (Observational Learning) การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เช่น การประสบเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง การได้รับผลที่เกิดจากการกระทำต่าง ๆ ด้วยตนเอง

3. การเรียนรู้ทางสังคมที่แบนดูราเน้น คือ การเรียนรู้จากแบบอย่าง (Learning Through Modeling) โดยเฉพาะตัวแบบใกล้ชิด ได้แก่ พ่อแม่ และพฤติกรรมของพ่อแม่ในการอบรมเลี้ยงดู และการเรียนรู้โดยชบวนการสังเกต (Process of Observational Learning) ได้แก่ การสังเกตพฤติกรรมและผลรวมที่ตามมาจากการกระทำของผู้อื่น การได้ยิน ได้ฟัง คำบอกเล่า การได้อ่านข่าวสาร บันทึกของผู้อื่น ซึ่งเป็นการเรียนรู้ทางอ้อม และจะเป็นข้อมูลที่บุคคลนำมาพิจารณา สำหรับการกระทำพฤติกรรมใหม่ในอนาคตต่อไป

4. ความเชื่อผลของการเรียนรู้ของมนุษย์จะพัฒนาเป็นความเชื่อของมนุษย์มีบทบาทในการกำหนดพฤติกรรมและควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ให้สอดคล้องกับความเชื่อ

5. การควบคุมพฤติกรรมด้วยความคิด (Cognitive Control) ได้แก่การคิดในเชิงประเมินโดยตั้งอยู่บนสมมติฐานความเชื่อที่เกิดจากการเรียนรู้ของมนุษย์การคิดในเชิงประเมินเช่นนี้นำไปสู่การตัดสินใจที่จะกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมหนึ่งพฤติกรรมใดและนำไปสู่การควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติตามที่ตนตั้งใจไว้ ภายหลังการเรียนรู้ มนุษย์จะเลือกเลียนแบบเฉพาะพฤติกรรมที่เขาเห็นคุณค่ามากกว่าพฤติกรรมที่ถูกลงโทษ หรือมิได้รับรางวัล การเห็นผลกรรมที่ได้รับย่อมมีผลจูงใจให้มนุษย์กระทำ หรือไม่ทำพฤติกรรม และเกิดความคาดหวังต่อแรงเสริมที่จะได้รับ (Anticipation of Reinforcement) ความคาดหวังนี้เองที่ทำให้มนุษย์ตัดสินใจทำหรือไม่ทำพฤติกรรม เพื่อให้เกิดผลตามที่ตนปรารถนา นั่นคือมนุษย์จะต้องมีการควบคุมตนเองและประเมินตนเอง นั่นเอง

แบนดูรา (Bandura. 1977 : 129) ได้ให้ความสำคัญของการกระทำต่อตนเองว่าพฤติกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์จะอยู่ภายใต้การควบคุมตนเอง จากการให้แรงเสริมแก่ตนเองในกระบวนการนี้ บุคคลจะมีการตั้ง

มาตรฐานในการกระทำของเขาและจะมีการตอบสนองการกระทำนั้น ในรูปแบบของการให้รางวัลแก่ตนเอง หรือ การลงโทษตนเอง การให้รางวัลตนเองนี้เมื่อสามารถกระทำพฤติกรรมได้บรรลุเป้าหมาย จะมีผลให้บุคคลสามารถพัฒนาทักษะในการควบคุมตนเอง สามารถปรับปรุงและคงพฤติกรรมนั้นไว้ต่อไป (Bandura. 1977 : 144) ในด้านการลงโทษตนเองนั้นทำให้บุคคลสามารถลดความทุกข์ใจจากการทำผิดของตน และช่วยบรรเทาการลงโทษจากภายนอกได้ ตามแนวคิดของแบนดูรา พฤติกรรมต่อตนเองทั้ง 3 ด้าน นับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะหากบุคคลใดมีพฤติกรรมต่อตนเองอย่างถูกต้องและเหมาะสมแล้ว ย่อมเป็นปัจจัยให้มีการปฏิบัติต่อผู้อื่น และสิ่งแวดล้อมในลักษณะที่ดีด้วย

จากการควบคุมพฤติกรรมด้วยความคิดตามแนวทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมได้มีผู้ประยุกต์นำหลักการไปใช้กำหนดขั้นตอนสำหรับฝึกการควบคุมตนเองเพื่อนำมาปรับพฤติกรรมของเด็ก (Mischel. 1974 : 241) พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน (Kalish. 1981 : 258-305) โดยวิธีการควบคุมตนเองนั้น จะต้องจัดการกับสาเหตุของพฤติกรรม ตัวพฤติกรรมและผลของพฤติกรรม ผลของการทดลองฝึกการควบคุมตนเอง พบว่าสามารถลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หรือเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (Watson and Tharp. 1975 : 15) และสามารถต่อต้านพฤติกรรมเบี่ยงเบน (Stuart. 1972 : 130 ; citing Bandura and Walter. n.d.) นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลที่มีการควบคุมตนเองสูง จะเป็นผู้ที่มีลักษณะด้านอื่นๆ ของบุคลิกภาพสูงด้วย เช่น การมุ่งผลสัมฤทธิ์ ความรับผิดชอบต่อสังคม การปรับตัว การต่อต้านความเบี่ยงเบน สถิติปัญญา และการรับรู้สภาวะทางสังคม (Mischel. 1974 : 253 ; Wall and Smith. 1970 : 118) การควบคุมตนเองจึงมีความสำคัญกับบุคคลใน 2 ประการ คือ

1. ลดหรือกำจัดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้น้อยลง หรือหมดไป
2. สร้างพฤติกรรมหรือส่งเสริมจิตลักษณะหรือบุคลิกภาพที่พึงปรารถนาที่ยังขาดอยู่ให้มีมากขึ้น

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสรุปความหมายของการควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะควบคุมการกระทำพฤติกรรมต่างๆ โดยมีเหตุผลและความอดทน เพื่อให้เกิดผลตามที่บุคคลต้องการ และเกิดพฤติกรรมตามที่ได้มุ่งหวังไว้

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

แดรบบแมน สไปทลนิก และโอเลียร์ (Drabman, Spitalnik and O'leary. 1973 : 10 - 16) ได้ใช้วิธีสังเกตและประเมินตนเอง เพื่อปรับพฤติกรรมก่อนขึ้นเรียนของเด็กชายอายุ 9-10 ปี จำนวน 7 คน ผลการทดลองพบว่า การใช้ตัวชี้แนะร่วมกับวิธีการควบคุมตนเอง ทำให้พฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนเพิ่มขึ้น โดยไม่ต้องการเสริมแรงจากภายนอก เด็กที่มีการควบคุมตนเองสามารถปรับพฤติกรรมในด้านการเรียนได้ดี

แคมป์ และคนอื่น ๆ (Camp and others. 1977 : 157-169) ทดลองให้เด็กชายในชั้นเรียนระดับสองที่มีความก้าวร้าวสูง 6 คน ในจำนวน 12 คน ฝึกควบคุมตนเองโดยใช้วิธีคิดเป็นคำพูดเพื่อแก้ปัญหาความสัมพันธ์กับผู้อื่น และเพื่อฝึกควบคุมความรู้สึกของตน ทั้งนี้โดยยึดตามแนวคิดพื้นฐานว่าเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว นั้น มีความสามารถในการใช้ถ้อยคำและใช้เหตุผลเช่นเด็กปกติ หากเด็กมีโอกาสดำเนินการฝึกพูด ก็จะช่วยให้มองเห็นวิธีแก้ปัญหาอย่างชัดเจน และระงับความก้าวร้าววุ่นวายลงได้ จากการติดตามผลการฝึกนี้ปรากฏว่าเด็กที่เคยมีพฤติกรรมก้าวร้าว

สามารถลดพฤติกรรมนี้ลงได้ เมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม ในปีเดียวกัน ฟุคส์ และเรห์ม (Fuchs and Rehm. 1977 : 206-215) ใช้โปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบควบคุมตนเองกับหญิง 36 คน ที่ตกอยู่ในภาวะท้อแท้ โดยใช้วิธีการสังเกตและบันทึกพฤติกรรมตนเอง ประเมินตนเอง และให้แรงเสริมตนเอง ปรากฏว่า ผู้รับการฝึกลดภาวะท้อแท้และอาการซึมเศร้าลงได้ ทั้งจากการรายงานตนเอง และจากการวัด พฤติกรรม นอกจากนั้นเมื่อติดตามผลใน 6 สัปดาห์ต่อมา ยังพบว่า ผู้รับการฝึกสามารถลดภาวะ ท้อแท้และอาการซึมเศร้าลงได้คงเดิมซึ่งถ้าบุคคลมีการควบคุมตนเองๆได้ และสามารถนำมาปรับใช้ให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ จะทำให้ปรับตัวได้

กราเซียโน และมูนี (Graziano and Mooney. 1980 : 206 - 213) ใช้กระบวนการ ควบคุมตนเองลดความกลัวของเด็กอายุระหว่าง 6-12 ปี จำนวน 33 คน ที่กลัวความมืดอย่างรุนแรง โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 17 คน กลุ่มควบคุม 16 คน เด็กได้รับการฝึกให้ใช้กระบวนการควบคุมตนเองเมื่อเกิดความกลัวดังนี้คือ 1. การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ 2. การจินตนาการภาพที่สวยงาม 3. การพูดประโยคที่แสดงถึงความกล้าหาญ เด็กจะต้องฝึกเช่นนี้ที่บ้านทุก ๆ คืนเป็นเวลา 3 สัปดาห์ และมีผู้ปกครองดูแล โดยระยะแรกเขาฝึกอบรมผู้ปกครองให้เข้าใจวิธีการที่จะให้คำแนะนำการเสริมแรง และการให้กำลังใจในขณะที่เด็กกำลังฝึก ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองกลัวความมืดลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม ในปีเดียวกัน ฟรายด์แมน (Friedman. 1980 : 400-402) ได้ศึกษาการใช้วิธีการควบคุมตนเองของเด็กผู้หญิงชื่อ ซูซาน (Susan) อายุ 11 ปี ซึ่งได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรค จิล เดอลา ทัวเรทท์ ซินโดรม (Gilles de la Tourette's Syndrome) เมื่ออายุ 10 ปี แต่เริ่มมีอาการมาตั้งแต่อายุ 7 ปี โดยมีอาการชักกระตุกตามใบหน้าและกล้ามเนื้อส่วนอื่น ๆ และมักพูดคำหยาบในภาวะที่ตึงเครียด เช่น คำพูดที่เกี่ยวข้องจะโดยเฉลี่ยพูดประมาณ 150 ครั้งต่อชั่วโมง ซูซานได้รับการฝึกวิธีการควบคุมตนเอง เพื่อลดการใช้คำหยาบในภาวะที่ตึงเครียดโดยการฝึกผ่อนคลายความเครียด และการใช้จินตนาการในทางบวก เช่น นึกถึงคำที่แสดงถึงความสนุกสนาน เมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียด เพราะฉะนั้นจึงต้องสังเกตตนเอง พร้อมทั้งให้การเสริมแรงตนเอง โดยมีมารดาสนับสนุน การทดลองใช้เวลาหลายสัปดาห์ ผลปรากฏว่า อัตราการพูดคำหยาบและการชักกระตุกของซูซานลดลง ทั้งยังให้ผลเป็นที่น่าพอใจในการติดตามผลเป็นระยะ ๆ ตลอด 18 เดือน หลังจากสิ้นสุดการทดลอง เพราะซูซานพูดคำหยาบลดลงและอาการชักกระตุกน้อยลงคงเดิม ผลอันนี้แสดงให้เห็นว่าวิธีการควบคุมตนเองสามารถลดอาการที่ไม่พึงประสงค์ได้ ซึ่งการควบคุมตนเองเมื่อถึงเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะทำให้บุคคลปรับพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม

งานวิจัยในประเทศ

สำหรับในประเทศไทย ได้มีการนำวิธีการควบคุมตนเองมาประยุกต์ใช้ในการปรับพฤติกรรม ดังเช่น

วารุณีย์ จันทรแสงสุก (2525 : 26 - 27) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการสังเกต ตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเองกับการสังเกตตนเองเพียงอย่างเดียวเพื่อเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมสนใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 3 คน เป็นนักเรียนหญิง 2 คน นักเรียนชาย 1 คน ผลการทดลอง พบว่า การสังเกตตนเองควบคู่กับการเสริมแรงตนเอง สามารถปรับพฤติกรรมสนใจเรียนได้ดีกว่าการสังเกตตนเองเพียงอย่างเดียว หรือการเสริมแรงตนเองเพียงอย่างเดียว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภรณ์ อินทพร (2526 : 72-75) ซึ่งศึกษาผลของการใช้วิธี ควบคุมตนเองปรับพฤติกรรมตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน ด้วยวิธีการจับคู่เรียนที่มีระดับพฤติกรรม ตั้งใจเรียนใกล้เคียงกันมากที่สุด แล้วจัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการทดลอง พบว่านักเรียนที่ใช้วิธีการควบคุม

ตนเองมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ใช้วิธีการควบคุมตนเอง เพราะถ้าบุคคลสามารถควบคุมตนเองสูง จะทำให้ปรับตัวได้และนำไปสู่การกระทำที่ดี

ปภาวดี แจ่มศิริ (2527 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการควบคุมตนเองต่อพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลธารวิทยา จังหวัดชุมพร 2 ห้องเรียน จำนวน 54 คน เป็นชาย 34 คน หญิง 20 คน จัดเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน กลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน ผลการวิจัยพบว่า การควบคุมตนเองสามารถลดพฤติกรรมก่อนนอนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ และในปีเดียวกัน อุดล วุฒินาสิทธิ์ (2527 : บทคัดย่อ) พบว่า การใช้กระบวนการควบคุมตนเองสามารถลดความวิตกกังวล ในการเตรียมตัวสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐได้มากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการลดความวิตกกังวลน่าจะทำให้มีเป็นสาเหตุหนึ่งของการปรับตัวที่ดีขึ้น

อรสา ไทยการุณวงศ์ (2528 : บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการใช้การควบคุมสิ่งเร้าในการเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนยานนาวาเวศวิทยาเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 10 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 5 คน กลุ่มควบคุม 5 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนกลุ่มที่ใช้การควบคุมสิ่งเร้าสามารถเพิ่มพฤติกรรมตั้งใจเรียนได้สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในปีเดียวกัน อรพินท์ อนงคตระกูล (2528 : บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการใช้การสอนตนเองต่อ การลดความหุนหันของเด็กรายอายุ 10-12 ปี ใน สถานสงเคราะห์เด็กบ้านปากเกร็ด ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มสอนตนเองมีความหุนหันลดลงได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การใช้การควบคุมตนเองจะทำให้เด็กปรับพฤติกรรมได้

จากเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวมา ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การที่บุคคลสามารถใช้การควบคุมการกระทำพฤติกรรมในรูปแบบต่างๆ อย่างมีเหตุผล และความอดทน โดยคำนึงถึงผลในอนาคต เพื่อให้เกิดพฤติกรรมตาม ที่บุคคลต้องการ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม พร้อมทั้งสามารถกระทำพฤติกรรมที่ได้มุ่งหวังไว้

ดังนั้นผู้วิจัยสรุปได้ว่า การควบคุมตนเองสูง น่าจะเกี่ยวข้องกับการปรับตัว และผู้ที่มีการควบคุมตนเองสูงน่าจะมีการปรับตัวดีกว่าผู้ที่มีการควบคุมตนเองต่ำ

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

4.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

มิด (Mead. 1971 : 175) กล่าวว่าลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลเป็นการคาดการณ์เกี่ยวกับตนเองในอนาคต

โรบินสัน (กนกวรรณ อุ่นใจ. 2535 : 24 ; อ้างอิงจาก Robinson. 1971 : 1225-B) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง การวางแผนการระยะยาวเกี่ยวกับอนาคตของบุคคล

มิสเชล (ดวงเดือน พันธมนาวิน และคณะ. 2529 : 99 ; อ้างอิงจาก Mischel. 1974 : 287) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ไกลและเล็งเห็นความสำคัญของผลดี และผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต สามารถวางแผนการปฏิบัติเพื่อรับผลดีหรือป้องกันผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

เซกจินเนอร์ (Seginaer. 1991 : 224 - 237) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคตโดยการรวบรวมจากนักจิตวิทยาอื่นๆว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเกี่ยวข้องกับทฤษฎีที่ไว้เพียงสายของแต่ละบุคคลสำหรับพยากรณ์อนาคต

ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน ความปรารถนา ความหวัง และความกลัว เกี่ยวกับความเป็นไปได้ของเหตุการณ์และประสบการณ์ต่างๆ ที่สำคัญ รวมทั้งจินตนาการในอนาคตของแต่ละบุคคล ความต้องการ ค่านิยมของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการจูงใจด้านอารมณ์และคุณสมบัติด้านสติปัญญา

ทรมอสเตอร์ฟ (Pulkkinen and Ronka. 1994 : 261 ; citing Trommsdorff. 1983) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นการคาดการณ์และประเมินตนเองในอนาคตที่มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524 : 24) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าเป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดใจรอได้ในสถานการณ์ต่างๆ เช่น การรอรางวัลที่ใหญ่กว่าในอนาคตแทนรางวัลเล็กน้อยซึ่งจะได้รับในทันทีหรือการงดบำบัดความต้องการในปัจจุบันของตนเพราะเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมาหรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต ลักษณะมุ่งอนาคตนี้ตรงข้ามกับลักษณะมุ่งปัจจุบันและอาจเป็นบุคลิกภาพของบุคคลได้

นาคยา ปิณฑานนท์ (2526 : 21 - 23) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกโดยมีการคำนึงถึงผลของการกระทำนั้นๆ ว่าจะส่งผลร้าย หรือผลดีแก่ตนเอง และสังคมอย่างไร ควรประพฤติหรือปฏิบัติอย่างไร จึงจะทำให้ไม่เกิดผลร้ายทั้งในปัจจุบันและอนาคต

พนิดา สินสุวรรณ (2527 : 8) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่อดใจรอได้ในสภาพการณ์ต่างๆ เพราะเล็งเห็นผลภัยที่จะเกิดตามมาหรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต

คณะพยาบาลศาสตร์ ได้จัดการเรียนการสอน ด้านหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ คือการเรียนการสอนภาคทฤษฎี และการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ ซึ่งจะต้องมีการฝึกปฏิบัติกับชีวิตคน นักศึกษาทุกคนจึงต้องผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพโดยตรงแก่ผู้ป่วยและผู้รับบริการทางสุขภาพในสถานการณ์จริงและ การศึกษาได้เน้นถึงการค้นคว้าหาความรู้ ควบคู่ไปกับการพัฒนาทักษะทางวิชาชีพคู่ไปด้วย ฉะนั้นนักศึกษาพยาบาลจึงต้องมีความสามารถที่จะเรียนรู้ ในเรื่องของการปรับตัวเพื่อที่จะได้ทั้งความรู้ และความสามารถที่จะนำความรู้ไปปรับใช้ทั้งในด้านทักษะและความสามารถในการแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์จริง ที่จะเกิด ขึ้นต่อไปในอนาคต

การปรับตัวเป็นความสามารถของวัยรุ่นที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ใหม่ ๆ สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ จัดความขัดแย้งหรือความคับข้องใจ ประพฤติตนได้ตามแนวทางส่วนใหญ่ของสังคม มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (มาลินี อยุ่โพธิ์. 2537) ซึ่งพฤติกรรมปรับตัวของวัยรุ่นนี้จะเป็นไปในแนวทางใดนั้น ผู้วิจัยวิเคราะห์จากเอกสารทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วพบว่าน่าจะเกิดจากปัจจัยการมุ่งอนาคต

จากคำจำกัดความสรุปได้ว่า การมุ่งอนาคตหมายถึง การที่บุคคลมีความเพียรพยายาม ตั้งใจและวางแผน ในการปฏิบัติ และมีการปรับพฤติกรรม ตามสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งมีเป้าหมายในพฤติกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม และสามารถปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุผลในอนาคตที่ตั้งไว้

4.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

โคลเบอร์ก, มิซเชล, ไรท์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก. 2520 : 35 ; อ้างอิงจาก Kohlberg. 1964 ; Mischel. 1975 ; Wright. 1975) กล่าวว่าผู้ที่ลักษณะมุ่งอนาคตสูงสามารถระงับหรือชลอการ ป่าบัตความต้องการต่างๆของตนได้ ฉะนั้นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง คือ ผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม กับกาลเทศะและไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย จึงเห็นได้ว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจัดเป็นผู้มี จริยธรรมสูงด้วย ซึ่งการมุ่งอนาคตสูงจะทำให้บุคคลปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

เรย์เนอร์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. 2530 : 167 ; อ้างอิงจาก Raynor. 1978) ได้กล่าวถึง ความ สำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะที่แยกแตกต่างจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคคลใดที่มี ลักษณะทั้ง 2 ประการนี้สูง ก็อาจคาดได้ว่าเขาจะมีการปรับตัวได้ดี

อุบลรัตน์ เต็งไตรลักษณ์ (2520 : 29 - 32) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเด็กในการ เตรียมตัวเพื่อชีวิตในอนาคต โรงเรียนจึงเป็นสถาบันการศึกษาที่สำคัญที่จะเริ่มกำหนดจุดประสงค์และวิธีการศึกษา โดยพิจารณาอนาคตมิใช่อดีต ซึ่งการมุ่งอนาคตจะทำให้เด็กปรับตัวและคำนึงถึงผลในอนาคตมาก

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2520 : 37) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่า เป็นลักษณะหนึ่ง ของความเป็นพลเมืองดีและเป็นลักษณะหนึ่งซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค เพื่อความ เจริญของตนเองและประเทศชาติ ฉะนั้นลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นลักษณะที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศด้วย

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ (2530 : 100) กล่าวถึง ลักษณะของผู้ที่มุ่งอนาคตและสามารถควบคุม ตนเองไว้ดังนี้

1. สามารถคาดการณ์ไกลเห็นความสำคัญของอนาคตและตัดสินใจเลือกกระทำอย่างเหมาะสม
2. หาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนดำเนินการเพื่อเป้าหมายในอนาคต
3. รู้จักการปฏิบัติให้เกิดการอดใจรอได้อย่างเหมาะสม
4. สามารถให้รางวัลและลงโทษตนเองเมื่อกระทำไม่เหมาะสม

จรรยา สุวรรณทัต (2531 : 50) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นลักษณะทางจิตใจที่ สำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง และเกี่ยวข้องกับการพัฒนาสัมฤทธิ์ผลในตัวบุคคลและสังคม ซึ่งลักษณะนี้ยังมีความสัมพันธ์ กับลักษณะจิตอื่นๆของบุคคลด้วย ที่สำคัญคือสติปัญญา และจริยธรรม

ไพโรจน์ โตเทศ (2531 : 20 -21) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตปลูกฝังให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มสร้าง สรรค์ ฝึกให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคม ตลอดจนเน้นให้ผู้เรียนเข้าใจเหตุการณ์ ต่างๆทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และให้รู้จักวางแผนล่วงหน้าได้

รังสรรค์ เฟื่องฟู (2531 : 81) กล่าวว่า บุคคลที่ขาดสำนึกในอนาคต หรือมองอนาคตในแง่ร้าย มักจะสร้าง ปัญหา ก่อความยุ่งยากให้สังคมและขาดแรงจูงใจที่จะสร้างอนาคตของตนเอง

พระเทพเวที (2532 : 38) ให้แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า คนที่พัฒนา มีปัญญา มีชีวิตที่ดี ควรรู้จักหมายของชีวิต เพื่อจะได้มีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม และใช้สำรวจตนด้วย ตนเอง จะได้มีความมั่นใจในการที่จะพัฒนาดนให้ดียิ่งขึ้นไป

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532 : 7 - 8) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นการคำนึงถึงอนาคต และควบคุมพฤติกรรมไปสู่แนวทางนั้นๆ ทำให้บุคคลสามารถปรับวิธีการและเป้าหมายให้ถูกต้องและสัมพันธ์กัน

ซึ่งจันทนา นนทิก (2533 : 32 - 33) กล่าวว่าบุคคลที่มีเป้าหมายหรือมีการกำหนดสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้า ชัดเจนย่อมมีความตั้งใจและใช้ความพยายามอย่างจริงจังในการกระทำพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในอนาคต ซึ่งเป้าหมายจะมีหน้าที่สำคัญ 2 ประการ เป็นพื้นฐานของแรงจูงใจที่มุ่งตรงไปสู่พฤติกรรม คือ

1. เป้าหมายจะกำหนดแนวทางการตัดสินใจว่าจะใช้ความพยายามเท่าใดในการทำงานนั้น
2. เป้าหมายมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมต่อการทำงานโดยต้องตระหนักถึงความสำคัญ

จากความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตที่รวบรวมไว้ข้างต้นสรุปได้ว่าลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการควบคุมการกระทำโดยคำนึงถึงผลในอนาคตทำให้บุคคลสามารถวางแผนในการปฏิบัติและมีพฤติกรรมที่มีเป้าหมายในชีวิต มีการวางแผนเพื่ออนาคตและมีความเพียรพยายามเพื่อประสบความสำเร็จในชีวิต

พัฒนาการของลักษณะมุ่งอนาคต

เนอร์มี (Nurmi. 1991 : 8) ได้กล่าวถึง หลักพัฒนาการของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ 3 ข้อดังนี้

1. ลักษณะมุ่งอนาคตมีพัฒนาการอยู่ในสิ่งแวดล้อมด้านวัฒนธรรมชนบทนิยมประเพณี เช่น ความคาดหวังต่างๆที่เป็นบรรทัดฐานและความรู้ที่เกี่ยวกับอนาคตซึ่งเป็นพื้นฐานของความสนใจต่อการมุ่งอนาคตและการวางแผน
 2. ความสนใจการวางแผนและความเชื่อเกี่ยวกับอนาคต เกิดจากการเรียนรู้ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นไม่เฉพาะพ่อแม่แต่กลุ่มเพื่อนก็มีอิทธิพลต่อความคิดของเด็กในเรื่องการวางแผนสำหรับอนาคต (Nurmi. 1991 ; citing Kandel & Lesses. 1969)
 3. ลักษณะมุ่งอนาคตจะดีโดยมีอิทธิพลจิตวิทยาอื่นๆประกอบ เช่น พัฒนาการด้านสติปัญญาและสังคม
- นอกจากนี้เนอร์มี (Nurmi. 1991 : 1-59) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตประกอบด้วยกระบวนการทางจิตวิทยา 3 ขั้นตอน ดังนี้
1. ขั้นแรงจูงใจ บุคคลจะตั้งเป้าหมายขั้นต้นโดยเปรียบเทียบจากแรงจูงใจค่านิยมและความคาดหวังในอนาคตของตนเองเป็นพื้นฐานสำหรับเป้าหมายในอนาคต
 2. ขั้นวางแผน บุคคลจะกระทำเพื่อให้เป้าหมายเป็นจริง โดยการวางแผนการทำงาน และวิธีการแก้ปัญหาจัดกิจกรรมต่างๆเพื่อความสำเร็จในอนาคตของตน
 3. ขั้นประเมินผล บุคคลจะประเมินผลถึงความเป็นไปได้ของความสัมฤทธิ์ผลของเป้าหมายและความสมบูรณ์ของแผนงาน ที่บุคคลวางไว้และตัดสินใจเลือกแนวทางเพื่อความสำเร็จในอนาคตของตน

ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

เคย์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก. 2520 : 36 ; อ้างอิงจาก Kay. 1950) เชื่อว่า บ่อเกิดของลักษณะมุ่งอนาคตนั้นอยู่ที่ลักษณะมั่งคั่งทางสังคมของบุคคล การที่เด็กจะเรียนรู้ว่าควรอดใจรออันส่วนมากจะเกิดในครอบครัวฐานะปานกลางและฐานะสูงเท่านั้น เพราะครอบครัวฐานะยากจนย่อมไม่สามารถจะหาสิ่งของให้เด็กตามสัญญาได้มากนัก ทำให้เด็กขาดความเชื่อถือเกี่ยวกับอนาคต นอกจากนี้การประสบความสำเร็จด้านต่างๆในชีวิตก็เป็นสิ่งที่เคย์เชื่อว่าจะช่วยให้บุคคลนั้นมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง ทำให้บุคคลเกิดความมานะ

พยายามในการที่จะทำสิ่งต่างๆ เพราะมีความคาดหวังว่าจะทำให้สำเร็จดังที่ประสบมาแล้ว ฉะนั้นลักษณะมุ่งอนาคตจึงเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมนั่นเอง

มิสเซล และคนอื่นๆ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์ปัจฉิม. 2520 : 36 ; อ้างอิงจาก Mischel and others. 1966, 1974) กล่าวว่า การเลือกที่จะชลอการบำบัดความต้องการของบุคคลนั้น เกิดจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีต และการเลียนแบบจากผู้อื่นด้วย นอกจากนี้มิสเซลและนักวิจัยอื่นๆ ยังพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนี้มีความสัมพันธ์กับลักษณะอื่นๆ ของบุคคลอีกมาก เช่น ความรับผิดชอบทางสังคม การมุ่งสัมฤทธิ์ผล การปรับตัว ความฉลาด และสภาวะทางสังคม วัฒนธรรมและครอบครัว ลักษณะมุ่งอนาคตนี้จะเพิ่มมากขึ้นตามอายุ

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์ปัจฉิม (2520 : 35) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนี้ นักจิตวิทยาพบหลักฐานว่าเป็นด้านหนึ่งของพลังอีโก้ (Ego-strength) ของบุคคลซึ่งจะเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง สามารถระงับหรือชลอการบำบัดความต้องการต่างของคนได้

รัตนา ประเสริฐสม (2526 : 37-38) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนี้เป็นด้านหนึ่งของบุคลิกภาพที่พัฒนามาจากการเรียนรู้ การศึกษา และกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งจะพัฒนาอย่างช้าๆ ในวัยเด็ก บุคคลบางคนจะอาศัยความสามารถของตนและเวลาในปัจจุบันเป็นรากฐานที่จะคาดการณ์เกี่ยวกับตนเองในอนาคตได้ โครงสร้างของอนาคต ขึ้นอยู่กับการคิด มีวิธีการหลายวิธีที่ก่อให้เกิดแผนและโครงการระยะยาว การมุ่งอนาคตจะสัมพันธ์กับความจำเป็นที่จะต้องมีความคิดในการวางแผน ความตั้งใจที่จะกระทำและรายละเอียดบางอย่างที่จะทำซึ่งเปลี่ยนไปตามเวลา

สุรพงษ์ ชูเดช (2534 : 4) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตจะเกิดได้ต้องอาศัยพื้นฐานด้านความคิดและสติปัญญา เนื่องจากบุคคลที่มุ่งอนาคตจะต้องเป็นผู้ที่คาดการณ์ได้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในอนาคต เห็นคุณค่าของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตมากกว่าสิ่งเล็กน้อย ที่จะเกิดขึ้นในปัจจุบันและจะต้องเป็นผู้ที่เชื่อว่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตจะเกิดขึ้นกับตนได้จริง

จากปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตที่รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนั้นเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม สภาพแวดล้อมทางสังคม ครอบครัว การศึกษา และลักษณะมุ่งอนาคตยังมีความสัมพันธ์กับผลในอนาคตและพื้นฐานการรู้คิดและสติปัญญาอีกด้วย

แนวคิดเกี่ยวกับความคาดหวังในชีวิตด้านการศึกษาและอาชีพของนิสิต

การที่บุคคลต้องแข่งขันในการสอบเข้าศึกษาต่อหรือหางานทำถ้าหากประสบความสำเร็จไม่ได้ตามเป้าหมายที่ต้องการ หรือไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้ในชีวิต ซึ่งอาจจะเป็นเพราะตั้งเป้าหมายไว้เกินความสามารถที่มีอยู่ เมื่อไม่สามารถถึงเป้าหมายตามที่ต้องการจะทำให้เกิดช่องว่างระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับตนเองตามที่เป็นจริงกับการรับรู้เกี่ยวกับตนเองตามอุดมคติ เป็นผลให้ไม่ยอมรับตนเอง ช่องว่างดังกล่าวนี้สามารถเกิดได้ทุกวัย แต่จะเกิดมากที่สุดในช่วงวัยรุ่น (Hurlock. 1974 : 394) ซึ่งวิทเทคเคอร์ (Whittaker. 1965 : 635) ได้ให้ความหมายของความคาดหวังว่าหมายถึงเป้าประสงค์ที่บุคคลตั้งไว้สำหรับตนเองและเป็นสิ่งที่เขาจะพยายามทำให้สำเร็จ ประเทิน มหาพันธ์ (2521 : 24) ได้ให้ความหมายความคาดหวังว่าเป็นปณิธานหรือความมุ่งหวังในชีวิตและความเป็นอยู่ในอนาคต ซึ่งเยาวชนคิดฝันว่าจะบรรลุ ดังนั้นความคาดหวังในชีวิตด้านการศึกษาและอาชีพ จึงหมายถึงความคิด ความรู้สึกของนิสิตต่อเป้าหมายทางการศึกษาและอาชีพที่เขาต้องการจะเป็น ต้องการจะได้มา

และต้องการจะทำให้สำเร็จ (ปีติพงษ์ ประเสริฐผล. 2534 : 5) สำหรับนิสิตในมหาวิทยาลัยของรัฐ ทบวงมหาวิทยาลัยก็ได้ให้โอกาสนิสิตได้เลือกอันดับในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัย 4 อันดับ นิสิตจึงเข้ามายังสถาบันอุดมศึกษาด้วยความคาดหวังในชีวิตด้านการศึกษาและอาชีพที่แตกต่างกัน ซึ่งระดับความคาดหวังของบุคคลมีความสัมพันธ์กับความนึกคิดเกี่ยวกับความสามารถของตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วย (Binder and others. 1970 : 364-366) และจากการศึกษาของ ดัลเนียก (Dulniak. 1982 : 3455 - 3456-A) ศึกษาลักษณะและคาดคะเนการออกกลางคันของนิสิตปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยมอนทานาจำนวน 1,159 คน ซึ่งเข้าศึกษาใหม่ในปีการศึกษา 1977 พบว่า นิสิตที่ไม่สามารถตัดสินใจเลือกเรียนสาขาวิชาตามความต้องการ จะมีอัตราการออกกลางคันสูงกว่านิสิตที่เลือกเรียนในสาขาวิชาที่ตนเองมีความถนัด

บุคคลอยู่ได้ด้วยความคาดหวังซึ่งตั้งไว้ต่าง ๆ กัน มีทั้งความหวังในระยะสั้นและระยะยาว ความหวังในทางบวกและในทางลบ ความหวังหรือความคาดหวังนี้จะนำไปสู่พฤติกรรมซึ่งแตกต่างกันไป ไพบูลย์ เทวรักษ์ และสิริวรรณ อัครกุล (2527 : 48) กล่าวว่า "เมื่อคนเราอยู่ในสถานการณ์ ที่ต้องทำบางสิ่งให้สำเร็จ ความหวังเป็นตัวการที่มีผลต่อพฤติกรรมในการทำงาน เป็นการยากที่จะกระตุ้นตนเองให้มีความพยายามและอดทนในการกระทำสิ่งที่ตนเชื่อว่าจะประสบความสำเร็จ" และการที่บุคคลมีความคาดหวังแตกต่างกัน ทั้งสิ่งที่คาดหวังและระดับของความคาดหวัง เฮิร์ลอค อธิบายว่า บุคคลจะมีความคาดหวังแตกต่างกันเนื่องจากปัจจัยต่อไปนี้คือ (Hurlock. 1974 : 191-194)

1. วัฒนธรรม (Cultural Ideals) วัฒนธรรมที่ต่างกัน มีมาตรฐานของความคาดหวังต่อสมาชิกต่างกัน มาตรฐานนั้นครอบคลุมถึงระดับความสำเร็จและทัศนคติต่อความสำเร็จ เมื่อเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะรับรู้ความคาดหวังของสังคมที่มีต่อตนเอง และความรับผิดชอบของตนเองที่จะต้องมีต่อสังคม การตั้งความคาดหวังของบุคคลในแต่ละสังคมจึงแตกต่างกันไป

2. ชนิดของครอบครัว (Kind of Family) ผู้ที่มาจากครอบครัวที่มั่นคงมีแนวโน้มที่จะตั้งจุดมุ่งหมายในอนาคตสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่ไม่มั่นคง ครอบครัวที่มีการโยกย้ายบ่อย ๆ จะคาดหวังไม่ได้ว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร ผู้ที่ไม่ต้องย้ายถิ่นจะสามารถวางแผนของตนเองได้อย่างชัดเจน คือ มีความคาดหวังที่ชัดเจนและแน่นอน

3. ระดับชั้นทางสังคม (Ordinal Position) ครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจปานกลาง และฐานะทางเศรษฐกิจดี บิดามารดาจะให้ความหวังแก่บุตรคนแรกและให้โอกาสแก่บุตรคนแรกมากที่สุด โดยเฉพาะถ้าเป็นบุตรชาย ซึ่งตรงกันข้ามกับครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ลูกคนสุดท้ายจะต้องได้รับการส่งเสริมจากบิดามารดา และพี่ ๆ มากที่สุดเพื่อให้สมาชิกคนหนึ่งในการครอบครัวย้ายฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงขึ้น เมื่อบิดามารดามีฐานะทางเศรษฐกิจดีขึ้นและพี่ ๆ เติบโตและทำงานได้แล้ว

4. วินัย (Discipline) ผู้ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบอัตตาธิปไตยจะตั้งความคาดหวังไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง ในทางตรงข้ามผู้ที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะตั้งความหวังสอดคล้องกับความเป็นจริง

5. ฐานะในกลุ่ม (Group Status) กลุ่มจะมีอิทธิพลต่อบุคคลมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับฐานะของตนในกลุ่มและความคาดหวังที่กลุ่มมีต่อตนถ้าฐานะของตนในกลุ่มมั่นคงและไม่มีความจำเป็นที่จะต้องสร้างความประทับใจให้กับสมาชิกในกลุ่มจะต้องการเลื่อนขั้นตนเองเข้าสู่การเป็นผู้นำในกลุ่มมักมีการตั้งความคาดหวังหลาย ๆ อย่างที่

ไม่อยู่บนรากฐานของความเป็นจริง สำหรับบุคคล ที่ชอบแยกตัวเองความคาดหวังของกลุ่มจะมีผลต่อเขาเพียงเล็กน้อย

6. การใช้กลวิธี (Use of Escape Mechanisms) กลวิธีที่มีผลต่อการตั้งความหวังมากที่สุด คือ การผัดกลางวัน เช่น ผัดนอยากเป็นพระเอกหรือนางเอกก็จะตั้งความคาดหวังไว้ว่าจะประสบผลสำเร็จและหลีกเลี่ยงความล้มเหลว ซึ่งเป็นการตั้งความหวังที่อาจไม่อยู่บนรากฐานของความเป็นจริง

7. การบอกเล่าความคาดหวัง (Verbalization of Aspirations) ความคาดหวังที่เล่าออกมามักจะอยู่บนรากฐานของความเป็นจริงมากกว่าที่เก็บไว้ และคิดหวังอยู่คนเดียว อย่างไรก็ตามความคาดหวังที่บุคคลบอกกับเพื่อนสนิทจะเป็นความไม่ฝันที่ไม่ค่อยใกล้เคียงความเป็นจริงเท่ากับที่บอกบิดามารดา ครู หรือคนที่ไม่ค่อยคุ้นเคยกันเมื่อวัยรุ่นบอกความคาดหวังของตนแก่บุคคลอื่นจะเป็นการทำให้พิสุจน์ตนเอง โดยพยายามทำให้ได้ตามที่พูดไว้ เพราะรู้ว่าหลายคนสนใจสิ่งที่ตนพูด เขาไม่ต้องการเห็นสายตาที่มองด้วยความผิดหวัง

8. ความล้มเหลวและความสำเร็จในอดีต (Past Failure and Successes) บุคคลที่ประสบความสำเร็จเสมอ ๆ มีแนวโน้มที่จะตั้งความคาดหวังว่าจะได้รับความสำเร็จอีกในอนาคต ในทางตรงข้ามบุคคลที่ผิดหวังซ้ำ ๆ กันมักจะคิดว่าล้มเหลวอีก ความคิดเช่นนี้จะมีผลต่อการตั้งความคาดหวังในอนาคตว่าจะตั้งได้อย่างเหมาะสมกับสภาพความเป็นจริงหรือไม่ ข้อความนี้สอดคล้องกับคำกล่าวของดีเลคโก (Dececco, 1968 : 167) ที่ว่า การที่บุคคลกำหนดความคาดหวังไว้อย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ผ่านมา กล่าวคือ ถ้าบุคคลประสบความสำเร็จในการทำงานนั้นมาก่อน ก็จะทำให้การกำหนดความคาดหวังในการทำงานคราวต่อไปสูงขึ้นและใกล้เคียงกับความสามารถจริงมากขึ้นแต่ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ประสบความล้มเหลวติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ต้องลดระดับความคาดหวังต่ำลงมาเพื่อป้องกันมิให้เกิดความรู้สึกว่าตนไร้ค่า

9. เพศ (Sex) ทั้งบรรยากาศของบ้านและสถานศึกษาจะส่งเสริมกระตุ้นให้เพศชายตั้งความคาดหวังมากกว่าเพศหญิง บิดามารดาจะคาดหวังในตัวของบุตรชายมากกว่าบุตรสาว ผู้ชายมักถูกกระตุ้นให้มีความคาดหวังทางกีฬา การงาน และการประกอบอาชีพ แต่เพศหญิงมีความคาดหวัง การได้รับการยอมรับจากกลุ่ม การแต่งงาน ซึ่งก็ยังไม่รู้ว่าจะแต่งงานเมื่อไร แต่งกับใคร ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมหลังแต่งงานจะเป็นอย่างไร จึงเป็นเรื่องยากที่เพศหญิงจะวางแผนในเรื่องเหล่านี้ ดังนั้นเพศหญิงจึงมีแนวโน้มที่จะตั้งจุดมุ่งหมายในระยะสั้นมากกว่าเพศชาย แม้ในเรื่องการเรียน เพศหญิงมักจะวางแผนระยะสั้น เช่น เดือนต่อเดือน

10. เชาวน์ปัญญา (Intelligence) เมื่อบุคคลอยู่ในกลุ่มที่มีค่านิยมต่อความสำเร็จสูง จะตั้งความคาดหวังให้ตนประสบความสำเร็จเหนือเพื่อน ๆ ในกลุ่ม ซึ่งอาจไม่อยู่บนรากฐานของความเป็นจริง อย่างไรก็ตามผู้ที่ฉลาดจะตั้งความคาดหวังโดยอาศัยความสนใจและความสามารถของตนมากกว่าทำตามจุดมุ่งหมายที่กลุ่มตั้งไว้ ในทางกลับกันผู้ที่มีความฉลาดน้อยจะตั้งความคาดหวังตามค่านิยมของกลุ่ม

11. บุคลิกภาพ (Personality) บุคลิกภาพมีอิทธิพลต่อการตั้งจุดมุ่งหวังหลายกรณีด้วยกัน เช่น ในเรื่องการชดเชย บุคคลที่ไม่ยอมรับตนเองจะตั้งความหวังโดยไม่คำนึงถึง ความสามารถของตน ยิ่งไม่ยอมรับความสามารถของตนเองเท่าไรจะยิ่งตั้งความคาดหวังไว้สูงและไม่อยู่บนรากฐานของความเป็นจริงเท่านั้น นับเป็นความทะเยอทะยานเพื่อปกปิดความสามารถของตน

ความคาดหวังในชีวิตด้านการศึกษาศาสนาและอาชีพจึงนับเป็นปัจจัยหนึ่งที่กำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ ความคาดหวังในชีวิตด้านการศึกษาศาสนาหรือเป็นไปไม่ได้จะทำให้หนีไม่ยอมรับตนเอง และรู้สึกว่าการที่

บุคคลอาจจะตั้งความคาดหวังในชีวิตด้านการศึกษาและอาชีพไว้อย่างไรย่อมขึ้นกับประสบการณ์และสิ่งแวดล้อม ซึ่งถ้าบุคคลมุ่งหวังผลไว้ก็จะทำให้บุคคลพยายามที่จะไปให้ถึงผลที่ตั้งไว้

จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาการมุ่งอนาคต คือ ความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ไกล เน้นความสำคัญของผลดีและผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคตและสามารถวางแผนปฏิบัติเพื่อรองรับผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต หรือป้องกันผลเสีย ตลอดจนความสามารถควบคุมตนเองให้กระทำ หรือเว้นการกระทำบางอย่างตามความต้องการของตนเองเพราะเล็งเห็นผลเสียที่จะเกิดตามมาทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นในภายหลัง

ผู้วิจัยคาดว่า การมุ่งอนาคตสูง จะทำให้นักศึกษามีการปรับตัวได้ดี

4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

มิสเนอร์ (Nurmi. 1991 : 20 ; citing Meissner. 1961) ได้ศึกษาความกังวลใจเกี่ยวกับอนาคตของเด็กชายชาวอเมริกัน จำนวน 1,278 คน ที่มีอายุ 13-18 ปี ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความกังวลเกี่ยวกับโรงเรียนและด้านอาชีพ และความกังวลเกี่ยวกับโรงเรียนจะลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น ในขณะที่ความกังวลด้านอาชีพเพิ่มขึ้นตามอายุ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่า ความวิตกกังวลน่าจะมีผลต่อการปรับตัวคือ จากกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากขึ้นหรือนักศึกษาพยาบาลที่อยู่ในระดับชั้นปีที่สูงขึ้นน่าจะมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่มีระดับชั้นปีที่ต่ำกว่า

ไคลน์เบอร์ก (Klineberg. 1967 : 185 -193) ได้ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตในเด็กชาวฝรั่งเศส 90 คน ซึ่งแบ่งเป็นเด็กปกติและเด็กปรับตัวได้ไม่ดี กลุ่มอายุ 10.5-12.5 ปี กับกลุ่มอายุ 13.5-16.5 ปี รวม 4 กลุ่ม โดยใช้แบบสัมภาษณ์รายบุคคล พบว่าระดับการมุ่งอนาคตเพิ่มขึ้นจากวัยเด็กถึงวัยรุ่นในเด็กปกติ แต่ลดลงในเด็กที่ปรับตัวได้ไม่ดี และเด็กที่ปรับตัวได้ไม่ดีจะมีการมองอนาคตได้ไม่กว้างไกลเท่าเด็กปกติ

แคมเมอร์อน ดีไซ บาฮาเดอร์ และเดรมเมล (Nurmi. 1991: 19 ; citing Cameron, Desai, Bahador and Dremel. 1977-1978) ได้ศึกษาการวางแผนอนาคตในชนชาวอเมริกัน อายุ 9-65 ปี จำนวน 1,031 คน โดยใช้แบบสัมภาษณ์ความคาดหวังในอนาคต ถ้าบุคคลมีการวางแผนในอนาคตก็จะปรับตัวเพื่อให้ได้ตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ ซึ่งผลที่ได้เนอร์มิได้นำมาอ้างเฉพาะในช่วงวัยรุ่นพบว่า เด็กอายุ 14-17 ปี มีการวางแผนในอนาคตน้อยกว่ากลุ่มอายุ 18 - 25 ปี

เรย์เนอร์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. 2530 : 101 ; อ้างอิงจาก Raynor. 1978 : 254) ได้ทำการวิจัยพบว่าบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีการสนใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และเป็นผู้ที่ขยันขันแข็งในการทำงานมากกว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำซึ่งแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวข้องในการปรับพฤติกรรม

งานวิจัยในประเทศ

ผ่องพรรณ แววิเศษ (2534 : 116-121) ได้ศึกษาลักษณะทางจิตสังคมเพื่อป้องกันพฤติกรรมทะเลาะวิวาทของวัยรุ่น ในนักศึกษาชายวิทยาลัยอาชีวศึกษาอายุ 13-13 ปี จำนวน 250 คน โดยใช้แบบสอบถาม โดยศึกษาจิตลักษณะ 4 ด้าน คือ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม การมุ่งอนาคตสุขภาพจิต และทัศนคติต่อการทะเลาะวิวาท พบผลในด้านจิตลักษณะมุ่งอนาคต คือ ลักษณะการมุ่งอนาคตของนักศึกษาชาย มีความสัมพันธ์กับทัศนคติต่อการทะเลาะวิวาท การรับรู้บรรยากาศแบบประชาธิปไตยระหว่างอาจารย์ และนักศึกษา ลักษณะการคบเพื่อนอย่างเหมาะสม สุขภาพจิต และการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในชั้นสูงมากกว่านักศึกษาที่มุ่งอนาคตต่ำ ทั้งในนักศึกษารวมทั้งหมดและกลุ่มย่อยหลายกลุ่ม ลักษณะนี้จะทำให้บุคคลมีการปรับตัว

สุพงษ์ ชูเดช (2534 : 135 -145) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยกับจิตลักษณะที่สำคัญของนิสิตในชั้นปีที่ 3-4 ของมหาวิทยาลัย 2 แห่ง รวม 273 คน โดยใช้แบบสอบถามและแบบวัดต่างๆ โดยจิตลักษณะที่ศึกษา ได้แก่ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ลักษณะมุ่งอนาคตและเอกลักษณ์แห่งอิโก้ พบผลที่สัมพันธ์กับจิตลักษณะคือ นิสิตที่เรียนวิชาที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ และสังคมมาก เป็นผู้มีเอกลักษณ์แห่งอิโก้สูงกว่าผู้ที่เรียนวิชาที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์และสังคมน้อย และในหมู่นิสิตที่เรียนวิชาที่ให้ความสำคัญแก่มนุษย์และสังคมมากนี้ ลักษณะสิ่งแวดล้อมมีผลต่อการปรับตัว ถ้ามีผลการเรียนดีด้วยจะเป็นผู้ที่มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูง และมีลักษณะมุ่งอนาคตมาก และผลนี้พบในกลุ่มนิสิตที่ครอบครัวมีระดับเศรษฐกิจสังคมต่ำอย่างชัดเจนกว่านิสิตประเภทอื่นๆ

จักรวาล ภูวนันท์ (2537 : 72-75) ได้ศึกษาผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน สถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติซึ่งผู้วิจัยคาดว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มน่าจะช่วยให้เด็กมีการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับกลุ่มได้ดี

จากงานวิจัย ลักษณะมุ่งอนาคต สรุปได้ว่าบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต คือ ถ้าบุคคลมีการวางแผนในอนาคตไว้ บุคคลมีความคาดหวังพฤติกรรมต่างๆ ที่ตนกระทำขึ้น พฤติกรรมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ อบรม เป็นตัวชี้ถึงการมีลักษณะมุ่งอนาคตของแต่ละบุคคล ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า ลักษณะมุ่งอนาคตสูงน่าจะทำให้มีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่มีการมุ่งอนาคตต่ำ

ดังนั้นผู้วิจัยสรุปได้ว่า การมุ่งอนาคตน่าจะมีผลต่อการปรับตัว คือการมุ่งอนาคตน่าจะเกี่ยวข้องกับการปรับตัวและนักศึกษาที่มีการมุ่งอนาคตสูงน่าจะมีการปรับตัวได้ดีกว่าการมุ่งอนาคตต่ำ

5. เอกสารและทฤษฎีเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

5.1 ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

นักจิตวิทยาได้ศึกษาเรื่องสติปัญญาอย่างกว้างขวางและให้คำจำกัดความของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้ดังต่อไปนี้

กูต (Good . 1945 : 222) ได้ให้ความหมายของคำว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ ความสามารถในการแสดงออกซึ่งความรู้ และทักษะที่ได้เรียนรู้ไป

ฮูเซนและ โพสต์เทลท์วาท (Husen and Postelthwaite . 1985:35) ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คือ ผลสะท้อนของความรอบรู้ และการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างที่ทักษะและความรู้กำลังพัฒนา

ซวาล แพร์ตกุล (2516 : 15) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความสำเร็จในด้านความรู้ ทักษะและสมรรถภาพด้านต่าง ๆ ของสมอง ดังนั้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ควรประกอบด้วยสิ่งสำคัญอย่างน้อยสามสิ่ง คือ ความรู้ ทักษะ และสมรรถภาพสมองด้านต่าง ๆ

ไพศาล หวังพานิช (2526 : 89) ได้ให้ความหมาย ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ว่าเป็นความสามารถหรือคุณลักษณะของผู้เรียนอันเกิดจากการเรียนการสอน

พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2529 : 29) ได้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ว่าหมายถึงคุณลักษณะรวมถึงความรู้ ความสามารถของบุคคล อันเป็นผลมาจากการเรียนการสอนหรือประมวลประสบการณ์ทั้งปวงที่บุคคลได้รับจากการเรียนการสอน ทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในด้านต่าง ๆ ของสมรรถภาพทางสมอง

5.2 งานวิจัยเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

สตรอง (Strang. 1959 : 14 –15) ได้กล่าวถึงการศึกษาปัญหาการปรับตัวกับนิสิตกลุ่มที่ปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี และกลุ่มที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัวเข้ากับสังคม พบว่าผู้ที่ปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีจะเป็นคนที่มีอารมณ์ขัน เข้าใจและเห็นใจผู้อื่น เป็นผู้ที่สติปัญญาเฉลียวฉลาด และมีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแก้ไขสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ เป็นคนเปิดเผย ระวังในหน้าที่ที่รับผิดชอบ ปรับตัวได้เหมาะสม

โรเจอร์ (Kaplan.1959 ; citing Roger. 1942: 69 - 79) ได้ศึกษาปัญหาสุขภาพจิตกับเด็กระดับประถมในโคลัมเบียและโอไฮโอ พบว่ามีเด็กที่ปรับตัวไม่ได้ อย่างรุนแรง 12 เปอร์เซ็นต์ ปรับตัวค่อนข้างลำบาก 30 เปอร์เซ็นต์ และพวกที่มีสติปัญญาต่ำกว่า 23 เปอร์เซ็นต์ ที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิตและการปรับตัว

กิลล์ (Gill. 1962 : 144 – 149) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 450 คน โดยแยกนักเรียนกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง กับผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เรียนดีมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ได้ดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และนักเรียนที่เรียนดีสามารถแก้ปัญหา ด้านการปรับตัวได้ดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

ดีเซนา (Desena. 1964 : 145 –149) ได้ศึกษากับนิสิตปีหนึ่งของมหาวิทยาลัยเพนซิลวาเนีย จำนวน 1,061 คน ผลปรากฏว่านิสิตที่มีผลการเรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัวได้ดี และรวดเร็วกว่านิสิตที่เรียนได้ปานกลาง และต่ำ อย่างเห็นได้ชัด

ริงเนสส์ (Ringness. 1968 :140) ได้ศึกษาพบว่าคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะมีการปรับตัวทางด้านอารมณ์ให้เข้ากับสิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่า คนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

โอโนดา (Onada. 1975 : 7726 - A) ได้ศึกษาพบว่าเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ควบคุมตนเองได้ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครู ซึ่งในพฤติกรรมต่าง ๆ เหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งของผู้ที่ปรับตัวได้ดี ส่วนคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ส่วนใหญ่จะเป็นคนขี้เกียจ มีความสัมพันธ์กับผู้อื่นไม่ดี มีความสับสนวุ่นวายใจ ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ยาก

งานวิจัยในประเทศ

คมเพชร จัตรสุกุล (2515 : 90) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าประกอบทางด้านเศรษฐกิจ การปรับตัวและกิจกรรม ในวิทยาลัยครูของนักศึกษาชั้นปีที่สอง ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาวิทยาลัยครู ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 510 คน ผลการวิจัยปรากฏว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จะมีปัญหามากกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

นิภา พงศ์วิรัตน์ (2520 : 46) ได้ศึกษาปัญหาทางสังคมของเด็กวัยรุ่นตอนต้น ในโรงเรียน มัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาในภาคกลางพบว่า เด็กวัยรุ่นตอนต้นที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง มีปัญหาทางสังคมน้อยกว่าเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

สมคิด ไชยยันนุรณ (2520: 26-27) ได้ศึกษานักศึกษาบางด้านที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ศึกษาพบว่า ผู้ที่มีความสามารถในการเรียนสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ และสามารถบังคับตนและปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

มนูญ แป้นเจริญ (2522 : 63) ได้ทำการศึกษาปัญหาเปรียบเทียบปัญหาส่วนตัว ปัญหาสังคม และปัญหาทางการเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษา นักเรียนมัธยมตอนปลาย และนักเรียนผู้ใหญ่ ระดับ 5 จังหวัดสงขลา พบว่านักเรียนอาชีวศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำประสบปัญหาสังคมมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และปานกลาง

ณัฐพล แนวจำปา (2540 : 63) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า การปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ กับสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน การปรับตัวของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ปานกลางและต่ำ มีการปรับตัวแตกต่างกันโดยนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะเป็นกลุ่มที่มีปัญหาการปรับตัวแตกต่างกับนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ

สมพร สุทธิชัย กล่าวว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัวแปรหนึ่งที่บ่งบอกถึงสติปัญญา ผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ย่อมแสดงว่า ผู้นั้นมีสติปัญญาสูงด้วย ส่วนผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ก็จะมีสติปัญญาต่ำด้วย และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนยังบ่งบอกถึงพฤติกรรมของนักเรียนได้ดังเช่นผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ แสดงให้เห็นถึงการไม่ประสบความสำเร็จด้านการเรียนเป็นเหตุทำให้เกิดความคับข้องใจและนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าว (สมพร สุทธิชัย. 2530:93)

จากงานวิจัยข้างต้น แสดงให้เห็นว่าสติปัญญาน่าจะเกี่ยวข้องกับการปรับตัวและผู้ที่มีสติปัญญาสูงมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีสติปัญญาต่ำ ซึ่งสติปัญญาและการปรับตัวมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคน เนื่องจากการอยู่ร่วมกันในสังคมนั้น บุคคลต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีมีความเข้าใจยอมรับในด้านต่างๆของบุคคล โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลที่ต้องทำงานเป็นทีม

5.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับระดับชั้นปีการศึกษากับการปรับตัว

งานวิจัยในต่างประเทศ

คอฟแมน (วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา. 2523 : 60 ; อ้างอิงจาก Kauffman. 1968 : 19-21) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาสภาพนักศึกษาในสหรัฐอเมริกา พบว่า

ปีที่ 1 นักศึกษารู้สึกตื่นเต้น และสนใจทุก ๆ สิ่งรอบด้านไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมการเรียนหรือกิจกรรมสังคมในมหาวิทยาลัยมีความอยากเรียนและตั้งใจในการศึกษาพยายามปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมของมหาวิทยาลัย และเชื่อฟังคำสอนอาจารย์

ปีที่ 2 นักศึกษาไม่ค่อยพอใจอาจารย์ เริ่มมีความคิดเห็น ขัดแย้ง และเป็นปฏิปักษ์ ต่อมหาวิทยาลัย มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่ขึ้น

ปีที่ 3 นักศึกษามักจะสงบเงียบชอบ อยู่กับกลุ่มเพื่อน ๆ มีความเฉยเมยต่อสังคมในมหาวิทยาลัยและการเรียน มีความคิดที่จะเริ่มมีเพื่อนต่างเพศที่สนิท

ปีที่ 4 นักศึกษาไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่จะเริ่มสนใจเกี่ยวกับงานการศึกษาต่อ และความก้าวหน้าในอนาคต

รอยด์และกาเรล (Llyod and Gartrell. 1983 : 964-966) ทำการศึกษาเพื่อประเมินปัญหาความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ในมหาวิทยาลัยแพทย์แห่งรัฐเท็กซัส จำนวน 285 คน ประเมินปัญหาโดยใช้แบบสำรวจปัญหาที่สร้างขึ้นเอง โดยบรรจุรายการปัญหาในด้านต่าง ๆ แล้วให้นักศึกษาเลือกตอบตามระดับความมากน้อยของปัญหา ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาหญิงมีคะแนนรวมของปัญหาความเครียดสูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างชั้นปีกับคะแนนรวมของปัญหาเป็นไปในทางบวก คือนักศึกษาในชั้นเรียนสูงขึ้นไปจะมีปัญหามากขึ้น โดยเฉพาะปี 1-3 ยกเว้นในชั้นปีสุดท้ายคะแนนของความเป็นปัญหาจะลดลง โดยที่ปัญหาของชั้นปีที่ 3 ซึ่งเป็นปีสุดท้ายของการเรียนวิชาพื้นฐานทั่วไป และกำลังจะขึ้นเรียนในชั้นคลินิก จึงมีปัญหามากในเรื่องความกังวลในเรื่องความกังวลในการที่จะเป็นแพทย์ มีบทบาทในการรักษาขาดบทบาทตัวอย่างของการเป็นแพทย์ มีความสงสัย ไม่มั่นใจในงานอาชีพ

ทรมอสตอร์ฟ และคณะ (Nummi. 1991 : 26 ; citing Verstaeten, et al. 1980) ได้ศึกษากับเด็กวัยรุ่นชาวเบลเยียม อายุ 15-17 ปี โดยใช้แบบสอบถามเป้าหมายและความต้องการในอนาคตพบว่า เด็กที่มีอายุมากกว่ามีการมองอนาคตกว้างไกลกว่าเด็กอายุน้อย และเด็กที่มีอายุมากกว่าแสดงถึงการทำเป้าหมายให้สมจริงและความน่าจะเป็นในการประเมินผลมากกว่าเด็กอายุน้อย ซึ่งตรงกับระดับชั้นปีและอายุมากขึ้นจะทำให้มีการปรับตัวมากขึ้น

งานวิจัยในประเทศไทย

ปัญญากรณ์ ชูติงกร และศุภลักษณ์ จารุรัตน์จามร (2519 : 53) ได้ศึกษาปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปีการศึกษา 2518 – 2519 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน โดยเรียนไม่เข้าใจมากที่สุด ร้อยละ 54.30 มีปัญหาเนื่องจากพื้นฐานการเรียนเดิมไม่ดี ร้อยละ 20.53 ไม่มีสมาธิ ร้อยละ 36.42 ไม่รู้ในวิธีเรียน ร้อยละ 52.39 ในด้านสุขภาพจิตนักศึกษารับรู้สภาพอารมณ์ และจิตใจของนักศึกษาในขณะนั้นมีลักษณะคิดมากสูงถึงร้อยละ 46.80 ท้อแท้ใจ ร้อยละ 23.40 วิตกกังวล ร้อยละ 21.19 ว้าวุ่นเดียวดาย ร้อยละ 19.80 ส่วนผู้ที่นักศึกษา จะไปศึกษาด้วยเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นนั้น นักศึกษาจะไปปรึกษาเพื่อน ร้อยละ 71.52

พิมพ์ สัมพงษ์ (2523 : 3) ได้ศึกษาปัญหาของนักศึกษาพยาบาลรามาริบติ กลุ่มประชากร คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1, 2, 3, และ 4 ปีการศึกษา 2523 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาล ทุกชั้นปีมีปัญหาการปรับตัวทางการเรียนมากกว่าด้านอื่น ๆ โดยเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีมากกว่าปีอื่น ๆ และพบว่า ปัญหาความสัมพันธ์ทางสังคม มีผลต่อคะแนนการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 และปีที่ 2 และปัญหาการปรับตัวทางการเรียนกับปัญหาทางบ้านและครอบครัวมีผลต่อคะแนนการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ปัญหาที่มีผลต่อการเรียนคือ ปัญหาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และปัญหาการปรับตัวทางการเรียน

รัตนา ศิริพานิช (2530:60) ศึกษาสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2530 ผลการศึกษาพบว่านักศึกษามีปัญหาในการปรับตัวทางการเรียนการสอนมากที่สุด คือ มีความรู้สึกว่าการแข่งขันในทางการเรียน วิตกกังวลมากเกี่ยวกับการเรียน แบ่งเวลาไม่ถูก และรู้สึกว่าตนเอง ไม่อบอุ่นมั่นคง รองลงมาคือ ปัญหาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษาด้วยกันเอง คือ รู้สึกว่าตัวเองว้าวุ่นเมื่อขาดเพื่อน รู้สึกเกรงใจเพื่อนเมื่อไปขอความช่วยเหลือ รู้สึกว่าเพื่อนไม่จริงใจต่อกัน ส่วนปัญหาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับอาจารย์มีน้อยที่สุด ข้อที่

นักศึกษารู้สึกว่ามีปัญหาการปรับตัวมาก คือ รู้สึกว่าตนเองขาดความเป็นกันเองกับอาจารย์ รู้สึกว่ามีความลำบากใจในการเข้าพบอาจารย์ รู้สึกสถานที่พักอาจารย์ไม่เป็นสัดส่วน ซึ่งทำให้นักศึกษามีปัญหาการปรับตัวมาก

วารุณี แจ่มกระจาย (2540 : 117- 125) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1, 2, 3, และ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ ภาคการศึกษาที่ 2 ปี การศึกษา 2539 จำนวน 248 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวทางด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางด้านอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้านศีลธรรมและศาสนา อยู่ในระดับดี นักศึกษาพยาบาลปีที่ 4 มีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1, 2 และ 3

จินตนา ยูนิพันธ์ กล่าวว่า จำนวนชั้นปีจะเป็นสิ่งเร้าร่วมที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาเมื่อนักศึกษาเรียนอยู่ในชั้นปีสูงขึ้นนักศึกษาจะสามารถปรับตัวในการเรียนรู้และแสวงหาวิธีปฏิบัติ หรือกิจกรรมใหม่ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการของตน เพื่อให้ตนเองเกิดความรูสึกมั่นคงและพอใจ (จินตนา ยูนิพันธ์. 2534) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ นินทจันทร์ และ พิมพา สมพงษ์ (2543) ที่พบว่าความวิตกกังวลของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ลดลงจากขณะที่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ก็แสดงว่าระดับชั้นปีน่าจะมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษา

จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าวส่วนใหญ่ จะพบว่า ตัวแปรด้านระดับชั้นปีน่าจะเกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษา ซึ่งนักศึกษาที่มีระดับชั้นปีที่สูงกว่าจะมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่ำกว่า

สมมติฐานในการวิจัย

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต สถิติปัญญา และระดับชั้นปี ตัวแปรใดตัวแปรหนึ่ง สามารถทำนายหรือร่วมกันทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
2. นักศึกษาพยาบาลที่มี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
3. นักศึกษาพยาบาลที่มี ระดับชั้นปีที่สูงกว่ามีการปรับตัวได้ดีกว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีต่ำกว่า
4. นักศึกษาพยาบาลที่มี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก มีการปรับตัวที่ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย
5. นักศึกษาพยาบาลที่มี การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก มีการปรับตัวที่ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย
6. นักศึกษาพยาบาลที่มี การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก มีการปรับตัวที่ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย
7. นักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองต่ำ
8. นักศึกษาพยาบาลที่มี การมุ่งอนาคตสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการมุ่งอนาคตต่ำ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. ระดับชั้นปี

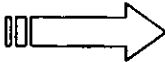
3. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

5.การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย

6. การควบคุมตนเอง

7. การมุ่งอนาคต



การปรับตัว

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วยขั้นตอนดำเนินการที่สำคัญดังต่อไปนี้

- 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 2. แบบทดสอบที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
- 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 จำนวน 170 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 - 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ ปีการศึกษา 2546 จำนวน 156 คน โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น มีระดับชั้นปี ดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ชั้นปี	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
1	50	46
2	43	35
3	32	30
4	45	45
รวม	170	156

X เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของ นักศึกษาพยาบาล
2. แบบสอบถามการปรับตัว แบบสอบถามการยอมรับเลี้ยงดู แบบสอบถามการควบคุมตนเอง และแบบสอบถามการมุ่งอนาคต

ขั้นตอนการสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

ตอนที่ 1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ของนักศึกษาซึ่งเป็นข้อมูลเกี่ยวกับ ระดับชั้นปี และผลการเรียนเฉลี่ย

ตอนที่ 2. แบบสอบถามการปรับตัว เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยเป็นแบบทดสอบและวัดพฤติกรรมการปรับตัวในด้านๆ ได้แก่ ด้านส่วนตัว อารมณ์ สังคม การศึกษา สิ่งแวดล้อม มาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตามวิธีลิเคิร์ต (Likert) นำแบบสอบถามที่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามปฏิบัติการและความถูกต้องของภาษาแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข ได้จำนวน 20 ข้อไปทดลอง (Try Out) กับนักศึกษาที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนทั้งฉบับเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ไว้เป็นข้อคำถามที่ใช้จริง ส่วนข้อคำถามที่ไม่มีนัยสำคัญ ก็จะตัดข้อคำถามนั้นออกไป ได้ข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ จาก 20 ข้อ

นำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วใน ตอนแรกมาหาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการปรับตัวเท่ากับ .8944 ตัวอย่างแบบสอบถามการปรับตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามการปรับตัว เป็นแบบวัดความสามารถของบุคคลในการปรับปรุงพฤติกรรม การกระทำของตนในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านส่วนตัว อารมณ์ สังคม การศึกษา และสิ่งแวดล้อม โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่วงที่ตรงกับพฤติกรรมของท่าน

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
(ด้านส่วนตัว)					
- ข้าพเจ้าออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเสมอ					
(ด้านอารมณ์)					
-ฉันควบคุมตนเองไม่ได้ เมื่อฉันโมโห					
(ด้านสังคม)					
-ข้าพเจ้าร่วมแสดงความคิดเห็นกับเพื่อนในชั้นเรียน					
(การศึกษา)					
-ข้าพเจ้ารู้สึกท้อ แท้เมื่อได้คะแนนสอบไม่ดี					
(สิ่งแวดล้อม)					
-ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดในกฎระเบียบข้อบังคับของวิทยาลัย					

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	5	คะแนน
มาก	4	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	1	คะแนน
มาก	2	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	4	คะแนน
น้อยที่สุด	5	คะแนน

โดยแบ่งระดับของการปรับตัวออกเป็น 5 ระดับดังนี้ เกณฑ์ในการพิจารณา

ค่าเฉลี่ย 1.0	ถึง	1.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวต่ำมาก
ค่าเฉลี่ย 1.5	ถึง	2.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวต่ำ
ค่าเฉลี่ย 2.5	ถึง	3.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 3.5	ถึง	4.49	คะแนน ถือว่า การปรับตัวสูง
ค่าเฉลี่ย 4.5	ถึง	5	คะแนน ถือว่า การปรับตัวสูงมาก

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู ตามการรับรู้ของตนเอง ผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดวิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตร ของ พชรินทร์ วินัยกุลพงศ์ (2545) มาปรับปรุงเป็นแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย

ลักษณะของแบบสอบถามเป็นข้อคำถาม ประกอบด้วยมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับนำแบบสอบถามที่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามปฏิบัติการและความถูกต้องของภาษาแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขแล้วจำนวนด้านละ 20 ข้อ ไปทดลอง (Try Out) กับนักศึกษาที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนทั้งฉบับเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ไว้เป็นข้อคำถามที่ใช้จริง ส่วนข้อคำถามที่ไม่มีนัยสำคัญ ก็จะตัดข้อคำถามนั้นออกไปได้ข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ จาก 20 ข้อ

นำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วในตอนแรก มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbarh) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูดังนี้

2.2.1 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีค่าเท่ากับ .8253

2.2.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีค่าเท่ากับ .8461

2.2.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มีค่าเท่ากับ .8569

ตัวอย่างแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู

คำชี้แจง แบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู ต้องการทราบข้อมูลรายละเอียด และรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาตามการรับรู้ของบุตร โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง

วิธีที่พ่อแม่ปฏิบัติต่อท่าน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
(ด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย) -พ่อแม่สอนให้ข้าพเจ้ารู้จักใช้เหตุผล					
(ด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน) -พ่อแม่ต้องการให้ข้าพเจ้าทำตามที่ท่านต้องการ					
(ด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย) -เมื่อมีปัญหา พ่อแม่จะไม่สนใจปัญหาของข้าพเจ้า					

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	5	คะแนน
มาก	4	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	1	คะแนน
มาก	2	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	4	คะแนน
น้อยที่สุด	5	คะแนน

เกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก แบบเข้มงวดกวดขันมาก และแบบปล่อยปละละเลยมาก หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป

ผู้ที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย แบบเข้มงวดกวดขันน้อย และแบบปล่อยปละละเลยน้อย หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

ตอนที่ 4 แบบสอบถามการควบคุมตนเอง ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถามเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง เป็นแบบสอบถามการควบคุมตนเอง เพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ โดยสร้างครั้งแรกจำนวน 20 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

นำแบบสอบถามที่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามปฏิบัติการและความถูกต้องของภาษาแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขได้จำนวน 20 ข้อไปทดลอง (Try Out) กับนักศึกษาที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนทั้งฉบับเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ไว้เป็นข้อคำถามที่ใช้จริง ส่วนข้อคำถามที่ไม่มีนัยสำคัญ ก็จะตัดข้อคำถามนั้นออกไป ได้ข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ จาก 20 ข้อ

นำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วในตอนแรกมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Combarh) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการควบคุมตนเองเท่ากับ .8247

ตัวอย่างแบบสอบถามการควบคุมตนเอง

คำชี้แจง แบบสอบถามวัดการควบคุมตนเอง ต้องการทราบเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลในการควบคุมพฤติกรรมหรือปรับพฤติกรรมกระทำต่าง ๆ ด้วยเหตุผลและความอดทน กับพฤติกรรมที่มุ่งหวังไว้ โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0) ข้าพเจ้าทำรายงานสำเร็จตามเวลาที่กำหนด					
00) ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมต่าง ๆ ได้					

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	5	คะแนน
มาก	4	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	1	คะแนน
มาก	2	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	4	คะแนน
น้อยที่สุด	5	คะแนน

เกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม

ผู้ที่มีการควบคุมตนเองสูง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป
ผู้ที่มีการควบคุมตนเองต่ำ หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลง

ตอนที่ 5 แบบสอบถามการมุ่งอนาคต ผู้วิจัยได้รับการปรับปรุงและปรับมาจากแบบสอบถามลักษณะการมุ่งอนาคตของ ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ (2541:145) มาปรับปรุงเป็นแบบสอบถามให้เหมาะสม และสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

นำแบบสอบถามที่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามปฏิบัติการและความถูกต้องของภาษาแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขได้จำนวน 20 ข้อไปทดลอง (Try Out) กับนักศึกษาที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจริง นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนทั้งฉบับเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าสหสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ไว้เป็นข้อคำถามที่ใช้จริง ส่วนข้อคำถามที่ไม่มีนัยสำคัญ ก็จะตัดข้อคำถามนั้นออกไป ได้ข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ จาก 20 ข้อ

นำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วในตอนแรกมาหาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Combarh) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการมุ่งอนาคต เท่ากับ .8867

ตัวอย่าง แบบสอบถามการมุ่งอนาคตคำชี้แจง แบบสอบถามการมุ่งอนาคต ต้องการความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ไกล และพฤติกรรมของบุคคล โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง
เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0) ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อให้ประสบความสำเร็จในอนาคต					
00) ข้าพเจ้าวางแผนในการเรียนต่อระดับสูงขึ้นไป เพื่อการทำงานที่ดีในอนาคต					

ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนนดังนี้

มากที่สุด	5	คะแนน
มาก	4	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนนดังนี้		
มากที่สุด	1	คะแนน
มาก	2	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	4	คะแนน
น้อยที่สุด	5	คะแนน

เกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม

ผู้ที่มีการมุ่งอนาคตสูง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือสูงกว่าค่าเฉลี่ยขึ้นไป
ผู้ที่มีการมุ่งอนาคตต่ำ หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนรวมจากแบบทดสอบเท่ากับหรือต่ำกว่าค่าเฉลี่ยลงมา

วิธีการดำเนินการรวบรวมข้อมูล

- 1. นำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ไปติดต่อกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 2. เมื่อได้อนุญาตให้เก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำแบบทดสอบที่ผู้วิจัยใช้ไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง
- 3. นำแบบทดสอบทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์
- 4. นำแบบทดสอบที่สมบูรณ์มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

X สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม SPSS (Statistical Package for Social Science) โดยกำหนดระดับความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และใช้สถิติวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

- 1.1 หาค่าอำนาจจำแนกโดยใช้ ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม กับแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต และการปรับตัว
- 1.2 หาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้ α - Coefficient กับแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต และการปรับตัว
- 1.3 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง โดยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับคะแนนรวมและความถูกต้องในการใช้ภาษา กับแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต และการปรับตัว

2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่

2.1 หาตัวแปรทำนายในการวิจัยครั้งนี้ โดยมีตัวแปรทำนายคือ การอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และระดับชั้นปี ตัวแปรเกณฑ์คือ การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยใช้วิธีวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

2.2 สถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบการปรับตัวตามตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต โดยใช้สถิติ $t - \text{test for independent samples}$

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรที่ใช้ในการวิเคราะห์

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อความหมายในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ให้เข้าใจตรงกันดังนี้

k	แทน	คะแนนเต็มของแบบทดสอบทั้งฉบับ
N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
X_1	แทน	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
X_2	แทน	ระดับชั้นปี
X_3	แทน	การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย
X_4	แทน	การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
X_5	แทน	การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย
X_6	แทน	การควบคุมตนเอง
X_7	แทน	การมุ่งอนาคต
Y	แทน	การปรับตัว
$\bar{x}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S.D	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t – distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F – distribution
r	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แห่งการทำนายพหุคูณ
b	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนาย ซึ่งทำนายในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนาย ซึ่งทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนแบบสอบถาม การอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต และการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และระดับชั้นปี

2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยด้าน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคต กับ การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล

3. การศึกษาอำนาจการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยมีตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคตเป็นตัวทำนาย

4. การเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสถิติพื้นฐานของ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี จะแนแบบสอบถามการเลี้ยงดูทั้ง 3 แบบ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง การมุ่งอนาคต และการปรับตัว ทั้ง 5 ด้าน ประกอบด้วย การปรับตัว ด้านส่วนตัว ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านการศึกษาและด้านสิ่งแวดล้อม โดยผู้วิจัยนำคะแนนไปหาค่าเฉลี่ย และเบี่ยงเบนมาตรฐาน ซึ่งผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 2 ดังนี้

ตาราง 2 ค่าสถิติพื้นฐานของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี จะแนแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต

ปัจจัยด้าน	k	$\bar{x}$	S.D
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1)	4	2.93	0.24
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3)	75	63.81	8.84
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4)	75	35.47	6.54
การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X_5)	75	65.82	6.79
การควบคุมตนเอง (X_6)	75	54.39	7.13
การมุ่งอนาคต (X_7)	75	54.06	6.03
การปรับตัว (Y)	375	262.17	20.70
ด้านส่วนตัว	75	57.47	6.39
ด้านอารมณ์	75	47.13	4.40
ด้านสังคม	75	54.04	7.78
ด้านการศึกษา	75	51.65	5.80
ด้านสิ่งแวดล้อม	75	51.89	4.73

จากตาราง 2 พบว่า นักศึกษาพยาบาล มีคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เท่ากับ 2.93 ส่วนคะแนนเฉลี่ยการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต มีค่าเท่ากับ 63.81 35.47 65.82 54.39 54.06 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาการกระจายของคะแนนในแต่ละด้านพบว่ามีค่าอยู่ระหว่าง 6.03 – 8.84 ซึ่งถือว่าการกระจายใกล้เคียงกัน

ส่วนการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลพบว่านักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวด้านส่วนตัวสูงสุด มีค่าเท่ากับ 57.47 รองลงมาคือ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการศึกษา และด้านอารมณ์ มีค่าเท่ากับ

54.04 51.89 51.65 และ 47.13 เรียงตามลำดับ เมื่อพิจารณาการกระจายของคะแนนในแต่ละด้าน พบว่ามีค่าอยู่ระหว่าง 4.40 – 7.78 และเมื่อจัดระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล เปรียบเทียบได้กับเกณฑ์ในหน้าที่ 6

ตาราง 3 ค่าสถิติพื้นฐานของการปรับตัวด้านส่วนตัว ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านการศึกษา และด้านสิ่งแวดล้อม

การปรับตัว	k	$\bar{x}$	S.D	ระดับ
ด้านส่วนตัว	5	3.83	0.43	สูง
ด้านอารมณ์	5	3.14	0.29	ปานกลาง
ด้านสังคม	5	3.60	0.52	สูง
ด้านการศึกษา	5	3.44	0.39	ปานกลาง
ด้านสิ่งแวดล้อม	5	3.46	0.32	ปานกลาง
รวม	25	3.49	0.28	ปานกลาง

จากตาราง 3 พบว่านักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.49 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า มีการปรับตัวอยู่ในระดับสูง 2 ด้านคือ ด้านส่วนตัว และด้านสังคม อยู่ในระดับปานกลาง 3 ด้าน คือด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการศึกษา และด้านอารมณ์ โดยมีค่าเฉลี่ยของแต่ละด้าน เท่ากับ 3.83 3.60 3.46 3.44 และ 3.14 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาการกระจายของคะแนนเฉลี่ยในแต่ละด้านพบว่ามีค่าอยู่ระหว่าง 0.29 – 0.52

ตาราง 4 การปรับตัวของนักศึกษาจำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	N	k	$\bar{x}$	S.D
1	46	375	269.28	22.09
2	35	375	264.06	22.58
3	30	375	259.33	18.96
4	45	375	255.33	16.45
รวม	156	375	262.17	20.07

จากตาราง 4 พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวสูงสุด รองลงมาคือชั้นปีที่ 2 , 3 และ 4 ตามลำดับ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 269.28 264.06 259.33 และ 255.33 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาการกระจายของคะแนนเฉลี่ยในแต่ละชั้นปีพบว่ามีค่าอยู่ระหว่าง 16.45 – 22.58

2. ค่าสัมประสิทธิ์ระหว่างปัจจัยด้าน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ดังแสดงในตาราง 5 – 6 ดังนี้

ตาราง 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัย ด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	Y
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1)	1.000	.072	.165	.040	.111	.189	.169	.280
ระดับชั้นปี (X_2)		1.000	-.176	.284	-.081	-.008	-.353	-.244
การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3)			1.000	-.001	.614	.393	.268	.479
การเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4)				1.000	.016	-.102	.073	.064
การเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X_5)					1.000	.047	-.010	.254
การควบคุมตนเอง (X_6)						1.000	.411	.451
การมุ่งอนาคต (X_7)							1.000	.574
การปรับตัว Y								1.000

“ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

• มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1) การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3) การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(X_5) การควบคุมตนเอง(X_6) และการมุ่งอนาคต(X_7) สัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว (Y) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนระดับชั้นปี (X_2) สัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัว (Y) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการควบคุมตนเอง (X_6) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3) และการมุ่งอนาคต (X_7) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์ทางลบกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4) และการมุ่งอนาคต (X_7) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสัมพันธ์ทางลบกับการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(X_3) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3) มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X_5) การควบคุมตนเอง (X_6) และการมุ่งอนาคต (X_7) และการควบคุมตนเอง (X_6) มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กับการมุ่งอนาคต (X_7) นอกจากนั้นไม่พบความสัมพันธ์กัน

3. การศึกษาอำนาจการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยมีตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคตเป็นตัวทำนาย

เพื่อตรวจสอบสมมติฐานที่ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต ตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งสามารถทำนายหรือร่วมกันทำนาย การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ดังแสดงในตาราง 6

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้นทีละตัวแปร เพื่อพยากรณ์การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล

ขั้นที่	ตัวแปร	b	β	t
1	การมุ่งอนาคต (X_7)	1.968	.574	8.689**
	A = 155.769 R = .574 $R^2 = .329$ F = 75.504**			
2	การมุ่งอนาคต (X_7)	1.647	.480	7.661**
	การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3)	.820	.350	5.589**
	A = 120.840 R = .665 $R^2 = .443$ F = 31.236**			
3	การมุ่งอนาคต (X_7)	1.579	.460	7.396**
	การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3)	.775	.331	5.327**
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1)	12.245	.148	2.428
	a = 91.492 R = .681 $R^2 = .464$ F = 5.894			
4	การมุ่งอนาคต (X_7)	1.425	.415	6.360**
	การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3)	.679	.290	4.477**
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1)	11.235	.135	2.240
	การควบคุมตนเอง (X_6)	.408	.141	2.052
	a = 86.727 R = .691 $R^2 = .478$ F = 4.210			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

· มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 พบว่า ตัวแปรพยากรณ์ตัวแรกที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล คือ การมุ่งอนาคต โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .574 และมีค่าอำนาจในการพยากรณ์ 32.90% โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตัวพยากรณ์ที่มีประสิทธิภาพในการทำนายรองลงมาคือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งเข้าร่วมทำนายกับการมุ่งอนาคต โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .665 และมีค่าอำนาจในการพยากรณ์เป็น 44.30% โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตัวพยากรณ์ที่มีประสิทธิภาพในการทำนายอันดับ 3 คือ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งเข้าร่วมทำนายกับการมุ่งอนาคตและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .681 และมีค่าอำนาจในการพยากรณ์เป็น 46.40% โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตัวพยากรณ์ที่มีประสิทธิภาพในการทำนายอันดับ 4 คือ การควบคุมตนเอง ซึ่งเข้าร่วมทำนายกับการมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .691 และมีค่าอำนาจในการพยากรณ์เป็น 47.80% โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ห้จึงได้ชุดของตัวแปรพยากรณ์ 4 ตัวที่มีประสิทธิภาพในการทำนาย การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล คือ การมุ่งอนาคต(X_7) การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(X_3) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1) และการควบคุมตนเอง (X_6) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ .691 และมีค่าอำนาจในการพยากรณ์ 47.80 % ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการทำนายในรูปคะแนนดิบได้ดังนี้

$$y = 86.727 + 1.425(X_7) + 0.679(X_3) + 11.235(X_1) + 0.408(X_6)$$

สมการพยากรณ์สามารถเขียนอยู่ในรูปคะแนนมาตรฐานได้คือ

$$Z = 0.415(X_7) + 0.290(X_3) + 0.135(X_1) + 0.141(X_6)$$

ส่วน ระดับชั้นปี (X_2) การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4) และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X_5) ไม่สามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลได้

4. การเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต แตกต่างกัน โดยใช้สถิติทดสอบ $t - test$ for independent samples ทดสอบ สมมติฐานดังนี้

4.1 นักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 2

4.2 นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีต่างกันมีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 3

4.3 นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 4

4.4 นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมากมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 5

4.5 นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมากมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 6

4.6 นักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองต่ำ ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 7

4.7 นักศึกษาพยาบาลที่มีการมุ่งอนาคตสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีการมุ่งอนาคตต่ำ ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 8 ดังแสดงในตาราง 7 – 14

ตาราง 7 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน

ตัวแปร	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง			ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ			t	p
	n	$\bar{x}$	S.D	n	$\bar{x}$	S.D		
การปรับตัว	153	262.78	20.40	3	231.33	11.72	2.66 ^{**}	.009

^{**} มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 7 พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวสูงกว่ากับนักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
ความแตกต่างระหว่างกลุ่ม	4796.448	3	1598.816	3.943 ^{**}	.01
ความแตกต่างภายในกลุ่ม	61629.878	152	405.460		
รวม	66426.327	155			

^{**} มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 8 พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกันมีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 3 และทำการทดสอบต่อไปเพื่อดูว่ามีคู่ใดบ้างที่มีการปรับตัวแตกต่างกัน โดยใช้วิธีการของเชฟเฟ่ ดังแสดงในตาราง 9

ตาราง 9 การเปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีต่างกัน

ระดับชั้นปี	$\bar{x}$	4	3	2	1
		255.33	259.33	264.06	269.28
4	255.33	-	4.00	8.73	13.95 [*]
3	259.33		-	4.73	9.95
2	264.06			-	5.22
1	269.28				-

^{*} มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 ในการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลเป็นรายคู่ พบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวดีกว่าชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนคู่อื่น ๆ มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

ตาราง 10 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มี การอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน

ตัวแปรการอบรมเลี้ยงดู		n	$\bar{x}$	S.D	t	p
แบบประชาธิปไตย	ประชาธิปไตยมาก	88	269.45	19.98	5.439**	.000
	ประชาธิปไตยน้อย	68	252.75	17.70		
แบบเข้มงวดกวดขัน	เข้มงวดกวดขันมาก	82	257.63	19.94	-2.954**	.004
	เข้มงวดกวดขันน้อย	74	267.20	20.49		
แบบปล่อยปละละเลย	ปล่อยปละละเลยมาก	57	256.04	20.09	-2.875**	.005
	ปล่อยปละละเลยน้อย	99	265.71	20.31		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 10 พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก มีการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 4 ส่วนนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมากและการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก มีการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อยและการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 5 และ 6

ตาราง 11 ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคต
แตกต่างกัน

ตัวแปร		n	$\bar{x}$	S.D	t	p
การควบคุมตนเอง	การควบคุมตนเองสูง	68	275.50	17.58	8.47**	.000
	การควบคุมตนเองต่ำ	87	252.23	16.48		
การมุ่งอนาคต	การมุ่งอนาคตสูง	67	275.81	17.27	8.68**	.000
	การมุ่งอนาคตต่ำ	89	251.91	16.82		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 11 พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคตสูง มีการปรับตัว
สูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคตต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่ง
เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 7 และ 8

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
2. เพื่อศึกษาอำนาจในการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลจากตัวแปร ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การมุ่งอนาคต และการควบคุมตนเอง ทั้งในกลุ่มรวมและกลุ่มย่อย
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคต

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต ตัวแปรใดตัวแปรหนึ่งสามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล
2. นักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
3. นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีต่ำ
4. นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย
5. นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมากมีการปรับตัวได้น้อยกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย
6. นักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมากมีการปรับตัวได้น้อยกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย
7. นักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองต่ำ
8. นักศึกษาพยาบาลที่มีการมุ่งอนาคตสูงมีการปรับตัวได้ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการมุ่งอนาคตต่ำ

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย ครินครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 156 คน

✓ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 2 ส่วน

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของ นักศึกษาพยาบาล
2. แบบสอบถามการการปรับตัว การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต ทั้งหมดจำนวน 150 ข้อ ซึ่งผ่านการหาคุณภาพทุกชุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปติดต่อกับคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กริษ์ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และผู้วิจัยเข้าไปดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูล กับนักศึกษาพยาบาลทั้ง 4 ชั้นปี แล้วนำแบบสอบถามทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ และมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ เพื่อนำไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สมบูรณ์ มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC* และทำการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐาน วิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อย่างง่าย และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เพื่อหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญในการทำนายการปรับตัว
3. เปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มี ผลสัมฤทธิ์ระดับชั้นปี ระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต แตกต่างกัน

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลการศึกษาค้นคว้าที่สำคัญได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลพบว่านักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวด้านส่วนตัวสูงสุด มีค่าเท่ากับ 57.47 รองลงมาคือ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการศึกษา และด้านอารมณ์ มีค่าเท่ากับ 54.04 51.89 51.65 และ 47.13 เรียงตามลำดับ และเมื่อแบ่งระดับของการปรับตัวพบอยู่ในระดับสูง 2 ด้าน คือ การปรับตัวด้านส่วนตัว และด้านสังคม ส่วนด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการศึกษาและด้านอารมณ์ จัดอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยของแต่ละด้าน เท่ากับ 3.83 3.60 3.46 3.44 และ 3.14 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาการกระจายของคะแนนเฉลี่ยในแต่ละด้านพบว่ามีความอยู่ระหว่าง 0.29 – 0.52 ซึ่งถือว่ามี การกระจายใกล้เคียงกัน

2. การศึกษาการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ตัวแปรพยากรณ์ 4 ตัวที่มีประสิทธิภาพในการทำนาย การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล คือ การมุ่งอนาคต(X_7) การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(X_3) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1) และการควบคุมตนเอง (X_6) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สห

สัมพันธพหุคูณ เท่ากับ .691 และตัวแปรการมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการควบคุมตนเอง ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยสามารถทำนายได้ถึง 47.80% ซึ่งสามารถเขียนเป็นสมการทำนายในรูปคะแนนดิบได้ดังนี้

$$y = 86.727 + 1.425(X_7) + 0.679(X_3) + 11.235(X_1) + 0.408(X_6)$$

สมการพยากรณ์สามารถเขียนอยู่ในรูปคะแนนมาตรฐานได้คือ

$$Z = 0.415(X_7) + 0.290(X_3) + 0.135(X_1) + 0.141(X_6)$$

ส่วน ระดับชั้นปี (X_2) การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4) และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X_5) ไม่สามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลได้

3. ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (X_1) ระดับชั้นปี (X_2) การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X_3) การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X_4) การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X_5) การควบคุมตนเอง (X_6) และการมุ่งอนาคต (X_7) แตกต่างกันของนักศึกษาพยาบาล

3.1 นักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการปรับตัวสูงกว่ากับนักศึกษาพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2

3.2 นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกันมีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 3 และเมื่อทำการทดสอบการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลเป็นรายคู่ พบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 กับชั้นปีที่ 4 มีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวสูงกว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 ส่วนคู่อื่น ๆ มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

3.3 นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก มีการปรับตัวสูงกว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 4

3.4 นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก มีการปรับตัวน้อยกว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 5

3.5 นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก มีการปรับตัวน้อยกว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 6

3.6 นักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองสูงมีการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีการควบคุมตนเองต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 7

3.7 นักศึกษาพยาบาลที่มีลักษณะการมุ่งอนาคตสูง มีการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่มีลักษณะการมุ่งอนาคตต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 8

อภิปรายผล

ในการอภิปรายผลการวิจัย การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยนำเสนอดังนี้

1. จากผลการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวในด้านส่วนตัวและด้านสังคม อยู่ในระดับสูง ส่วนด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการศึกษา และด้านอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง จากผลดังกล่าวแสดงว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวในด้านส่วนตัวและด้านสังคมสูง เพื่อที่จะสามารถดำเนินชีวิตในด้านส่วนตัว มีสัมพันธภาพทางสังคมที่ดีอันจะก่อให้เกิดความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งนักศึกษาที่มีการปรับตัวในด้านส่วนตัวและด้านสังคมสูงอาจมาจาก ความสามารถของบุคคลในการปรับปรุงพฤติกรรม การกระทำของตน เพื่อให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ซึ่ง โคลแมน และ แฮมเมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 69 ; อ้างอิงจาก Coleman and Hammen. 1964 : 69) กล่าวว่า การปรับตัว คือ ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายาม ปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนกระทั่งบุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวได้บุคคลนั้นก็จะอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ได้อย่างมีความสุข และตรงกับ โรเจอร์ส (ศศิวิมล โสภณพันธ์. 2523: 15 ; อ้างอิงจาก Rogers. 1974 : 358) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดี คือ การที่บุคคลมีความเข้าใจตนเองและเข้าใจบุคลิกภาพตนเอง ส่วน มาลินี อยู่โพธิ์ (2525 : 36) กล่าวว่า การปรับตัวที่ดีจะทำให้บุคคลมีความเข้าใจตนเองและเข้าใจบุคลิกภาพตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง และ ทินดอล (Tindall. 1959: 76) ได้กล่าวถึงบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีว่า ต้องปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง ประพฤติปฏิบัติตามปทัสฐานของสังคม มีความมั่นคงทางอารมณ์ และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ มีวุฒิภาวะ มองโลกในแง่ดีและช่วยเหลือสังคมเสมอ

2. จากผลการศึกษาการทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล พบว่ามีตัวแปรพยากรณ์ 4 ตัวที่สามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล เรียงตามลำดับคือ การมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการควบคุมตนเอง ตามลำดับ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ 0.691 และมีตัวแปรการมุ่งอนาคต การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการควบคุมตนเอง ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลโดยสามารถทำนายได้ถึง 47.80% ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ซึ่งการที่ลักษณะการมุ่งอนาคตของนักศึกษาเป็นตัวแปรแรกที่เข้าสู่สมการทำนายการปรับตัวของนักศึกษา เพราะนักศึกษาต้องมีการวางแผน มีเป้าหมายในการเรียนเพื่อว่าหลังจากจบการศึกษาแล้วสามารถออกไปประกอบอาชีพตามที่ใฝ่ฝันไว้ซึ่ง บุญรับ ตักคิมณี (2532 : 7 – 8) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นการคำนึงถึงอนาคตและควบคุมพฤติกรรมไปสู่แนวทางนั้น ๆ ทำให้บุคคลสามารถปรับวิธีการและเป้าหมายให้ถูกต้องและสัมพันธ์กัน และจันทนา นนทิก (2533 : 32 – 33) กล่าวว่าบุคคลที่มีเป้าหมายหรือมีการกำหนดสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้าชัดเจนย่อมมีความตั้งใจและใช้ความพยายามอย่างจริงจังในการกระทำพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในอนาคตซึ่งเป้าหมายจะมีหน้าที่สำคัญ 2 ประการ เป็นพื้นฐานของแรงจูงใจที่มุ่งตรงไปสู่พฤติกรรม คือ เป้าหมายที่จะกำหนดแนวทางการตัดสินใจว่าควรจะใช้ความพยายามเท่าใดในการทำงานนั้น และเป้าหมายมีอิทธิพลต่อการเกิดพฤติกรรมต่อการทำงาน โดยต้องตระหนักถึงความสำคัญ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ไคลน์เบิร์ก (Klineberg. 1967) ได้ศึกษาถึงลักษณะการมุ่งอนาคตในเด็กชายฝรั่งเศส จำนวน 90 คน พบว่าการมุ่งอนาคตเพิ่มขึ้นจากวัยเด็ก

ถึงวัยรุ่นในเด็กปกติ แต่ลดลงในเด็กที่ปรับตัวได้ไม่ดีและเด็กที่ปรับตัวได้ไม่ดี จะมีการมองอนาคตได้ไม่กว้างไกลเท่าเด็กปกติ

ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล อาจเนื่องจากการที่ผู้ปกครองให้ความรัก ความอบอุ่น รับฟังเหตุผล ยอมรับในความสามารถ ให้อิสระกับเขาตามความเหมาะสมจะทำให้เด็กกล้าคิด กล้าทำ รู้จักแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองจึงทำให้เด็กปรับตัวได้ดี ส่วนในทางตรงข้ามถ้า ผู้ปกครองเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน เด็กก็จะไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าตัดสินใจเพราะกลัวผู้ปกครองจะตำหนิ เมื่อเกิดปัญหาเฉพาะหน้าเด็กก็จะไม่สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ และอาจเป็นสาเหตุให้เด็กปรับตัวได้ไม่ดี เช่นกันถ้าเด็กได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยเกินไป จะทำให้เด็กรู้สึกอ้างว้าง ว้าเหว่ ไม่มั่นคงทำให้เด็กเป็นคนเก็บกด เกิดความวิตกกังวล ไม่มั่นใจในตนเอง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เด็กปรับตัวไม่ได้ ซึ่ง สอดคล้องกับการศึกษาของแลนดิส (Landis. 1954) ได้ศึกษาการปรับตัวของวัยรุ่น ซึ่งมาจากครอบครัวที่บิดามารดา ปกครองแบบประชาธิปไตยและแบบเข้มงวดกวดขันกับนักเรียนชาย 1,900 คน นักเรียนหญิง 2,410 คน พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาปกครองแบบประชาธิปไตย ปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาปกครองแบบเข้มงวดหรือมีอำนาจเหนือบุตร เช่นเดียวกับ คาแพลน (Kaplan. 1959) กล่าวว่า พ่อแม่ปกครองลูกแบบให้ความรักยอมรับลูกและรับฟังความคิดเห็นซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ทำให้เด็กปรับตัวได้ดี และสมาน ก่านิด (2520) ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่มีผลต่อการปรับตัวของเด็ก พบว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยทำให้เด็กมีลักษณะการปรับตัวได้ดีกว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยและการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ทั้งนี้เนื่องจากการที่บุคคลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะเป็นผู้ที่มีความสามารถทางสังคมสูงด้วย ดังนั้นเมื่อเกิดปัญหาหรือเหตุการณ์เฉพาะหน้าก็สามารถเลือกวิธีแก้ไขปัญหาหรือเหตุการณ์ได้ดีกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำซึ่งสอดคล้องกับ กิลล์ (Gill.1962) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา จำนวน 450 คน พบว่า นักเรียนที่เรียนดีมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ได้ดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และนักเรียนที่เรียนดีสามารถแก้ปัญหา ด้านการปรับตัวได้ดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ดีเซนา (Desena. 1964) ที่ได้ศึกษากับนิสิตชั้นปีที่หนึ่งของมหาวิทยาลัยเพนซิลวาเนีย ผลปรากฏว่า นิสิตที่มีผลการเรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัวได้ดี และรวดเร็วกว่านิสิตที่เรียนได้ปานกลาง และต่ำอย่างเห็นได้ชัด ส่วน ริงเนสส์ (Ringness. 1968) ได้ศึกษาพบว่า คนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะมีการปรับตัวทางด้านอารมณ์ให้เข้ากับสิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่า คนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ เช่นเดียวกับ สมคิด ไชยยันบุรณ์ (2520) ได้ศึกษานุคลิกภาพบางด้านที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่าผู้ที่มีความสามารถในการเรียนสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ และสามารถบังคับตนและปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

การควบคุมตนเองมีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล อาจเนื่องจากการที่บุคคลสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ บังคับตนเองให้แสดงพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเหมาะสมตามการยอมรับของสังคม ซึ่งถือเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ดี เช่นเดียวกับการศึกษาของ ภรณ์ อินทร (2526) ได้ศึกษาผลการใช้วิธีการควบคุมตนเองปรับพฤติกรรม ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ใช้วิธีการควบคุมตนเองมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ใช้วิธีการควบคุมตนเอง เพราะถ้าบุคคลสามารถควบคุมตนเองสูงจะปรับตัวและนำไปสู่การกระทำที่ดี และจากการศึกษาของ อุบล วุฒินาสี (2527)

พบว่า การใช้กระบวนการควบคุมตนเองสามารถลดความวิตกกังวล ในการเตรียมตัวสอบคัดเลือก บุคคลเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐได้ มากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการลดความวิตกกังวลน่าจะทำให้เป็นสาเหตุหนึ่งของการปรับตัวที่ดีขึ้น

ส่วนตัวแปรระดับชั้นปี การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย พบว่าไม่สามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล เนื่องจากการเรียนการสอนของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ มีระบบการเรียนการสอนเหมือนมหาวิทยาลัยของรัฐทั่ว ๆ ไป ซึ่งนักศึกษาปี 1 ปี 2 จะต้องเรียนวิชาพื้นฐานร่วมกับคณะอื่น ๆ ทำให้นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวน้อย ส่วนปี 3 ปี 4 ก็จะเริ่มปรับตัวเข้าสู่วิชาชีพพยาบาล และปรับตัวเพื่อมุ่งสู่นาคต และนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่จะใช้ชีวิตในหอพักนักศึกษา ซึ่งต้องดูแลตนเอง และใช้ชีวิตตามลำพัง ไม่มีพ่อแม่ หรือผู้ปกครองคอยมาเข้มงวดจึงทำให้นักศึกษาพยาบาล ได้รับอิสระในการใช้ชีวิต ซึ่งดูจากคะแนนเฉลี่ยการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันต่ำกว่าการเลี้ยงดูแบบอื่น ๆ (ตาราง 2)

3. ระดับชั้นปีกับการปรับตัว พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกันมีการปรับตัวแตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อ 3 โดยนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 อาจเนื่องจากระบบการเรียนการสอนในคณะพยาบาลศาสตร์ มีความแตกต่างกัน คือการเรียนในชั้นปีที่ 1 เป็นการเรียนพื้นฐานวิชาชีพประกอบด้วยวิทยาศาสตร์สาขาต่าง ๆ ได้แก่ เคมี ชีววิทยา ฟิสิกส์ กายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา จุลชีววิทยา ปรสติวิทยา เภสัชวิทยา ในปลายปีที่ 1 นักศึกษาพยาบาลจะเริ่มฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย เพื่อฝึกทักษะทางการพยาบาล ดังนั้นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ เช่น ระบบการเรียนการสอน เพื่อนๆ รุ่นพี่ ระบบอาวุโส หอพัก กฎระเบียบของวิทยาลัย ส่วนในชั้นปีที่ 2 การเรียนจะเน้นหนักไปทางเนื้อหาด้านพยาบาล การฝึกปฏิบัติพยาบาลและการเรียนในชั้นมีน้ำหนักเท่าเทียมกัน ในชั้นปีที่ 3 เป็นการเรียนในเนื้อหาวิชาพยาบาลเฉพาะสาขาศึกษาทางด้านอายุรศาสตร์ ศัลยศาสตร์ การพยาบาลเด็ก การพยาบาลผู้สูงอายุ สาธารณสุข การพยาบาลจิตเวช การพยาบาลแม่และเด็ก ส่วนในชั้นปีที่ 4 เป็นการเรียนเน้นหนักทางสูติศาสตร์ นักศึกษาต้องฝึกปฏิบัติภายในห้องคลอด ต้องมีประสบการณ์ด้านการคลอด ศึกษาหลักซึ่งทางด้านการพยาบาลสาธารณสุข การรักษามือเบื้องต้น การสัมมนาทางการพยาบาล นักศึกษาจะต้องออกฝึกปฏิบัติงานในโรงพยาบาลชุมชนเป็นการเตรียมนักศึกษา ก่อนจบการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ รอยด์และกาเรล (Lloyd and Gartrell. 1983 : 964 – 966) ทำการศึกษาเพื่อประเมินปัญหาความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ในมหาวิทยาลัยแพทย์แห่งเท็กซัส จำนวน 285 คน พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างชั้นปีกับคะแนนรวมของปัญหาเป็นไปทางบวก คือนักศึกษาในชั้นเรียนสูงขึ้นจะมีปัญหามากขึ้น และคอฟแมน (Kauffman. 1968) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาสภาพนักศึกษาในสหรัฐอเมริกาพบว่า ปีที่ 1 นักศึกษารู้สึกตื่นเต้นและสนใจทุก ๆ สิ่งรอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมหรือการเรียน กิจกรรมสังคมในมหาวิทยาลัย มีความอยากเรียน และตั้งใจในการศึกษา พยายามปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมของมหาวิทยาลัยและเชื่อฟังคำสั่งสอนของอาจารย์ ปีที่ 2 นักศึกษาไม่ค่อยพอใจอาจารย์ เริ่มมีความคิดเห็น ขัดแย้งและเป็นปฏิปักษ์ต่อมหาวิทยาลัย มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่ขึ้น ปีที่ 3 นักศึกษา มักจะสงบเยือก ขอบอยู่เยือก ๆ มีความเฉยเมยต่อสังคมในมหาวิทยาลัยและการเรียน มีความคิดที่จะเริ่มมีเพื่อนต่างเพศที่สนิท ปีที่ 4 นักศึกษาไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มักจะเริ่มสนใจเกี่ยวกับงานศึกษาต่อและความก้าวหน้าในอนาคต นั้นแสดงว่านักศึกษาปีที่ 1 มีการปรับตัวสูงกว่า นักศึกษาปีที่ 3, 4 ซึ่งตรงกับผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับชั้นปีกับการปรับตัว

นักศึกษาพยาบาล(จากตาราง 3) พบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบ แสดงว่าถ้าระดับชั้นปีสูง จะมีการปรับตัวน้อย.

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันกับการปรับตัว พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมาก จะมีการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันน้อย ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อ 4 ซึ่งจากแนวคิดที่ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน เป็นการเลี้ยงดูที่พ่อแม่ หรือผู้ปกครองใช้การบังคับ ออกคำสั่งและตั้งกฎเกณฑ์ โดยจะกำหนดวิธีการดำเนินชีวิต แก่บุตร ควบคุม บังคับและลงโทษ ซึ่งจะทำให้เด็กมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก ไม่เป็นตัวของตัวเอง ทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้ดี เมื่อต้องไปอยู่ตามลำพังหรือสภาพแวดล้อมนอกบ้าน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ คาแพลน (จุมจินต์ สัตตทุกข์. 2543 : 32 ; อ้างอิงจาก Kaplan. 1959 : 168) กล่าวว่าพ่อแม่ที่เข้มงวดกวดขันในกฎระเบียบ ข้อบังคับกับลูกมากเกินไป ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะทำให้ลูกรู้สึก ก้าวร้าว มีปัญหาทางอารมณ์ ไม่มั่นคง กลัว ต่อต้าน ปรับตัวอยู่ในสังคมไม่ได้ และ แรงค์ (Radke. 1964 : 11 – 12) พบว่าพ่อแม่ที่เคร่งครัดในระเบียบวินัย ซึ่งตรงกับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน บุตรจะมีความมั่นคงทางอารมณ์น้อย ไม่สามารถสร้าง สัมพันธภาพอันดีภายในบ้านชอบทะเลาะเบาะแว้ง เหตุเพราะการลงโทษของพ่อแม่ มีผลให้การสกดกันและยับยั้งการกระทำตามธรรมชาติ ซึ่งมีผลต่อจิตใจและการปรับตัวของเด็ก และ เสนอ อินทรสุขศรี (2511 : 47) ได้กล่าวถึง การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ว่า การเคี่ยวเข็ญให้เด็กทำในสิ่งต่างๆ อยู่ตลอดเวลา จะทำให้เด็กเกิดอารมณ์โกรธแค้นระแวงว้าวุ่น ตื่นเต้นอยู่เสมอขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ส่งผลให้เด็กกลุ่มนี้จะขาดความมั่นใจในตนเอง ปรับตัวเข้ากับสังคมได้ลำบาก

5. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยกับการปรับตัว พบว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมาก จะมีการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยน้อย ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อ 5 ซึ่งจากแนวคิดที่ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย คือการที่พ่อแม่ หรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็กแบบปล่อยให้ดูแลตนเอง ไม่ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่มีเหตุผลในการเลี้ยงดู ไม่ให้ความอบอุ่น ซึ่งการเลี้ยงดูแบบนี้จะทำให้เด็กเป็นคนก้าวร้าว ไม่มีเหตุผล ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วาลเคส (คณิต ฤทธิรอด. 2537 : อ้างอิงจาก Valdes. 1970) ได้ศึกษาเด็กชาวฟิลิปปินส์ ปรากฏว่าเด็กที่ถูกปล่อยทอดทิ้ง มักจะมีลักษณะเป็นเด็กที่มีความคับข้องใจ ก้าวร้าว ปรับตัวไม่ดี และมีความมุ่งร้ายต่อผู้อื่น ส่วน วิกรัม กมลสุโกศ (2518 : 100 – 101) ได้ศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง จะมีความวิตกกังวลสูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพราะการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยจะทำให้เด็กความรู้สึกไม่ปลอดภัยในด้านอารมณ์ ว้าวุ่น ไม่มั่นคง ไม่มีความรัก สภาพเช่นนี้ทำให้เด็กต้องเก็บกด หรือยับยั้งความรู้สึกต่างๆ ไว้เป็นผลทำให้เกิดความวิตกกังวลซึ่งเป็นส่วนหนึ่งอาจทำให้เกิดการปรับตัวไม่ได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ พบว่า การมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการควบคุมตนเอง ส่งผลต่อการปรับตัว ดังนั้น อาจารย์ผู้สอน ครอบครัวและผู้ที่เกี่ยวข้องควรช่วยกันส่งเสริม และให้คำแนะนำกับนักศึกษาพยาบาล ในเรื่องของการมุ่งอนาคต การควบคุมตนเอง เพื่อ

จะ让他สามารถปรับตัวในสภาพสังคมและใช้ชีวิตในสถาบันศึกษาได้อย่างเหมาะสมและสามารถสำเร็จการศึกษาได้ตามความมุ่งหวังของตนเองและครอบครัว

สำหรับพ่อแม่ หรือ ผู้ปกครอง ที่เลี้ยงดูลูกแบบเข้มงวดกวดขัน หรือแบบปล่อยปละละเลยควรที่จะปรับการเลี้ยงดูใหม่ โดยให้ความใกล้ชิดพอสมควร ให้โอกาสลูกในการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง โดยพ่อแม่ หรือ ผู้ปกครอง คอยให้คำแนะนำในสิ่งที่ถูกต้อง เพื่อที่จะให้ลูกสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคม และสิ่งแวดล้อมที่เขาจะต้องเข้าไปใช้ชีวิตได้อย่างดี

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำวิจัยในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการปรับตัว กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น นักเรียนระดับมัธยมศึกษา หรือนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาต่าง ๆ

2.2 ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่นๆ ที่น่าจะมีความสัมพันธ์และส่งผลกับการปรับตัว เช่น สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ๆ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับอาจารย์ผู้สอน สิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกสถานศึกษา เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กนกวรรณ อุ่นใจ. (2535). **ผลของการใช้เทคนิคการพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยา จังหวัดประจวบคีรีขันธ์**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร. .
- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. (2524). **สุขภาพจิตในโรงเรียน**. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2529). **การอบรมเลี้ยงดูเด็ก**. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ.
- กรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์. (2529). **คู่มืออบรมและเลี้ยงดูเด็กเล็ก**. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- จรรยา สุวรรณาทัด. (2531). **ประมวลบทความวิชาการระหว่างปีพุทธศักราช 2526 – 2531 ฉบับอภิธานการครบรอบ 33 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ : เยาวชนไทยกับการมุ่งอนาคต**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จิตพร เพ็งชัย. (2534). **สุขภาพจิต**. มหาสารคาม : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.
- จักรวาล ภูพานิช. (2537). **ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จันทนา นนทิก. (ม.ป.ป.). **การทดลองใช้ชุดฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะการทำงานโดยวางเป้าหมายสำหรับเยาวชน**. วิทยานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จันทมาศ ชื่นบุญ. (2515). **จิตวิทยาเด็ก**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ฉวีวรรณ กินาวงศ์. (2526). **การศึกษาเด็ก**. พิษณุโลก : โครงการตำรามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- ฉวีวรรณ สุขพันธ์ไพฑาราม. (2527). **พัฒนาการวัยรุ่นและบทบาทครู**. เชียงใหม่ : โครงการตำรา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ณัฐพล แนวจำปา. (2540). **การปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดล**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.(การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และงามดา วานันทานนท์. (2537). **จิตลักษณะของนักเรียนวัยรุ่นในครอบครัวปกติ – เครียด – แดก และปัจจัยปกป้อง**. 1(2) : 20 – 39.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉิน. (2520). **“จริยธรรมของเยาวชนไทย,” รายงานการวิจัย ฉบับที่ 21**. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉิน. (2524). **“ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของของนักเรียนวัยรุ่น,” รายงานการวิจัย ฉบับที่ 26**. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. (2530). *ชุดฝึกอบรม การเสริมสร้างคุณลักษณะของข้าราชการพลเรือน*.
กรุงเทพฯ : สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงานก.พ.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน, อรพินทร์ ชูชม และงามดา วณิชทานนท์. (2528). "ปัจจัยทางจิตวิทยานิเวศที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กของมารดาไทย," *รายงานการวิจัยฉบับที่ 32*. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ดารณี ประครองศิลป์. (2530). *ปัญหาการปรับตัวของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- เดโช สวานนท์. (2512). *ปทานุกรมจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- ธีระ ชัยยุทธบรรยง. (2524). *ผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านหมี่วิทยา จังหวัดลพบุรี*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ทิพวรรณ สุวรรณประเสริฐ. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดปราจีนบุรี*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นพพงษ์ บุญจิตราดูลย์. (2527). *หลักการบริหารการศึกษา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .
- นาดยา ปิลันธนาพันธ์. (2526). *อนาคตศาสตร์*. กรุงเทพฯ : พีระพัฒนา.
- นิภา นิธยานน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพ*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- บุญรับ ศักดิ์มณี. (2531). *การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาการทำงานราชการ*. วิทยานิพนธ์ กศ.ด.
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประดินันท์ อุปรมย์. (2518). *จิตวิทยา*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พิมพ์ศรีอนันต์.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). *สุขภาพจิตเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์.
- ผ่องพรรณ แววิเศษ. (2534). *ลักษณะจิตสังคมเพื่อการป้องกันพฤติกรรมทะเลาะวิวาทของวัยรุ่น*.
วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พะยอม วงศ์สารศรี. (2526). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูสวนดุสิต.
- พัชรินทร์ วินัยกุลพงศ์. (2545). *การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดากับทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสของเด็กวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พนิดา สิ้นสุวรรณ. (2527). *การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคมศึกษา เรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อมด้วยการสอนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

- ไพโรจน์ โตเทศ. (2531, มีนาคม). “อนาคตกลุ่มประสบการณ์ที่มีในหลักสูตรประถมศึกษา,”
วารสารการศึกษากรุงเทพมหานคร. 11(6) : 18 – 21.
- มาลินี อยู่โพธิ์ . (2525). การทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมด้าน
สัมพันธภาพกับเพื่อน . ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มนูญ ตนะวัฒนา. (2526). จิตวิทยาพัฒนาชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- ยุวดี เทียรพประสิทธิ์. (2536). การพัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน. ม.ป.พ.
- ราศรี ธรรมนิยม . (2539). รายงานการวิจัยเรื่อง ความต้องการของเด็กวัยรุ่นตอนต้น.
พระนครศรีอยุธยา : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว .สถาบันราชภัฏพระนคร.
- รังสรรค์ เฟิงนู. (2531). อนาคตศาสตร์และการแนะแนวเชิงอนาคต . ราชบุรี :โรงเรียนหนอง โปวิทยา.
- พงษ์สุดา รัตนมาศมงคล. (2533). ทศนคติของบิดามารดาต่อบทบาทการเป็นบิดาและ ความสัมพันธ์กับ
บุคลิกภาพด้านการปรับตัวของวัยรุ่น. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพ็ญทิวา นรินทรางกุล ณ ออยุธยา. (ม.ป.ป.). ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตไคว้ด้ามหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พระเทพเวที. (2532, ธันวาคม). “ พุทธศาสตร์กับการแนะแนว,” เอกสารการแนะแนวกับการพัฒนาคุณ
ธรรมในสังคมไทย. หน้า 38. สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย.
- พูนสุข ช่วยทอง. (2540). เด็กและการเลี้ยงดู. กรุงเทพฯ : เจริญดีการพิมพ์.
- รัตนา ยัญทิพย์. (2522). ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคล
และการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 . ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนา ประเสริฐสม. (2526). การสร้างจิตลักษณะส่งเสริมอนามัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษา.
ปรินญาณินพนธ์ กศ.ด. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัตนาวดี รอดภิรมย์. (2533). การศึกษาพฤติกรรมช่วยเหลือของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดู
แตกต่างกัน. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- วราภรณ์ รักวิจัย. (2527). “การศึกษาก่อนวัยเรียน,” เอกสารประกอบการสอน กร 311.
กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ ชีวดากร. (2522). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและ
การแนะแนว วิทยาลัยครูพระนคร.
- วรุณี แจ่มกระจาย. (2540). การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ สำนักการ
แพทย์ กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- วรวิทย์ พึ่งวิวัฒน์นิกุล. (2540). *ความสามารถทางสติปัญญา และความสามารถในการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรไทย*. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วุฒิชัย จงคำนึ่งศิลป์. (2538). *การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1 โรงเรียนเทคโนโลยีสยาม (ช่างกลสยาม)*. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- สมาน กำเนิด. (2520). *การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่มีต่อการปรับตัวของเด็ก*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุรพงษ์ ชูเดช. (2534). *ความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยกับจิตลักษณะที่สำคัญของนิสิต*. ปริญญาโท วท.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2536). *จิตวิทยาการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .
- สุโท เจริญสุข. (2520). *จิตวิทยาวัยรุ่น : ฉบับมาตรฐาน*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- โสภณศรี จันทร์ประภา. (2515). *การบริหารทางจิตสำหรับเด็กวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ. (ม.ป.ป.). "องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น," *รายงานการวิจัย*. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อรัญ ชื่นมนุชย์. (ม.ป.ป.). *สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ดี .แอลด์.เอส.
- อารี พันธุ์มณี. (2538). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ดันอ้อ จำกัด.
- อาภา จันทรสกุล. (2535). *ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง. (2530). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิต ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยี และอาชีวศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อุบลรัตน์ เต็งไธรถักษณ์. (2520, ธันวาคม). " การศึกษาในอนาคต," *วารสารสภาการศึกษาแห่งชาติ*. 11 (2) : 28 - 40.
- Andrew, H.A. and Roy, S.C. (1991). *The Roy's Adaptation Model*. California : Appleton & Lange.
- Bandura ,Albert. (1977). *SOCIAL learning*. New Jersey : Prentice- Hall.
- Desena, Peul A . (1946, October). "The Role of consistency in Identifying Characteristics of three levels of Achievement ," *The Personal and Guidance Journal*. 53 : 145-149.
- Erikson , Erik H . (1968). *Lentity and The Life Cycle* . New York : International University.
- Gill, I.J. (1962, March). "Some Non-Intellectual Correlated of Academic Achievement among Mexican Secondary School Student," *Journal of Educational Psychology*. 53 : 144 - 149.

- Gillmer, B., Von, Haller and others. (1971). *Industrial and Organizational Psychology*. New York : McGraw-Hill Book Company.
- Good, Cater V. (1945). *Dictionary of Education*. New York : McGraw Hill Book Co.
- Havighurst, Robert J. (1953). *Human Development and Education*. New York : Mckay Company.
- Hurlock, Elizabeth B. (1974). *Adolescent Development*. 4th ed. New York : McGraw-Hill Book Company.
- Kaplan, Louis. (1959). *Mental Health and Human Relation in Education*. New York : Harper and Brothers.
- Klineberg, S.L. (1976). "Changes in Outlook of The Future between Childhood and Adolescence," *Journal of Personality and Social Psychology*. 1(7) : 185-193.
- Lazarus, S.R. (1967). *Patterns of Adjustment and Human Effectiveness*. Tokyo : McGraw-Hill.
- Lazarus, Richard S. (1961). *Adjustment and Personal*. McGraw-Hill Book Company Inc.
- Lloyd, C. and Gartrell, N.K. (1983, December). "A Further Assessment of Medical School Stress," *Journal of Medical Education*.
- Meade, Robert D. (1971). "Future Time Perspective of College Students in America and India," *Journal of Social Psychology*. 83 : 175 -182.
- Maslow, A.H. (1954). *Motivation and Personality in the classroom : Haper & Brothers*.
- . (1970). *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York : Haper and Row Publishers.
- Mischel, W. (1974). "Processes in Delay of Gratification," in L. Berkowitz (ed.) *Advances in Experimental Social Psychology*. Vol. 7. p. 249 –293. New York : Academic Press.
- Nurmi, Jari – Erik. (1987). "Age, Sex, Social Class, and Quality of Family Interaction as Determinants of Adolescents' Future Orientation : A Developmental Task Interpretation," *Adolescence*. 22(88) : 977 - 991.
- Nurmi, Jari – Erik. (1987, July). "Adolescents' Future Orientation, Life Span, and Socialization in the Family Context," *Paper Presented at the Biennial Meeting of the International Society For The Study of Behavioral Development*. p. 10P.
- Nurmi, Jari – Erik. (1988, June). "Parent – Child Interaction and Adolescents' Future Orientation : The Effect of Age and Sex," *Paper Presented at European Conference on Developmental Psychology*. p. 9.
- Nurmi, Jari – Erik. (1991). "How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning," *Developmental Review*. 11 : 1 - 59.
- Onoda, Larry. (1975). "Personality characteristics of high Achieving and under Achieving Tapanese American Samseis," *Dissestation Abstrates*. 35 : 726A.
- Piaget, Jean. (1962). *The Moral Judgment of the Child*. New York : Collier Book.

- Pulkkien, Lea. and Ronka, Anna. (1994). "Personal Control Over Development, Identity Formation and Future Orientation as Components of Life Orientation : A Development Approach," *developmental Psychology*. 30(20) : 260 - 271.
- Pumroy, D.K. (1966). "Maryland Parent attitude Survey. A Research instrument with Social Desirability Controlled," *Journal of Psychology*.
- Roe, A. and Siegelman, M. (1991). *Child Development. A Parent – Child Relations Questionnaire : March-December*.
- Roger, C (1969). *Freedom to learn*. Columbus. Ohio : Charles B Merrill.
- Ringness, Thomas A. (1968). *Mental Health in the School*. p. 491. New York : Ransom House.
- Strang, Butn M. (1958). *Group work in Education*. p. 322. New York : Harper and Brothner.
- Seginer, Rachel and Hoda, Halabi. (1991). " Cross – Cultural Variations of Adolescents' Future Orientation : The Case of Israeli Druze Versus Israeli Arab and Jewish Male," *Journal of Cross Cultural Psychology*. 22(2) : 244 - 257.
- Tindall, R.H. (1959). *Relationship among Measures of Adjustment in the Psychology of Adjustment*. New York : Mc Craw – Hill Co.
- Wechsler, David. (1958). *The Measurement and Appraisal of Adult Intelligence Scale*. 4th ed. Baltimore: The Williams and Willins Co.
- Wright, D. (1975). *The Psychology of Moral Behaviour*. Middlesex, London : Penquin Book Ltd.

ภาคผนวก

ตาราง 12 ความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวม การปรับตัวส่วนตัวและด้านอารมณ์

ด้านส่วนตัว		ด้านอารมณ์	
ข้อที่	r	ข้อที่	r
1	.585	16	.315
2	.401	17	.528
3	.497	18	.633
4	.477	19	.575
5	.562	20	.551
6	.617	21	.482
7	.630	22	.564
8	.631	23	.347
9	.563	24	.575
10	.475	25	.682
11	.419	26	.604
12	.413	27	.711
13	.318	28	.640
14	.309	29	.447
15	.551	30	.699

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวด้านส่วนตัว เท่ากับ $\alpha = .7418$

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวด้านอารมณ์ เท่ากับ $\alpha = .7899$

ตาราง 13 ความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวม การปรับตัวด้านสังคมและด้านการศึกษา

ด้านสังคม		ด้านการศึกษา	
ข้อที่	r	ข้อที่	r
31	.684	46	.569
32	.488	47	.614
33	.668	48	.634
34	.597	49	.744
35	.394	50	.657
36	.529	51	.424
37	.694	52	.711
38	.731	53	.654
39	.563	54	.492
40	.505	55	.597
41	.603	56	.482
42	.498	57	.415
43	.800	58	.564
44	.761	59	.734
45	.734	60	.779

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวด้านสังคม เท่ากับ $\alpha = .8780$

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวด้านการศึกษา เท่ากับ $\alpha = .8720$

ตาราง 14 ความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวม การปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม

ด้านสิ่งแวดล้อม	
ข้อที่	r
61	.405
62	.584
63	.703
64	.558
65	.330
66	.622
67	.716
68	.721
69	.583
70	.807
71	.602
72	.582
73	.632
74	.578
75	.587

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม เท่ากับ $\alpha = .8591$

ตาราง 15 ความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวม การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยและแบบเข้มงวดกวดขัน

แบบประชาธิปไตย		แบบเข้มงวดกวดขัน	
ข้อที่	r	ข้อที่	r
76	.788	91	.503
77	.733	92	.767
78	.806	93	.791
79	.759	94	.702
80	.796	95	.587
81	.649	96	.517
82	.703	97	.775
83	.740	98	.713
84	.456	99	.801
85	.739	100	.530
86	.415	101	.630
87	.269	102	.762
88	.548	103	.604
89	.736	104	.527
90	.746	105	.756

ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เท่ากับ $\alpha = .8522$

ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน เท่ากับ $\alpha = .8389$

ตาราง 16 ความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมการอบรมเลี้ยงดูแบบ ปล่อยปละละเลย

แบบปล่อยปละละเลย	
ข้อที่	r
106	.727
107	.880
108	.889
109	.803
110	.888
111	.853
112	.848
113	.756
114	.735
115	.800
116	.536
117	.247
118	.279
119	.546
120	.856

ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เท่ากับ $\alpha = .8976$

ตาราง 17 ความสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมการควบคุมตนเองและการมุ่งอนาคต

การควบคุมตนเอง		การมุ่งอนาคต	
ข้อที่	r	ข้อที่	r
121	.726	136	.702
122	.442	137	.638
123	.362	138	.530
124	.456	139	.756
125	.402	140	.751
126	.657	141	.484
127	.300	142	.650
128	.777	143	.790
129	.795	144	.772
130	.370	145	.733
131	.415	146	.700
132	.611	147	.756
133	.495	148	.612
134	.450	149	.827
135	.455	150	.693

ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบการควบคุมตนเอง เท่ากับ $\alpha = .8469$

ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบการมุ่งอนาคต เท่ากับ $\alpha = .9398$

การศึกษาเรื่อง
ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล

กรุณาดอบแบบสอบถามตามสถานการณ์ปัจจุบัน และความรู้สึกจริงของท่าน โดยแบบสอบถามแบ่งเป็น 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทางชีวสังคม

ระดับการศึกษา ปี 1..... ปี 2..... ปี 3..... ปี 4.....
 เกรดเฉลี่ย.....

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวในด้านการอบรมเลี้ยงดู การควบคุมตนเอง และการมุ่งอนาคต

กรุณาขีดเครื่องหมาย / ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับสถานการณ์และความรู้สึกในปัจจุบัน

คำชี้แจง

- / มากที่สุด หมายถึง ข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงมากที่สุด
- / มาก หมายถึง ข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงมาก
- / ปานกลาง หมายถึง ข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงปานกลาง
- / น้อย หมายถึง ข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงน้อย
- / น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความที่ตรงกับสภาพความจริงน้อยที่สุด

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
<u>การปรับตัวด้านส่วนตัว</u>					
1. ฉันสนใจและดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง					
2. ฉันไม่จำเป็นต้องดูแลสุขภาพของตนเอง เพราะอายุน้อย					
3. ฉันคิดว่าการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นสิ่งสำคัญ					
4. การรับประทานนมเป็นสิ่งที่ทำให้ร่างกายแข็งแรง					
5. เมื่อฉันหงุดหงิด ฉันคิดว่าการออกกำลังกายดีที่สุด					
6. ฉันทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายทุกครั้งเพื่อให้มีค่าใช้จ่ายที่เพียงพอ					
7. เมื่อมีเงินเหลือ ฉันจะเก็บไว้ใช้จ่ายในอนาคต					
8. ฉันตั้งใจเรียนเพื่อครอบครัว และตนเอง					
9. ฉันจะทำกิจกรรมต่างๆ กับครอบครัวในวันหยุด					
10. ฉันทำงานทุกอย่างให้ดีที่สุด เพื่อความสำเร็จให้กับพ่อแม่ ภูมิใจ					
11. บ่อยครั้งที่พ่อแม่ไม่ไว้วางใจฉัน					
12. เมื่อฉันมีปัญหาฉันจะ คิดถึงครอบครัว					
13. เมื่อฉันรู้สึกอ่อนเพลีย ฉันจะไปพักผ่อนทันที					
14. เมื่อเพื่อนมีปัญหาเรื่องเงินฉันจะให้เพื่อนยืม					
15. เมื่อมีเรื่องกับพี่และน้อง ฉันจะปรึกษาพ่อ กับแม่					
<u>การปรับตัวด้านอารมณ์</u>					
16. ฉันจะควบคุมตนเองไม่ได้ เมื่อฉันโมโห					
17. เมื่อฉันโกรธฉันสามารถควบคุมอารมณ์โกรธได้					
18. เมื่อมีเหตุการณ์ เช่น ดีใจ และเสียใจฉันจะแสดงอาการออกมา จนกลายเป็นที่สนใจ					
19. ฉันรู้สึกไม่พอใจเพื่อนในชั้น แต่ฉันสามารถเก็บความรู้สึกไว้ได้					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
20. ฉันจะแสดงความไม่พอใจ เมื่ออาจารย์ว่ากล่าวตักเตือน					
21. เมื่อฉันไม่พอใจบางคน ฉันจะไม่คุยกับเขา					
22. เมื่อมีเรื่องมากระทบฉันจะโลเล ไม่หนักแน่น					
23. ฉันรู้สึกกังวลใจโดยไม่ทราบสาเหตุ					
24. ฉันรู้สึกคับข้องใจที่เรียนไม่ดีเท่ากับเพื่อน					
25. ฉันหงุดหงิดเมื่อต้องรอกอยผู้อื่น					
26. ฉันเป็นคนที่ไม่ยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง					
27. ฉันอารมณ์ดีกับเพื่อนๆ ทุกคนแม้ว่าฉันกำลังมีปัญหา					
28. เมื่อมีเหตุการณ์ที่ต้องรอนาน ฉันอดทนได้โดยไม่แสดงอาการหงุดหงิด					
29. ฉันรู้สึกขาดกำลังใจและหมดหวัง เมื่อผลการเรียนไม่ดี					
30. ฉันมีความสุขที่ได้อยู่ร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียน					
การปรับตัวด้านสังคม					
31. ฉันจะไม่เข้ากลุ่มกับเพื่อนที่ฉันไม่พึงพอใจ					
32. ฉันทำงานกลุ่มกับเพื่อน ๆ ได้ดี					
33. เมื่อทำงานกลุ่มฉันรู้สึกดีกับเพื่อนในชั้นเรียน					
34. การทำกิจกรรมกับเพื่อนทำให้ฉันรู้จักเพื่อนมากขึ้น					
35. ฉันจะไม่ใส่ใจเมื่อเพื่อนในกลุ่มบางคนมีปัญหา					
36. ฉันคิดว่าการปฏิบัติกฎระเบียบเป็นเรื่องสำคัญ					
37. เมื่อต้องทำกิจกรรมกลุ่ม ฉันมีข้อขัดแย้งกับเพื่อนๆ					
38. การทำรายงานร่วมกับเพื่อนๆ ทำให้ฉันเข้าใจเพื่อน มากขึ้น					
39. เมื่อเรียนบทเรียนในชั้นเรียนฉัน และเพื่อน ๆ แสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่					
40. ฉันรู้สึกอึดอัดกับข้อบังคับของอาจารย์					
41. เมื่อมีปัญหาฉันชอบที่จะอยู่เงียบ ๆ คนเดียว					
42. ฉันรู้สึกอึดอัดใจ เมื่อต้องฝึกปฏิบัติงานกับเพื่อน ๆ ต่างกลุ่ม					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
43. ฉันรู้สึกภูมิใจเมื่อเพื่อนๆ ชื่นชมความสามารถฉัน					
44. เมื่อเพื่อนมีปัญหาฉันจะคอยช่วยเหลือ					
45. ฉันจะไปช่วยไกล่เกลี่ย เมื่อรู้ว่าเพื่อนบางคนผิดใจ					
การปรับตัวด้านการศึกษา					
46. ฉันพอใจที่สอบเข้ามาเรียนในสาขาวิชาชีพนี้ได้					
47. ฉันจะอ่านหนังสือเพิ่มเติมเสมอ เมื่อเลิกเรียน					
48. ฉันจะศึกษาค้นคว้ามากขึ้น เมื่อการเรียนเริ่มดกลง					
49. เมื่อการฝึกปฏิบัติงานมีปัญหา ฉันจะไปปรึกษากับอาจารย์					
50. ฉันศึกษาและสนใจเฉพาะวิชาที่ฉันชอบ					
51. ฉันรู้สึกเสียใจ เมื่อถูกอาจารย์ดุเรื่องงาน และจะรีบทำงานให้เสร็จ					
52. เมื่อมีรายงานเพิ่มขึ้นฉันไม่สนใจที่จะทำ					
53. ฉันรู้สึกเครียดและเบื่อ เมื่อเรียนไม่รู้เรื่อง					
54. เมื่อผลการเรียนตกต่ำ ฉันรู้สึกหมดหวังและท้อแท้					
55. ฉันรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เมื่อสอบผ่านในแต่ละวิชา					
56. เมื่อเรียนไม่ทัน ฉันจะไปปรึกษาเพื่อนทันที					
57. ในวันว่างฉันจะใช้เวลาทบทวนสิ่งที่เรียนไปแล้ว					
58. ฉันสนใจและใส่ใจกับทุกขั้นตอนในการปฏิบัติงาน					
59. ฉันคิดว่าสิ่งที่ฉันเรียนนั้นเป็นสิ่งสำคัญ					
60. ฉันตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้น เพื่อผลการเรียนที่ดี					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม					
61. ฉันสามารถยอมรับและปฏิบัติตามกฎข้อบังคับได้					
62. ฉันชอบกับสภาพหอพักที่มีเพื่อนมาก					
63. บรรยายภาคในห้องสมุด มีหนังสือให้ศึกษามากมาย					
64. ฉันรู้สึกผิดหวังที่ได้เข้ามาพักในหอของสถาบัน					
65. บรรยายภาคในการเรียนการสอน ทำให้ฉันรู้สึกเบื่อ และไม่อยากเรียน					
66. เมื่อมีเสียงดังและเพื่อนคุยกัน ฉันจะรู้สึกรำคาญและหลีกเลี่ยงไปที่อื่น					
67. ฉันรู้สึกปลอดภัยที่สถาบันมีสวนหย่อมให้นั่งพักผ่อน					
68. ห้องสมุดมีตำราทางวิชาการให้เพียงพอกับการค้นคว้า					
69. มหาวิทยาลัยมีสถานที่ให้ผ่อนคลายจากการเรียน อย่างพอเพียง					
70. สถาบันมีกฎระเบียบ ข้อบังคับ ที่เข้มงวด					
71. สถาบันมีอุปกรณ์การเรียนการสอนที่เพียงพอ ทำให้ฉันสนใจเรียน					
72. เมื่อต้องออกไปนอกสถานที่ ฉันเบื่อกที่จะต้องตอบคำถามอาจารย์ว่าไปไหน					
73. ฉันชอบหนีกลับบ้าน โดยไม่บอกอาจารย์ผู้ปกครอง					
74. ฉันมีความสุขที่สถาบันมีสภาพที่อยู่คล้ายบ้าน					
75. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับลักษณะของห้องเรียนที่กว้างขวาง					
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย					
76. พ่อแม่สอนให้ฉันรู้จักใช้เหตุผล					
77. ฉันสามารถนำความขัดแย้งกับเพื่อน ใดๆ มาคุยให้พ่อแม่ฟังได้					
78. พ่อแม่ส่งเสริมให้ฉันเลือกเรียนวิชาที่ถนัด					
79. พ่อแม่รับฟังความคิดเห็นของฉันได้ทุกเรื่อง					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
80. เมื่อมีปัญหาด้านการเรียน พ่อแม่จะเป็นบุคคลที่ให้กำลังใจ					
81. เมื่อฉันทำผิดพ่อแม่จะเปิดโอกาสให้ฉันชี้แจงเหตุผล					
82. เมื่อฉันท้อแท้ต่อการทำรายงาน พ่อแม่จะคอยให้กำลังใจ ทำให้ฉันมีมานะ ที่จะทำงานให้สำเร็จ					
83. เมื่อฉันนำปัญหา มาปรึกษา พ่อกับแม่ จะคอยให้คำแนะนำ และกำลังใจ					
84. เมื่อฉันรู้ว่าผลการเรียนตกลง พ่อแม่จะให้ฉันคิดว่า อะไรคือสาเหตุและหาทางแก้ไข					
85. พ่อแม่ภูมิใจที่ฉันสามารถสอบเข้าเรียนได้					
86. พ่อแม่ภูมิใจว่า ในอนาคต ฉันจะประกอบอาชีพที่ดี					
87. พ่อแม่เปิดโอกาสให้ฉันแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ					
88. พ่อแม่เป็นคนกำหนดงานบ้านให้ฉันทำ					
89. พ่อแม่จะเปิดโอกาสให้ฉันและพี่กับน้องแสดงความคิดเห็นต่างๆ					
90. ฉันรู้สึกภูมิใจ และภูมิใจที่ พ่อกับแม่เป็นคนที่มีเหตุผล					
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน					
91. พ่อแม่ต้องการให้ฉันรับฟังท่าน โดยไม่มีข้อโต้แย้ง					
92. สิ่งที่ฉันปฏิบัติ พ่อแม่จะเป็นคนกำหนดให้					
93. การทำกิจกรรมต่าง ๆ กับเพื่อน พ่อแม่จะเป็นคนดูแลฉันตลอด					
94. เมื่อขออนุญาตไปเที่ยวกับเพื่อน พ่อแม่จะไม่อนุญาต					
95. พ่อแม่จะใช้เวลาให้ฉันกลับถึงบ้านตามที่กำหนด					
96. พ่อแม่จะบังคับให้ทำรายงานให้เสร็จก่อนเวลา					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
97. เมื่อฉันมีปัญหาทะเลาะกับพี่หรือน้อง พ่อแม่จะลงโทษฉันโดย ไม่ฟังเหตุผล					
98. พ่อแม่ให้ฉันซื้อของค่าใช้จ่ายอย่างละเอียด					
99. วันหยุดพ่อแม่จะไม่ให้ฉันออกไปเที่ยว					
100. พ่อแม่คอยบังคับให้ฉันทำตามที่ทำนต้องการ					
101. เมื่อการเรียนตกต่ำ พ่อแม่จะบังคับฉันมากกว่าเดิม					
102. พ่อแม่จะเป็นผู้เลือกเสื้อผ้า เครื่องใช้ต่างๆ ให้กับฉัน					
103. เมื่อสถาบันมีงานฉลองพ่อแม่จะคอยควบคุมการแต่งกายของฉัน					
104. ฉันเลือกเรียนวิชาชีพ ตามที่พ่อแม่กำหนด					
105. พ่อแม่จะห้ามการคบเพื่อนต่างเพศของฉัน					
<u>การเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย</u>					
106. ฉันรู้สึกฉันถูกทิ้งไว้ในบ้านคนเดียวขณะที่มีพ่อแม่					
107. ฉันต้องแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตนเอง เนื่องจากพ่อแม่ไม่ สนใจ					
108. พ่อแม่ไม่เคยโอ้อวดฉัน					
109. เมื่อกลับถึงบ้าน พ่อแม่ไม่เคยสนใจถามฉัน					
110. พ่อแม่ไม่เคยสนใจฉันเลยว่า จะไปมหาวิทยาลัยหรือเปล่า					
111. พ่อแม่ไม่เคยถามผลการเรียนของฉัน					
112. ฉันอยู่บ้านอย่างขาดความอบอุ่น					
113. พ่อแม่ไม่สนใจสุขภาพของฉัน					
114. พ่อแม่ไม่เคยสนใจความเป็นอยู่ของฉัน					
115. เมื่อฉันมาปรึกษาปัญหาพ่อกับแม่ ท่านไม่เคยมีเวลาให้					
116. พ่อแม่ไม่สนใจว่าฉันคบใครเป็นเพื่อน					
117. พ่อแม่ไม่เคยถามฉันเมื่อฉันแต่งตัวออกไปนอกบ้าน					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
118. พ่อแม่ไม่ใส่ใจว่าฉันจะรับประทานอะไร					
119. พ่อแม่ไม่เคยถามว่า ฉันอยากเรียนอะไรต่อ					
120. พ่อแม่ไม่สนใจถามถึงผลการเรียนของฉัน					
<u>การควบคุมตนเอง</u>					
121. เมื่อมีเหตุการณ์รุนแรง ฉันสามารถควบคุมพฤติกรรมได้เหมาะสม					
122. ฉันศึกษาค้นคว้าทำรายงานให้ถูกต้องสมบูรณ์ ตามเวลาที่กำหนด					
123. ฉันสามารถควบคุมการใช้จ่ายอย่างเหมาะสม เพื่อที่จะได้ใช้ให้ครบเดือน					
124. กฎเกณฑ์ของสถาบันเป็นสิ่งที่ฉันยอมรับได้					
125. ฉันสามารถใช้อธิบายเหตุผลได้ เมื่อมีปัญหากับเพื่อนๆ					
126. เมื่อเพื่อนมาว่ากล่าวฉัน ฉันสามารถควบคุมตนเองให้ปกติและอธิบายว่าทำไมฉันถึงเป็นเช่นนั้น					
127. ฉันควบคุมตนเองให้อ่านหนังสือตามที่กำหนดได้					
128. เมื่อมีคนมาชื่นชมฉัน ฉันจะหยุดคิดเพื่อตรวจสอบว่าเป็นจริงตามนั้นหรือไม่					
129. เมื่อเกิดความผิดพลาดในการทำงาน ฉันจะปล่อยให้เลยตามเลย					
130. ฉันเชื่อในคำพูดที่ว่า ปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไขได้					
131. ฉันชอบดูภาพยนตร์ที่ตัวเอกสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้					
132. เมื่อเข้ามาเรียนฉันวางแผนในการเรียนตลอด 4 ปี และต้องปฏิบัติให้ได้					
133. ถ้าฉันถูกกำหนดให้เป็นนักกีฬาฉันจะวางแผนการซ้อม โดยไม่ให้กระทบต่อผลการเรียน					
134. เพื่อน ๆ ยอมรับฉัน ที่ฉันไม่ตื่นเต้นตกใจง่ายต่อเหตุการณ์ต่างๆ					
135. ในขณะที่ฉันกำลังค้นคว้าบทเรียนอยู่ เมื่อเพื่อนชวนไปข้างนอก ฉันจะไปทันที					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การมุ่งอนาคต					
136. ฉันพยายามศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในด้านวิชาชีพ					
137. ฉันมีความตั้งใจที่จะเป็นพยาบาลที่ดี					
138. ฉันวางแผนการเป็นพยาบาลที่มีความสามารถ และปฏิบัติให้ได้ตามที่ตั้งใจ					
139. ฉันตั้งใจเรียน เพื่อการเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น					
140. ฉันวางแผนกับการเรียน เพื่อให้ผลการเรียนที่ดี					
141. ฉันอาศัยเพื่อนเป็นแบบอย่างในการฝึกปฏิบัติงาน					
142. ฉันมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติงานให้ดี เพื่อให้บรรลุผลงานที่ดี					
143. แม้ผลการเรียนไม่ดีฉันจะไม่ท้อความพยายามนั้น					
144. ฉันเตรียมตัวก่อนฝึกปฏิบัติงาน หลังจากนั้นก็กลับมาทบทวน เพื่อให้เข้าใจมากขึ้น					
145. อนาคตและผลการเรียน เป็นสิ่งไม่แน่นอนฉันจึงไม่สนใจ					
146. ฉันพยายามเรียนให้ได้เกรด A ทุกวิชา เพื่อที่จะได้สอบแข่งขันไปเรียนต่อต่างประเทศ					
147. ในการเรียนฉันตั้งใจเป้าหมายทุกอย่างให้เหนือผู้อื่น					
148. ฉันอ่านหนังสือต่างๆ เพียงเพื่อให้สอบผ่านเท่านั้น					
149. ฉันอดทนต่อการเรียนในทุกวิชา เพื่อความสำเร็จใน อนาคต					
150. เวลาเป็นสิ่งมีค่า ดังนั้นฉันจึงพยายามเรียนรู้ในวิชาต่างๆ ให้มากที่สุด					

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาว ศุภลักษณ์ เงินบำรุง
วัน เดือน ปี เกิด	22 มีนาคม 2516
ที่อยู่ปัจจุบัน	656 หลังศาลากลาง ถนน สวรรค์วิถี อ. เมือง จ. นครสวรรค์ 60000
ตำแหน่งงานในปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ สาทรใต้ ยานนาวา ก.ท.ม
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2534	มัธยมศึกษา จากโรงเรียนสตรีนครสวรรค์
พ.ศ. 2538	พยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์
พ.ศ. 2546	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ