

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาคุณลักษณะบางประการที่ส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนช่วง
ชั้นที่ 4 ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะเสนอเป็นลำดับ ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
3. ความหมายของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
3. ความสำคัญของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
4. พัฒนาการของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
5. องค์ประกอบของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
6. ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ
7. การวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
8. คุณลักษณะบางประการของนักเรียน
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

การรับรู้เกี่ยวกับตนเองของบุคคลมักอ้างอิงถึงในรูปแบบของอัตมโนทัศน์ (Self - concept) และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - esteem) อัตมโนทัศน์ นั้นมีความหมายกว้างกว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เพราะอัตมโนทัศน์มีลักษณะเป็นหน่วยรวมของความคิดที่เป็นระบบ ประกอบด้วยการรับรู้คุณลักษณะของสิ่งที่ตน (Self) และ ความสัมพันธ์ที่ตนมีกับผู้อื่นและสิ่งอื่น ตลอดจนการประเมินคุณลักษณะเหล่านั้น แต่ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการเน้นที่การประเมินคุณลักษณะต่าง ๆ ของตน หรือเป็นการประเมินคุณค่าของอัตมโนทัศน์ และเก็บรักษาผลการประเมินนั้นไว้ (Coopersmith , 1971 , p. 345 – 347)

ทฤษฎีทางจิตวิทยาที่สามารถนำมาอธิบายความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีหลายทฤษฎี ซึ่งจะขอนำมาเพียงบางทฤษฎี ดังนี้

1. ทฤษฎีเกี่ยวกับ “ตน” (Self Theory)

Rogers (1974 , p. 448 อ้างใน จริญญา ชันกฤษณ์ , 2543 , หน้า 11) ได้กล่าวถึงทฤษฎีที่เกี่ยวกับ “ตน” โดยอธิบายถึงคุณสมบัติของ “ตน” ที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า “ตน” อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามวุฒิภาวะ ซึ่งการเรียนรู้เกี่ยวกับ “ตน” มีความสำคัญที่ถือว่าเป็นคุณลักษณะประจำตัวของตนเอง เป็นความคิดที่เกี่ยวกับ “ตน” ในด้านคุณค่าของตนเอง

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2539 , หน้า 123) ได้กล่าวถึงทฤษฎีตัวตนของ Rogers ไว้ว่า มนุษย์มีตัวตน 3 แบบ คือ

1. “ตน” ตามที่ตนมองเห็น (Self Concept)
2. “ตน” ตามที่เป็นจริง (Real Self)
3. “ตน” ตามอุดมคติ (Ideal Self)

“ตน” ตามที่ตนมองเห็น (Self Concept) คือ ภาพของตนที่เห็นว่าตนเป็นคนอย่างไร คือใคร มีความรู้ความสามารถลักษณะเฉพาะตนอย่างไร เช่น คนสวย คนเก่ง คนร่ำรวย คนมีชาติตระกูล คนดื้อด้อย คนช่างพูด คนขี้อาย คนเก็บตัว คนเงิบ เป็นต้น โดยทั่วไปคนรับรู้ มองตนเองหลายแง่มุม อาจไม่ตรงกับข้อเท็จจริงหรือภาพที่คนอื่นเห็น เช่น คนที่ชอบเอาเปรียบผู้อื่นอาจไม่เคยนึกเลยว่าตนเป็นบุคคลประเภทนั้น

“ตน” ตามที่เป็นจริง (Real Self) คือ ลักษณะตัวตนที่เป็นไปตามข้อเท็จจริง บ่อยครั้งที่ตนมองไม่เห็นข้อเท็จจริงของตน เพราะเป็นกรณีที่ทำให้รู้สึกเสียใจ เส่ร้างใจ ไม่เต็มหน้าเต็มตา กับบุคคลอื่น ๆ รู้สึกผิด บาป เป็นต้น

“ตน” ตามอุดมคติ (Ideal Self) คือ ตัวตนที่อยากมีอยากเป็น แต่ยังมีไม่เป็นในปัจจุบัน เช่น เป็นคนขี้อายรับจ้าง แต่นึกฝันอยากเป็นเศรษฐี หรือเป็นคนชอบเก็บตัว แต่นึกอยากเป็นคนเก่ง สังคม เข้าคนง่าย เป็นต้น

ถ้าตนที่มองเห็นกับตนที่เป็นจริงมีความแตกต่างกันมากหรือขัดแย้งกันมาก บุคคลนั้นมีแนวโน้มที่จะก่อปัญหาแก่ตนเองและผู้อื่น ในรายที่แตกต่างกันรุนแรงอาจเป็นโรคจิต โรคประสาทก็ได้

ผลดีของการรู้จักปรับตัวตามที่ “ตน” มองเห็นให้ตรงกับ “ตน” ตามที่เป็นจริง (“ตน” ตามอุดมคติ) ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้แก่ ความมั่นคงทางอารมณ์และบุคลิกภาพ การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีสมรรถภาพสูงในการปฏิบัติภารกิจตามหน้าที่ ไม่ค่อยมีความวิตกกังวล และไม่ค่อยใช้กลไกในการป้องกันตัวเอง

นอกจากนี้แล้วบุคคลที่มองตนเอง ตรงกับ “ตน” ตามความเป็นจริงมักมองเห็น “ตน” ตามอุดมคติที่ค่อนข้างเป็นไปได้ ทำให้การดำเนินชีวิตของเขาเป็นไปอย่างมีความมุ่งมั่น กระตือรือร้น และสนใจหวังอยู่เสมอ เขาจึงมีความพอใจในตนเองอยู่มาก ซึ่งมักจะนำไปสู่ความพอใจในบุคคลอื่น อีกด้วย ส่วนบุคคลซึ่งสร้างภาพของ “ตน” ตามอุดมคติห่างไกล “ตน” ตามที่เป็นจริง มักจะประสบ ความผิดหวังในตนเองและผู้อื่นอยู่เรื่อยไป ทำให้มองตนเองและผู้อื่นในภาพลบ มีเพื่อนน้อย คบหาสมาคมกับใคร ๆ ยาก บุคคลประเภทนี้มักมีข้อสับสนและขัดแย้งในตนเองกับผู้อื่นอยู่เสมอโดยธรรมชาติแล้วคนเรามีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ย่อมมีทั้งทางบวกและทางลบ ยิ่งบุคคลมีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองด้านบวกมากเท่าใด ก็ยิ่งมีความมั่นคง และมีความวิริยะของบุคลิกลักษณะมากเท่านั้น

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2539 , หน้า 124 – 126) ได้สรุปเกี่ยวกับทฤษฎี “ตน” ของ Rogers ไว้ดังนี้

1. ปัจเจกชนมองเห็นตน (ตีราคาตนเอง) สูงกว่าตนตามที่เป็นจริง เขาย่อมมองไม่เห็นข้อบกพร่องของตนเอง และปิดหนทางปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น
2. บุคคลอื่น ๆ ทำกิจเกี่ยวข้องกับปัจเจกชน เขาก็ปฏิบัติต่อผู้อื่นในระดับตนตามที่เป็นจริง ต่างจากคนที่ปัจเจกชนมองเห็นตนเอง จึงเกิดข้อขัดแย้งในสัมพันธภาพระหว่างบุคคล
3. ปัจเจกชนผู้มองตนเองสูงกว่าตนตามที่เป็นจริง ก็มีแนวโน้มที่จะมองตนตามอุดมคติอย่างเพ้อฝัน ไม่มีเส้นทางดำเนินไปสู่ความสำเร็จ ฉะนั้นมักทำอะไรไม่สมหวังอยู่เสมอ แล้วก็โทษบุคคลอื่น หรือสถานการณ์อื่น ๆ ว่าเป็นต้นเหตุความไม่สมหวัง

อนึ่ง ผู้มองเห็นตนเองตรงหรือใกล้เคียงกับตนตามที่เป็นจริง ยอมรับความเด่น ความด้อยของตนเองอย่างไม่หลงตน ย่อมเห็นหนทางปรับปรุงตนตามอุดมคติ ในวิสัยที่ดำเนินไปถึงได้ ฉะนั้นมักเป็นผู้ได้รับความสำเร็จและสมหวัง จากการดำเนินชีวิตของตน ถ้ามีกรณีไม่สมหวังก็มองเห็นอุปสรรค และเห็นทางแก้ไขอุปสรรคได้แน่นอน

อย่างไรก็ตามก็มีปัจเจกชนจำนวนไม่น้อย เป็นผู้ที่มองเห็นตนเองต่ำด้อยกว่าตนตามที่เป็นจริง ซึ่งสาเหตุอาจมาจากการมองเห็นตนผิดไป หรือเป็นเพราะสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นไปในทางลบ เช่น ความหวาดกลัว ปมด้อย และการแสดงอำนาจความเป็นใหญ่ เหตุเหล่านี้อาจทำให้ปัจเจกชนบางคนครั่นคร้าม ขอมแพ้ ถดถอย ไม่ได้ใช้หรือไม่มีโอกาสใช้สมรรถภาพและคุณสมบัติที่มีในตนตามที่เป็นอย่างน่าเสียดาย

สถิต วงศ์สวรรค์ (2540 , หน้า 116 – 117) ก็ได้อธิบายทฤษฎี “ตน” ตามแนวคิดของ Rogers ว่า ความนึกคิดเกี่ยวกับ “ตน” มีความสำคัญต่อบุคลิกลักษณะ ดังนี้

1. ความนึกคิดเกี่ยวกับ “ตน” มีผลต่อพฤติกรรมที่ตนเองแสดงออกมา จากผลการวิจัยพบว่า คนที่มีดีมักจะมองผู้อื่นในแง่ดี ส่วนคนที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนไม่ดีก็มักจะมองผู้อื่นในแง่ร้าย นอกจากนั้นบางคนก็มีท่าทางที่คนอื่นดูแล้วขัดเคืองตา หาวัยโส โอหัง บางคนดูท่าทางสงบเสถียร บางคนสุภาพ บางคนก้าวร้าว ก็ขึ้นอยู่กับความนึกคิดเกี่ยวกับ “ตน” ของบุคคลนั้นด้วย

ถ้าตัวตนในความเป็นจริง (Real Self) ของคนไม่สอดคล้องกับตนตามอุดมคติ (Ideal Self) แล้ว คนมักจะเกิดปัญหาหรือความคับข้องใจขึ้น เช่น บางคนคิดว่าตนเองฉลาด แต่ในความเป็นจริงแล้วเป็นคนโง่ ทำอะไรผิดพลาดเสมอ เขาก็มักจะเกิดความเครียด เช่น เรียนไม่เก่ง คิดว่าครูเกลียด

2. ช่วยให้เข้าใจ พยากรณ์ และเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้อื่นได้ เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อครู ผู้ปกครอง จิตแพทย์ นักจิตวิทยา นักแนะแนว ฯลฯ ที่จะนำความรู้เรื่องนี้ไปใช้ในการช่วยเหลือเด็ก

ในวงการศึกษาก็ว่าครูมีส่วนให้เด็กปรับตัวด้านการเรียน ด้านสังคมและอื่น ๆ เพราะครูมีหน้าที่สอนแต่เพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่จะช่วยให้เด็กเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้ (Well – Adjusted Person) ด้วย

3. การวัดและการประเมินผลตนเอง คนทุกคนจะวัดและประเมินผลตนเองอยู่ตลอดเวลาว่า ตัวเราดีเด่นหรือด้อยกว่าคนอื่นอยู่เพียงไร ถ้ารู้สึกว่ามันดีก็พอใจ ถ้ารู้สึกว่ามันด้อยก็พยายามหาสิ่งที่ดีมาเป็นเครื่องช่วยให้เกิดปมเด่นขึ้น และรู้สึกเป็นสุขใจ แต่ถ้าคิดว่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่นทุกทางก็เป็นปมด้อย มีความน้อยเนื้อต่ำใจตลอดเวลา และโดยปกติแล้วคนเรามักจะเอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับผู้อื่นอยู่เสมอ ทำให้ชีวิตไม่ค่อยมีความสุข

นพมาศ ชีระเวคิน (2540 , หน้า 178) ได้กล่าวถึงทฤษฎีตัวตน (The Self) ของ Rogers ว่า ตัวตนของมนุษย์มีตัวตนที่แท้จริง (Real Self) และตัวตนที่อยากเป็น (Ideal Self) โดยคนที่ไม่มีปัญหาคือคนที่สามารถรับรู้ถึงตัวตนกับประสบการณ์ที่แท้จริงของร่างกาย บุคคลจะปรับตัวได้ดี เป็นผู้ใหญ่ และปฏิบัติตนได้เหมาะสมและคล่อง สามารถคิดอย่างมีเหตุผล และสัมผัสความเป็นจริง ถ้าตัวตนที่แท้ (Real Self) กับตัวตนที่อยากเป็นหรือฝันจะเป็น (Ideal Self) เกิดการขัดแย้งขึ้นเมื่อใด บุคคลก็จะไม่มีความสุขและปรับตัวไม่ได้

Horney (ฮ้างโน ศรีเรื่อน แก้วกังวาล , 2539 , หน้า 83) กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับ “ตน” ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองว่า คนทั่วไปมีภาวะของ “ตน” อยู่ 2 อย่าง คือ “ตนจริง” กับ “ตนในอุดมคติ” “ตนจริง” คือ สภาพที่เกี่ยวกับตนเอง ข้อดี ข้อเสีย จุดด้อย จุดเด่น ความสามารถ ความถนัด ตามที่เป็นจริง ส่วน “ตนในอุดมคติ” คือ สภาพที่ใฝ่ฝันว่าอยากมี อยากเป็น เช่น อยากสวย อยากเป็นคนเด่น อยากมีทรัพย์สินร่ำรวย ถ้าตนในอุดมคติที่วาดไว้ต่างกับตนจริงมาก ก็ทำให้

ผู้นั้นเกิดความกังวลใจ คับข้องใจ และความเครียด เกิดความรู้สึกว่าตนเองพบความล้มเหลวในชีวิต เป็นบุคคลไร้ค่า ในเวลาเดียวกันก็ไม่กล้ารับความจริงเกี่ยวกับตนเอง ทำให้หมดความเชื่อมั่นในตนเอง

ประมวญ ดิกกินสัน (2540 , หน้า 54) ได้กล่าวถึงแนวคิดของ Horney เกี่ยวกับบทบาทแห่งความเป็นตนเอง (The Self) ว่า คนเราย่อมสร้าง “ตนในอุดมคติ” (Idealized Image) ขึ้นไม่มากนัก น้อย กรณีคนไข้โรคประสาทย่อมถือเอา “ตนในอุดมคติ” ว่าเป็น “ตนจริง” จึงไม่ยอมรับรู้ความสามารถอันแท้จริงของตน

เมื่อคนเรามีความขัดแย้งภายในจิตใจเกิดขึ้น จะใช้วิธีหาข้อแก้ตัว หรือการใช้กลวิธานเพื่อให้ตนเองคลายจากความหวาดวิตก หรือเสมือนว่าตนมิใช่ผู้ผิด

โทษของกลวิธาน คือ ทำให้บุคคลไม่สามารถจัดความขัดแย้งภายในจิตใจของตนเองได้ หรือทำให้ไม่สามารถรู้คุณค่าความสามารถของตน ไม่สามารถรู้ข้อบกพร่องของตน ไม่สามารถรู้เท่าถึงสถานการณ์อย่างแท้จริง จึงทำให้ปฏิบัติดีหรือร้ายโดยไม่นำพาต่อความเป็นจริง ถ้าชีวิตคนเราห่างจากความจริงออกไปทุกที ๆ ไม่สามารถมีความพึงพอใจในตนเองได้ ชีวิตมักขาดความสุขอยู่เรื่อยไป

ตามแนวความคิดนี้ คนเราย่อมมีทั้งตนจริง และตนในอุดมคติ ซึ่งความสอดคล้องกันระหว่างความคิดเห็นเกี่ยวกับตนที่เป็นจริง และตนในอุดมคตินี้เองที่จะเป็นตัวกำหนดระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล (ศรีเรือน แก้วกังวาล , 2539) ซึ่งถ้าบุคคลมีความสอดคล้องกันระหว่างตนที่เป็นจริง กับตนในอุดมคติสูงจะเป็นบุคคลที่มีการยอมรับตนเองสูง และมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงด้วย ส่วนบุคคลที่มีความสอดคล้องกันระหว่างตนที่เป็นจริง กับตนในอุดมคติต่ำ หรือแตกต่างกันมากจะเป็นบุคคลที่มีการยอมรับตนเองต่ำ และมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำด้วย (Newman and Newman, 1979 อ้างใน กัลยา เพ็ญเพียร , 2534)

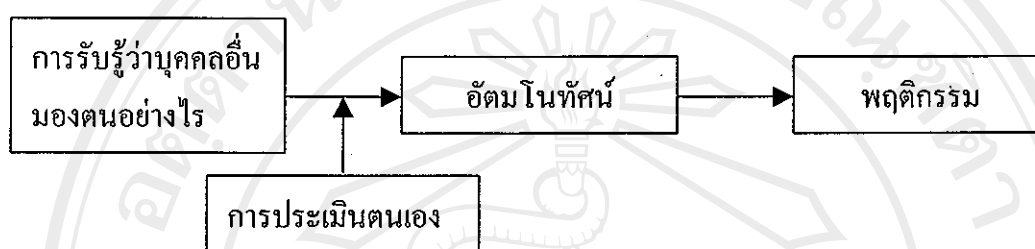
สรุปได้ว่า ความนึกคิดเกี่ยวกับ “ตน” จึงมีผลต่อตนเองทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมที่แสดงออกมา ปัจเจกชนต้องมองเห็นตัวเองตรงหรือใกล้เคียงกับ “ตน” ตามที่เป็นจริง เพื่อที่จะบรรลุความสมหวังและความสำเร็จในวิสัยที่เป็นไปได้ หากบุคคลมอง “ตน” ของตนเองแตกต่างกว่า “ตน” ตามที่เป็นจริงมาก บุคคลจะเกิดความคับข้องใจ และพบความล้มเหลวอยู่บ่อยครั้ง

เช่นเดียวกับแนวคิดเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ (Self-concept) Rosenberg (1981 อ้างใน สุวิดา ธรรมณีนวงศ์ , 2528) กล่าวว่า การวิเคราะห์การปฏิสังสรรค์ในแต่ละบุคคลจะเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. อัตมโนทัศน์ซึ่งเป็นเรื่องของบุคคลมองตนอย่างไร
2. การที่บุคคลอื่น ๆ มองบุคคลนั้นอย่างไร (social self)

3. การที่บุคคลนั้น ๆ รับรู้ว่าคุณค่าคนอื่นมองเขาอย่างไร (The reflected self)

แนวคิดนี้เชื่อว่าอัตมโนทัศน์ของบุคคลหนึ่ง ๆ มาจากการรับรู้ภาพพจน์ของบุคคลนั้นจากสายตาของบุคคลอื่น ซึ่งการประเมินตนเองจึงมีลักษณะเป็นกระบวนการ จากนั้นก็จะก่อรูปเป็นอัตมโนทัศน์และนำไปสู่การทำพฤติกรรมของตน ดังภาพที่ 1 อธิบายได้ ดังนี้



แผนภาพ 1 แสดงการก่อรูปของอัตมโนทัศน์

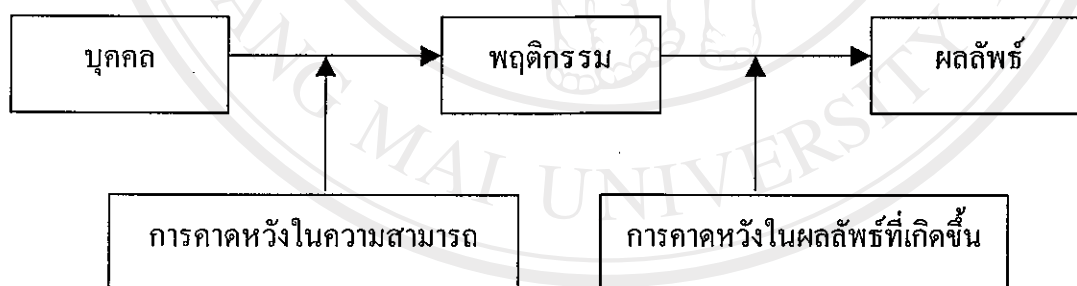
จากแผนภาพ อัตมโนทัศน์จะมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลในด้านต่าง ๆ ได้ เช่น ในการเลือกอาชีพ ถ้าบุคคลใดได้รับการขัดเกลาในเรื่องใด บุคคลก็จะมีทัศนคติ ความคิดเกี่ยวกับเรื่องนั้น และผสมผสานจนเป็นระบบที่เป็นค่านิยมของตนเอง กล่าวคือ อัตมโนทัศน์ของแต่ละบุคคลนั้นจะรวมเอาทัศนคติต่อตนเองโดยรวม (global self-esteem) และทัศนคติต่อตนเองเฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่ง (component self-esteem) ทัศนคติในส่วนเฉพาะนี้ จากผลการวิจัยพบว่ามีผลต่อพฤติกรรมมากกว่าทัศนคติโดยรวมของบุคคล เพราะฉะนั้นถ้าบุคคลหนึ่งมีทัศนคติต่อตนเองเฉพาะด้านในอัตมโนทัศน์ย่อมทำให้บุคคลมุ่งที่จะมีพฤติกรรมไปในแนวทางนั้น ซึ่งสรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์ของบุคคลจะมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลมากน้อยอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับบุคคลนั้นประเมินตนเองในแง่บวก ลบ หรือมีความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเองไปในทางใด

2. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

ในทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งพัฒนาโดย Bandura (Bandura, 1977 อ้างใน พิสมัย วิบูลย์สวัสดิ์, 2542) ได้พยายามอธิบายและพยากรณ์พฤติกรรมของบุคคลด้วยมโนทัศน์ต่าง ๆ มโนทัศน์หนึ่งที่สำคัญ และเกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง อันได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) กล่าวคือ การรับรู้ความสามารถของตนเองมีบทบาทสำคัญต่อการบังคับควบคุมตัวเอง มีการประเมินตนเอง (Self-evaluation) และมีทัศนคติต่อตนเองทั้งในเชิงบวกและเชิง

ลบ การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง ความรู้สึกหรือความเชื่อของบุคคลที่จะทำงาน หรือ ทำพฤติกรรมบางอย่างได้สำเร็จ การรับรู้ความสามารถของตนเองมาจากแหล่งต่าง ๆ อาทิ ผลงานที่ตน ทำในอดีตเคยประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว จากการเปรียบเทียบผลงานของตนเองกับผู้อื่น โดย บุคคลที่เคยประสบความสำเร็จเป็นส่วนใหญ่ในชีวิตจะมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงกว่าบุคคล ที่ประสบความสำเร็จล้มเหลวในชีวิต หรือในอดีตที่ผ่านมา แนวคิดนี้เชื่อว่าความคาดหวังเกี่ยวกับความ สามารถของบุคคล จะเป็นสิ่งกำหนดที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวข้องกับความเชื่อที่ว่า บุคคลสามารถควบคุม พฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมในสังคมได้ ถ้าบุคคลขาดความรู้สึกดังกล่าวนี้ (Sense of self - efficacy) จะไม่สามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้สำเร็จ แต่ถ้าบุคคลมีความเชื่อดังกล่าวสูงจะทำหลายสิ่ง หลายอย่างได้ดี มีความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง นำไปสู่ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง ซึ่งความเชื่อ ในความสามารถของตนเองจะประกอบด้วย ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลและความ คาดหวังในผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ดังแสดงในแผนภาพ 2 ซึ่งสามารถใช้อธิบายหรือร่วมทำนายการแสดง ออกของบุคคลได้



แผนภาพ 2 แสดงความเชื่อในความสามารถของตนเอง

จากภาพนี้บุคคลที่รับรู้ตนเองว่ามีความสามารถจะทุ่มเทความพยายามมากกว่า และจะ ได้รับผลสำเร็จสูงกว่า รวมทั้งมีความอดทนมุ่งมั่นที่จะทำกิจกรรมนั้นต่อไปเรื่อย ๆ มากกว่าผู้รับรู้ ความสามารถของตนเองต่ำ ผู้ที่รับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลต่ำและมี ความเชื่อมั่นว่าตนสามารถจะควบคุมเหตุการณ์ในสิ่งแวดล้อมได้ดี นอกจากนี้ เมื่อบุคคลมีความเชื่อใน สิ่งใดสิ่งหนึ่งก็มักจะมีทัศนคติ ความตั้งใจ หรือกระทำการพฤติกรรมตามความเชื่อนั้น ๆ

ความเชื่อมีบทบาทสำคัญในการวางหลักแห่งการกระทำ และยังเป็นองค์ประกอบที่จะช่วยให้บุคคลสามารถปรับพฤติกรรมที่แสดงออกมา ให้เข้ากับสถานการณ์ตามความเชื่อได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นลักษณะบางประการของบุคคลที่เชื่อในคุณค่าของตนเองนั้นจะไม่ทอดอ้อมเมื่อเผชิญกับความล้มเหลว มีแนวโน้มเป็นผู้วิตกกังวลน้อยมาก ยินดีและต้อนรับต่อสิ่งท้าทายแปลกใหม่ที่จะเข้ามาในชีวิตเป็นอย่างดี มีระดับผลการเรียนที่ดีและได้คะแนนการทดสอบผลสัมฤทธิ์สูง

3. ทฤษฎีวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Transactional Analysis)

ตามแนวความคิดของ T.A. (Berne , 1970 อ้างใน อาภา จันทรสกุล , 2531) เชื่อว่ามนุษย์เป็นผู้ที่มีความเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) ซึ่งจะแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเป็นธรรมชาติ มีเหตุผลน่าเชื่อถือ มีศักยภาพในด้านการรู้สึกตัว (Awareness) และมีความใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้อื่น (Intimacy) ดังนั้นความรู้สึกถึงคุณค่าของบุคคลที่มีต่อตนเองและผู้อื่นจะสะท้อนให้เห็นจากการเลือกตำแหน่งของชีวิตในแต่ละบุคคล ซึ่งการเลือกตำแหน่งชีวิตมีพื้นฐานมาจากผลของการเข้าใจตนเองและสภาพแวดล้อมตั้งแต่บุคคลยังเด็ก ส่วนหนึ่งก็ขึ้นอยู่กับตำแหน่งของชีวิตของบุคคลนั้นว่าบุคคลจะวางตัวในประเภทใดประเภทหนึ่งในการสื่อสารสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. I'm OK – You're OK. ตำแหน่งนี้เป็นตำแหน่งสูงสุดของการปรับตัว เป็นตำแหน่งของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี บุคคลที่วางตนเองไว้ในตำแหน่งชีวิตนี้ จะรู้สึกว่าตนเองมีค่า ยอมรับนับถือและเข้าใจในตนเอง ในขณะเดียวกันก็รู้สึกว่าชีวิตของผู้อื่นมีค่า ยอมรับและให้เกียรติบุคคลอื่น มองการกระทำของผู้อื่นในแง่ดี ไม่หลบหลีกปัญหาหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น พยายามหาทางแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ ในลักษณะสร้างสรรค์ ใช้วิจารณญาณและเหตุผล เชื่อมมั่นในตนเองและผู้อื่น

2. I'm OK – You're not OK. ตำแหน่งนี้เป็นตำแหน่งที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองดี มีคุณค่ากว่าผู้อื่น ถูกเหยียดหยามว่าผู้อื่นด้อยกว่าตน ไม่ไว้วางใจผู้อื่นว่ามีความสามารถ เมื่อประสบปัญหาก็มักกล่าวโทษผู้อื่นว่าทำให้ตนเองบกพร่อง ยึดมั่นกับความคิดเห็นของตนเองเป็นเลิศ บุคคลที่มีตำแหน่งนี้ จะมีทัศนคติไม่ดีกับผู้อื่น ขาดความไว้วางใจผู้อื่น กอปรกับคิดและตีเตียนการกระทำของผู้อื่น จึงเป็นตำแหน่งชีวิตที่เป็นลักษณะของตำแหน่งกล่าวโทษผู้อื่น

3. I'm not OK – You're OK. ตำแหน่งนี้ เป็นตำแหน่งที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่น ไม่มีคุณค่า ถูกกดขี่เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ทำให้ยอมจำนนง่าย จะเห็นบุคคลอื่นเก่งและฉลาดกว่าตนเองในทุกด้าน จึงไม่กล้าแสดงออก ขลาดกลัวที่จะยืนยันถึงสิทธิที่ตนมีอยู่อย่างชอบธรรม

เมื่อเผชิญกับปัญหาที่มักใช้วิธีเลี่ยงหนี มักพัฒนาความรู้สึกว่าตนเองไม่มีค่า เป็นตำแหน่งชีวิตที่เป็นลักษณะของตำแหน่งที่กล่าวโทษตัวเอง

4. I'm not OK – You're not OK. ตำแหน่งชีวิตแบบนี้ เป็นตำแหน่งชีวิตของบุคคลที่รู้สึกหมดอาลัยตายอยากในชีวิต รู้สึกชีวิตไม่มีค่า หมายถึง ไม่เห็นคุณค่าอะไรทั้งในชีวิตตนเองและผู้อื่น ชังกะต่าย อยู่ไปเรื่อย ๆ หดหู่ เศร้าหมอง ปราศจากความหวังใด ๆ และรู้สึกว่าชีวิตของผู้อื่นก็ไม่มีค่า

ดังนั้นบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะต้องมองตัวเอง หรือมีทัศนคติต่อตนเองทางบวก และขณะเดียวกันก็มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น ให้การยอมรับผู้อื่นด้วย นั่นคือ กำหนดตำแหน่งชีวิตของตนเองแบบ I'm OK – You're OK.

4. ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow

กวิน อำไพพงษ์ (2543 , หน้า 16) ได้อธิบายแนวคิดของ Maslow นักจิตวิทยากลุ่มมานุษยนิยม ได้ทำการวิจัยพบว่า ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์จัดออกเป็นลำดับขั้น 5 ระดับ คือ

1. ความต้องการทางสรีรวิทยา (Physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่มีความจำเป็นในการยังชีพให้อยู่รอด ได้แก่ ความต้องการอากาศ อาหาร น้ำดื่ม ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค

2. ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety or Security needs) คือความปลอดภัยและความมั่นคงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ได้แก่ ความต้องการที่จะมีชีวิตอยู่ด้วยความปลอดภัยจากการถูกทำร้ายร่างกาย หรือถูกขโมยทรัพย์สิน หรือมั่นคงในการทำงาน และการมีชีวิตอยู่อย่างมั่นคงในสังคม

3. ความต้องการการมีส่วนร่วมและความรัก (Belongingness and love needs) ซึ่งเป็นความต้องการทางด้านสังคมที่ช่วยให้จิตใจของบุคคลเกิดความมั่นคง ได้แก่ ความต้องการความรัก ความต้องการการยอมรับจากสังคมว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

4. ความต้องการมองเห็นคุณค่าในตนเองหรือศักดิ์ศรี (Esteem needs from oneself and others) เป็นความต้องการมีเกียรติยศ ชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับยกย่อง เห็นตนเองมีคุณค่า ได้แก่ ความภาคภูมิใจ ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ ได้รับการยกย่อง เป็นที่ยอมรับของผู้อื่น มีความสามารถและความสำคัญ

5. ความต้องการพัฒนาศักยภาพแห่งตน (Self actualization needs) เป็นความต้องการที่จะบรรลุความสำเร็จ สมหวังในชีวิต ซึ่งถือว่าเป็นความหวังขั้นสูงสุดที่มนุษย์พึงปรารถนา ได้แก่ ความต้องการค้นพบศักยภาพของตนเอง และใช้ศักยภาพนั้นอย่างเต็มที่ที่จะผลักดันชีวิตของตนให้เป็นไปในแนวทางที่ดีที่สุดตามที่ตนคาดหวังเอาไว้

ในขั้นที่ 3 และขั้นที่ 4 มาสโลว์ เรียกว่า ค่านิยมพื้นฐาน คือ ความรักและการมองเห็นคุณค่าในตนเอง จะนำไปสู่การรักและการมองเห็นค่าของผู้อื่น เมื่อบุคคลเติมเต็มด้วยความรักและความมีค่าแล้วจึงจะพัฒนาไปสู่ขั้นความต้องการพัฒนาศักยภาพแห่งตน โดยแนวคิดนี้เชื่อว่า เมื่อความต้องการได้รับความรัก และการให้ความรักแก่ผู้อื่นเป็นไปอย่างมีเหตุผลและทำให้อุทิศให้เกิดความพึงพอใจแล้ว พลังผลักดันในขั้นที่ 3 ซึ่งเป็นเรื่องของความต้องการความรักก็จะลดลง และมีความต้องการในขั้นต่อไปเข้ามาแทนที่ กล่าวคือ มนุษย์ต้องการที่จะได้รับความนับถือยกย่อง หรือความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง นักจิตวิทยากลุ่มมานุษยนิยม (Humanistic Psychology) ได้วางหลักการให้ทุกคนเติมเต็มความรัก ความมีค่าด้วยตนเอง ให้พิจารณาด้วยตนเอง โดยกิจกรรมต่างๆ ที่ได้ผ่านการวิจัยมาแล้วว่าได้ผลดี เช่น มองเห็นส่วนดีของตนเอง เพื่อจะได้รักและภูมิใจ หรือ เห็นคุณค่าในคนอื่นได้ และผลจากการรักและภูมิใจในคนอื่น ก็จะได้รับความรัก ความภูมิใจตอบ เป็นการเติมเต็มในแต่ละวัน เมื่อคนมองว่าตนเป็นคนที่มีคุณค่า ก็จะประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่มีคุณค่า ไม่นำสิ่งที่ไม่ดีมาให้กับตนเอง ถ้ามีค่านิยมพื้นฐานที่ดีก็จะพัฒนาไปสู่ ความมีคุณธรรม จริยธรรม ได้อย่างสมบูรณ์

Maslow (1970 , อ้างใน กวิน อำไพพงษ์ 2543 , หน้า 17) ได้แบ่งความต้องการได้รับความนับถือยกย่องออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ความต้องการนับถือตนเอง (Self - respect) คือ ความต้องการมีพลังกำลัง มีอำนาจ มีศักยภาพ มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถเผชิญกับโลกภายนอก มีความแข็งแรง มีความสามารถในตนเอง มีผลสัมฤทธิ์ ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยคนอื่น และมีความเป็นอิสระ ทุกคนต้องการที่จะรู้สึกรู้ว่าเขามีคุณค่า และมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในงานภาระกิจต่างๆ และมีชีวิตที่เด่นดัง

2. ความต้องการในการยอมรับนับถือจากผู้อื่น (Esteem from others) คือ ความต้องการมีเกียรติยศ การได้รับการยกย่อง ได้รับการยอมรับ มีความสำคัญ ได้รับความสนใจ มีสถานภาพ มีชื่อเสียงเป็นที่กล่าวขาน มีศักดิ์ศรีของตนและเป็นที่ชื่นชมยินดี มีความต้องการที่จะได้รับการยกย่องชมเชยในสิ่งที่เขากระทำ ซึ่งทำให้รู้สึกรู้ว่าตนเองมีคุณค่า และรับรู้ว่าคุณสมบัติของเขาได้รับการยอมรับจากผู้อื่น

ความพึงพอใจของความต้องการได้รับการยกย่องโดยทั่ว ๆ ไปนั้นเป็นความรู้สึก และทัศนคติของความเชื่อมั่นในตนเอง ความรู้สึกว่าคุณค่า การมีพลังกำลัง การมีความสามารถ และความรู้สึกว่ามีชีวิตอยู่อย่างมีประโยชน์ และเป็นบุคคลที่มีความจำเป็นต่อโลก ในทางตรงกันข้าม การขาดความรู้สึกต่าง ๆ ดังกล่าวนี้นี้ ย่อมนำไปสู่ความรู้สึกและทัศนคติของปมด้อย และความรู้สึกไม่พอเพียง เกิดความรู้สึกอ่อนแอและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เป็นการรับรู้ตนเองในทางลบ ซึ่งอาจก่อให้เกิดความรู้สึกขาดกลัว รู้สึกว่าตนเองไม่มีประโยชน์และสิ้นหวังในสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของชีวิต และประเมินตนเองต่ำกว่าชีวิตความเป็นอยู่ของคนอื่น

ความหมายของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

Ausubel (อ้างใน ศรีนวล วิวัฒนคุณูปการ , 2535 หน้า 34) ให้ความเห็นเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า นอกจากจะเป็นความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถในการทำอะไรให้สำเร็จแล้ว ยังเป็นความเชื่อของบุคคลที่ว่าเขามีความสำคัญและมีคุณค่าในฐานะที่เป็นมนุษย์คนหนึ่ง

Bandura (1977 อ้างใน นพมาศ ชีรเวทิน , 2539 หน้า 32) ให้ความเห็นเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า คือ การเคารพตนเอง มันคือช่องว่างระหว่างพฤติกรรมและผลงานซึ่งคนเราจะตั้งเป้าหมายและให้คำนิยามของคำว่าเก่งของตน และเทียบผลงานกับมาตรฐานที่ตั้งไว้เสมอ

Bachman (1987 อ้างใน พรธณี ทรัพย์มากอุดม , 2532 , หน้า 5) ได้ให้ความหมาย Self esteem ว่า หมายถึง ผลโดยเฉลี่ยจากการประเมินคุณสมบัติของเอกลักษณ์แห่งตน นำหนักการประเมินคุณสมบัติแต่ละอย่างขึ้นอยู่กับว่าคุณสมบัตินั้นถูกจัดวางอย่างไรในระบบค่านิยมของสังคม บุคคลสามารถประเมินระดับ Self esteem ของตนเองได้จากความแตกต่าง หรือความไม่ลงรอยกันระหว่าง คุณสมบัติที่มีอยู่กับคุณสมบัติในอุดมคติที่บุคคลนั้นอยากเป็น

Carpenito (1983) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง บุคลิกภาพอย่างหนึ่งของบุคคลที่จะมีการตัดสินใจว่ามีคุณค่าในตนเอง โดยประเมินตนเองจากความสามารถและการยอมรับของสังคม

Coopersmith (1967) ให้ความหมายของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นการตัดสินใจคุณค่าของบุคคลตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเอง เป็นประสบการณ์ซึ่งแต่ละบุคคลได้รับจากผู้อื่น โดยคำพูดหรือการแสดงออกทางพฤติกรรม

James (1950) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่มีอยู่ในตนเอง ซึ่งเป็นอัตราส่วนของคุณภาพที่เป็นจริงระหว่างความสำเร็จกับความคาดหวัง

Korman (1970 อ้างใน กวิน อำไพพงศ์, 2543, หน้า 7) ให้คำจำกัดความของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความคิดรวบยอดของการประเมินตนเอง (Self - evaluation) กับการรับรู้ตนเอง (Self - perception) ซึ่งบุคคลจะมองตัวเองในแง่ของความสามารถ ในแง่ของความเป็นตัวตน และความต้องการเติมเต็มของแต่ละบุคคล

Newman & Newman (1979 อ้างใน สมมาตร วงษ์วันทนี, 2544, หน้า 21) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็นผลของการประเมินตนเองที่ได้รับจากประสบการณ์ 2 อย่าง คือ ความสามารถและการยอมรับจากสังคม เนื้อหาสาระที่บุคคลประเมินตนเองจะเปลี่ยนไปตามพัฒนาการ เนื่องจากบุคคลมีความสามารถมากขึ้นและรับรู้ต่อการได้รับและไม่ได้รับการยกย่องจากผู้อื่นมากขึ้น รวมทั้งมีประสบการณ์ต่อความรู้สึกผิดเมื่อไม่สามารถทำตามคำนิยาม และการยอมรับของสังคมได้

Rogers (อ้างใน สถิต วงศ์สวรรค์, 2540, หน้า 116) ได้ให้คำจำกัดความเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความนึกคิดเกี่ยวกับตนหรืออัตมโนภาพ โดยคนเราจะประเมินผลตัวเองอยู่ตลอดเวลา เช่น คนที่คิดว่าเขาเก่งไม่มีใครสู้ หรือคิดว่าตัวเองสวยไม่มีใครเปรียบ แต่ในขณะที่บางคนคิดว่าตนเองไม่เก่งสู้คนอื่น ๆ ไม่ได้ ทั้งนี้ก็แล้วแต่ว่าแต่ละคนจะมีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองอย่างไร

Rosenberg (อ้างใน เรือนแก้ว ภัทรานุประวัติ, 2532, หน้า 21) ได้ให้คำจำกัดความของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไว้ว่า หมายถึง “เกียรติภูมิแห่งตน”

“เกียรติภูมิแห่งตน” คือ “ทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง ในด้านบวกหรือด้านลบอย่างใดอย่างหนึ่ง” ในการที่เขาวเคราะห์บุคคลคนหนึ่งว่ามี “เกียรติภูมิแห่งตนสูง” จะหมายถึง “การที่บุคคลคิดว่าเขาเป็นคนที่มีความดี มีความพึงพอใจในตนเอง หรือมีความเคารพนับถือตนเอง” ซึ่งตรงกันข้ามกับคนที่มี “เกียรติภูมิแห่งตนต่ำ” ซึ่งหมายถึง “คนที่ขาดความเคารพตนเอง คิดว่าตนเองไม่มีคุณค่า ขาดความพึงพอใจในตนเอง มีความรู้สึกที่ตนเองด้อยขาดบางสิ่งบางอย่าง ไม่เท่าเทียมผู้อื่น”

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2543) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความต้องการของคนที่มีจิตใจละเอียดอ่อนลึกซึ้ง มีการพัฒนาจิตใจสูงขึ้น รู้จักศึกษาจิตใจตนเอง ควบคุมตนเอง รู้จักใช้ชีวิตให้อยู่เหนืออิทธิพลของความต้องการขั้นต่ำกว่าได้ สามารถจะเห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ มีความภูมิใจในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง มีความมั่นใจในการกระทำต่าง ๆ ของตนเอง ได้โดยไม่ต้องรอฟังผู้อื่นหรือสิ่งอื่น

โฆนิต พรประเสริฐ (2546, หน้า 11) ได้สรุปไว้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดี มีความเชื่อมั่นในตน ยอมรับตน มีความรู้สึกที่ตนเองมี

ความหมาย ความสำคัญ มีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของผู้อื่นและสังคม สามารถทำอะไรให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของตนได้

จรัญญา ชันกฤษณ์ (2543 , หน้า 8) ได้สรุปไว้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านต่าง ๆ เมื่อบุคคลกระทำกิจกรรมได้สำเร็จ มีความพึงพอใจ และเห็นคุณค่าในการกระทำนั้น ๆ ของตน รู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญ ได้รับการยกย่อง และมีคุณค่า แต่ถ้ามองว่าตนเองด้อยกว่าคนอื่น ๆ ทุกทาง ก็เป็นปมด้อย น้อยเนื้อต่ำใจ ไม่มีความสุข และโดยปกติแล้วคนเรามักจะเอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา

นวลละออ สุภาพล (2527 , หน้า 269) ได้ให้คำจำกัดความของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง ความต้องการได้รับนับถือยกย่อง (Self-Esteem Needs) ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ลักษณะแรก คือ ความต้องการนับถือยกย่อง (Self-Respect) คือ ความต้องการมีอำนาจ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความแข็งแรง ความสามารถในตนเอง มีผลสัมฤทธิ์และความอิสระ ทุกคนต้องการที่จะรู้สึกว่าเขามีคุณค่า และมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในงานภาระกิจต่าง ๆ และมีชีวิตที่เด่นดัง ส่วนลักษณะที่ 2 คือ ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น (Esteem from Others) คือ ความต้องการมีเกียรติยศ การได้รับการยกย่อง ได้รับการยอมรับ ความสนใจ ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องชมเชยในสิ่งที่เขากระทำ ซึ่งทำให้เขารู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าว่าความสามารถของเขาได้รับการยอมรับจากผู้อื่น ๆ

เอกราช แก้วเขียว (2540 อ้างใน กวิน อ่ำไพพงศ์ , 2543) สรุปความหมายไว้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านต่าง ๆ เมื่อบุคคลกระทำกิจกรรมได้สำเร็จ มีความพึงพอใจและเห็นคุณค่าในการกระทำนั้น ๆ ของตน รู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญ ได้รับการยกย่องและมีคุณค่า

จากความหมายของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองดังที่ได้มีผู้กล่าวมานั้น สรุปได้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นผลรวมของแนวทางที่บุคคลรับรู้ และพิจารณาตัดสินค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองว่าเป็นอย่างไร ในเรื่องการประสบความสำเร็จ ความล้มเหลว การปฏิเสธตัวเอง การยอมรับตัวเอง การพึ่งตัวเอง ตลอดจนการได้รับการยกย่องและยอมรับจากบุคคลอื่น การประเมินหรือการพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนเองนั้นจะใช้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว เช่น การกระทำของบุคคลอื่นต่อตน การกระทำของตน เป็นหลักสำคัญในการประเมินหรือตัดสิน และสิ่งที่บ่งชี้ว่าบุคคลใดมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากน้อยเพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับว่าเขาประสบความสำเร็จตาม

ความคาดหวังที่ตนเองและสังคมได้ตั้งไว้หรือไม่ และรวมถึงการแสดงออกของเข่ว่าชัดเจนมากน้อยเพียงใด

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การพิจารณาตัดสินค่าของตนเองหรือประเมินตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองว่าเป็นอย่างไรทั้งในเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบตัว ผลจากการประเมินตนเอง คือ ความรู้สึกและพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเชื่อมั่นในตนเอง 9 ด้าน คือ ด้านลักษณะทางกายภาพ ด้านความสามารถทั่วไป ด้านภาวะทางอารมณ์ ด้านค่านิยมส่วนบุคคล ด้านความทะเยอทะยานหรือระดับความมุ่งหวัง ด้านความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง-ครอบครัว ด้านโรงเรียน-การศึกษา ด้านสถานภาพทางสังคม และด้านกลุ่มเพื่อน

ความสำคัญของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการประเมินตนเองที่ฝังลึกอยู่ในกระบวนการทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคล ดังนั้น ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นความจำเป็นพื้นฐานสำหรับมนุษย์ เพราะเป็นปัจจัยที่มีอำนาจในการคงไว้ซึ่งการดำรงชีวิต ทำให้บุคคลสามารถมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตหรือดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าและมีความสุข (Branden , 1981 อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา , 2538 , หน้า 65) สอดคล้องกับ Constantinople (อ้างใน จงกลนี ดุษฎีเจริญ , 2540 , หน้า 4) ที่กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิต เพื่อให้มีชีวิตอยู่อย่างเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตนเอง และสอดคล้องกับธีระ ชัยยุทธขรรยง (2542 , หน้า 69) ที่กล่าวว่า ในการที่มนุษย์จะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว ขึ้นอยู่กับการมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลแสดงออกในชีวิตประจำวันนั้น ล้วนขึ้นอยู่กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลทั้งสิ้น

Maslow (1962) ได้กล่าวไว้ว่า หากบุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกตนเองมีค่า มีความสามารถและมีประโยชน์ต่อสังคม แต่หากบุคคลเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีปมด้อย ซึ่งจะไปเกี่ยวข้องกับการปรับตัวของบุคคลนั้น ๆ ด้วย รวมทั้งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเรียน ที่จะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเรียน ซึ่งงานวิจัยของนักศึกษาคพบว่า เด็กที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงมักเป็นเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าเด็กที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และเสนอว่าการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้มีการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วย นอกจากนี้ความ

รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองยังเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาคนไปสู่การเป็นบุคคลที่สมบูรณ์และการบรรลุถึงการแห่งตน (Fully Functional Person and Self - actualization) ดังที่ Coopersmith (Coopersmith , 1975) ได้กล่าวสนับสนุนไว้ว่า บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง จะเป็นบุคคลที่มีความสุข ไม่ค่อยเครียดหรือวิตกกังวล มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองคนในด้านดี ยอมรับตนเองและผู้อื่น ปรับตัวได้ดี และสามารถใช้ศักยภาพของตนได้เต็มที่ในการดำเนินชีวิต อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม

ธีระ ชัยยุทธบรรยง (2542 , หน้า 69) ได้กล่าวสนับสนุนว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับการสื่อสารของบุคคล ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสามารถกำหนดการสื่อสารของตนเองได้ก่อนพูด ด้วยการรับข้อมูลข่าวสารผ่านการได้ยิน การเห็น การสัมผัส การเคลื่อนไหวและระดับของน้ำเสียง เมื่อบุคคลแปลความหมายและข้อมูลที่ได้รับ จะเริ่มใช้วิธีการสื่อสารที่คุ้นเคยทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทาง ซึ่งพัฒนามาจากความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การสื่อสารเป็นวิถีทางที่บุคคลจะเรียนรู้ถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น โดยทั่ว ๆ ไปแล้ว ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นลักษณะเฉพาะบุคคล จนกลายเป็นลักษณะที่สำคัญของบุคลิกภาพ และเมื่อบุคคลเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น มีความเคารพในเอกลักษณ์ของตนเองมากขึ้น ความรู้สึกนี้จะแผ่ขยายไปสู่ผู้อื่น จะรักและเห็นคุณค่าของผู้อื่น มีความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่นมากขึ้นตลอดจนมีความรู้สึกเชื่อมั่น มั่นใจ และมีกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าต่อไปอย่างไม่หือถอย มีความคิดสร้างสรรค์ในสิ่งที่ต้องการให้แก่ตนเอง ครอบครัวยุและสังคมตลอดเวลา แต่หากบุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำหรือไม่เห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลนั้นจะไม่มี ความมั่นใจต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของตน มีแนวโน้มทำลายตัวเอง มีพฤติกรรมการคิดสารเสพติด การก่ออาชญากรรมและก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้ นอกจากนี้ จริญญา ชันกฤษณ์ (2543 , หน้า 10) ได้สนับสนุนว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จะทำให้บุคคลมีความมั่นใจในการตัดสินใจเลือกหรือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ อันจะช่วยส่งเสริมบุคลิกภาพของตน ซึ่งจะทำให้เกิดความน่าเชื่อถือและได้รับการไว้วางใจจากคนอื่น ๆ อีกด้วย คนที่ไม่เข้าใจในตนเอง ไม่ยอมรับตนเอง มองไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ย่อมมีชีวิตอยู่ด้วยการหลอกลวงคนอื่น ๆ และหลอกลวงตัวเองตลอดเวลา และมนูญ ตนะวัฒนา (2539 , หน้า 154) ได้อธิบายว่า ลักษณะของคนที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จะประกอบด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง มีความสามารถที่จะทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และส่งผลถึงการปรับตัวได้เป็นอย่างดี ไม่รู้สึกว่าเขาเองมีปมด้อย หรือขาดความเชื่อมั่น ไม่ด่าหิ เกลียด หรือลงโทษตัวเอง แต่มีความรู้สึกที่สมบูรณ์ รวมทั้งสามารถเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ลักษณะสำคัญอีกประการ

หนึ่ง คือ จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง คือมีความสามารถที่จะประเมินคุณสมบัติและความสามารถของตนได้ตรงตามความเป็นจริง ไม่ตั้งระดับแรงบันดาลใจไว้สูงเกินกว่าความสามารถที่แท้จริง ซึ่งอาจทำให้เขาประสบความล้มเหลวในบั้นปลาย หรือตั้งความหวังที่จะใช้ความสามารถต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงของตน

พัฒนาการของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

บุคคลที่พัฒนาการจากวัยเด็ก สู่วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ นั้น จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เริ่มต้นจากภายในครอบครัว ซึ่งจะเกิดขึ้นในเวลาไม่นานหลังจากคลอด โดยทารกจะเริ่มรู้จักส่วนต่างๆ ของร่างกายอันเป็นจุดเริ่มต้นที่จะช่วยให้เขาได้รับรู้เกี่ยวกับตนเอง (Bary, 1984) สิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กคือ สัมพันธภาพของบิดา มารดาและบุคคลอื่นที่มีความสำคัญต่อเด็ก โดยที่มารดาจะเป็นแบบอย่างโครงสร้างต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในเด็ก มารดาที่แสดงความรักและพอใจบุตร จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ส่วนเด็กที่ไม่ได้รับความรักและความสนใจจากมารดา จะรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่ำ ส่วนการมีสัมพันธภาพกับบุคคลสำคัญของเด็ก จะช่วยให้เด็กมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้ตลอดชีวิต พัฒนาการดังกล่าวจะส่งผลให้บุคคลก้าวออกสู่สังคมภายนอกมากขึ้น มีประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมใหม่ การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้มโนภาพที่บุคคลมีต่อตนเองเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ซึ่งส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้น ๆ (Coopersmith, 1975 อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538, หน้า 83) ดังนั้นความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจึงมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดทุกช่วงของชีวิต การที่ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีบทบาทสำคัญต่อบุคคลในการดำเนินชีวิต มีส่วนเกี่ยวข้องกับ ความเชื่อมั่นในตนเอง และการนับถือตนเอง เป็นการแสดงว่าบุคคลนั้นมีความสามารถและมีค่าที่จะดำรงชีวิตอยู่ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นมโนทัศน์ที่เรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังที่ Wiggins และ Giles (1984 อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538, หน้า 83) มีความเห็นว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนั้นสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงให้เพิ่มมากขึ้นได้ และเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยเหลือ ส่งเสริมให้บุคคลอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีความเชื่อมั่นว่าจะดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณค่า จะเห็นได้ว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนอกจากจะเปลี่ยนแปลงไปตามวัย วุฒิภาวะและสิ่งแวดล้อมแล้ว ยังเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต คือถ้าเหตุการณ์ในชีวิตของบุคคลใดดำเนินไปในทางด้านดี ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนกระทำ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก็จะเพิ่มขึ้น ในทางตรงข้ามถ้าบุคคลใดประสบเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกว่าตนเองหมดความสามารถ ไร้ประโยชน์ สูญเสียอำนาจ

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก็จะลดลง และนอกจากนี้ปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมก็มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเช่นเดียวกัน (โฆนิค พรประเสริฐ , 2546 , หน้า 12)

องค์ประกอบของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

Maslow (Maslow , 1970) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ

1. การยอมรับนับถือและการประเมินคุณค่าในตนเอง เป็นความต้องการที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกรับรู้ในคุณค่าของตนเอง เช่น ความแข็งแรง การประสบความสำเร็จ มีความเชี่ยวชาญหรือเป็นผู้ได้รับชัยชนะ มีทรัพย์สินสมบัติ มีความมั่นใจในการเผชิญหน้ากับโลก สามารถพึ่งตนเองได้และมีสิทธิเสรีภาพ จะเห็นได้ว่าความต้องการในส่วนนี้จะประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ การมีจุดเด่น (Strength) ผลสัมฤทธิ์ (Achievement) ความสามารถที่เหมาะสมต่อสภาพการณ์ต่าง ๆ (Adequacy) การบรรลุเป้าหมายและความสามารถ (Mastery and Competence) ความเชื่อมั่น (Confidence) การพึ่งตนเองและความมีอิสระเสรี (Independence and Freedom)

2. การได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น เป็นความต้องการที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น เช่น ในด้านสถานภาพทางสังคม ต้องการเป็นที่ยอมรับ ได้รับความสนใจ มีผู้ให้ความสำคัญและเป็นที่ชื่นชอบ

Makay และ Gaw (1975 อ้างใน เสาวภา วิจิตวาที , 2534 , หน้า 43) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ

1. การยอมรับนับถือตนเอง เป็นความรู้สึกที่มีคุณค่าที่ได้รับจากการมีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นผลให้มีความเชื่อว่า “ฉันเป็นคนมีความสามารถ เพราะฉะนั้นชีวิตฉันจึงเป็นสิ่งที่มีความค่า”

2. ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นผลรวมจากการประเมินแต่ละบุคคลที่สามารถเผชิญและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

Gates (1978 อ้างใน เสาวภา วิจิตวาที , 2534 , หน้า 42) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

1. ความรู้สึกต่อร่างกายตนเอง (The body self) หมายถึง บุคคลคิดและรู้สึกต่อรูปร่างและหน้าที่ของร่างกาย ตลอดจนความสามารถของหน้าที่พื้นฐานของร่างกาย

2. ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น (The interpersonal self) เป็นส่วนหนึ่งของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่บุคคลคิดและรู้สึกเกี่ยวกับวิธีที่ตนมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นคนที่สนิทสนมคุ้นเคยหรือบุคคลที่พบโดยบังเอิญ

3. ความสำเร็จของตนเอง (The achieving self) หมายถึง สิ่งที่บุคคลคิดและรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถของตนที่จะนำตนไปสู่ความสำเร็จในชีวิตครอบครัว การทำงานและสิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน

4. ความเป็นเอกลักษณ์ของตน (The identification) เป็นความรู้สึกทางนามธรรมและพฤติกรรมที่แสดงความสนใจทางศีลธรรมและจิตวิญญาณ

Coopersmith (1981) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ

1. องค์ประกอบภายในตน หมายถึง ลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลที่มีผลทำให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน ประกอบด้วย

1.1 ลักษณะทางกายภาพ ลักษณะทางกายภาพบางลักษณะมีส่วนช่วยให้บุคคลเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น เช่น ความงาม มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเพศหญิง ส่วนความแข็งแรง ความรวดเร็ว มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเพศชาย

1.2 ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและการกระทำ ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ และการกระทำมีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จของบุคคลทั้งในโรงเรียนและสังคมโดยเฉพาะในวัยเรียน การประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวมีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

1.3 ภาวะทางอารมณ์ ภาวะทางอารมณ์เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงความพอใจ ความเป็นสุข ความวิตกกังวล ซึ่งเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเอง บุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพึงพอใจในตนเองและมีภาวะอารมณ์ด้านบวก ส่วนบุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ไม่ดีจะไม่มีความพึงพอใจในภาวะปัจจุบันของตน และมองว่าตนเองไม่สามารถจะประสบความสำเร็จในอนาคตได้

1.4 ค่านิยมส่วนบุคคล บุคคลจะประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนให้คุณค่าและความสำคัญ บุคคลที่ให้คุณค่าแก่ความสำเร็จทางด้านการเรียน ถ้าเขาประสบความสำเร็จล้มเหลว เขาจะประเมินคุณค่าของตนเองต่ำลง การให้คุณค่าของบุคคลแก่สิ่งหนึ่งสิ่งใดจะสอดคล้องกับสิ่งที่สังคมให้คุณค่า ถ้ามีความสอดคล้อง ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะยิ่งสูงขึ้น แต่ถ้าค่านิยมส่วนตัวของตนไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคม บุคคลจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง

1.5 ความทะเยอทะยานหรือระดับความมุ่งมั่น การตัดสินใจคุณค่าของบุคคลอยู่บนพื้นฐานของการเปรียบเทียบผลงานและความสามารถของตนกับมาตรฐานส่วนตนที่ตั้งไว้ ถ้าบุคคลมีผลงานและความสามารถตรงตามเกณฑ์หรือดีกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ บุคคลจะเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้บุคคลจะรู้สึกว่าคุณค่าตนเองล้มเหลว ซึ่งจะส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

2. องค์ประกอบภายนอกคน หมายถึง สภาพแวดล้อมที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ส่งผลให้บุคคลเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ประกอบด้วย

2.1 ความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง – ครอบครัว ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่อเด็ก คือ สัมพันธภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก โดยอยู่ภายใต้สภาพแวดล้อมดังนี้

2.1.1 การที่ผู้ปกครองยอมรับเด็กทั้งหมด หรือเกือบทั้งหมดเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึกและคุณค่าอย่างที่เป็นอยู่

2.1.2 การที่ผู้ปกครองกำหนดขอบเขตการกระทำไว้อย่างชัดเจน และดูแลให้เด็กทำตามขอบเขตนั้น

2.1.3 การที่ผู้ปกครองให้ความนับถือและความเป็นอิสระแก่เด็กในขอบเขตการกระทำที่กำหนดให้ รวมทั้งเน้นการให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ

2.2 โรงเรียน – การศึกษา โรงเรียนสามารถจัดสภาพแวดล้อมในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กต่อจากทางบ้านได้ ซึ่งการที่ครูเปิดโอกาสให้เด็กสามารถทำกิจกรรมต่างๆ อย่างอิสระ โดยไม่จำกัดระเบียบที่วางไว้ การให้ความช่วยเหลือแก่เด็กในการแก้ปัญหาต่างๆ จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับจากครูและเพื่อน ๆ ในห้องเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นการส่งเสริมให้เด็กเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้

2.3 สถานภาพทางสังคม เป็นสิ่งที่แสดงถึงตำแหน่งหรือสถานะของบุคคลในสังคม โดยการพิจารณาจากลักษณะความเป็นอยู่ รายได้และสถานที่อยู่อาศัย บุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับสูง จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับปานกลางและต่ำ

2.4 กลุ่มเพื่อน นับเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยบุคคลจะเรียนรู้ตนเอง ให้คุณค่าตนเองจากการประเมินและเปรียบเทียบตนกับเพื่อนในเรื่องของทักษะ ความสามารถและความถนัด หากสิ่งเหล่านี้ได้รับการยอมรับ ยกย่องจากกลุ่มเพื่อนที่ตนนิยมชมชอบ บุคคลจะมองว่าตนมีคุณค่า มีความหมายและการตัดสินใจให้คุณค่าแก่ตนเองย่อมสูงขึ้น

ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หรือการยอมรับนับถือตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเองนั้น เป็นความสุขใจอย่างหนึ่ง ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรู้สึกว่า มีคุณค่า มีศักดิ์ศรี บุคคลที่รู้คุณค่า หรือยอมรับนับถือตนเองนี้จะมีความรู้สึกที่เชื่อมั่น มั่นใจ และมีกำลังที่จะดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าต่อไปอย่างไม่ห่อถอย อีกทั้งมีความสามารถที่จะสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมตลอดเวลา (กัลยา เฟื่องเพียร , 2534)

ในทางตรงกันข้ามกับบุคคลที่ขาดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มักดำเนินชีวิตไปโดยไม่มีจุดหมาย มีชีวิตอยู่เพียงเพื่อให้ชีวิตผ่านพ้นไปวันหนึ่ง ๆ เท่านั้น เนื่องจากความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคุณลักษณะของบุคคลซึ่งมีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิต ดังนั้นบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีภาวะสุขภาพจิตในทางลบ เช่น ความวิตกกังวล อาการซึมเศร้า ความกระวนกระวายใจ มองโลกในแง่ร้าย รวมทั้งอาการทางจิตหรือโรคประสาท (รังสิมา หอมเศรษฐี , 2542)

Ellison and Firestone (1974 อ้างใน สมมาตร วงษ์วันทนี , 2544 , หน้า 35) ได้กล่าวถึงลักษณะของเด็กที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงว่า เป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำสิ่งต่าง ๆ สนใจสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว และมีพฤติกรรมกล้าเสี่ยง ซึ่งตรงข้ามกับเด็กที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีความคิดสร้างสรรค์น้อยกว่า ไม่ค่อยสนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว มีความวิตกกังวลต่อการเผชิญกับภาวะเสี่ยง

นารา ชีเรนทร (2528 , หน้า 29) กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงว่ามีความสามารถในการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถแข่งขันในการทำงานเพื่อให้ประสบผลสำเร็จ ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีความรู้สึกว่าช่วยตนเองไม่ได้ดี มีประสิทธิภาพการทำงานต่ำ มักชอบทำลายมากกว่าที่จะเห็นคุณค่า และมีลักษณะของความวิตกกังวลสูง

Lorr and Wunderlich (1986 อ้างใน เอกราช แก้วเขียว , 2540) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองไว้ 2 ด้าน คือ

1. องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่น (Confidence Factor) ซึ่งประกอบด้วยลักษณะต่างๆ ได้แก่
 - 1.1 มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน
 - 1.2 มีความคาดหวังในความสำเร็จ
 - 1.3 สามารถทำอะไรด้วยความภาคภูมิใจ
 - 1.4 รู้สึกมั่นใจในตนเอง

1.5 ประสบความสำเร็จหลายด้าน

1.6 มีความสามารถสูง

1.7 ชื่นชมตนเอง

1.8 ประเมินตนเองอย่างเชื่อมั่น

1.9 สามารถทำอะไรได้ตามความต้องการ

1.10 มุ่งหวังชัยชนะในการแข่งขัน

1.11 ประสบความสำเร็จมากกว่าล้มเหลว

2. องค์ประกอบด้านความเป็นที่นิยม (Popularity Factor or Social Approval)

ประกอบด้วยลักษณะต่าง ๆ ได้แก่

2.1 เป็นที่ชื่นชอบในหมู่เพื่อนฝูง

2.2 คนทั่วไปมักคิดถึงกับตน

2.3 คนทั่วไปชอบที่จะอยู่ด้วย

2.4 มักได้เข้าไปมีส่วนร่วมในเรื่องต่าง ๆ

2.5 ได้รับความสนใจมากมาย

2.6 คนทั่วไปเคารพยำเกรง

2.7 ได้รับการกล่าวถึงแต่สิ่งที่ดี

2.8 ได้รับการยอมรับจากคนส่วนมาก

2.9 เป็นที่ไว้วางใจของคนอื่น

2.10 คนส่วนมากชอบคบหาสมาคมด้วย

2.11 สนุกสนานเมื่ออยู่ด้วย

ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง (Hight Self - Esteem)

Branden (1983) กล่าวว่า พฤติกรรมของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีดังนี้

1. มีใบหน้า ท่าทาง วิธีการพูดและการเคลื่อนไหวแฝงไว้ด้วยความแจ่มใส ร่าเริง มีชีวิตชีวา มีความปิติยินดีปรากฏอยู่ในตัว

2. สามารถพูดถึงความสำเร็จหรือข้อบกพร่องของตนได้อย่างตรงไปตรงมา และด้วยน้ำใจจริง

3. สามารถเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับคำสรรเสริญการแสดงออกด้วยความรัก ความ
ซาบซึ้ง
 4. สามารถเปิดใจรับคำตำหนิและไม่ทุกขร้อน เมื่อมีผู้กล่าวถึงความผิดพลาดของ
ตน
 5. คำพูดและการเคลื่อนไหว มีลักษณะไม่กังวล เป็นไปตามธรรมชาติ
 6. มีความกลมกลืนกันเป็นอย่างดีระหว่างคำพูด การกระทำ การแสดงออกและ
การเคลื่อนไหว
 7. มีเจตคติที่เปิดเผย อยากรู้ อยากเห็นเกี่ยวกับแนวความคิด ประสบการณ์ใหม่และ
โอกาสใหม่ ๆ ของชีวิต
 8. สามารถที่จะเห็นและสนุกสนานกับแง่ตลกของชีวิตทั้งของตนเองและผู้อื่น
 9. มีเจตคติที่ยืดหยุ่นในการตอบสนองต่อสถานการณ์และสิ่งท้าทาย มีวิญญานของ
การเป็นคนช่างคิด และไม่เอาจริงเอาจังกับชีวิตมากเกินไป
 10. มีพฤติกรรมการแสดงออกในทางที่เหมาะสม
 11. สามารถเป็นตัวของตัวเอง แม้ตกอยู่ภายใต้สถานการณ์ที่มีความเครียด
นอกจากนี้ยังมีตัวบ่งชี้ทางร่างกายหลายอย่างที่สามารถบอกได้ว่า บุคคลมีความรู้สึก
เห็นคุณค่าในตนเองสูง โดยมีลักษณะดังนี้ (ธีระ ชัยยุทธบรรจง , 2542 , หน้า 70)
1. ดวงตาสดใสและมีชีวิตชีวา
 2. ใบหน้าผ่อนคลาย ไม่เครียด มีสีสันเป็นธรรมชาติ (ไม่ดอมโรค) และผิวหนังมี
น้ำมันวล
 3. คางตั้งตรงตามธรรมชาติ
 4. ขากรรไกรผ่อนคลาย
 5. ไหล่ทั้งสองข้างอยู่ในท่าที่ผ่อนคลายและตั้งตรง
 6. มือทั้งสองข้างผ่อนคลาย นิ่มนวลและสงบ ไม่สั่น
 7. แขนทั้งสองข้างห้อยด้วยความผ่อนคลายและเป็นธรรมชาติ
 8. ท่าทางผ่อนคลาย ตัวตรงและสมดุล
 9. เดินอย่างสง่าผ่าเผย ไม่ดูก้าวร้าวหรือแบกความทุกข์
 10. น้ำเสียงนุ่มนวลเหมาะสมกับสถานการณ์ และมีการออกเสียงที่ชัดเจน

ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self - Esteem)

สีกดังนี้ Dinkmeyer (1965) กล่าวว่า คนที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีความรู้

1. คิดว่าตนเองไม่ใช่คนสำคัญ
2. ไม่ใช่เป็นบุคคลที่คนอื่นชอบหรือไม่รู้เหตุผลที่คนอื่นมาชอบตน
3. ไม่สามารถทำอะไรได้หลาย ๆ อย่างที่อยากจะทำ หรือทำตามแนวทางที่คิดว่าจะเป็น
4. ไม่แน่ใจในความคิดและความสามารถของตนเอง เห็นค่าความคิดของบุคคลอื่น และงานของคนอื่นดีกว่าของตน
5. คิดว่าไม่มีใครสนใจตนเอง
6. ไม่กล้าตำหนิใคร
7. ไม่ชอบทำอะไรที่เกิดขึ้นใหม่ ๆ
8. ไม่สามารถที่จะบังคับตนเองเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นและคาดหวังว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะเลวร้ายลงไปอีกแทนที่จะดีขึ้น

นอกจากนี้ยังพบว่า บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีลักษณะดังนี้ (ธีระชัยยุทธบรรยง , 2542 , หน้า 71)

1. มีปัญหาจิตใจมากกว่าบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง เช่น มีความวิตกกังวล นอนไม่หลับ ไม่มีความสุขและเกิดอาการผิดปกติทางร่างกาย
2. มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ อาจจะเป็นเพราะตั้งเป้าหมายในชีวิตสำหรับตนต่ำ
3. มีอาการหมกมุ่นกับความคิดตนเอง อ่อนแอต่อการถูกปฏิเสธและต้องการการยอมรับจากสังคมมาก
4. มีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองในทางลบ มักได้รับการปฏิเสธจากคนอื่นมากกว่าบุคคลที่มีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองในแง่ดี
5. มักมองความคิดเห็นของผู้อื่นแล้วทำลายซ้ำเติม เพื่อให้ตนเองเกิดความรู้สึกสบายใจ แต่การกระทำนี้กลับเป็นผลเสีย เพราะเป็นการซ้ำเติมตัวเองมากขึ้นและยังทำให้ผู้อื่นเกลียดตนมากขึ้นด้วย

การวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกที่บุคคลพึงพอใจในตนเอง การวัดความรู้สึกพึงพอใจในตนเองของบุคคลจึงกระทำได้ค่อนข้างยาก อย่างไรก็ตามได้มีผู้สร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้วิธีการรายงานตนเอง (Self - Report) ไว้หลายแบบ เช่น แบบวัด Tennessee Self - Concept Scale (Fitts , 1964) แบบวัด Self - Esteem Scale (Rosenberg , 1965) Self - Esteem Inventory (Coopersmit , 1967) เป็นต้น (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา , 2538)

Rogers and Allport (อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา , 2538) ได้แสดงความคิดเห็นว่า ถ้าต้องการทราบความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองของใครก็ตาม ก็ควรไปถามผู้นั้น เพราะไม่มีใครรู้จักตัวเขาดีไปกว่าตัวเขาเอง Robinson and Shaver (1976 อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา , 2538) เห็นว่า ในการพัฒนาแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้วิธีการรายงานตนเองอย่างมีมาตรฐานนั้น ผู้สร้างควรกำหนดให้มีสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงไว้ในแบบวัดของตนเพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ตอบแบบวัดตอบแบบวัดในลักษณะที่ทำให้ตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น ๆ นอกจากนี้ควรมีการศึกษาว่าวิธีการรายงานตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีความสอดคล้องกับการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลต่าง ๆ เช่น นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครู ตลอดจนเพื่อนหรือไม่ ในแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยทั่วไปมักขาดคุณสมบัติดังกล่าว ซึ่งรวมถึงแบบวัด Tennessee Self - Concept Scale (Fitts , 1964) จะมีเฉพาะสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง แบบวัด Self - Esteem Scale (Rosenberg , 1965 อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา , 2538) ไม่มีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง และการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่น ในขณะที่แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (Self - Esteem Inventory , Coopersmit , 1967) นั้นมีคุณสมบัติทั้ง 2 ลักษณะ กล่าวคือ มีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่น

Coopersmith (อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา , 2538) ได้สร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith Self - Esteem Inventory) โดยใช้รูปแบบของการ รายงานตนเอง เขาได้สร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง 3 ฉบับ คือ ฉบับนักเรียน (School Form) ฉบับสั้น (School Short Form) และฉบับผู้ใหญ่ (Adult Form) โดยที่แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ฉบับนักเรียน จะเหมาะสมกับเด็กอายุ 8 - 15 ปี ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความที่เป็นการรายงานตนเอง 50 ข้อ แบ่งออกเป็นหมวดต่าง ๆ คือ หมวดตนโดยทั่วไป ตนทางสังคม พ่อแม่และที่บ้าน โรงเรียนและการศึกษา และหมวดการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง ได้มีผู้ศึกษาหาความเที่ยงของแบบวัดฉบับนี้ โดยการตรวจสอบความคงที่ภายใน กับนักเรียนเกรด 5 , 9 และ 12 รวม 600 คน ได้ค่า

.81 .86 และ .08 ตามลำดับ และมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายใน จากการศึกษากับนักเรียนเกรด 4 – 8 จำนวน 7,600 คน สูงถึง .87 - .92 ส่วนความตรงได้ทดสอบกับ นักเรียนเกรด 4 – 8 จำนวน 7,600 คน ได้ผลยืนยันความตรงตามโครงสร้างทฤษฎี Coopersmith

Coopersmith (1984 อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538) ได้นำแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนมาดัดแปลงและสร้างเป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้นประกอบด้วยข้อกระทงย่อย 25 ข้อ มีการศึกษาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น ได้ค่า .86 ต่อมา มีการดัดแปลงภาษาและสถานการณ์ในข้อกระทงของแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น เป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป มีการศึกษากับนักเรียนไฮสคูลและนักศึกษาวิทยาลัย จำนวน 647 คน โดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น และแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ แล้วหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดทั้ง 2 ฉบับ ได้ค่าสหสัมพันธ์สูงถึง .80 แสดงให้เห็นว่าแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith ทั้ง 3 ฉบับ วัดในสิ่งเดียวกัน

สำหรับในประเทศไทย มีผู้นำแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith ฉบับผู้ใหญ่มาแปลและดัดแปลงไปใช้ อาทิ นาดยา วงศ์สถิตย์ (2532) ได้แปลแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ของ Coopersmith มาใช้ในการศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น และนิภาวรรณ กิริยะ (2534, อ้างใน วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538) ได้สร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยแปลและปรับปรุงมาจากแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ของ Coopersmith จำนวน 25 ข้อ ได้ข้อกระทงทั้งหมด 38 ข้อ

สำหรับแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่จำแนกตามคุณลักษณะบางประการของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยมีความประสงค์ที่จะสร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองขึ้นใหม่ตามองค์ประกอบความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด

คุณลักษณะบางประการของนักเรียน

เนื่องจากคุณลักษณะของบุคคลแต่ละคนนั้นไม่เหมือนกัน มีความแตกต่างกัน หรืออาจมีลักษณะที่ไม่ซ้ำใครและไม่เหมือนใคร ซึ่งความแตกต่างระหว่างบุคคลนั้น ทำให้บุคคลมีเอกลักษณ์ของตนเอง ดังมีคำกล่าวที่ว่า ไม่มีบุคคล 2 คนใดที่จะเหมือนกันไปทุกอย่าง หรือไม่มีใครเลยที่จะเหมือนกันไปทุกอย่าง (No two individuals are ever identical) หรือดังที่เพลโต กล่าวว่า ไม่มีใครสองคนที่จะเกิดมาเหมือนกันทุก ๆ อย่างได้ (No two persons are born exactly alike) (อารี พันธมณี , 2534 , หน้า 33) ดังนั้นคุณลักษณะของบุคคลที่ผู้วิจัยสนใจศึกษา เพื่อแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างอย่างชัดเจน คือ อาชีพผู้ปกครอง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ซึ่งจะเห็นว่าเป็นข้อมูลที่ได้มาจาก 2 ทาง คือ คุณลักษณะจากสภาพพื้นฐานของผู้ปกครองและคุณลักษณะจากตัวนักเรียน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

คุณลักษณะจากสภาพพื้นฐานของผู้ปกครอง

คุณลักษณะจากสภาพพื้นฐานของผู้ปกครองที่ทำการศึกษาค้างนี้ คือ อาชีพผู้ปกครอง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว และระดับการศึกษาของผู้ปกครอง โดยจะใช้ข้อมูลของบิดา มารดา หรือผู้ปกครองที่เป็นหัวหน้าครอบครัว มีรายละเอียดดังนี้

อาชีพของผู้ปกครอง หมายถึง การทำงานหารรายได้ของหัวหน้าครอบครัว (เมือง อินทร์ ชรสุวรรณ , 2534 , หน้า 12) โดยผู้วิจัยได้แบ่งอาชีพของผู้ปกครองออกเป็น 3 กลุ่มอาชีพ ดังนี้

1. รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ
2. ธุรกิจหรือค้าขาย
3. เกษตรกรและอื่นๆ

รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว หมายถึง รายได้แต่ละเดือนของบิดา และมารดา รวมกัน หรือรายได้ของผู้ปกครองนักเรียนที่อาศัยอยู่ด้วย ผู้วิจัยได้แบ่งฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

1. ครอบครัวที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 20,000 บาท
2. ครอบครัวที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนระหว่าง 20,000 – 40,000 บาท
3. ครอบครัวที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนสูงกว่า 40,000 บาท

ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง หมายถึง วุฒิต่างทางการศึกษาสูงสุดของบิดา มารดา หรือผู้ปกครองนักเรียนที่อาศัยอยู่ ผู้วิจัยได้แบ่งระดับการศึกษาของผู้ปกครองออกเป็น 2 ระดับ ดังนี้

1. ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี
2. ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี

และจากการศึกษา พบว่า คุณลักษณะจากสภาพพื้นฐานของผู้ปกครองทั้ง 3 ด้าน คือ อาชีพผู้ปกครอง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว และระดับการศึกษาของผู้ปกครอง มีบทบาทสำคัญต่อแนวความคิด จิตใจ ทักษะคิด ผลการเรียนรู้ ตลอดจนแนวทางการดำเนินชีวิตของเด็ก ดังเช่น

ดร.โรเบิร์ต กรีฟวีย์ แห่งมหาวิทยาลัย Western Australia ได้กล่าวไว้ในบทความเรื่อง “Raising the Achievement Level of Children in Primary Education” ซึ่งแปลโดย ชาญชัย อาจินสมาจาร (2523 , หน้า 24 - 27) ซึ่งได้กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็กในโรงเรียน ประถมศึกษาต่ำว่า มีสาเหตุหลายประการด้วยกัน และสาเหตุหนึ่งก็คือ การสนับสนุนจากผู้ปกครอง เด็กที่ประสบความสำเร็จ คือ เด็กที่ได้รับการสนับสนุนจากผู้ปกครองในการเรียนเป็นอย่างดี ส่วนเด็กที่ไม่ได้รับการสนับสนุนจากผู้ปกครองด้วยสาเหตุใดก็ตาม ผู้ปกครองอาจจะไม่เอาใจใส่ในผลการเรียนของเด็ก ทั้งนี้อาจเกิดจากความเฉยเมย หรือความไม่รู้ในสิ่งที่โรงเรียนดำเนินการอยู่ ผู้ปกครองอาจจะไม่รู้หนังสือ หรือ กึ่งรู้หนังสือ (illiterate or semi-literate) ความรู้ของผู้ปกครองที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับครูก็เลือนหายไป และความกดดันทางเศรษฐกิจก็เป็นสาเหตุหนึ่ง นั่นคือ ผู้ปกครองที่มีฐานะยากจนอาจจะมี ความกดดันต่อการเข้าโรงเรียนของเด็ก การให้เด็กช่วยเหลืองานบ้านจะมีน้ำหนักกว่าให้เด็กได้เข้าโรงเรียน

นอกจากนี้ Coster (1959 อ้างใน เมืองอินทร์ ชรัสวรรณ , 2534 , หน้า 23) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลทางเศรษฐกิจและสังคมของนักเรียน ได้ข้อสรุปว่า ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง ตลอดจนฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์กับเชาวน์ปัญญาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็ก

และจากการศึกษาองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์กับสัมฤทธิ์ผลในการเรียนของคณะครู ศาสตราจารย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อ้างใน เมืองอินทร์ ชรัสวรรณ , 2534 , หน้า 53) ปรากฏว่า ความสามารถในการเรียนของนักเรียนมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับภูมิหลังของฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมของนักเรียน แสดงว่า สภาพครอบครัวดี นักเรียนจะสอบได้คะแนนดี

ดังนั้นคุณลักษณะจากสภาพพื้นฐานของผู้ปกครองจึงน่าจะเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งที่ส่งผลกระต่อนักเรียน เป็นเหตุผลที่ทำให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาว่า หากคุณลักษณะจากสภาพพื้นฐานของผู้ปกครองแตกต่างกัน นักเรียนจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นเช่นไร

คุณลักษณะจากตัวนักเรียน

คุณลักษณะจากตัวนักเรียนที่ทำการศึกษาค้างนี้ คือ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน มีรายละเอียดดังนี้

ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

มีผู้ให้ความหมายของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไว้มากมาย เช่น

สุธรรม จันทน์หอม (2519 , หน้า 99) ได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ผลของการเรียนการสอน ได้แก่ ความรู้ ทักษะ และความสามารถในด้านต่างๆ ที่นักเรียนได้รับจากการอบรมสั่งสอนของครู รวมเรียกว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ไพศาล หวังพานิช (2526 , หน้า 89) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ความสามารถของบุคคลอันเกิดจากการเรียนการสอน เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการฝึกอบรมหรือจากการสอน

ด่าย เชียงฉี (2523 , หน้า 64) ได้กล่าวไว้ว่า การวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Achievement Test) ได้แก่ การวัดในด้านการเรียนรู้ในเรื่องของความรู้ ความรู้สึนึกคิดหรือทัศนคติ และทักษะต่าง ๆ อันเกิดจากการอบรมสั่งสอนของครู

รัตติกาล จันดาดี (2541 , หน้า 27) ได้สรุปคำจำกัดความไว้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นมวลประสบการณ์ที่เกิดจากการเรียนการสอนหรือการฝึกอบรมในด้านทักษะ ความรู้ และความสามารถซึ่งสามารถแสดงออกมาและสามารถวัดได้

จากแนวคิดของแต่ละท่าน ดังที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงขอสรุปความหมายของ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่า หมายถึง มวลประสบการณ์ต่างๆของผู้เรียน ซึ่งเป็นผลของการเรียนการสอน ทั้งในด้าน ความรู้ ความสามารถ ความรู้สึนึกคิดหรือทัศนคติ รวมถึงทักษะกระบวนการต่าง ๆ และมวลประสบการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้สามารถวัดได้

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ในกระบวนการเรียนรู้ การที่ผู้เรียนจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงหรือต่ำเพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการ ดังที่ Bloom (1976 อ้างใน เรณู จันทรกุล , 2538,

หน้า 26) นักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้กล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้ในโรงเรียนว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในโรงเรียน ประกอบด้วยตัวแปร 3 ตัวแปร คือ

1. พฤติกรรมด้านความรู้ความคิด (Cognitive entry behaviors) หมายถึง ความรู้ความสามารถและทักษะต่าง ๆ ของผู้เรียนที่มีมาก่อน
2. คุณลักษณะทางจิตใจ (Affective entry characteristics) หมายถึง แรงจูงใจที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความอยากเรียนรู้ในสิ่งใหม่ ๆ ได้แก่ ความสนใจในวิชาที่เรียน เจตคติต่อเนื้อหาวิชา และสถาบัน และการยอมรับความสามารถของตนเอง เป็นต้น
3. คุณภาพการเรียนการสอน (Quality of instruction) หมายถึง ประสิทธิภาพการเรียนการสอนที่นักเรียนจะได้รับ ได้แก่ คำแนะนำการปฏิบัติและแรงเสริมของผู้สอนที่มีต่อผู้เรียน เป็นต้น

Klausmier (1961 อ้างใน เรณู จันทร์กฤษ , 2538 , หน้า 27) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนว่า นอกจากตัวนักเรียนเอง และครูผู้สอนแล้ว ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เช่น บ้าน สิ่งแวดล้อม และการศึกษาส่วนตัวของนักเรียน เป็นต้น และได้เสนอรูปแบบองค์ประกอบเหล่านี้ไว้ 6 ประการ คือ

1. คุณลักษณะของผู้เรียน ได้แก่ ความพร้อมทางด้านสมองและความพร้อมทางด้านสติปัญญา ความพร้อมทางด้านร่างกายและความสามารถทางด้านทักษะทางร่างกาย คุณลักษณะทางจิตใจ ซึ่งได้แก่ ความสนใจ แรงจูงใจ เจตคติและค่านิยม สุขภาพ ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ความเข้าใจในสถานการณ์ อายุ และเพศ เป็นต้น
2. คุณลักษณะของผู้สอน ได้แก่ สติปัญญา ความรู้ในวิชาที่สอน การพัฒนาความรู้ ทักษะร่างกาย คุณลักษณะทางจิตใจ สุขภาพ ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ความเข้าใจในสถานการณ์ อายุ และเพศ เป็นต้น
3. พฤติกรรมระหว่างผู้สอนและผู้เรียน ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการดำเนินการเรียนการสอนทั้งหลาย กล่าวคือ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ความคิด วิธีการที่ครูนำมาสอน ทักษะทางร่างกาย และการกระทำทางจิตใจและความรู้สึก เป็นต้น
4. คุณลักษณะของกลุ่ม ได้แก่ โครงสร้าง เจตคติ ความสามัคคี และการเป็นผู้นำ เป็นต้น
5. คุณลักษณะของพฤติกรรมเฉพาะตัว ได้แก่ การตอบสนอง เครื่องมือและอุปกรณ์ เป็นต้น

6. แรงผลักดันภายนอก ได้แก่ บ้าน สิ่งแวดล้อม อิทธิพลทางศิลปวัฒนธรรม เป็นต้น

สรุป คือ องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้นประกอบด้วย คุณลักษณะของตัวนักเรียนเอง คุณลักษณะของครูผู้สอน พฤติกรรมระหว่างผู้สอนและผู้เรียน คุณลักษณะของกลุ่ม คุณลักษณะของพฤติกรรมเฉพาะตัว และแรงผลักดันภายนอก

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

อรนุช สมภักดี (2540 , หน้า 25) กล่าวว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัวแปรที่สะท้อนถึงความสามารถในการปรับเข้าสู่สิ่งแวดล้อมทางการศึกษาของผู้เรียน การจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีได้นั้นต้องอาศัยหลายสิ่งประกอบกัน เช่น ระดับความสามารถของผู้เรียน ความตั้งใจ แรงจูงใจ นอกจากนั้นแล้ว นักการศึกษาหลายท่านยังให้ความสนใจกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยคาดว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นอีกตัวแปรหนึ่งซึ่งส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน Coopersmith (Coopersmith , 1984 , p. 35) กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเรียน โดยอ้างถึงรายงานการวิจัยของนักการศึกษาหลายท่านที่พบว่า เด็กที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงมักเป็นเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีกว่าเด็กที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และเสนอแนะว่าการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้มีการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วย และ Maruyama : Rubin & Kingbury (1981 , p. 970 อ้างใน อรนุช สมภักดี , 2540 , หน้า 25) ให้ความเห็นว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองน่าจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเรียน เนื่องจากความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองทำให้นักเรียนมีความทะเยอทะยานมากขึ้น มีการตั้งระดับความคาดหวังสูงขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อความสามารถของตนทำให้นักเรียนไม่เลิกล้มความตั้งใจโดยง่ายเมื่อมีอุปสรรคต่างๆ แต่จะพยายามต่อไปจนประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยจำนวนมากที่แสดงให้เห็นว่าผู้เรียนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อความสามารถและคาดหวังว่าจะเรียนได้ดีก็มักจะเรียนได้ดีตามที่คาดหวังไว้ แต่ผู้เรียนที่ไม่มั่นใจในความสามารถของตนเองหรือคาดหวังว่าจะ ล้มเหลวก็มักมีแนวโน้มที่จะหมดความพยายามหรือยอมแพ้ต่ออุปสรรคโดยง่าย (ศศิกันต์ ธนะโสธร , 2528 , หน้า 26)

All rights reserved

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กาญจนา พงศ์พฤกษ์ (2523) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยปรากฏว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ($r = .33$) แต่มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวล ($r = -.37$) และความวิตกกังวลมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ($r = -.33$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เดชชัย ชันมะลิ (2531) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่อการขาดเรียน การตกชั้น และการออกกลางคันของนักเรียนชาวเผ่าม้ง กรณีโรงเรียนศรีเนรุห์ จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำประการหนึ่งก็คือ ผู้ปกครองขาดการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี ลักษณะอาชีพและครอบครัวเป็นอุปสรรคต่อการส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียน

กัลยา เพื่องเพียร (2534) ได้ศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิตที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ผลการวิจัยปรากฏว่า นักศึกษาได้รับประสบการณ์จากการเข้ากลุ่มฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิตมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับประสบการณ์จากการเข้ากลุ่มฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ศรีนวล วิวัฒน์คุณูปการ (2535) ได้ทดลองใช้โปรแกรมการฝึกอบรมพฤติกรรมเหมาะสมในการแสดงออก และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสำหรับนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผลการวิจัยปรากฏว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกตามโปรแกรมฝึกอบรมพฤติกรรมเหมาะสมในการแสดงออก และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสำหรับนักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมเหมาะสมในการแสดงออก และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้รับการฝึกจากโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จกกลณี ดุษฎีเจริญ (2540) ได้ศึกษาสัมพันธภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา การเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น ผลการวิจัยปรากฏว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($p\text{-value} < .001$) และสัมพันธภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา ($p\text{-value} < .001$) ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นเรียน ลำดับการเกิด อายุของบิดามารดา ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของบิดามารดา และรายได้ของครอบครัว

สาวิตรี ทยานศิลป์ (2541) ได้ศึกษาอิทธิพลของครอบครัวต่อความภาคภูมิใจในตนเองของวัยรุ่น ผลการวิจัยปรากฏว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง (ร้อยละ 61.5) มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่มีความภาคภูมิใจในตนเองในระดับสูงและต่ำ (ร้อยละ 18.8 และ 19.7 ตามลำดับ) โดยที่วัยรุ่นชายและหญิงมีรูปแบบของระดับความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved