

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเห็นคุณค่าในตนเอง มาจากคำในภาษาอังกฤษว่า “Self- Esteem” นักวิชาการบางท่านใช้คำว่า “ความภาคภูมิใจในตนเอง” และบางท่านใช้คำว่า “อัตคุณทัศน” (ประดิษฐ์ อูปรมย์, 2544, หน้า 146) การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของบุคคลที่ควรให้ความสำคัญ เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะต่าง ๆ หลายประการที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพของบุคคลในการดำรงตนอยู่ในสังคม อาทิ ความเชื่อมั่นในตนเอง วุฒิภาวะทางอารมณ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความมุ่งมั่นปรารถนาทางการศึกษา (นุชบากร ตันชาวรรณ, 2545, หน้า 1) การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสำคัญอย่างมากในการสร้างเจตคติให้เกิดขึ้นกับตนเองทำให้เกิดความเชื่อมั่น และมีความรู้สึกที่ดีกับบุคคลรอบข้าง ตลอดจนสามารถปรับตัวทางอารมณ์ สังคม เผชิญ กับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ พร้อมทั้งสามารถยอมรับเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ใจได้ดีกว่าบุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ทำให้เป็นคนมองโลกในแง่ร้าย อารมณ์ไม่ดี หงุดหงิดง่าย การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างยากลำบาก การขาดความมั่นใจจะส่งผลทำให้คนรอบข้างขาดความสงบสุขไปด้วย การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการตัดสินใจคุณค่าของตนเอง เป็นการพิจารณาตัดสินใจของตนเองในเรื่องการประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การปฏิบัติหรือการยอมรับตนเอง การรู้สึกว่าตนเองมีค่าตลอดจนการได้รับการยอมรับจากสังคม การที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นคนที่มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นใจในตนเอง หนักแน่น ส่งผลถึงการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถดำรงชีวิตได้โดยปราศจากความรู้สึกด้อย ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำนั้น จะมีความรู้สึกด้อย อ่อนไหวง่าย มองโลกในแง่ร้าย ขาดความมั่นใจ รวมไปถึงไม่สามารถใช้ศักยภาพได้อย่างเต็มความสามารถ (พลนุช พุ่มไสว, 2543, หน้า 23)

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีอายุระหว่าง 15 –18 ปี ซึ่งเป็นช่วงของวัยรุ่นวัยนี้เป็นวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กต่อเนื่องกับความเป็นผู้ใหญ่ เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยที่ต้องมีการปรับตัวทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ หากเด็กวัยรุ่นคนใดสามารถผ่านพ้นช่วงเวลานี้ไปได้อย่างราบรื่น มีปัญหาที่ไม่ซับซ้อนเกินกว่าจะแก้ไขได้เด็กวัยรุ่นคนนั้นก็ย่อมผ่านเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ สามารถจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้เป็นอย่างดี แต่ถ้าเป็นไปในทางตรงกันข้าม ก็จะพบว่าวัยนี้เป็นวัยที่ประสบความสำเร็จยากมาก จากปัญหาเรื่องอารมณ์และการ

ตัดสินใจจนส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมาในที่สุด (สรานุช จันทรวัยเพ็ญ, 2549, หน้า 11) จึงอาจเรียกได้ว่าวัยนี้เป็นวัยวิกฤติ เพราะเป็นวัยที่มีความสับสนทางจิตใจมากที่สุดยิ่งกว่าวัยอื่น ๆ (Erikson, 1968 อ้างใน ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2549, หน้า 26) และจากรายงานสถิติการฆ่าตัวตายสำเร็จของประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2546 โดยศูนย์สารสนเทศ กองแผนงาน กรมสุขภาพจิต พบว่าวัยรุ่นถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นกลุ่มที่มีอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จสูงถึง 7.13 ต่อแสนประชากร และสาเหตุมาจากปัญหาน้อยใจคนใกล้ชิดที่ดูว่ากล่าว (ร้อยละ 43) รองลงมาคือทะเลาะกับคนใกล้ชิด (ร้อยละ 36) ปัญหาผิดหวังจากความรักและหึงหวง (ร้อยละ 23) ตามลำดับ ซึ่งก็ล้วนแต่เป็นผลจากการที่วัยรุ่นขาดความภาคภูมิใจในตนเอง หรือไม่เห็นคุณค่าในตนเอง (Jansen et al., 1993 อ้างใน ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2549, หน้า 37) ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตและการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ของคนทุกคน

จะเห็นได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นลักษณะอันพึงประสงค์ต่อการดำรงชีวิต ของเยาวชนในวัยเรียน ซึ่งตรงตามจุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2544 ข้อที่ 1 ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คือ เห็นคุณค่าในตนเอง มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมอันพึงประสงค์ (กรมวิชาการ, 2544 , หน้า 5) และจากเป้าหมายของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2544 เช่นกัน ได้ระบุว่า การจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนมุ่งพัฒนาให้บุคคลรู้จักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น (กรมวิชาการ, 2544 , หน้า 3) ซึ่งจุดมุ่งหมายดังกล่าวจะทำให้คนไทยเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนดี มีปัญญาและมีความสุข จะเห็นได้ว่าการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองในนักเรียนเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง นักเรียนสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ตลอดชีวิต โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น ทั้งนี้เพราะในช่วงดังกล่าววัยรุ่นให้ความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าในช่วงวัยอื่น ๆ (สุชา จันทรเฒ, 2528, หน้า 1) จากการศึกษาแนวคิดของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1881, p.9-11 อ้างใน อรชума พุ่มสวัสดิ์, 2538, หน้า 13) พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง มี 2 ประการคือ องค์ประกอบภายในบุคคล ที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองจากตนเองในด้านต่าง ๆ และองค์ประกอบภายนอกบุคคล ที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่น ซึ่ง คูเปอร์สมิธ ได้เสนอแนวทางในการช่วยให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเองโดยให้โอกาสบุคคลนั้นได้ใช้พลัง ความสามารถที่มีอยู่ในตัวเอง ได้รับการให้ความสำคัญได้รับความเชื่อถือและประสบความสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหวัง โดยโรงเรียนต้องให้การสนับสนุนให้เขาตระหนักถึงพลังที่มีอยู่ในตนเองและช่วยให้เขาได้ระลึกว่าเขาสามารถพัฒนาตนเองให้สูงขึ้นซึ่งสอดคล้องกับแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองที่ ประดิษฐ์ อูปรมย์ (2544 , หน้า 149) ได้เสนอการส่งเสริมให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเองโดยพยายามเปลี่ยนอัตมโนทัศน์ คือความ

เข้าใจหรือความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ทำให้มองเห็นว่าตนเองมีพลังสามารถคล้อยตามในสิ่งที่เขาเห็นความสำคัญมาไว้ในกรอบครองได้ด้วยตัวเอง ทั้งนี้เมื่อบุคคลประสบความสำเร็จจากสิ่งที่ได้ให้คุณค่าจะทำให้เขาเกิดความภาคภูมิใจ และสามารถปรับค่านิยมบางประการที่มีต่อครอบครัว กลุ่มเพื่อนและสังคมให้ใกล้เคียงกับสิ่งที่ตนได้ทำหรือเพิ่มความพยายามโดยปราศจากความกังวลมากเกินไป

จากเหตุผลที่ได้กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลและเป็นสิ่งที่สามารถส่งเสริมและพัฒนาได้ ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะครูผู้สอนจึงได้สนใจจะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ตามแนวคิดของกูเปอร์สมิธ โดยศึกษาทั้งปัจจัยภายในผู้เรียนและปัจจัยภายนอกผู้เรียน โดยปัจจัยภายนอกประกอบด้วยหลายฝ่ายที่เกี่ยวข้อง อาทิเพื่อน ครู และผู้ปกครอง ทั้งในเรื่องการเรียนการสอนและการจัดกิจกรรมแนะแนว ทั้งนี้เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้ผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ครู ผู้บริหาร โรงเรียนและชุมชน ได้ใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองในนักเรียนได้อย่างสมบูรณ์ เป็นไปตามจุดมุ่งหมายของการพัฒนาการศึกษาของชาติสืบไป

วัตถุประสงค์งานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองจากปัจจัยที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าของตนเอง ของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

ด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552

ด้านตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) หรือตัวพยากรณ์ ประกอบด้วย

1. ปัจจัยภายใน

ด้านผู้เรียน

- ความพึงพอใจในครอบครัว
- การปรับตัว

2. ปัจจัยภายนอก

ด้านโรงเรียน

- การสนับสนุนทางสังคม
- การจัดกิจกรรมแนะแนว
- การจัดการเรียนการสอน

ด้านผู้ปกครอง

- การอบรมเลี้ยงดู

ตัวแปรตาม (Dependent Variables) คือ การเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยภายในผู้เรียน (ความพึงพอใจในครอบครัว, การปรับตัว) และปัจจัยภายนอกผู้เรียน (การสนับสนุนทางสังคม, การจัดกิจกรรมแนะแนว, การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน, และการอบรมเลี้ยงดู) ที่นำมาศึกษา มีความสัมพันธ์กับเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. ปัจจัยภายในผู้เรียนและปัจจัยภายนอกผู้เรียนที่นำมาศึกษา สามารถร่วมกันพยากรณ์การเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายได้

นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน ผู้วิจัยจึงได้กำหนดความหมายของคำศัพท์ดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความรู้สึกหรือทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดี คิดว่าตนเองมีความสำคัญ มีความสามารถ มีคุณค่า เป็นที่ยอมรับ มีความเชื่อมั่นว่าสามารถประสบความสำเร็จในสิ่งที่คาดหวังได้ โดยความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้นจากการประเมินในสิ่งที่ตนกระทำที่ผ่านมา และปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง

ความพึงพอใจในครอบครัว หมายถึง ความรู้สึกทางบวกหรือทางลบของนักเรียนเกี่ยวกับการปฏิบัติของบิดามารดาต่อตนเองในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ด้านการเรียน การแต่งกาย การใช้จ่ายเงิน การเลือกอาชีพ การปกครอง การคบเพื่อน สุขภาพและสันทนาการ มารยาทและเรื่องส่วนตัวอื่น ๆ

การปรับตัว หมายถึง กระบวนการทางกายและจิตที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับความขัดแย้งทั้งจากการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมและเป็นการพยายามของบุคคลในการแก้ปัญหาต่างๆ รวมทั้งเป็นการพยายามของบุคคลที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ตนเกี่ยวข้องอยู่

การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับการได้รับความช่วยเหลือด้านจิตใจ เช่น ความรัก ความเห็นใจ ความเอื้ออาทร การยอมรับ และการช่วยเหลือด้านอื่น ๆ ทั้งจากเพื่อนและจากครูผู้สอน

การจัดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง บริการอย่างหนึ่งซึ่งโรงเรียนจัดขึ้นเพื่อช่วยเหลือนักเรียนแต่ละคนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถขอบเขตแห่งความสามารถของตน รู้จักใช้เหตุผลในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ตลอดจนรู้โอกาสและช่องทางต่าง ๆ ที่จะใช้ความสามารถที่ตนมีอยู่ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม โดยมีขอบข่ายงาน 3 ประการ ได้แก่ บริการสนเทศ บริการให้คำปรึกษา และบริการจัดวางตัวบุคคล

- บริการสนเทศ คือ การให้ความรู้และข่าวสารแก่นักเรียนในเรื่องต่าง ๆ ที่นักเรียนควรทราบ อาทิ การศึกษา อาชีพ บุคลิกภาพ ความประพฤติ สุขภาพ เศรษฐกิจ โดยวิธีการต่าง ๆ เช่น การจัดป้ายนิเทศ การปฐมนิเทศ การศึกษานอกสถานที่ การจัดบรรยาย การจัดโฮมรูม การแนะแนวหมู่ หรือการจัดมุมหนังสือเป็นต้น

- การให้คำปรึกษา คือ กระบวนการช่วยเหลือบุคคลโดยมีการพบปะกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้สามารถแก้ปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีขอบข่ายครอบคลุมทั้งการให้คำปรึกษาทางด้านการเรียน อาชีพและสังคม

- บริการจัดวางตัวบุคคล คือ การช่วยให้นักเรียนได้เลือกสายการเรียน ช่วยให้นักเรียนได้ทำงานในเวลาว่างจากการเรียน ช่วยให้นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียนทำให้นักเรียนเกิดทักษะทางสังคม

การจัดการเรียนการสอน หมายถึง การจัดกิจกรรมการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ตามมาตรฐานการศึกษาข้อ 10 ที่กล่าวว่า ครูมีความสามารถในการจัดการเรียนการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ และเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยมีลักษณะดังนี้คือ

1. ครูจัดสิ่งแวดล้อมที่ปลุกเร้า จูงใจ ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้
2. ครูเอาใจใส่ผู้เรียนเป็นรายบุคคล
3. ครูจัดกิจกรรมและสถานการณ์ให้ผู้เรียนได้แสดงออกและคิดอย่างสร้างสรรค์
4. ครูส่งเสริมให้ผู้เรียนฝึกคิด ฝึกทำและฝึกปรับปรุงตนเอง
5. ครูส่งเสริมกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากกลุ่ม

6. ครูใช้สื่อการสอนที่เหมาะสมรวมถึงใช้แหล่งเรียนรู้ที่หลากหลายและเชื่อมโยงประสบการณ์จากชีวิตจริง

การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ รวมทั้งการส่งเสริมให้เด็กเป็นคนเชื่อมั่นในตนเอง เปิดโอกาสให้เด็กได้ทำสิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง ทำให้เด็กรู้สึกว่าได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ไม่ตามใจหรือเข้มงวดจนเกินไป มีเหตุผล ยอมรับความสามารถและความคิดเห็น ตลอดจนให้ความรัก ความเอาใจใส่ เป็นกันเอง รวมถึงให้ความร่วมมือตามโอกาสเหมาะสม

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

ประโยชน์ที่ได้รับจากผลการวิจัยครั้งนี้มีดังนี้

1. ทำให้ทราบถึงระดับปัจจัยด้านต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
2. ทำให้ทราบว่าปัจจัยใดสามารถร่วมกันพยากรณ์การเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
3. เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ ครู ผู้บริหาร โรงเรียน และชุมชนได้ใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวางแผนจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองสำหรับนักเรียนต่อไป

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved