

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูกับการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวชิรวิทย์ จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดจากเอกสาร ตำรา และวารสารต่างๆ ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีสาระสำคัญตามลำดับต่อไปนี้

1. การอบรมเลี้ยงดู

- ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู
- ความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดู
- รูปแบบของการอบรมเลี้ยงดู

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

- ความหมายของความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
- แนวคิดเกี่ยวกับความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
- องค์ประกอบของความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
- ทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
- ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
- พัฒนาการของความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

3. พัฒนาการของวัยรุ่น

- ความต้องการของวัยรุ่น

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การอบรมเลี้ยงดู

การอบรมเลี้ยงดูเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมากต่อ การดำรงชีวิตของมนุษย์เพราะมนุษย์มีวิถีชีวิตในการดำรงชีวิตทั้งในด้านการครองตน การอยู่ในสังคมที่มีความละเอียดและซับซ้อนมาก ในสังคมปัจจุบัน การมีชีวิตที่ค้ำจุน เหมาะสมตามทำนองคลองธรรม ย่อมต้องอาศัยการอบรมเลี้ยงดูที่ดีและมีประสิทธิภาพ เพื่อที่จะได้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู

การเลี้ยงดูเด็ก (Child – rearing) หมายถึง การที่บิดามารดาหรือผู้ดูแลเด็กปฏิบัติต่อเด็ก และเรียกร้องให้เด็กปฏิบัติต่อตนเองและผู้อื่นไปในทำนองต่าง ๆ กัน ซึ่งเป็นการปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในชีวิตเด็ก ทำให้เด็กได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวและเลียนแบบการกระทำต่าง ๆ ของผู้อบรมเลี้ยงดู ประสพการณ์เหล่านี้จะมีผลต่อพฤติกรรมของเด็กทั้งในปัจจุบันและอนาคต Sears (1957) p.14 และ Watson (1973) p.304 อ้างใน ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2520) หน้า 21

การอบรมเลี้ยงดูเด็ก หมายถึง ลักษณะวิธีการต่าง ๆ ที่ผู้เลี้ยงดูใช้ในการดูแลเด็ก อบรมสั่งสอนเด็กและการมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก รวมทั้งการปฏิบัติตัวของผู้เลี้ยงดู ความคิดเห็นของผู้ใหญ่เกี่ยวกับเด็กตลอดจน สื่อ กิจกรรม และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ (สุมน อมรวิวัฒน์ และคณะ, 2534 : การอบรมเลี้ยงดูเด็กตามวิถีไทย)

ดังนั้น การอบรมเลี้ยงดูคือ การที่บรรพบุรุษอบรมถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปอีกรุ่นหนึ่ง โดยการปฏิบัติเพื่อดูแลและตอบสนองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาถ้ากระทำอย่างถูกต้อง จะช่วยปลูกฝังลักษณะที่ดีงามในเด็กได้ แนวปฏิบัติในการอบรมเลี้ยงดูนี้มีมากมายหลายอย่าง ซึ่งนักจิตวิทยาได้พยายามแบ่งแยกประเภทของการอบรมเลี้ยงดูให้แตกต่างกันออกไป โดยแบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 2 มิติ มิติหนึ่งได้แก่ รัก (Love) เป็นการให้ความรัก การยอมรับและการให้รางวัล และการไม่เป็นมิตร (Hostility) อีกมิติหนึ่งได้แก่ควบคุมน้อย (Autonomy) เป็นการให้อิสระแก่เด็กบ้าง และควบคุมมาก (Control) เป็นการจำกัดขอบเขต ปกป้องคุ้มครองมาก

จากที่กล่าวข้างต้น การอบรมเลี้ยงดูเด็กนั้นเป็นงานหนัก เป็นงานที่เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ ในตัวของมันเอง ที่พ่อแม่ทุกคนปรารถนา ให้ลูกของตนเติบโตขึ้นเป็นคนดีมีความสามารถ ได้รับการยกย่องนับถือจากคนทั่วไป การที่จะพัฒนาเด็ก ให้เป็นผู้ใหญ่ที่ดีมีคุณภาพของสังคมนั้นจะต้องเริ่มกันตั้งแต่ระยะต้นของชีวิต เพราะผลของการอบรมเลี้ยงดูและประสพการณ์ต่าง ๆ ที่บุคคลได้รับในระยะต้นของชีวิตมีอิทธิพลอย่างมากต่อการวางรากฐานของชีวิต ส่วนวิธีการอบรมเลี้ยงดูก็ถือได้ว่าเป็นกระบวนการที่มีความสำคัญต่อบุคคลเพราะด้วยวิธีการอบรมเลี้ยงดูนี้ก่อให้เกิดคุณลักษณะ และพฤติกรรมที่เป็นพื้นฐานของตัวบุคคลนำไปสู่การพัฒนาตนเองในอนาคต

ความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดู

ไวรัช เจียมบรรจง (2522, หน้า 50) กล่าวถึงความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดูไว้ว่า พ่อแม่เป็นผู้อบรมสั่งสอนบุตรในระยะเริ่มแรกซึ่งมีอิทธิพลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมตามที่คาดหวังและทำลายพฤติกรรมของบุคคลอย่างที่ไม่ได้คาดคิดก่อนก็ได้

ชอบ คชอนันต์ (2523, หน้า 1) กล่าวว่า เด็กคือทรัพยากรอันมีค่ายิ่งของประเทศ ดังนั้นการหล่อหลอมทรัพยากรเด็กนั้นจำเป็นจะต้องใช้วิธีการที่ถูกต้อง โดยเฉพาะเด็กวัยก่อนเรียนเป็นเด็กที่พัฒนาจากการเป็นทารก และพร้อมที่จะรับการชี้นำที่ดีและถูกต้อง พร้อมที่จะรับการพัฒนาการทั้งในด้านสติปัญญา บุคลิกภาพ และการปรับตัวเข้ากับสังคมสิ่งแวดล้อม เป็นผู้ที่เจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต เป็นหัวหน้าของชุมชน เป็นกำลังของประเทศชาติ เด็กจึงจำเป็นต้องเติบโตอย่างเข้มแข็ง และมีอารมณ์มั่นคง สามารถยืนบนขาของตนเองได้ด้วยความเชื่อมั่น และเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี

สุภาพรรณ โคตรจรัส (2525, หน้า 13) กล่าวว่าลักษณะสัมพันธภาพระหว่าง บิดามารดากับเด็ก ตลอดจนการเลี้ยงดูฝึกอบรม มีอิทธิพล ต่อพฤติกรรมของเด็กเป็นอย่างยิ่ง ที่พบว่า อาจจัดได้เป็น 8 ประเภท โดยแบ่งตามองค์ประกอบของวิธีการเลี้ยงดู 2 มิติด้วยกัน ได้แก่ มิติของความรัก ที่แสดงต่อเด็กว่ามีมากน้อยเพียงใด หรือไม่มีเลย จนถึงขั้นการเป็นปฏิปักษ์ และ มิติของการควบคุม ว่า มีการควบคุมมากน้อยเพียงใด ให้อิสระมากน้อยเพียงใด หรือพิจารณาในแง่ของการตอบสนอง หรือไม่ตอบสนอง ความต้องการของเด็ก และการคาดหวังเรียกร้อง หรือ ไม่คาดหวังเรียกร้องจากเด็ก แบบการเลี้ยงดูดังกล่าว ได้แก่ การเลี้ยงดูแบบให้ความรัก และการยอมรับดูแลเอาใจใส่ การเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง หรือปล่อยปละละเลย แบบประคบประหงม แบบใช้อำนาจควบคุมแบบรักตามใจ แบบลงโทษ แบบใช้เหตุผล และแบบประชาธิปไตย การเลี้ยงดูแบบต่างๆ ดังกล่าว ย่อมมีผลต่อการพัฒนา ลักษณะทางบุคลิกภาพของเด็กแตกต่างกัน การเลี้ยงดูแบบให้ความรัก และการยอมรับดูแลเอาใจใส่ การใช้เหตุผล และการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ให้ผลทางบวก ต่อพัฒนาทางบุคลิกภาพของเด็ก

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช (2533, หน้า 7) ได้กล่าวถึงส่วนที่มีความสำคัญในการอบรมเลี้ยงดูคือ สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกลักษณะของพฤติกรรมของบุคคล และในการอบรมเลี้ยงดูนี้มักจะสัมพันธ์กับขนบธรรมเนียม จารีตประเพณีและค่านิยม ความเชื่อเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กนี้ในอดีตจนถึงปัจจุบันแตกต่างกันตามความเปลี่ยนแปลงตามสภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและยังทำให้เกิดความตระหนัก การยอมรับเรื่องนี้ต่างกันออกไปด้วย

นิคม วรรณราช (2542, หน้า 13) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูลูกนั้นจะประสบความสำเร็จเพียงใด ก็ขึ้นอยู่กับว่าลูกมีความศรัทธาและความเชื่อมั่นในพ่อแม่เพียงใด หรือพูดอีกอย่างก็คือ ความศรัทธา ความนิยมชมชอบและความเชื่อมั่นที่ลูกมีต่อพ่อแม่ นั้นเป็นพื้นฐานอันสำคัญขั้นแรกที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในการอบรมเลี้ยงดูลูกในวันข้างหน้า

การอบรมเลี้ยงดูเป็นปัจจัยแวดล้อมที่มีความสำคัญ หรือมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อกระบวนการคิดของเด็ก เพราะครอบครัวถือเป็นหน่วยทางสังคมแห่งแรกของเด็กที่เด็กได้มีโอกาสใกล้ชิดและได้รับการเรียนรู้ การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ การที่เด็กอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีความอบอุ่น และการได้รับความเข้าใจจากพ่อแม่ย่อมทำให้เด็กมีการพัฒนาทั้งทางร่างกาย จิตใจและอารมณ์ที่เกื้อกูลต่อการพัฒนาทางสติปัญญาของเด็ก และในทางตรงข้าม ในสภาพแวดล้อมของเด็กที่ขาดความอบอุ่นหรือขาดการเลี้ยงดูที่เหมาะสม ย่อมมีผลให้เด็กขาดความเชื่อมั่น และสกตกันต่อการพัฒนาทางสติปัญญา และมีผลต่อกระบวนการคิดและการแก้ปัญหาของเด็กในอนาคต

จะเห็นได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่หรือผู้ปกครองนับได้ว่ามีบทบาทที่สำคัญที่สุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะต้นแห่งชีวิต ผลที่ได้รับจากการอบรมเลี้ยงดูจะส่งผลให้เด็กเติบโตขึ้นมาเป็นคนดีมีคุณภาพหรือ ไม่ก็ขึ้นอยู่กับการวางรากฐานของชีวิตทั้งทางร่างกายและจิตใจ และการวางรากฐานนั้นก็คือ การอบรมเลี้ยงดูของผู้ใหญ่ในครอบครัว

รูปแบบของการอบรมเลี้ยงดู

รูปแบบของการอบรมเลี้ยงดู มีผู้จำแนกไว้แตกต่างกันไป โดยแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะดังนี้ การอบรมเลี้ยงดูเป็น 3 รูปแบบ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บุตรรู้สึกพ่อแม่ปฏิบัติตนอย่างยุติธรรม มีความอดทน ไม่ตามใจจนเกินไป ยอมรับความสามารถและความคิดเห็นของบุตร ให้ความร่วมมือแก่บุตรตามโอกาสอันควร สำหรับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บุตรรู้สึกพ่อแม่ก้าวร้าวเรื่องของตน ยับยั้งการก้าวร้าว ทำให้บุตรรู้สึกผิดเมื่อแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ถูกบังคับให้ทำตามความต้องการของพ่อแม่ และพ่อแม่ใช้คำพูดที่ทำให้บุตรรู้สึกอาย และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บุตรรู้สึกว่าตนเองได้รับการตามใจ และไม่ได้รับการเอาใจใส่คำแนะนำช่วยเหลือจากพ่อแม่เท่าที่ควร

อัญญา สุขารมณ์ และคณะ (2528, หน้า 9) ได้กล่าวถึงการแบ่งประเภทการอบรมเลี้ยงดูว่ามี 3 รูปแบบ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ร่วมกันรับผิดชอบในการอบรมเลี้ยงดูลูก สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีโอกาสเสนอความคิดเห็น การตัดสินใจใด ๆ ของครอบครัว มีโอกาสใช้ความคิดริเริ่ม กล้าแสดงความคิดเห็น มีความเชื่อมั่นในตนเองและ

พึ่งตนเองได้ และการอบรมเลี้ยงดูแบบอัตตาธิปไตย คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่มีอำนาจสิทธิขาด ในกิจการทุกอย่างของครอบครัว กฎเกณฑ์ทุกอย่างของครอบครัวมาจากพ่อแม่ ลูกเป็นเพียงผู้ปฏิบัติ ตามความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกมีน้อยมาก ลูกจะรู้สึกขาดความอบอุ่น ไม่นั่นคง และไม่ปลอดภัย การที่ต้องปฏิบัติตาม คำสั่งอยู่ตลอดเวลาทำให้เด็กขาดความคิดริเริ่ม ไม่มีความมั่นคงในตนเอง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นสุดท้ายเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยตามใจเด็ก คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ ใช้อารมณ์กับลูกมากกว่าเหตุผล ลูกจะรู้สึกขาดความรักและมักมองโลกในแง่ร้าย ไม่เชื่อความยุติธรรม ขาดความเป็นระเบียบวินัย ขาดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ไม่มีความขยันขันแข็ง และไม่มีความสามารถในการทำงานกับผู้อื่น

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานของสุขภาพจิต และเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ ตามทฤษฎีของ Maslow โดยได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ขั้น การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในขั้นที่ 4 ซึ่ง การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดขึ้นจากการได้รับการยอมรับจากผู้อื่น ประเมินออกมาในรูปทัศนคติหรือความเชื่อว่าตนจะประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลว หากประเมินแล้วอยู่ในด้านบวกบุคคลจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเข้มแข็ง ในทางกลับกัน หากการประเมินอยู่ในทางด้านลบบุคคลจะรู้สึกมีปมด้อย อ่อนแอ ไม่มีความมั่นใจในการเห็นคุณค่าในตนเอง บางครั้งใช้คำว่าความนับถือในตนเอง การเห็นพ้องด้วยตนเอง ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Taylor, อังใน อัญชลิ คำรงค์ไชย, 2543)

ความหมายของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

นวลละออ สุภาพล (2527, หน้า 269) สรุปความหมายไว้ว่าความต้องการได้รับการนับถือ ยกย่อง (Self-esteem needs) แบ่งออกได้ 2 ลักษณะ ลักษณะแรก คือ ความต้องการนับถือตนเอง (Self-respect) คือ ความต้องการมีอำนาจ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความเข้มแข็ง ความสามารถในการตนเองมีผลสัมฤทธิ์และความเป็นอิสระ ทุกคนต้องการที่รู้สึกว่ามีคุณค่าและความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในงาน ภารกิจต่าง ๆ และมีชีวิตที่เด่นดัง ส่วนลักษณะที่ 2 คือ ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น คือ ความต้องการมีเกียรติยศ การได้รับการยกย่องได้รับการยอมรับ ความสนใจ ความต้องการที่จะได้รับการยกย่อง ชมเชยในสิ่งที่เขากระทำ ซึ่งทำให้เขารู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ความสามารถของเขาได้รับการยอมรับจากผู้อื่น

ศรีนวล วิวัฒน์คุณูปการ (2535, หน้า 35) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านต่าง ๆ เมื่อบุคคลกระทำกิจกรรมได้สำเร็จ มีความพึงพอใจและเห็นคุณค่าในการกระทำนั้น ๆ ของตน รู้สึกว่าตนมีความสำคัญได้รับการยกย่องและมีคุณค่า

จริญญา ชันกฤษณ์ (2543, หน้า 8) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการประเมินความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านต่าง ๆ เมื่อบุคคลกระทำกิจกรรมได้สำเร็จ มีความพึงพอใจ และเห็นคุณค่าในการกระทำนั้น ๆ ของตน รู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญได้รับการยกย่อง และมีคุณค่าถ้าคิดว่าตนเองดีน้อยกว่าคนอื่น ๆ ทุกทาง ก็เป็นปมด้อยน้อยเนื้อต่ำใจ ไม่มีความสุข โดยปกติแล้วคนเรามักจะเอาตัวเองเปรียบเทียบกับผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา

วันเพ็ญ สุมนาพันธ์ (2545, หน้า 17) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความรู้สึกที่ได้จากการที่บุคคลประเมินตนเอง โดยใช้ความต้องการพื้นฐาน และประสบการณ์ของตนเองที่ได้รับมาให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถมากน้อยเพียงใด โดยอาศัยสิ่งแวดล้อมมาช่วยในการตัดสินใจ ระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองด้วย

โฆษิต พรประเสริฐ (2546, หน้า 11) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง ยอมรับตนเอง มีความรู้สึกที่ตนเองมีความหมาย ความสำคัญ มีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของผู้อื่นและสังคม สามารถทำอะไรให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของตนได้

นันทนา แรงจริง (2546, หน้า 9) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินคุณค่าของตนเอง ในเรื่องของการประสบความสำเร็จ การยอมรับตนเอง การยอมรับจากผู้อื่น การมีความสามารถเพียงพอในการกระทำสิ่งต่าง ๆ การมีคุณค่า และความสำคัญต่อสังคม

รพีพร ศิลาวรรณ (2546, หน้า 11) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความรู้สึกหรือทัศนคติของบุคคลที่ประเมินตนเองในด้านความสามารถ ความสำเร็จ และการยอมรับตนเอง โดยที่ออกมาในลักษณะของพฤติกรรมการแสดงออก บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง จะมีการยอมรับตนเอง และมองตนเองในด้านที่สามารถพัฒนาได้ พร้อมทั้งจะพัฒนาตนเองให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และบุคคลรอบข้างที่ทำให้การตัดสินใจ กระทำกิจกรรม จะมีพื้นฐานของความรักตนเองและผู้อื่น จึงส่งผลการกระทำนั้น ๆ ไม่ให้เป็นที่เดือดร้อนต่อตนเองและสังคม

Fawcett (1982) อธิบายถึงการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นการรับรู้ของแต่ละคนที่รู้ถึงคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกถึงส่วนประกอบของความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self-Concept) ในส่วนของการเห็นคุณค่าในตนเองระดับหนึ่งจะมีการแสดงออกจากความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง และมีความเกี่ยวเนื่องกับพฤติกรรมกรปรับเปลี่ยนด้วย

Branden (1983) กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้ตามที่ตนเองปรารถนา

Coopersmith (1984) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการตัดสินใจว่ามีคุณค่าในตนเอง ซึ่งแสดงถึงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง และแสดงถึง

ขอบเขตความเชื่อที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีค่าของตนเอง ซึ่งบุคคลอื่นสามารถรับรู้ได้จากคำพูดและท่าทีที่บุคคลนั้นแสดงออกไป โดยจำแนกคุณลักษณะพื้นฐานของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองไว้ ได้แก่ ความสำคัญ (Significance) เป็นวิธีทางที่บุคคลรู้สึกว่าตนเองยังเป็นที่รัก ซึ่งพิสูจน์ได้โดยการให้ผู้อื่นเห็นความสำคัญของตนเอง ส่วนความสามารถ (Competence) เป็นวิธีการที่จะพิจารณาถึงความสำคัญโดยการกระทำ สำหรับด้านคุณความดี (Virtue) เป็นการบรรลุซึ่งมาตรฐานทางศีลธรรมและจริยธรรม ส่วนในด้านพลังอำนาจ (Power) เป็นอิทธิพลที่บุคคลมีต่อชีวิตตนเองและผู้อื่น

จากการศึกษาเอกสารที่กล่าวมานั้น ผู้วิจัยพอจะอธิบายได้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกภายในจิตใจของบุคคลในการยอมรับตนเอง ประเมินตนเองตามความรู้สึกของตน มีความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญ มีความสามารถ ที่แสดงออกถึงศักยภาพของตนเอง มีความรัก ความเชื่อมั่นในตนเอง ก่อให้เกิดการประสบผลสำเร็จในชีวิตและการทำงาน รวมทั้งการยอมรับ การเห็นคุณค่าจากคนในสังคมที่มีต่อตน ตลอดจนการมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง ซึ่งบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองจะมองตนเองในแง่ดี ทำให้เกิดความรู้สึกกับบุคคลอื่นในแง่ดีด้วย และที่สำคัญทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถพัฒนาสิ่งต่างๆ ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและบุคคลอื่นได้

แนวคิดเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

สิ่งที่สำคัญที่สุดในการทำความเข้าใจมนุษย์ คือการเข้าใจถึงความเป็นจริงเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของชีวิต ซึ่งมนุษย์ทุกคนมีเหมือนกัน แม้ว่าจะระดับความต้องการมากหรือน้อยในแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันออกไปก็ตาม Maslow ได้จัดลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ไว้ 5 ระดับ ได้แก่ (Maslow, 1954, p.41-45) ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่มีความจำเป็นในการยังชีวิตให้อยู่รอด อันได้แก่ ความต้องการอากาศ อาหาร น้ำดื่ม ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่มและที่อยู่อาศัย ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) ซึ่งรวมถึงความปลอดภัย และความมั่นคง ทางด้านร่างกายและจิตใจ ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Love and belonging needs) ซึ่งเป็นความต้องการด้านสังคมที่ช่วยให้จิตใจของบุคคลเกิดความมั่นคง ความต้องการความยกย่องนับถือ (Self-esteem needs) เป็นความต้องการมีเกียรติยศ ชื่อเสียง และเป็นที่นิยมนยกย่องเห็นตนเองมีคุณค่า ความต้องการความพอใจขั้นสุดยอดในชีวิต (Self-actualisation) เป็นความต้องการที่จะบรรลุความสำเร็จความสมหวังในชีวิต ซึ่งถือว่าเป็นความหวังขั้นสูงสุดที่มนุษย์พึงปรารถนา



ลำดับชั้นความต้องการของ Maslow

กระบวนการตอบสนองความต้องการของเรา จะเริ่มจากความต้องการขั้นพื้นฐาน คือ ความต้องการทางด้านร่างกาย ความต้องการความปลอดภัย ถ้าความต้องการเหล่านั้นได้รับการตอบสนอง มนุษย์จะพัฒนาไปสู่ความต้องการที่สูงขึ้นอีกต่อไป สำหรับการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น ความต้องการที่เกิดขึ้นหลังจากบุคคลได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกาย มีความปลอดภัย ได้รับ ความรักและความเป็นเจ้าของแล้ว

องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเป็นการประเมินอัตมโนทัศน์ของบุคคล ซึ่งได้แก่ ความคิด ความรู้สึก และเจตคติที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งมีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของตนที่ เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าของตนเอง ซึ่ง Lovell (1980 : 115-118) ได้แบ่งองค์ประกอบของตน ออกเป็น 3 ส่วน คือ ภาพลักษณ์ของตนเอง (Self Image) เป็นลักษณะของบุคคลที่ปรากฏออกมา ในช่วงแรกของชีวิต ซึ่งได้ภาพลักษณ์จากบุคคลอื่น โดยเฉพาะบิดา มารดา สมาชิกในครอบครัว และเพื่อน ๆ ตามลำดับ สำหรับตนในอุดมคติ (Ideal Self) เป็นภาพที่บุคคลต้องการจะเป็นตนใน อุดมคติ มีจุดเริ่มจากการที่มีบุคคลอื่น ๆ เป็นแบบอย่าง และจะสร้างแบบอย่างของตนขึ้นมา (Model Self) ในเด็กเล็กก็จะมีแบบอย่างเป็นของตนเอง โดยเริ่มจากบิดา มารดา หรือบุคคลใกล้ชิด ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) เป็นความรู้สึกที่ดีต่อตนเองหรือตนในอุดมคติ ซึ่งเป็น

ส่วนสำคัญในการตัดสินใจคุณค่าในตนเอง และเกี่ยวข้องกับความแตกต่างระหว่างภาพลักษณ์แห่งตนกับตนในอุดมคติ ถ้าใกล้กันมากก็จะมี การเห็นคุณค่าในตนเองสูง และถ้าแตกต่างกันมากก็จะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะทำให้เป็นคนที่มีความวิตกกังวลสูง มีความรู้สึกไม่ปลอดภัย และมีสุขภาพจิตไม่ดี การพัฒนาเด็กให้เห็นคุณค่าในตนเองนั้น เราควรที่จะต้องให้ความสำคัญขององค์ประกอบที่เป็นปัจจัยในการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นอย่างมาก จึงจะทำให้ส่งผลที่ดีต่อการพัฒนาตนของเด็ก

ทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2539, หน้า 123 -126) ได้กล่าวถึงทฤษฎีตัวตน (Self Theory) ของ Rogers ไว้ว่ามนุษย์มีตัวตน 3 แบบ คือ “ตน” ตนที่ตนมองเห็น (Self Concept) “ตน” ตามที่เป็นจริง (Real Self) “ตน” ตามอุดมคติ (Ideal Self)

“ตน” ตามที่มองเห็นคือ ภาพของตนมองเห็นว่าเป็นตนอย่างไรคือใครมีความรู้และความสามารถ มีลักษณะเฉพาะตนอย่างไร เช่น สวย เก่ง ร่ำรวย คนทั่วไปจะมองตนเองหลายแง่มุม อาจไม่ตรงกับข้อเท็จจริงหรือภาพที่คนอื่นมองเห็น เช่น คนที่ชอบเอาเปรียบผู้อื่น อาจไม่เคยนึกเลยว่าตนจะเป็นคนประเภทนั้น สำหรับ “ตน” ตามที่เป็นจริง คือ ลักษณะตัวตนที่เป็นไปตามข้อเท็จจริงบ่อยครั้งที่ตนมองไม่เห็นข้อเท็จจริงของตน เพราะเป็นกรณีที่ทำให้รู้สึกเสียใจ ไม่เทียบหน้าเทียบตา กับบุคคลอื่น ๆ และ “ตน” ตามอุดมคติ คือ ตัวตนที่อยากมี อยากเป็น แต่ยังไม่เป็นในปัจจุบัน เช่น เป็นคนขับรถรับจ้าง แต่ฝันอยากเป็นเศรษฐี หรือเป็นคนชอบเก็บตัว แต่นึกอยากเป็นคนเก่งที่สามารถเข้ากันคนอื่นได้ง่าย

ถ้าตนที่มองเห็นกับตนที่เป็นจริง มีความแตกต่างกันมากหรือขัดแย้งกันมาก บุคคลนั้นมีแนวโน้มที่จะก่อปัญหาแก่ตนเองและผู้อื่น ถ้าแตกต่างกันรุนแรงอาจเป็น โรคจิต โรคประสาท ผลดีของการรู้จักปรับตัวตามที่ “ตน” ตามที่มองเห็นได้ตรงกับ “ตน” ตามที่เป็นจริง และ “ตน” ตามอุดมคติ ในการดำรงชีวิตประจำวัน คือ ความมั่นคงของอารมณ์และบุคลิกภาพการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีสมรรถภาพสูงในการปฏิบัติภารกิจตามหน้าที่ ไม่ค่อยวิตกกังวลและไม่ค่อยใช้กลไกในการป้องกันตนเอง บุคคลเหล่านั้นมักพัฒนาบุคลิกภาพของเขาไปสู่ความวิวัฒนาการ

นอกจากนี้ บุคคลที่มองเห็นตนเองตรงกับ “ตน” ตามความเห็นจริงมักมองเห็น “ตน” ตามอุดมคติที่ค่อนข้างเห็นไปได้ ทำให้การดำเนินชีวิตไปอย่างมีความหวังและกระตือรือร้น และสนใจหวังอยู่เสมอ การมีความพอใจในตนเองอยู่มาก มักจะนำไปสู่ความพอใจในบุคคลอื่นอีกด้วย ส่วนบุคคลที่สร้างภาพของ “ตน” ตามอุดมคติห่างไกล “ตน” ตามที่เป็นจริง มักจะประสบความผิดหวังในตนเองและผู้อื่นอยู่เรื่อยๆ ทำให้มองตนเองและผู้อื่นในภาพลบ ยิ่งบุคคลที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองด้านบวกมากเท่าใดก็ยิ่งมีความมั่นคงและมีความวิวัฒนาการของบุคลิกภาพมากเท่านั้น

นอกจากนี้ ศรีเรื่อน แก้วกั้ววาล (2539; หน้า 124-126) ยังได้สรุปทฤษฎีตัวตน ของ Rogers ไว้ดังนี้

1. ปัจเจกชนมองเห็นตน (ตีตราตนเอง) สูงกว่าตนที่เป็นจริง เขาย่อมมองไม่เห็นข้อบกพร่องของตน และปิดหนทางปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น
2. บุคคลอื่น ๆ ทำกิจเกี่ยวข้องกับปัจเจกชน เขาถือปฏิบัติต่อผู้อื่นในระดับ ตนตามที่เป็นจริงต่างจากคนตรงที่ปัจเจกชนมองเห็นตนเองจึงเกิดข้อขัดแย้งในสัมพันธภาพระหว่างบุคคล
3. ปัจเจกชนผู้มองตนเองสูงกว่าตนตามที่เป็นจริง มีแนวโน้มที่จะมองตนตามอุดมคติอย่างเพื่อฝัน ไม่มีภูทางดำเนินไปสู่ความสำเร็จ ฉะนั้นมักทำอะไร ไม่สมหวังอยู่เสมอ แล้วก็โทษบุคคลอื่นหรือสถานการณ์อื่น ๆ ว่าเป็นคนเหตุความมาสมหวัง

ปัจเจกชนผู้มองเห็นตน ตรงหรือใกล้เคียงกับตนตามความเป็นจริง ยอมรับความเด่นและความด้อยของตนเองอย่างไม่หลงตน ย่อมเห็นหนทางปรับปรุงตนตามอุดมคติ ในวิสัยที่ดำเนินไปถึงได้ ฉะนั้นมักเป็นผู้ได้รับความสำเร็จและความสมหวังจากการดำเนินชีวิตของตน ถ้ามีกรณีที่ไม่สมหวังก็มองเห็นอุปสรรค และเห็นทางแก้ไขอุปสรรคได้แน่นอน มีปัจเจกชนจำนวนไม่น้อย เป็นผู้ที่มีมองตนเองต่ำด้อยด้อยกว่าตนตามที่เป็นจริง เห็นที่ทำให้เกิดการมองเห็นตนผิดไปนี้น่าจะเป็นเพราะสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเห็นไปในทางลบ เช่น ความหวาดกังวล ปมด้อยและการแสดงอำนาจความเป็นใหญ่ รวมทั้งระเบียบแบบแผน ที่ปิดทางริเริ่มของปัจเจกชน ซึ่งอาจมิได้ตั้งแต่สัมพันธภาพในครอบครัวไปจนถึงวงสังคมเศรษฐกิจทุกระดับ เหตุเหล่านี้อาจทำให้ปัจเจกชนบางคน ครั่นคร้าม ขอมแพ้ ถดถอย ไม่ได้ใช้หรือไม่ได้มีโอกาสใช้ สมรรถภาพและคุณสมบัติที่มีในตนตามที่เป็นจริงอย่างน่าเสียดาย

Rogers (อ้างใน จรัญญา ชันกฤษณ์, 2543, หน้า 11) ได้กล่าวถึงทฤษฎีที่เกี่ยวกับ “ตน” โดยอธิบายถึงคุณสมบัติของ “ตน” ที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองว่า “ตน” อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามวุฒิภาวะซึ่งการเรียนรู้เกี่ยวกับ “ตน” มีความสำคัญที่ถือว่าเป็นคุณลักษณะประจำตัวของตนเอง เป็นความคิดที่เกี่ยวกับ “ตน” ในด้านคุณค่าของตนเอง

Maslow นักจิตวิทยากลุ่มมานุษยนิยม (อ้างในสุรางค์ โคว์ตระกูล, 2541, หน้า162) ได้ทำการวิจัยพบว่า มนุษย์มีความต้องการเป็นขั้น ๆ ดังนี้คือ

- ขั้นแรก ได้แก่ ความต้องการพื้นฐาน อันได้แก่ ปัจจัย 4
- ขั้นที่สอง ได้แก่ ความต้องการความปลอดภัย
- ขั้นที่สาม ได้แก่ ความต้องการความรัก
- ขั้นที่สี่ ได้แก่ ความต้องการการมองเห็นค่าในตนเองหรือศักดิ์ศรี
- ขั้นที่ห้า ได้แก่ ความต้องการคุณธรรม

นักจิตวิทยาในกลุ่มมนุษยนิยม (Humanistic Psychology) กลุ่มนี้ ได้วางหลักการให้ทุกคนเติมเต็มความรัก ความมีค่าด้วยตนเอง ให้พิจารณารู้ด้วยตนเอง โดยกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ผ่านการวิจัยแล้วว่า ได้ผลดี เช่น มองเห็นส่วนดีของตนเอง เพื่อจะได้รักภูมิใจ อันจะสะท้อนให้เกิดความรัก ความภูมิใจตอบ เป็นการเติมเต็มในแต่ละวัน เมื่อคนมองว่าคนที่มีค่า ก็จะประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่มีคุณค่า ไม่นำสิ่งที่ไม่ดีมาให้กับตนเอง ถ้ามีค่านิยมพื้นฐานที่ดีก็จะพัฒนาไปสู่ความมีคุณธรรม จริยธรรมได้อย่างสมบูรณ์

Maslow (อ้างใน เอกราช แก้วเขียว, 2540, หน้า 21) ได้กล่าวถึงความต้องการยอมรับนับถือจากผู้อื่นเป็นขั้นที่สำคัญ นำไปสู่การพัฒนาสู่ขั้นการเป็นตัวของตัวเอง และเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ อันเป็นความสุขสมบูรณ์ และเป้าหมายการพัฒนาการของชีวิตขั้นสูงสุด โดยแบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง (Self Respect) เป็นการยอมรับนับถือและประเมินค่าตนเอง ซึ่งประกอบด้วยความแข็งแรง ความสามารถ จุดเด่น (Strength) ด้วยความสำเร็จ (Achievement) ความเชื่อมั่น (Adequacy) และอิสระเสรี (Independence and Freedom)
2. การได้รับความเห็นคุณค่าจากผู้อื่น (Esteem from others) เป็นเรื่องของความต้องการมีชื่อเสียง (Fame) เกียรติยศ (Glory) ตำแหน่ง (Dominance) การยอมรับ (Attention) ความรุ่งเรือง (Recognition) และการให้ความสำคัญ (Importance)

เสาวภา วิจิตวาที (2534, หน้า 43) ได้แบ่งส่วนประกอบของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ส่วน คือ

1. การยอมรับนับถือตนเอง เป็นความรู้สึกที่มีคุณค่าที่ได้รับจากการมีความเชื่อมั่นในตนเอง และเป็นผลให้มีความเชื่อมั่น เป็นคนมีความสามารถ เพราะฉะนั้นชีวิตจึงมีค่า
2. ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นผลรวมจากการประเมินแต่ละบุคคลที่สามารถเผชิญและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

Coopersmith ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบภายในตนเองและองค์ประกอบภายนอก ดังนี้

1. องค์ประกอบภายในตนเอง หมายถึง ลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลที่มีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแตกต่างกันประกอบด้วย
 - 1.1 ลักษณะทางกายภาพ ลักษณะทางกายภาพบางลักษณะมีส่วนร่วมช่วยให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น เช่น ความงาม มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในเพศหญิง ส่วนความเข้มแข็ง ความรวดเร็ว มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในเพศชาย
 - 1.2 ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพในการทำงาน ความสามารถทั่วไป

สมรรถภาพและการกระทำที่มีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จของบุคคลทั้งใน โรงเรียน และสังคม โดยเฉพาะในวัยเรียนการประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.3 ภาวะทางอารมณ์ ภาวะทางอารมณ์เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงความเป็นสุข ความวิตกกังวลที่เกิดจากการที่ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเอง บุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพึงพอใจในตนเองที่มีภาวะทางอารมณ์ด้านบวก ส่วนบุคคลที่ประเมินตนเองทางที่ไม่ดีไม่มีความพึงพอใจในภาวะปัจจุบันของตนเอง และมองว่าตนเองไม่สามารถจะประสบผลสำเร็จในอนาคตได้

1.4 ค่านิยมส่วนบุคคล บุคคลจะประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนให้คุณค่าและความสำคัญบุคคลที่ให้คุณค่าแก่ความสำเร็จทางด้านกรเรียนถ้าเขาประสบความสำเร็จล้มเหลว เขาจะประเมินค่าตนเองต่ำลงการให้คุณค่าของบุคคลแก่สิ่งหนึ่งสิ่งใดจะสอดคล้องกับสิ่งที่สังคมให้คุณค่า ถ้ามีความสอดคล้อง การเห็นคุณค่าในตนเองจะยิ่งสูงขึ้น แต่ถ้าค่านิยมส่วนตัวของตนไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมบุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง

1.5 ความทะเยอทะยานหรือระดับความมุ่งหวัง การตัดสินคุณค่าของบุคคลอยู่บนพื้นฐานของการเปรียบเทียบผลงานและความสามารถของตนกับมาตรฐานส่วนตนที่ตั้งไว้ ถ้าบุคคลมีผลงานและความสามารถตรงตามเกณฑ์หรือดีกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ บุคคลจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองล้มเหลว ซึ่งจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของตน

2. องค์ประกอบภายนอกตน หมายถึง สภาพแวดล้อมที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ประกอบด้วย

2.1 ความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง - ครอบครัว ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองต่อเด็ก คือความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับเด็ก โดยอยู่ภายใต้สภาพแวดล้อมอันได้แก่ การที่ผู้ปกครองยอมรับเด็กทั้งหมด หรือเกือบทั้งหมดเกี่ยวกับความคิดความรู้สึกและคุณค่าอย่างเต็มที่ การที่ผู้ปกครองกำหนดขอบเขตการกระทำไว้อย่างชัดเจน และดูแลให้เด็กทำตามขอบเขตนั้น และการที่ผู้ปกครองให้ความนับถือและเป็นอิสระแก่เด็กในขอบเขตการกระทำที่กำหนดให้ รวมทั้งเน้นการให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ

2.2 โรงเรียน - การศึกษา โรงเรียนสามารถจัดสภาพแวดล้อมในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กต่อจากที่บ้านได้ซึ่งการที่ครูเปิดโอกาสให้เด็กสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างอิสระ โดยไม่ขัดต่อระเบียบที่วางไว้ การให้ความช่วยเหลือแก่เด็กในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ จะ

ทำให้เด็กเกิดความรูสึกว่าตนเองได้รับการยอมรับจากครูและเพื่อน ๆ ในห้องเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นการส่งเสริมให้เด็กเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองได้

2.3 สถานสภาพทางสังคม สถานภาพทางสังคมเป็นสิ่งที่แสดงถึงตำแหน่งหรือสถานะของบุคคลในสังคมโดยการพิจารณาจากลักษณะความเป็นอยู่ ราย ได้และสถานที่อยู่อาศัย บุคคลที่มีสถานะภาพทางสังคมสูง จะเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีสถานะภาพทางสังคมในระดับปานกลางและต่ำ

2.4 กลุ่มเพื่อน กลุ่มเพื่อนเป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะช่วยส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยบุคคลเรียนรู้ตนเอง ให้คุณค่าตนเองจากการประเมินและเปรียบเทียบกับเพื่อนในเรื่องของทักษะความสามารถและความถนัด หากสิ่งเหล่านี้ได้รับการยอมรับ ยกย่องจากกลุ่มเพื่อนที่ตนนิยมชมชอบ บุคคลจะมองว่าตนมีคุณค่า มีความหมายและการตัดสินใจให้คุณค่าแก่ตนเองย่อมสูงขึ้น

ลักษณะของบุคคลที่มีความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพบุคคลจะแสดงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันออกมาอย่างรู้ตัวและไม่รู้ตัว ทั้งทางท่าท่าง น้ำเสียง คำพูดและพฤติกรรม ซึ่งจะกลายเป็นลักษณะสำคัญของบุคลิกภาพตามมา บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะเป็นบุคคลที่มีความสุข ไม่เครียดหรือกังวล ใ้ได้ง่าย มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองว่ามีค่า มีความสามารถ กล้าเปิดเผยตนเองให้ผู้อื่น ได้รู้จัก ได้โดยไม่รูสึกลำบากใจ มีความมั่นคงปลอดภัยสูง จึงไม่รูสึกกระทบกระเทือนต่อการดำเนิน วิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น ใ้ได้ง่ายยอมรับตนเอง ไม่รูสึกด้อยกว่าคนอื่น กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง ในขณะเดียวกันก็เปิดใจกว้างยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นได้ มีความคิดสร้างสรรค์และกระตือรือร้นในการทำงาน มีความสามารถในการต่อสู้กับอุปสรรค และดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล ส่วนบุคคลที่รูสึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง จะมองว่าตนเองเป็นคนไม่ดีรูสึกตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ มีข้อบกพร่อง ทำอะไรก็ล้มเหลว วิตกกังวลสูง เครียด รูสึกไม่เป็นสุข ไม่มีความพยายามในการทำงานที่ยากลำบาก เมื่อพบอุปสรรคก็จะละทิ้ง หลีกเลียงการแก้ไขปัญห ไม่มีความยืดหยุ่น ยึดติดกับสิ่งที่รูสึกหรือเคยชินเพื่อความรู้สึกปลอดภัย หลีกเลียงการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีความอายสูง ไม่กล้าปฏิเสธในสิ่งที่ตนไม่ต้องการ กลัวการตัดสินใจของคนอื่นที่มีต่อตน รูสึกว่าตนเองด้อย กลัวการเข้าสังคม มักนำความคิดของคนอื่นมาใส่ใจ คิดว่ากลุ่มเพื่อน ไม่ยอมรับ ไม่ให้ความรูสึกสนใจและรูสึกเสียใจบ่อย (Coopersmith, 1984)

การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์ สังคม และการเรียนรู้สำหรับเด็ก เพราะเห็นพื้นฐานของการมองชีวิต ความสามารถทางด้านสังคมและอารมณ์ เกิด

จากการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ สามารถยอมรับเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความหวังและมีความกล้าหาญ จะทำให้เป็นคนที่มีประสิทธิผลสำเร็จ มีความสุข สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามที่ตนปรารถนา

บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้ว่าตนเองมีคุณค่า มักจะมีการประเมินตนเองในด้านดี แต่ถ้าบุคคลใดที่มีความรู้สึกที่ไม่มีใครสนใจ ไม่ได้รับการยอมรับหรือทำอะไรแล้วไม่ประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า เมื่อเกิดความรู้สึกเช่นนี้ขึ้นก็จะทำให้บุคคลนั้นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้น ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล

ลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

บุคคลที่จะดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขนั้นจะต้องมีความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเอง มองโลกในแง่บวก เคารพตนเอง พอใจในสิ่งที่ตนเองเองเป็นอยู่ไม่ว่าจะเป็นรูปร่างหน้าตา ความสามารถของตนเอง แต่บุคคลที่ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า มองโลกในแง่ร้าย ไม่ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ ก็จะไม่มีความสุข

ลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง (High Self-Esteem)

นารา ชีเรนทร (2528, หน้า 27-28) ได้กล่าวถึงลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองสูงว่า สามารถเป็นตัวของตัวเอง มีพฤติกรรมชอบสังเกตสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว เป็นคนช่างพูด และเป็นผู้ที่คำนึงถึงสิทธิของตน ทำหน้าที่ของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ดี สามารถควบคุมตัวเองได้ ยอมรับตัวเองและบุคคลอื่น เปิดใจกว้าง

มณฑุ คณะวัฒนา (2539, หน้า 154) ลักษณะของคนที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะประกอบไปด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง มีความสามารถที่จะทำหน้าที่ของตนเองได้เป็นอย่างดี ส่งผลถึงการปรับตัวได้เป็นอย่างดี ไม่รู้สึกว่าตนเองมีปมด้อยหรือขาดความเชื่อมั่น ไม่ด่าทอ หรือลงโทษตนเอง รวมทั้งสามารถเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ลักษณะสำคัญอีกประการคือ มีความสามารถที่จะประเมินคุณสมบัติและความสามารถของตนเองตามความเป็นจริง

Branden (อ้างใน โฆษิต พรประเสริฐ, 2546, หน้า 17-18) กล่าวว่าพฤติกรรมของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงมี คือ มีใบหน้าท่าทาง วิธีการพูดและการเคลื่อนไหว แฝงไว้ด้วยความแจ่มใส ร่าเริง มีชีวิตชีวา สามารถพูดถึงความสำเร็จหรือข้อบกพร่องของตนเองได้อย่างตรงไปตรงมา ด้วยน้ำใจจริง สามารถเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับคำสรรเสริญ การแสดงออกด้วยความรัก ความซาบซึ้ง และสามารถเปิดรับในคำด่าทอและไม่ทุกข์ร้อน เมื่อมีผู้กล่าวถึงความผิดพลาดของตน การพูดและการเคลื่อนไหว มีลักษณะไม่กังวลเป็นไปตามธรรมชาติ มีความกลมกลืนกันดี

ระหว่าง คำพูดและการกระทำ การแสดงออก และการเคลื่อนไหว มีเจตคติที่เปิดเผย อยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับแนวคิด ประสบการณ์ใหม่และโอกาสใหม่ ๆ ของชีวิต นอกจากนี้ยังสามารถที่จะเห็นและสนุกสนานกับแง่ตลกของชีวิตทั้งของตนเองและผู้อื่น มีเจตคติที่ยืดหยุ่น ในการตอบสนองต่อสถานการณ์และสิ่งท้าทาย มีวิญญาณของความเป็นคนช่างคิด และไม่เอาจริงเอาจังกับชีวิตมากเกินไป ยังมีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมสามารถเป็นตัวของตัวเองแม้ตกอยู่ในสถานการณ์ที่มีความตึงเครียด

ลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง จากการศึกษาของ Bass (1960 : 129) มีลักษณะดังนี้ คือเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองในด้านบวก มีความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย ไม่หวั่นไหวต่อคำวิจารณ์ มีลักษณะยอมรับตนเอง ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น ใส่ใจในความสามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ได้อย่างละเอียดอ่อน สามารถแสดงความคิดเห็นและความต้องการของตนเองอย่าง ตรงไปตรงมาตามความเป็นจริง ใช้กลไกในการป้องกันตนเองน้อย เป็นผู้ริเริ่มสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นก่อน และมีความยืดหยุ่นและมีความริเริ่มสร้างสรรค์ที่มีประโยชน์ ลักษณะของคนที่เห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะเป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น เป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ดี มีอารมณ์มั่นคง มีบุคลิกภาพที่ดี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความกระตือรือร้น สามารถทำงานให้ประสบผลสำเร็จได้ มีความเป็นอิสระ เป็นผู้นำ และมีความรับผิดชอบ กล้าหาญ ไม่หลีกเลี่ยงปัญหา ทำให้ชีวิตมีความสุข ปราศจากความวิตกกังวลและแก้ปัญหาได้ดี

ลักษณะของบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self-Esteem)

โฆสิต พรประเสริฐ (2546, หน้า 18 -19) กล่าวว่า คนที่รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีความรู้สึกดังต่อไปนี้ ได้แก่ คนที่คิดว่าตนเองไม่ใช่คนสำคัญ ไม่เป็นบุคคลที่คนอื่นชอบหรือไม่รู้เหตุผลที่คนอื่นมาชอบตน ไม่สามารถทำอะไรได้หลาย ๆ อย่างที่อยากจะทำหรือทำตามแนวทางที่คิดว่าจะเป็น ไม่แน่ใจในความคิดความสามารถของตนเอง เห็นค่าและความคิดของบุคคลอื่นและงานของคนอื่นดีกว่าของตนเอง คิดอยู่เสมอว่าไม่มีใครสนใจตนเอง ไม่กล้าที่จะตำหนิใคร ไม่สามารถที่จะบังคับตนเองเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นและความหวังว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะเลวร้ายไปอีกแทนที่จะดีขึ้น ไม่ชอบทำอะไรที่เกิดขึ้นใหม่ ๆ หรือไม่ชอบและไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง

พัฒนาการของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

พื้นฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีพัฒนาการมาจากความรัก และการยอมรับในตัวเด็กของพ่อ แม่ สิ่งนี้เป็นรากฐานหลักในการสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเองและคาดหวังให้ผู้อื่นรักตน ต่อมาความรู้สึกที่ดีต่อตนเองของเด็ก จะขยายความรักความเอาใจใส่ของพ่อแม่ ไปสู่บุคคลอื่นในครอบครัวและขยายกว้างออกมาสู่เพื่อน การเห็นคุณค่าในตนเองในช่วงนี้จะ

ขึ้นอยู่กับ การได้รับผลสำเร็จตามเป้าหมาย โดยขั้นแรกสุดเด็กจะปฏิบัติตนให้พ่อ แม่ พอใจ และ ต่อมาเป้าหมายจะค่อย ๆ ขยายมาอยู่บนพื้นฐานของมาตรฐานกลุ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ เด็กจะมีความ ต้องการเห็นคุณค่าในตนเองได้ โดยการที่เด็กเรียนรู้ตนเอง ซึ่งวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนติดต่อกับตัวเรา เด็กจะเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะทางสังคม และความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดดีเหล่านี้หาก ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มเพื่อนและบุคคลอื่น ๆ การรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กก็จะ พัฒนาขึ้นไป เรื่อย ๆ

นอกจากนี้ การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา การดูแลเอาใจใส่ และการให้การยอมรับเด็ก ตั้งแต่เยาว์วัย ซึ่งมีความสำคัญและส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กเป็นอย่างมาก ทั้งนี้ เพราะว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนั้น มีผลมาจากความรักที่ได้รับจากลักษณะท่าทีของผู้ให้ การอบรมเลี้ยงดูมากกว่าสถานภาพทางสังคม และปริมาณวัตถุสิ่งของที่เขาได้รับ Atwater (1974 : 128-129)

พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนที่ได้รับการพัฒนามาจากอัตมโนทัศน์ของเด็ก (Self Concept) ซึ่งแบ่งขั้นตอนตามวัยดังนี้

ขั้นที่ 1 ระยะก่อนรู้สำนึกตนเอง (Existential or Pre Self Awareness) อายุ 0-2 ปี เป็น ขั้นพื้นฐานที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยในวัยเริ่มแรกเด็กจะให้ความสนใจมารดา ต่อมาเด็กจะสนใจในตนเอง โดยมองภาพของตนเองจากกระจก ซึ่งเป็นการช่วยให้เด็กสามารถ แยกแยะตนเอง และพูดในส่วนตัวที่เกี่ยวกับตนเองได้

ขั้นที่ 2 ปฏิบัติตนตามภายนอก (Exterior Self) อายุ 2 - 13 ปี ในขั้นนี้เด็กรวบรวม รายละเอียดจากข้อมูลต่างๆ มีการประเมินความรู้สึกในทางบวกและลบ ซึ่งเป็นระยะที่สำคัญมากต่อ เด็ก เนื่องจากเด็กได้รับข้อมูลประสบการณ์ความสำเร็จหรือความล้มเหลว รวมทั้งข้อวิพากษ์วิจารณ์ จากผู้ใหญ่ เป็นสิ่งที่มีอำนาจต่อการพัฒนาความรู้สึกที่ดีต่อตนเองอย่างยิ่ง ในการช่วยให้เด็กเกิด ความรู้สึกว่าตนมีคุณค่ามากขึ้น ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ดังนั้นในขั้นนี้เด็กเริ่มเรียนรู้เกี่ยวกับ ตนเองในรูปทางกายภาพ เมื่ออายุ 8 ปี เด็กเริ่มแบ่งแยกจิตใจกับร่างกาย และยอมรับในส่วนตัวที่เป็น กระบวนการภายใน

สำหรับจุดเริ่มต้นของการเห็นคุณค่าในตนเองจะเริ่มมีในวัยก่อนเข้าเรียน โดยเด็กมองเห็น ความแตกต่างของตนจากการรับรู้ในเรื่องของสติปัญญา ความพร้อมทางการเรียน การได้รับการยก ย่อง ยอมรับจากพ่อแม่ และเพื่อน ๆ และลักษณะทางกาย ซึ่งพัฒนาการทางความรู้สึกเห็นคุณค่าใน ตนเองของเด็กแต่ละคนจะพัฒนาไปช้า ๆ ทีละค้ำน ในลักษณะของการจัดระบบ เช่น สวยหรือไม่ สวย ต่อมาจะเป็นการนำมาบูรณาการผสมผสานและนำไปสู่การสร้างภาพพจน์เกี่ยวกับตน จน สามารถประเมินค่าของตนได้ กล่าวอีกได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเริ่มเกิดขึ้นในเด็กวัยก่อน

ปฐมศึกษา แต่ไม่ปรากฏชัดเจน เนื่องจาก เด็กไม่สามารถสร้าง โครงสร้างการประเมินตน ได้ด้วยการ นำมาบูรณาการให้เป็นอัตมโนทัศน์ของตน เด็กจะประเมินตนเองจากลักษณะนิสัยเฉพาะด้านจาก สิ่งที่ผู้อื่นให้การยอมรับ ซึ่งการยอมรับเด็กแบ่งเป็น 2 แบบ คือ เด็กรับรู้ความมีคุณค่าของตนจากการ ที่บิดามารดายอมรับในตัวเด็ก และเด็กรู้ว่าตนสามารถทำอะไร ได้ดีหรือไม่ดี ซึ่งในวัย 4-7 ปีนี้ เด็กยัง สับสนในการแยกแยะความแตกต่างระหว่างความสามารถในการทำกิจกรรม กับความสามารถทาง ทักษะเกมกีฬาเฉพาะอย่าง และพัฒนาการในการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กก่อนประถมศึกษา มี การเปลี่ยนแปลงขึ้นลงอยู่เสมอ ซึ่งอาจเกิดการหยุดชะงัก ได้เมื่อเข้าสู่วัยประถมต้น ทั้งนี้เนื่องจาก เด็กได้ประเมินคุณค่าของตนไว้สูงในระยะแรก ประกอบกับการประสบความล้มเหลวในการเรียน หรือได้รับการตำหนิจากผู้อื่น

เด็กในวัยประถมศึกษา มักจะประเมินค่าของตน โดยการเปรียบเทียบตนกับเพื่อน ในเรื่อง ที่เกี่ยวกับรูปลักษณ์ภายนอก เรื่องความสวยความงาม ความฉลาดหรือความเป็นที่รัก หรือชอบของ เพื่อน ๆ ซึ่งเด็กที่เล็กกว่าไม่สามารถทำได้ การเห็นคุณค่าในตนเองนั้น ส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ โดยตรงกับพฤติกรรมของบิดามารดา การกำหนดกฎเกณฑ์ การจัดการดูแลให้เด็กปฏิบัติตามสิ่งที่ บิดา มารดา กำหนดไว้ โดยการกำหนดและจำกัดขอบเขตพฤติกรรมคงเส้นคงวา การสนับสนุนให้ เด็กมีความต้องการด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถเป็นเลิศในด้านต่าง ๆ ครอบครั วที่ตั้งกฎเกณฑ์กำหนดแนวปฏิบัติอย่างชัดเจน จะใช้วิธีการลงโทษที่รุนแรงน้อยกว่าครอบครัวที่ไม่มี กฎเกณฑ์ ซึ่งจะทำให้เด็กมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง และถ้าบิดามารดามีการเห็นคุณค่าในตนเอง สูง ก็จะมีทัศนคติที่ดีต่อเด็ก ให้การยอมรับเด็ก และมีการยืดหยุ่นในข้อกำหนดที่ตั้งไว้ด้วย

ในช่วงวัยเด็กตอนกลาง การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนี้มีพัฒนาการมาจากสังคม ภายนอก ครอบครัว สังคมของวัยเด็กตอนกลางประกอบด้วยกลุ่มเพื่อน สถานภาพทางสังคม การ คล้อยตามกลุ่มอันธพาลและอคติ Bass (1960 : 43) เด็กต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเด็กจะ เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองจากสิ่งที่เพื่อน ๆ คิดเกี่ยวกับตัวเขา เด็กจะเริ่มพัฒนาทางสติปัญญา ทักษะทาง สังคม และความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าสิ่งเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มเพื่อนที่เขารัก และนิยมชมชอบ เด็กก็จะมี การเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น อย่างไรก็ตาม เด็กในกลุ่มอันธพาลอาจ พบว่า ยิ่งถ้าเขาแสดงพฤติกรรมแข็งกร้าวเพียงใด กลุ่มก็จะให้ความสำคัญกับเขามากขึ้น ก็แสดงว่า ภาพเกี่ยวกับตนเองของเด็กจะได้รับการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่า ในตนเอง ถึงแม้ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมก็ตาม ความต้องการการเห็นคุณค่าในตนเองจึง สามารถผลักดันให้เด็กแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งทางบวกและทางลบออกมาได้ ดังนั้น การมี ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนจึงส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก

การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่น เป็นสิ่งที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างมี

ความสุขตามวัยของเขา โดยเปิดโอกาสให้เขาได้มีประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในสิ่งที่เขากระทำ ฉะนั้น ผู้ใหญ่ควรเปิดโอกาสให้เขาได้แสดงหรือได้กระทำในสิ่งที่เหมาะสมกับระดับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของเขา พร้อมทั้งให้การช่วยเหลือเขาโดยไม่ตั้งความคาดหวังต่อตัวเขามากจนเกินความสามารถ ทั้งนี้เพื่อให้เขาประสบความสำเร็จและเกิดความภาคภูมิใจในตนเองบ้าง (วัชร ทรัพย์มี, 2531 : 17)

พัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญมากที่สุดและต้องปรับตัวอย่างยากลำบากที่สุดระยะหนึ่งของชีวิต เพราะเป็นระยะที่ก้ำกึ่งระหว่างความเป็นเด็กและผู้ใหญ่ จึงมีผู้นิยมเรียนวัยนี้ด้วยฉายาต่าง ๆ เช่น “วัยรุ่นวัยรุ่น” “วัยรุ่นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต” เรื่องราวของวัยรุ่นมีความสลับซับซ้อน ในระยะนี้มีลักษณะพัฒนาการต่าง ๆ ที่เป็นด้านเด่น ๆ ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ดังนี้ (มุกดา ชาติบัญญัติ, 2540, หน้า 68 -72)

พัฒนาการทางกาย

พัฒนาการทางด้านร่างกายของวัยรุ่นเห็นได้ชัดตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้น การเปลี่ยนแปลงทางกายที่เกิดขึ้นนี้เป็นไปอย่างรวดเร็ว ทั้งส่วนที่มองเห็น เช่น รูปร่าง น้ำหนัก ส่วนสูง และส่วนที่มองไม่เห็นหรือมองเห็นได้ยาก เช่น การเจริญเติบโตของ กระดูก ระบบอวัยวะภายในต่าง ๆ เช่น ระบบต่อม ระบบการหมุนเวียนของโลหิต การพัฒนาทางกายที่สำคัญในวัยรุ่นคือ การพัฒนาของลักษณะทุติยภูมิทางเพศ เด็กหญิงจะปรากฏว่ามีสะโพกขยาย มีหน้าอก และมีประจำเดือนมีขนขึ้นในที่ลับ เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ เด็กหญิงที่มีอัตราการเจริญเติบโตของร่างกายเร็วกว่าเพื่อน ๆ และอยู่ในขั้นต่ำหว่า ป.6 จะเป็นผู้ที่มีปัญหาในการปรับตัว แต่ถ้าเด็กหญิงที่มีการเจริญเติบโตเร็ว แต่เรียนชั้นสูง คือ ป.6 หรือ ม.1 เด็กจะไม่มีปัญหาในการปรับตัว ดังนั้นความสัมพันธ์ระหว่างอัตราการเจริญเติบโตและบุคลิกภาพของเด็กหญิงจะต้องพิจารณาถึงระดับการศึกษาควบคู่ไปด้วย ส่วนเด็กผู้ชายนั้น ต่อมาเพศจะพัฒนาสร้างเซลล์สืบพันธุ์อันได้แก่ อสุจิ มีหนวด เครา ปรากฏบนหน้า เด็กชายที่ร่างกายเจริญเติบโตช้าจะมีปัญหาในการปรับตัวและมักจะเข้ากับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันไม่ได้ มักจะรู้สึกว่าคุณเองมีปมด้อย และมีพฤติกรรมเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น

พัฒนาการทางด้านอารมณ์

พัฒนาการทางด้านอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงทางกายอย่างรวดเร็วเป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งที่ทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงได้ง่าย สับสน อ่อนไหว มีความเข้มของอารมณ์สูง ไม่มั่นคง วัยรุ่นมักเกิดความกลัว วิดตกังวล โกรธ ริษยา ฯลฯ ซึ่งอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะ การควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ นั้นให้มีประสิทธิภาพที่ดีเท่าเทียมกับผู้ใหญ่ เดิมเรามีความเชื่อว่าคนจะประสบความสำเร็จได้ต้องมีสติปัญญาที่เฉลียวฉลาด และคนทั่วไปมักจะมองความเฉลียว

ฉลาดในแง่ของความคิดอ่าน การคิดริเริ่ม ความมีเหตุผล การรู้จักวางแผน ความคิดรวบยอด ความจำซึ่งมีความเฉลียวฉลาดในแง่มนั้น มีแบบทดสอบทางจิตวิทยาที่ได้รับการพัฒนามาเป็น เวลานานหลายแบบ และให้ผลสรุปออกมาในรูปของไอคิว โดยสรุปว่าคนที่ไอคิวสูง คือ คนฉลาด และคนฉลาดควรจะประสบความสำเร็จในการเรียน การทำงานหรือด้านอื่น ๆ ที่เขาสนใจจะทำ การศึกษาทางจิตวิทยาพบว่า คนที่มีไอคิวสูงจำนวนมากประสบความสำเร็จทั้งด้านการทำงานและ ชีวิต

ครอบครัว

นักจิตวิทยาทางตะวันตกได้ให้ความสนใจและศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดอีกรูปแบบหนึ่ง คือ ความฉลาดทางอารมณ์ นักวิจัยส่วนใหญ่เห็นพ้องกันว่าคนที่ประสบความสำเร็จได้นั้น ขึ้นอยู่กับไอคิวเพียง 20% ส่วนที่เหลือเป็นเรื่องของการเข้าสังคม ความสัมพันธ์กับผู้อื่น การรับรู้ อารมณ์ของตนเอง การจัดการกับอารมณ์และความตึงเครียด

ครอบครัวมีบทบาทอย่างยิ่งที่จะพัฒนา EQ ให้แก่เด็ก ซึ่งสามารถทำได้โดยการอบรม เลี้ยงดูเด็กด้วยบรรยากาศที่เป็นประชาธิปไตย มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน รู้จักรับฟังความคิดเห็น ซึ่งกันและกัน มีการสื่อสารกันอย่างตรงไปตรงมา หลีกเลี่ยงการทำร้ายทางจิตใจและอารมณ์ (Emotion Abuse) ไม่ว่าจะเป็นคำพูด การกระทำใดๆ ต่อกัน พ่อ แม่ ควรเป็นฝ่ายที่ต้องเข้าใจใน ตัวลูกก่อน แทนที่จะต้องให้ลูก ๆ มาเข้าใจ พ่อ แม่ การที่จะเสริมสร้างให้ลูกมีความฉลาดทาง อารมณ์ที่ดี หรือมี EQ คือนั้น พ่อ แม่ ต้องแสดงความเป็นผู้มี EQ สูงให้เกิดเสียก่อน หรือทำให้เด็ก เห็น เมื่อเด็กได้เห็นการประพฤติปฏิบัติที่ดี ลูกก็จะ ได้ทำตามแบบอย่างที่ดีที่เขาเห็น ได้

พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

ในวัยรุ่นมีการพัฒนาการเป็น ไปอย่างรวดเร็วมาก ลักษณะพัฒนาการทางสติปัญญาของ วัยรุ่น คือ มีความจำดีมากแต่ไม่ค่อยใช้ความจำของตนให้เป็นประโยชน์ มีสมาธิดี โดยเฉพาะในเรื่องที่ตนสนใจมากเป็นพิเศษ มีความคิดเจริญกว้างขวาง พยายามแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ และมี จินตนาการมาก นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีความเชื่อมั่นต่าง ๆ เป็น ไปอย่างรุนแรง มักเชื่ออย่างจริงจัง ซึ่ง นับว่ามีทั้งประโยชน์และโทษ วัยรุ่นสามารถที่จะคิดในสิ่งที่ป็นนามธรรมได้ เด็กวัยนี้จะให้ความสนใจในปรัชญา ศาสนา สามารถที่จะใช้เหตุผลเป็นหลักในการตัดสินใจ

พัฒนาการทางด้านสังคม

วัยรุ่นในขณะนี้ต้องการเป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง มีความต้องการอย่างรุนแรงให้ ตนเป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนและบุคคลในสังคม กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อความ ประพฤติ การแต่งกายแลกริยาทำทาง วัยรุ่นมักมีความกังวลและลำบากใจในการที่จะทำให้อัน สามารถเข้ากับเพื่อนต่างเพศได้ โดยเป็นสาเหตุให้เกิดความกังวลหมกมุ่น เพราะสิ่งที่วัยรุ่นต้องการ

มากที่สุดคือการได้เป็นที่รัก นอกจากนี้วัยรุ่นมักหลงใหลบุคคลที่มีความเก่งและมีชื่อเสียงในด้านต่าง ๆ ซึ่งเป็นความคิดที่ไม่ยั่งยืน เพื่อนร่วมวัยมีความสำคัญต่อวัยรุ่นมาก วัยรุ่นมักจะคบเพื่อนที่ไม่มีความสนใจและมีค่านิยมร่วมกัน การคบเพื่อนของวัยรุ่นหญิงมักจะจริงจัง และมีเพื่อนสนิทที่จะปรับทุกข์กันได้ ส่วนวัยรุ่นชายอาจจะจะเป็นเพื่อนร่วมสนุก แต่มักไม่สนิทเหมือนวัยรุ่นหญิง

ความต้องการของวัยรุ่น

สุชา จันทน์เอม (2540, หน้า 155-157) ได้แบ่งความต้องการของวัยรุ่นตอนต้นไว้ดังนี้ คือ ความต้องการทางเพศ เมื่อเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่นมักพยายามค้นหาที่จะคบหาเพื่อนต่างเพศเนื่องจากในระยะนี้ต่อมต่าง ๆ ภายในร่างกายกำลังทำงานเต็มที่ โดยเฉพาะต่อมเพศที่ผลิตฮอร์โมนออกมาเพื่อควบคุมวุฒิภาวะทางเพศ ทำให้วัยรุ่นพยายามหาทางออกเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ไม่ว่าทางใดทางหนึ่ง ความต้องการได้รับอิสระ วัยรุ่นจะพยายามแสวงหาความจริงและยืนหยัดอยู่ด้วยลำแข้งของตนเอง พ่อแม่ควรรู้จักผ่อนปรนปล่อยให้ลูกเป็นตัวของตัวเองบ้าง ซึ่งจะทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ความต้องการที่จะหาเลี้ยงตัวเอง วัยรุ่นเริ่มมีความคิดที่จะหาเลี้ยงตนเอง แทนที่จะต้องอาศัยพ่อแม่ ทั้งนี้เพราะคิดว่าการหาเงินได้ด้วยตัวเองทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ และเป็นการพิสูจน์ให้ผู้ปกครองของตนเห็นว่าตนนั้นโตแล้ว ความต้องการที่จะได้รับความนับถือจากสังคม วัยรุ่นต้องการให้สังคมยอมรับนับถือว่าตนเป็นผู้ใหญ่แล้ว โดยพยายามทำตนให้เหมือนผู้ใหญ่ เช่น เด็กหนุ่มบางคนจะดื่มเหล้า สูบบุหรี่ และเด็กสาวบางคนจะแต่งตัวแต่งหน้า เพื่ออวดความเป็นผู้ใหญ่ของตน และความต้องการในปรัชญาชีวิตที่พึงพอใจ วัยรุ่นมักจะถามเรื่องราวที่ตนอยากรู้อย่างมีเหตุผล ถ้าได้รับคำตอบที่ไม่พึงพอใจวัยรุ่นจะพยายามซักถามจนกว่าจะได้รับคำตอบที่พอใจโดยไม่ยอมล้มเลิกความสงสัยง่าย ๆ

วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญาและสังคมอย่างรวดเร็ว ซึ่งความต้องการที่จะได้รับความนับถือ เป็นหนึ่งในความต้องการทั้งหมด เพราะวัยรุ่นในระยะนี้ต้องการความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งพื้นฐานทางครอบครัว ผู้ปกครองและกลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นในช่วงนี้

จากการศึกษาพฤติกรรมของผู้ที่มีความเห็นคุณค่าในตนเองสูง พบว่า มีลักษณะดังต่อไปนี้ คือ เป็นคนคล่องแคล่วว่องไว ชอบแสดงความคิดเห็น เป็นฝ่ายชักนำผู้อื่นมากกว่าจะเป็นเพียงผู้ตาม มองเห็นสิ่งต่าง ๆ ในด้านดี มีจิตใจที่มั่นคง มีความมั่นใจในการกระทำ กล้าแสดงออก เป็นตัวของตัวเองยอมให้สังคมกำหนดการกระทำของตนเองน้อยที่สุด คิดแก้ปัญหาต่าง ๆ ให้ลุกล่วงไปด้วยดี มองเห็นความดีงามของตน ซึ่งส่งผลให้มีโอกาสประสบความสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหมายไว้

สำหรับผู้ที่มีความเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะยึดมั่นในความดีของตนเอง ขาดความเชื่อถือในตนเองไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ไม่มีความมั่นใจ จะยอมทำตามผู้อื่นได้ง่าย ทั้งที่ไม่ตรงกับความต้องการ

ต้องการของตนเอง ทั้งนี้เพื่อหลีกเลี่ยงการขัดแย้งกับบุคคลอื่น คิดว่าตนเอง ไม่มีความสามารถเพียงพอ ขาดพลังในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สมพร สุทัศน์ีย์ (2530) ที่วิเคราะห์การอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 14 ประเภทตามมิติอิสระ 2 มิติ คือ มิติควบคุม - เป็นตัวของตัวเอง และมิติรัก-เจตนาร้าย จากงานวิจัยของ Schaefer (1959) ซึ่งสรุปและสร้างรูปแบบสมมติฐานพฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูของแม่ออกเป็น 3 มิติ ซึ่งแตกต่างไปจากรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของเซฟเฟอร์ ซึ่งวิธีการอบรมเลี้ยงดูตามแบบของสมพร สุทัศน์ีย์ สามารถอธิบายการอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบ ได้อย่างชัดเจน แบ่งออกเป็น 7 ลักษณะ พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ดังนี้ คือ

1. แบบใช้อำนาจควบคุม (มิติควบคุมและเจตนาร้าย)
2. แบบเข้มงวดกวดขัน (มิติควบคุมและเจตนาร้าย)
3. แบบลงโทษทางกาย (มิติเจตนาร้ายและควบคุม)
4. แบบประชาธิปไตย (มิติรักและเสรีภาพ)
5. แบบรักตามใจ (มิติรักและเสรีภาพสุด โด่ง)
6. แบบให้ความคุ้มครอง (มิติรักและควบคุม)
7. แบบปล่อยปละละเลย (มิติเจตนาร้ายและเสรีภาพ)

เอกราช แก้วเขียว (2540) ศึกษาเรื่องผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมต้น โรงเรียนผู้ใหญ่วัยแม่สาจำนวน 24 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 1-1.5 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และเยาวชนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะติดตามผล (ภายหลังทดลอง 1 เดือน) สูงกว่าในระยะหลังทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมคิด อิศระวัฒน์ (2542) ศึกษาเรื่องลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเด็กของคนไทย ซึ่งมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ของตนเอง ดังนั้นลักษณะการอบรมเลี้ยงดูบุตรซึ่งความพร้อมที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองของบิดามารดาจะเลี้ยงดูแบบให้ความรัก ความอบอุ่น ความใกล้ชิด สนองให้เป็นคนมีเหตุผล ฝึกปลูกให้รู้จักทำอะไรด้วยตนเอง เปิดโอกาสให้ลูกได้คิดตัดสินใจด้วยตนเอง พ่อแม่มี

บทบาทเป็น ผู้ให้คำแนะนำ ปรีกษา พ่อแม่จะไม่ตามใจหรือเข้มงวดกวดขัน ยอมให้บุตรแสดงความคิดเห็นโต้แย้งได้ บิดามารดารับฟังลูก อีกทั้งเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูก เมื่อทำความผิด ใช้วิธีตักเตือน ถ้าทำถูกก็ชมเชย การเลี้ยงดูบุตรของบิดามารดาที่ลูกไม่มีความพร้อมที่จะเรียนด้วยตนเอง จะเลี้ยงลูกแบบตามใจ ยากได้อะไรก็ยอม เข้าข้างลูกไม่เคยเห็นว่าลูกผิด พ่อแม่บางคนเน้นเด็กต้องเชื่อฟัง เด็กไม่มีโอกาสตัดสินใจเอง ต้องทำตามทีบิดา มารดาบอก หรือคาดหวัง การฝึกเด็กโดยใช้วิธีวางกรอบให้ลูกเดิน พ่อแม่จะเป็นผู้นำทุกอย่าง ไม่มีการมอบหมายงานหรือให้มีภาระความรับผิดชอบ การอบรมเลี้ยงดูลูกใช้วิธีการดุ บังคับให้ปฏิบัติตามหรือปล่อยให้เด็กทำตามใจชอบ

จรัญญา ชันกฤษณ์ (2543) ได้ทำการศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลวัดศรีสุพรรณ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 45 คน โดยใช้เครื่องมือเป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง สรุปได้ว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนอาจมีผลมาจากปัจจัยหลายประการ ไม่ว่าจะเป็นด้านเพศ สภาพการอยู่อาศัย สถานภาพการสมรสของพ่อแม่ จำนวนพี่น้อง รวมทั้งระดับการศึกษาของผู้ปกครองซึ่งสัมพันธ์กับการเลี้ยงดูและการคาดหวัง องค์กรประกอบเหล่านี้ส่งผลต่อการรับรู้ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน ว่าตนเป็นที่ยอมรับและมีคุณค่าในตนเอง รวมทั้งมีคุณค่าต่อบุคคลอื่นมากนักน้อยเพียงใดและมีผลต่อพฤติกรรมการแสดงออกของเด็กอีกด้วย

อัญชลี คำรงค์ไชย (2543) ได้วิจัยเรื่อง ผลของกิจกรรมกลุ่มต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะการแก้ปัญหา การตัดสินใจและการปฏิเสธ ของวัยรุ่นชายที่เสพยาบ้าและเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ โดยได้ใช้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นเพศชาย ที่มีอายุระหว่าง 15-21 ปี ที่เสพยาและรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลจำนวน 15 คน โดยจัดกิจกรรมเป็นเวลา 3 สัปดาห์ได้อาศัยหลักการเรียนรู้ของเบนดูราผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านการเห็นคุณค่าในตัวเอง และทักษะการปฏิเสธหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ส่วนด้านทักษะการแก้ปัญหา พบว่าคะแนนเฉลี่ยหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเล็กน้อย แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

วันเพ็ญ สุมนาพันธ์ (2545) ได้ทำวิจัยเรื่อง ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรสาขาอิเล็กทรอนิกส์วิทยาลัยเทคนิคเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเป็นนักศึกษาประกาศนียบัตรสาขาช่างอิเล็กทรอนิกส์ จำนวน 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และแบบทดสอบการเห็นคุณค่าในตนเองผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธีระพร อุวรรณ โธ (2546) ศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของคนไทยกับกระบวนการทางสังคมประคองครอบครัวในปัจจุบันที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ พบว่ารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่มีประสิทธิภาพที่สุดคือการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ ซึ่งประกอบด้วยลักษณะย่อย 8 อย่าง คือ พ่อหรือแม่มีการกำหนดกฎระเบียบและวินัยให้ลูกปฏิบัติอย่างชัดเจน มีการกระตุ้นให้ลูกปฏิบัติตามกฎ ระเบียบและวินัยที่กำหนดไว้ การเรียกร้องให้ลูกทำสิ่งที่ดี ที่ถูก ที่ควร พ่อแม่มีความอบอุ่นและรักสนับสนุนลูก มีการสื่อสารสองทางที่ชัดเจนระหว่างพ่อแม่กับลูก ส่งเสริมให้ลูกเป็นตัวของตัวเองและพึ่งตนเอง พ่อแม่และลูกเคารพในสิทธิของกันและกัน และพ่อแม่ให้รางวัลแก่ลูกมากกว่าลงโทษ

นันทนา แรงจริง (2546) ได้ทำการวิจัย เรื่องการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความตระหนักในคุณค่าทางวัฒนธรรม และการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชาวไทยภูเขาเผ่าม้ง ผลการวิจัยพบว่า ความตระหนักในคุณค่าทางวัฒนธรรม และการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชาวไทยภูเขาเผ่าม้ง เพิ่มขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มทำให้ผู้เรียนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งมีปัจจัยจากหลาย ๆ ด้าน คือ เพศ อายุ สภาพครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู การศึกษาของพ่อแม่ ประสบการณ์ต่าง ๆ และสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบด้าน เช่น เพื่อน พี่น้อง ญาติ ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การเห็นคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษางานวิจัยดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูเป็นสิ่งที่สำคัญ ซึ่งการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อเด็กแต่ละคนจะแตกต่างกัน และการอบรมเลี้ยงดูแต่ละรูปแบบจะส่งผลต่อเด็กทั้งในด้านบวกและลบ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขี่เป็นการเลี้ยงดูที่พ่อแม่ ผู้ปกครองจะคอยบอกหรือสั่งให้ลูกปฏิบัติตาม จะให้ลูกอยู่ในกรอบที่พ่อแม่กำหนดไว้ ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เป็นการเลี้ยงดูที่พ่อแม่ ผู้ปกครองไม่สนใจลูกปล่อยให้ลูกทำตามที่ลูกต้องการ โดยที่ไม่อบรมสั่งสอนลูกว่าสิ่งไหนควรหรือไม่ควร และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยเป็นการเลี้ยงดูที่พ่อแม่ ผู้ปกครองให้ความรักความอบอุ่น รับฟังความคิดเห็นของเด็ก เด็กกล้าที่จะตัดสินใจ กล้าแสดงออก สอน ให้เด็กรู้จักแก้ปัญหาให้ถูกต้องได้ด้วยตนเอง เด็กมักเกิดการเรียนรู้ที่ดี และจะทำให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเอง เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง