

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง เปรียบเทียบการอบรมเลี้ยงดู การสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ติดยาเสพติด โรงพยาบาลธัญญารักษ์ และสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด (บ้านพิชิตใจและราชดำริ) เพื่อต้องการศึกษาหาวิธีการอบรมเลี้ยงดู การสนับสนุนทางสังคม การปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดและความแตกต่างของการอบรมเลี้ยงดูกับการปรับตัวทางสังคม และการสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวทางสังคม ดังนั้นในการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องผู้ศึกษาจึงรวบรวมจากแนวคิดทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยนำเสนอใน 4 หัวข้อใหญ่ ๆ คือ

1. แนวคิดเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู
 - 1.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู
 - 1.2 วิธีการอบรมเลี้ยงดู
 - 1.3 การอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อลักษณะบุตร
2. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม
 - 2.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม
 - 2.2 แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม
 - 2.3 ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม
 - 2.4 หลักการของการสนับสนุนทางสังคม
 - 2.5 ระดับของแรงสนับสนุนทางสังคม
3. แนวคิดเกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม
 - 3.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม
 - 3.2 สาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัว
 - 3.3 ประเภทของการปรับตัว
 - 3.4 ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้
 - 3.5 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ
 - 4.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูกับการปรับตัวทางสังคม
 - 4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวทางสังคม
 - 4.3 งานวิจัยเกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

1. แนวคิดเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู

1.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดู

Grace J. (1979 : 91) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู คือ กระบวนการที่บุคคลได้เรียนรู้ในการพัฒนา ทักษะคติ ความเชื่อ ค่านิยม ความรู้ และความหวังของสังคม ตลอดจนการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับบทบาทของคนในสังคมนั้น ๆ ด้วย

Broom (1971 : 86-87) ได้นิยามการอบรมเลี้ยงดูไว้ 2 ลักษณะคือ ทางสังคม หมายถึง การถ่ายทอดวัฒนธรรม และการทำให้บุคคลมีวิถีชีวิตที่เป็นระเบียบ และในแง่ของแต่ละบุคคล หมายถึงกระบวนการที่ทำให้คนเปลี่ยนจากชีวอินทรีย์เป็นมนุษย์ สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้และปฏิบัติตามค่านิยม อุดมคติ และระดับความทะเยอ ทะยาน

ยูวดี เจียรรมประสิทธิ์ (2538 : 72) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การกระทำของพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดู ทั้งด้วยกาย วาจา ท่าทีที่มีต่อเด็ก อันเป็นผลให้เด็กมีร่างกาย พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปตามแนวทางการพัฒนาการของชีวิตและเป็นที่เข้าใจยอมรับของผู้แวดล้อม ผู้อบรมเลี้ยงดูตั้งใจอบรมสั่งสอนให้เด็กยอมรับการปฏิบัติตามเกณฑ์ หรือแนวทางที่สังคมยอมรับ เพื่อให้ได้เติบโตขึ้นในแนวทางที่ผู้อบรมนั้นต้องการ

จตุพร เฟิงชัย (2534 : 99) ให้ความหมายของ การอบรมเลี้ยงดูว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่ผู้ใหญ่ในครอบครัวซึ่งประกอบด้วย บิดามารดา และบุคคลอื่น ๆ ปฏิบัติต่อเด็ก เพื่อสนองความต้องการที่จำเป็นของเด็กทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อให้เด็กมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี และยังให้การแนะนำสั่งรอบคัว ฝึกอบรมให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

ยาใจ จุลพงษ์ (2524 : 20) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูเด็ก หมายถึง การบำรุงรักษาเด็กให้มีชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัย อันหมายถึงความต้องการทางกาย เช่น การให้อาหาร และยังหมายถึง การฝึกหัดเด็กในสิ่งที่เกี่ยวกับความรู้สึนึกคิด ความประพฤติและมารยาททางสังคม เช่น ฝึกให้เด็กรู้จักรักษาความสะอาด ฝึกให้รู้จักรับผิดชอบ หรือการที่พ่อแม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับเด็ก กอຍให้ การดูแลรักษาคุ้มครอง ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้คำแนะนำสั่งสอน และให้ความช่วยเหลืออื่น ๆ เพื่อให้เด็กได้มีชีวิตอยู่และเจริญเติบโตขึ้นเป็นสมาชิกของสังคมตามลักษณะที่ผู้อบรมเลี้ยงดูให้ความมุ่งหวัง

ดังนั้น สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่บิดามารดา หรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็ก โดยการให้คำแนะนำสั่งสอน ดูแลให้ความช่วยเหลือ คุ้มครอง ให้ความรักความอบอุ่น และตอบสนองความต้องการทางร่างกายและจิตใจ เพื่อให้เด็กได้มีชีวิตอยู่และเจริญเติบโตเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมตามความมุ่งหวัง นอกจากนี้ การอบรมเลี้ยงดูยังเป็นกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคล เป็นเรื่องของการถ่ายทอดความคิด ความเชื่อและวิธีการปฏิบัติของแต่ละครอบครัว

1.2 วิธีการอบรมเลี้ยงดู

วิธีการอบรมเลี้ยงดูเป็นส่วนหนึ่งของการถ่ายทอดทางสังคม หรือการขัดเกลาทางสังคม (Socialization) เป็นกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพของมนุษย์ พ่อแม่จึงมีความสำคัญต่อพัฒนาการของเด็กเป็นอย่างยิ่ง และจะมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมของเด็ก ซึ่งในปัจจุบันได้มีการศึกษาวิธีการเลี้ยงดูควบคู่ไปกับลักษณะสัมพันธภาพในครอบครัว และมีผู้ศึกษาแนวคิดวิธีการอบรมเลี้ยงดูไว้มากดังนี้

Klaus and Kernell (1982 : 98 อ้างจาก สุภัสตรา เก้าประคิษฐ์ 2535) กล่าวว่า การที่พ่อแม่จะพัฒนากับลูกให้ประสบความสำเร็จได้นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ได้แก่

1. บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัยและอารมณ์ของตัวพ่อแม่เอง
2. การตอบสนองของลูกที่มีต่อพ่อแม่ สำหรับในทารกซึ่งยังไม่สามารถพูดได้คือการตอบสนองของเด็กอาจแสดงได้โดยการร้องไห้ หรือใช้สายตามอง เป็นต้น
3. ประสบการณ์ในวัยเด็กของพ่อแม่ รวมทั้งประวัติสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของพ่อและแม่ที่มีกับครอบครัวเดิม
4. สัมพันธภาพระหว่างตัวพ่อกับแม่เอง
5. ประสบการณ์ที่ผ่านมาเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอดลูก
6. ค่านิยมทางวัฒนธรรมและทัศนคติทางสังคมในการดูแลลูก

ความรู้สึกลูกหันโลกัซิดสามารถพัฒนาขึ้นได้จากการมีสัมพันธภาพกันระหว่างพ่อแม่ลูก ความรู้สึกรับได้จากความรัก ความเอาใจใส่ ความอบอุ่นและการสร้างความเข้าใจกันและกันของสมาชิก

Roger (1972 : 117) ได้แบ่งประเภท การอบรมเลี้ยงดูที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ และพฤติกรรมของบุคคลออกเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (Democracy) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าเขาเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ไม่ตามใจหรือ เข้มงวดจนเกินไป พ่อแม่ให้ความรัก ความอบอุ่น มีเหตุผล ยอมรับความสามารถ และความคิดเห็นของเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้มีส่วนร่วมรับรู้ในกิจกรรมบางอย่าง ส่งเสริมให้เด็กมีอิสระในการตัดสินใจ และแก้ปัญหาด้วยตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง และให้ความร่วมมือกับเด็กตามโอกาสที่เหมาะสม

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความคุ้มครองมากเกินไป (Over Protection) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่ หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าเขาเองไม่ได้รับอิสระเท่าที่ควร ไม่ได้ทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ หรือทำอะไรด้วยตนเอง ต้องปฏิบัติตามระเบียบวินัยที่พ่อแม่

กำหนดไว้ ถูกควบคุมและอยู่ในสายตาหรือคุ้มครองป้องกันให้ความช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลา ไม่มี
ความเป็นตัวของตัวเองและมีความรู้สึกว่าคุณเองเป็นเด็กอยู่เสมอ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (Rejection) หรือทอดทิ้ง หมายถึง วิธีการ
ปฏิบัติของพ่อแม่ หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณเองถูกเกลียดชัง ไม่ได้รับการเอาใจใส่
สนับสนุนหรือให้คำแนะนำช่วยเหลือเท่าที่ควรมักใช้วิธีวิจารณ์ คำหยาบคายรุนแรง และ
ปราศจากเหตุผลไม่ให้ความสนิทสนมเป็นกันเองและปล่อยปละละเลยความเป็นอยู่

Macoly and Martin (1983 : 45) ได้กล่าวถึงวิธีการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่พบบ่อย ซึ่ง
แบ่งออกเป็น 4 วิธี โดยมองจาก 2 มิติ คือ มิติของการยอมรับ (อบอุ่น) – ปฏิเสธ (ต่อต้าน) กับมิติ
ของการจำกัดควบคุม – ปล่อยอิสระ



การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย โดยใช้วิธีเลี้ยงดูแบบให้ความรัก และมีเหตุผลเป็น
วิธีการที่นักจิตวิทยาได้แสดงความเห็นคิดว่าเป็นแบบที่ช่วยเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างพ่อ แม่
ลูก ได้ดีที่สุดใน

การตัดสินใจของครอบครัวเกิดจากการตกลงเห็นชอบของสมาชิกทุกคนในครอบครัวลูกมี
โอกาสใช้ความสามารถเต็มที่และแสดงความเห็น มีความใกล้ชิดสนิทสนมกับพ่อแม่ และพ่อแม่
ต่างร่วมกันรับผิดชอบในการดูแล ให้ความรัก ความอบอุ่นกับลูก สัมพันธภาพจึงมีการพัฒนาขึ้น
ทั้งสองทิศทาง ส่วนวิธีการอบรมเลี้ยงดูแบบอื่นเป็นรูปแบบที่ก่อให้เกิดความไม่เข้าใจกันระหว่าง
พ่อแม่ ลูก ได้ง่ายจึงมีแนวโน้มที่จะเป็นอุปสรรคต่อสัมพันธภาพระหว่างกัน
ของเด็ก

Hurlock (1978 : 504-512) ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาผู้ปกครอง พบว่ามี
6 ประเภท คือ

1. ประเภทประคบประหงมลูกเกินไป (Over - Protectiveness) หมายถึง พ่อแม่ผู้ปกครองที่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ต่อเด็กมากเป็นพิเศษ ขอมตามใจ ให้สิทธิพิเศษแก่เด็กคอยปกป้องภัยอันตราย ทำทุกสิ่งทุกอย่างให้แม้ว่าเด็กจะ โดพอที่จะทำสิ่งนั้น ๆ ได้เองแล้วก็ตาม

2. ประเภทตามใจ (Permissiveness) หมายถึง พ่อแม่ที่เลี้ยงดูแบบฝึกให้เด็กได้รู้จักคิด รู้จักหัดทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง มุ่งให้เด็กมีความอดทนและมีความพยายามประเภทละทิ้งปฏิเสธ (Rejection) หมายถึง พ่อแม่ปล่อยปละละเลย เลือขหาไม่สนใจ ไม่เอาใจใส่ในสวัสดิภาพของเด็ก หรือทำตนเป็นศัตรูกับเด็กโดยแสดงความโกรธ เกลียดเด็กออกมาในรูปของการบังคับ ควบคุม และลงโทษ

3. ประเภทที่ยอมรับเด็ก (Acceptance) หมายถึง พ่อแม่ที่แสดงความรัก ให้ความสนใจ ให้ความอบอุ่นแก่ลูก รวมทั้งยกย่องชมเชยเด็ก

4. ประเภทที่มีอำนาจเหนือลูก (Domination) หมายถึง พ่อแม่ที่มีความต้องการและคาดหวังให้เด็กเชื่อฟังตนอย่างเคร่งครัด โดยมุ่งให้เด็กประสบผลสำเร็จในเรื่องต่าง ๆ ถ้าเด็กทำผิด กฎเกณฑ์ที่พ่อแม่วางไว้เด็กจะถูกลงโทษทันที พ่อแม่จะบอกให้เด็กรู้ถึงความรู้สึกนึกคิด และความต้องการของตน โดยจะไม่คำนึงถึงความคิดหรือความต้องการของเด็ก

5. ประเภทที่ยอมจำนนต่อลูก (Submission to Child) หมายถึง พ่อแม่ที่อยู่ใต้อำนาจของลูก ขอมให้เด็กเป็นศูนย์กลางความสำคัญ เด็กได้รับความรักและการตามใจเกินสมควร

Pumroy (1966 : 73 - 74) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบ่งได้ตามลักษณะของพ่อแม่ ออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. พ่อแม่ประเภทรักจนเหลือ เด็กจะเป็นศูนย์กลางที่สำคัญของผู้เลี้ยงดู ให้ความรัก และตามใจมากจนเกินควร เมื่อผู้เลี้ยงดูพยายามจะบังคับเด็ก เด็กก็จะหาวิธีหลีกเลี่ยง หรือชนะจนได้ทุกครั้ง เด็กไม่ได้ถูกฝึกให้อยากคิดอยากทำในสิ่งที่แปลกใหม่ เด็กไม่มีหน้าที่รับผิดชอบ และไม่ได้รับมอบหมายหน้าที่ที่ตนจะต้องปฏิบัติภายในบ้าน พ่อแม่มักจะให้ของแก่เด็กหรือพาไปสนุกสนานบ่อย ๆ โดยไม่มีเหตุผลอันสมควร

2. พ่อแม่ประเภทเข้มงวด ผู้เลี้ยงดูต้องการ และคาดหวังให้เด็กเชื่อฟังตนเองอย่างเคร่งครัดถ้าไม่ทำตามคำสั่งจะถูกลงโทษ มีกฎเกณฑ์อย่างแน่นชัดและลงโทษอย่างยุติธรรมและสมเหตุสมผลพอสมควร พ่อแม่จะผลักดันให้เด็กมีความสามารถเกินธรรมชาติของเด็กและทำให้เด็กพัฒนาไปเร็วกว่าอายุ

3. พ่อแม่ประเภทละทิ้งและปฏิเสธ ผู้เลี้ยงดูจะทำตนเป็นศัตรูกับเด็ก แสดงความโกรธ เกลียดเด็กออกมาในรูปของการควบคุม บังคับและลงโทษ ซึ่งเป็นการกระทำเพราะความรู้สึกทางลบของพ่อแม่ที่มีต่อเด็ก มากกว่าที่จะเกี่ยวกับการกระทำผิดของเด็ก และพ่อแม่พวกนี้ยังคิดว่า ลูกของตนเป็นผู้ที่แก้ไขให้ไม่ได้แล้ว

4. พ่อแม่ประเภททฤษฎีนอนแบบไขว่ในหิน การเลี้ยงดูจะคอยสอดส่องดูแลลูกไม่ให้ต้องเสี่ยงและอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ อันอาจเกิดอันตรายขึ้นได้ พ่อแม่เป็นผู้ทำทุกสิ่งทุกอย่างแก่ลูก แม้ว่าลูกจะโตและทำสิ่งนั้นได้เองนานแล้ว เด็กจะไม่ได้รับอนุญาตให้เจริญเติบโต และทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เช่น กินอาหารเอง อาบน้ำเอง ไปโรงเรียนเอง เป็นต้น

Roger (1972 : 117) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 3 แบบ ได้แก่

1. แบบประชาธิปไตย (Democracy) เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กมีความรู้สึกว่าคุณเองได้รับความยุติธรรม พ่อแม่จะมีความอดทน ไม่ตามใจหรือเข้มงวดจนเกินไป พ่อแม่ยอมรับนับถือความสามารถและความคิดเห็นของเด็ก และยังให้ความร่วมมือในโอกาสอันควรอีกด้วย

2. แบบปล่อยปละละเลย (Rejection) เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ปล่อยให้เด็กทำอะไรๆ ตามใจตนเองโดยพ่อแม่ไม่เอาใจใส่แนะนำช่วยเหลือและเด็กมีความรู้สึกว่าคุณถูกเกลียดชัง

3. แบบให้ความคุ้มครองมากเกินไป (Over-Protection) เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่คอยคุ้มครองป้องกันภัยและให้ความช่วยเหลือตลอดเวลา ทำให้บุตรมีความรู้สึกว่าคุณเองไม่ได้รับความสะดวกให้กระทำในสิ่งที่ตนต้องการ

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

1. แบบทฤษฎีนอน เป็นการเลี้ยงดูแบบพ่อแม่เอาใจใส่ต่อเด็กเป็นพิเศษ ยอมตามใจให้สิทธิพิเศษและคอยทำทุกอย่างให้

2. แบบเข้มงวดกวดขัน เป็นการเลี้ยงดูแบบให้เด็กทำตามคำสั่งของตนเองอย่างเคร่งครัด ถ้าหากเด็กทำในสิ่งที่นอกเหนือจากคำสั่งก็จะลงโทษทันที ไม่เปิดโอกาสให้เด็กคิดด้วยตนเอง

3. แบบปล่อยปละละเลย พ่อแม่จะเลี้ยงดูแบบไม่เอาใจใส่ต่อสวัสดิภาพของเด็ก ทำตนเป็นศัตรูกับเด็กอย่างเปิดเผย แสดงความโกรธและเกลียดเด็กออกมาอย่างชัดเจน

4. แบบเพิกเฉย เป็นการเลี้ยงดูแบบที่พ่อแม่ไม่ยินดียินร้ายต่อพฤติกรรมของเด็ก ไม่คู่ไม่ว่ากล่าว หรือไม่ตักเตือนใด ๆ ทั้งนั้นเมื่อทำผิด หรือไม่แสดงความยินดีเมื่อเด็กประพฤติดี

5. แบบตามสบาย เป็นการเลี้ยงดูที่ให้เสรีภาพแก่เด็กในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้ตามสบาย ไม่คอยระแวงระวังให้เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของตน แต่เมื่อพบว่าลูกทำไม่ถูกต้องก็ให้คำแนะนำอบรมตักเตือนตามแต่โอกาส

6. แบบให้ความรัก การเลี้ยงดูแบบนี้พ่อแม่จะให้การอบรมตักเตือนสั่งสอนบนพื้นฐานของความรัก การเลี้ยงดูจะเป็นลักษณะของการชี้แจงเหตุผลและอธิบายให้เด็กเข้าใจถึงเหตุผลของการทำโทษหรือการยกย่องชมเชย

*Faw and Belkin (1989 : 346 – 349) ได้สรุปรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่จากงานวิจัยที่ศึกษาเด็กอายุ 2 ถึง 6 ขวบ ได้ 3 รูปแบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบใช้อำนาจแบบมีเหตุผล (Authoritative Pattern of

Parenting) บิดามารดาจะดูแลอบรมให้ความรักแก่ลูก โดยกำหนดมาตรฐานของพฤติกรรมต่างๆ ให้ลูกทำตาม โดยจะพิจารณาความต้องการของลูก ความต้องการของพ่อแม่ และความต้องการของสังคมไปพร้อม ๆ กัน พ่อแม่จะอธิบายเหตุผลควบคู่ไปกับการอบรมสั่งสอน การลงโทษจะไม่ใช้การลงโทษทางกาย เมื่อเด็กทำดีก็จะให้คำชมเชย การอบรมสั่งสอนจะให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง และปฏิบัติตามแนวทางของสังคม

2. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบเผด็จการ (Authoritarian Pattern of Parenting)

บิดามารดาจะควบคุมลูกโดยกำหนดกฎที่เข้มงวดและไม่คำนึงถึงความต้องการของเด็กและขาดเหตุผล การลงโทษมักใช้การลงโทษทางกายและไม่มีคำอธิบายใดๆ ทั้งสิ้น บิดามารดาให้ความรัก การอบรมและคำชมเชยกับเด็กน้อย

3. การอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แบบปล่อยตามใจ (Permissive Pattern of Parenting) บิดา

มารดาจะดูแลลูก แต่ไม่รู้ว่าควรจะทำอย่างไรลูกจึงจะเชื่อฟังและประพฤติดี มักตามใจลูกไม่บังคับควบคุมและไม่ตั้งกฎเกณฑ์ในบ้าน ไม่ใช่อำนาจของการเป็นพ่อแม่ พ่อแม่จะอบรมสั่งสอนลูกมากกว่าพ่อและแม่แบบเผด็จการ แต่เมื่อลูกขัดใจพ่อแม่ก็จะตามใจ

รุจิระ สุภรณ์ไพบูลย์ (2531 : 57 – 60) ได้แบ่งรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 4 แบบ

คือ

1. ลักษณะการเลี้ยงดูแบบไม่ยอมรับ (The Pattern of Rejection) เนื่องจากครอบครัว

ยังไม่พร้อมที่จะมีบุตรจึงไม่ต้องการลูก พฤติกรรมที่แสดงให้เห็นถึงความไม่ต้องการลูกของพ่อแม่คือ ทิ้งลูกให้อดอยาก กักขังในห้อง หรือ พ่อแม่บางคู่อาจทิ้งลูกให้อยู่กับคนเลี้ยงนาน ๆ โดยไม่หวังหรือสนใจ บางรายนำลูกไปฝากไว้โรงเรียนประจำหรือฝากเลี้ยงตามสถานเลี้ยงเด็ก เป็นต้น

2. ลักษณะการเลี้ยงดูแบบรักลูกเกินไป (The Pattern of Over – Protection) สาเหตุของ

การเลี้ยงดูแบบนี้ อาจจะเป็นเพราะตัวพ่อแม่เองเคยได้รับการเลี้ยงดูมาแบบนี้ หรืออาจเป็นเพราะต้องการชดเชยความรักที่ตนเองขาดไป จึงพยายามชดเชยความรักให้ลูก

3. ลักษณะการเลี้ยงดูแบบควบคุมเกินไป (The Pattern of Domination) พ่อแม่จะตั้งข้อ

กำหนดวางกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ให้ลูกต้องทำ เพื่อจะให้ประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างที่พ่อแม่คิด ซึ่งบางครั้งความหวังเหล่านั้นก็เกินความสามารถที่เด็กจะกระทำได้พ่อแม่ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูแบบนี้จะเป็นบุคคลที่มีความหวังสูงและต้องการความสมบูรณ์แบบของชีวิต

4. ลักษณะการเลี้ยงดูแบบปล่อย (The Pattern of Over – indulgence) พ่อแม่จะให้อิสระ

แก่ลูกมากเกินไป

สุวดี ศรีลณวัติ (2530 : 31 – 35) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 8 ลักษณะ ได้แก่

1. การเลี้ยงดูแบบให้ความรักและการยอมรับ ครอบครัวจะมีบรรยากาศที่แสดงถึง

การกระทำที่เต็มไปด้วยความรักและการยอมรับ จะส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็ก

2. การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นการเลี้ยงดูแบบให้ความรักมาก การเลี้ยงดูแบบควบคุมปานกลางถึงค่อนข้างน้อย และการใช้เหตุผลในการฝึกระเบียบวินัย มักใช้วิธีการชมเชยมากกว่าการลงโทษ และเมื่อจำเป็นต้องลงโทษก็มักใช้วิธีการลงโทษทางจิตมากกว่าการลงโทษทางกาย ไม่มีอารมณ์ผูกพันกับเด็กจนเกินไป

3. การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล การใช้เหตุผลประกอบด้วยการอธิบายให้เห็นผลตามมาที่ไม่พึงปรารถนาของพฤติกรรมที่ผิดพลาดของเด็ก มีการอธิบายตัวอย่างพฤติกรรมที่พึงปรารถนา แนะนำรายละเอียดของการปฏิบัติตนในสภาพการณ์ต่าง ๆ มีการอธิบายเหตุผลของการจำกัดหรือควบคุมพฤติกรรมให้เด็กทราบ

4. การเลี้ยงดูแบบฝึกให้พึ่งตนเอง เป็นการฝึกให้เด็กสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ให้ตนเอง เช่น ตักอาหารรับประทานเอง ถอดเสื้อเอง ผูกมิตรกับเพื่อนรุ่นเดียวกันด้วยตนเอง ตลอดจนช่วยงานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ในบ้านตั้งแต่อายุ 2-4 ขวบ จะให้ผลดีที่สุดเพราะจะทำให้เด็กมีลักษณะใฝ่สัมฤทธิ์

5. การเลี้ยงดูแบบลงโทษ ซึ่งแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ

การลงโทษทางกาย เป็นการลงโทษโดยใช้วาจาว่ากล่าวตักเตือนน้อย หรือไม่ใช้เลย เด็กจะทราบแต่เพียงว่าขณะนี้ตนได้ทำในสิ่งที่ผู้เลี้ยงดูไม่พอใจ แต่ไม่ทราบว่าเหตุผลว่าทำไมการกระทำของตนจึงก่อให้เกิดความไม่พอใจ

การลงโทษทางจิต ประกอบด้วยการว่ากล่าวอบรมตักเตือน มีการอธิบายให้เด็กเห็นถึงความเหมาะสมของพฤติกรรม จึงทำให้เด็กได้รับรู้เกี่ยวกับลักษณะจริยธรรมมากกว่าการลงโทษทางร่างกาย นอกจากนี้จะทำให้เด็กได้หลักในการประพฤติปฏิบัติตนด้วย

6. การเลี้ยงดูแบบประคบประหงม เป็นการเลี้ยงดูที่ไม่ยอมรับและไม่เข้าใจธรรมชาติของเด็ก บิดามารดาร์ักและห่วงใยบุตรมากเกินไป กอปรปกป้องคุ้มครองเด็กทุกฝั้ว

7. การเลี้ยงดูแบบควบคุมมาก บิดามารดาจะกำหนดกฎเกณฑ์และมาตรฐานที่เข้มงวด กวดขันและควบคุมอย่างเต็มที่ เด็กมีโอกาสดำเนินตัวเองน้อยมาก มีการลงโทษเมื่อเด็กไม่ปฏิบัติตามกฎ

8. การเลี้ยงดูแบบตามใจมาก บิดามารดาจะให้เวลากับเด็กอย่างมาก ให้ความสนใจ ให้ความสนุกสนานกับเด็กในทุกขณะ แต่ไม่ได้สอนหรือเสริมแรงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ให้เด็กมีโอกาสแสดงพฤติกรรมได้ตามอำเภอใจ

โสมรสัม จันทรประภา (2515 : 82-84) กล่าวว่า ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเด็กแบ่งเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ดังนี้

1. เลี้ยงให้เป็นผู้ใหญ่มาตั้งแต่เด็ก คือ จะถูกอบรมกวดขันให้ประพฤติตนเองอย่างผู้ใหญ่ โดยเคร่งครัดมาตั้งแต่ยังไม่สมควร ไม่มีโอกาสได้คิดหรือทำอะไรอย่างเด็กตามธรรมชาติ

2. เลี้ยงอย่างเหวอ คือ จะคอยเอาใจ ตามใจเด็ก อยากทำอะไรก็ทำได้ไม่มีการห้ามปราม เลี้ยงอย่างผู้ร้าย คือ ผู้ปกครองจะเข้มงวดกวดขัน คอยจับผิด ทำอะไรก็ไม่ถูกไม่ควรไปเสียหมด ต้องคอยป้องกันตัวเองอยู่ตลอดเวลา เด็กที่ถูกเลี้ยงแบบนี้มักจะเป็นเด็กบ้านแตก พ่อแม่แยกกันอยู่ หย่า หรือตายจากกันแล้วอาจมีพ่อเลี้ยงหรือแม่เลี้ยง เด็กเป็นกำพร้า

3. เลี้ยงอย่างเป็นของเล่น คือ เลี้ยงไว้ชมเชย เช่น ชอบให้แต่งตัวสวย ๆ เวลาไปงานใน โอกาสต่าง ๆ ชอบให้แสดง เช่น แสดงละคร เพื่อเป็นหน้าเป็นตาแก่ผู้เลี้ยงเอาไปคุยอวดได้ว่า "ลูกหลานของฉันเอง"

4. เลี้ยงอย่างเป็นสัตว์เลี้ยง คือ ผู้เลี้ยงจะเป็นคนเจ้าอารมณ์ เมื่อชอบใจก็เอาใจใส่เป็นอย่างดี เฝ้าเซยชมเมื่อไม่ชอบก็ทอดทิ้งเกรี้ยวกราด

5. เลี้ยงอย่างเป็นคน คือ เลี้ยงให้เติบโตตามพัฒนาการของคน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมโดยการอบรมให้เป็นไปในสิ่งที่ถูกที่ควร เมื่อโตขึ้นจะเป็นคนที่สมบูรณ์ ตามฐานะของตน

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

1. แบบรักมากและปกป้องจนเกินควร หมายถึง พ่อแม่ที่รักลูกมากจนกระทั่งไป สร้างบรรยากาศที่ขัดขวางการตัดสินใจด้วยตนเองของเด็ก โดยการบริหารปฏิบัติ หรือทำทุกอย่าง ให้แก่ลูกแม้กระทั่งการเสียดสละความสุขส่วนตัวทุกอย่างเพื่อลูก ปฏิบัติต่อลูกไม่เหมาะสมกับ วัยของเด็กไม่ให้โอกาสเด็กได้ฝึกหัดช่วยเหลือตัวเองแม้แต่เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็คือขระแหวะวัง ให้ตลอดเวลา การรักลูกมากแบบนี้แบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

1.1 รักและปกป้องอย่างบริสุทธิ์ใจ พ่อแม่จะให้ความรัก โดยการแสดงออก ช่วยเหลือเด็กอย่างมากมาตลอดเวลา ชอบปรนนิบัติลูก

1.2 รักและปกป้องเพื่อเป็นการชดเชย หรือกลบเกลื่อนความรู้สึกผิดที่มีอยู่ในใจ พ่อแม่จะให้การเลี้ยงดูแบบไม่เสมอต้นเสมอปลาย บางครั้งก็ปรนนิบัติหรือให้มากมา บางครั้งก็ ทอดทิ้งไม่เหลียวแลหรือเอาใจใส่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอารมณ์หรือความรู้สึกของพ่อแม่ในขณะนั้น

2. แบบตามใจมากจนไม่มีขอบเขต ลูกจะได้ทุกอย่างตามต้องการภายใต้การสนับสนุน จากพ่อแม่โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ โดยพ่อแม่ไม่เคยให้การอบรมสั่งสอนเลยว่าถูกผิดกา ระเบียบ ปฏิบัติของสังคมทำเช่นไร ทุกอย่างเป็นไปตามความต้องการของลูก

3. แบบวิตกกังวลหวาดกลัวมากเกินไป พ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยความวิตกกังวล เป็นห่วง ลูกเกินกว่าเหตุ ทำเรื่องเล็กให้กลายเป็นเรื่องใหญ่ พ่อแม่มักจะหวาดระแวง กลัวเหตุร้าย หรือภัย อันตรายต่าง ๆ ที่จะมาถึงลูกมากเกินไป

5. แบบไม่ต้องการลูก พ่อแม่มีปัญหาจากการมีลูก อาจเป็นลูกที่เกิดมาในระยะที่ยังไม่มี

ความพร้อมในสภาพจำยอม การเลี้ยงลูกโดยใช้อารมณ์นอกเหนือเหตุผล ซึ่งส่วนใหญ่แล้วมักจะ
เป็นอารมณ์ในทางไม่ดีอันก่อให้เกิดความรุนแรงในการเลี้ยงดู ไม่ว่าจะป็นสีหน้าท่าทาง รวมถึง
การกระทำทุกอย่างต่อเด็กจะเต็มไปด้วยความรุนแรง แข็งกร้าว หงุดหงิด ขุ่นมัว

6. แบบเจ้าระเบียบ พ่อแม่ระเบียบจัด บรรยากาศของการอบรมเลี้ยงดูลูกเต็มไปด้วย
ระเบียบวินัยจัด ไม่มีการยืดหยุ่นต่อสถานการณ์ เด็กจะได้รับฟังแต่คำบ่น จู้จี้ คำตำหนิติเตียน
ว่ากล่าวให้แก่ไข้ซ้ำซากอยู่ตลอดเวลา

วารสารณ์ รักรวิชัย (2527 : 11 - 16) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็น 4 แบบดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักความอบอุ่นแบบประชาธิปไตย เป็นการอบรม
เลี้ยงดูโดยให้ความรัก ความเอาใจใส่ และความเข้าใจ และใช้เหตุผลกับลูก ให้ความสำคัญแก่ลูก
โดยถือว่าลูกคือส่วนที่มีความสำคัญต่อครอบครัว พ่อแม่จะให้ในสิ่งที่ลูกต้องการจริง ๆ จัด
ประสบการณ์ต่าง ๆ ให้ตรงกับพัฒนาการของลูกตามความเหมาะสมกับความสามารถทางกาย
อารมณ์ สังคม และทักษะของลูก ไม่บังคับให้ลูกทำในสิ่งที่ไม่อยากทำหรือไม่สามารถจะทำได้
ให้การยอมรับและยกย่องซึ่งจะสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้ลูก ให้อิสระแก่ลูกในการกระทำ
กิจกรรมต่าง ๆ เอาใจใส่และช่วยเหลือ แนะนำลูกตามความเหมาะสม ยอมรับความสามารถและ
ให้สิทธิลูกในการตัดสินใจ และแก้ปัญหาด้วยตนเอง พ่อแม่จะคอยให้กำลังใจ คำปรึกษา
ความมั่นคงปลอดภัยแก่ลูก ตลอดจนแนะแนวทางการดำเนินชีวิตในแต่ละวันแก่ลูก เพื่อลูกจะได้
เกิดการเรียนรู้ที่จะอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบคาดหวังเอากับเด็ก เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่เรียกร้อง
เอาจากลูก โดยพ่อแม่มีความต้องการเกี่ยวข้องให้ทำตามที่พ่อแม่หวังไว้ พ่อแม่จะกำหนดวิถีชีวิต
ให้กับลูก ลูกต้องทำตามจุดประสงค์หรือความต้องการของพ่อแม่ ลูกมีหน้าที่ทำตามทุกอย่าง
แม้ว่าจะไม่ชอบก็ตาม

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ไม่สนใจที่จะ
สั่งสอนลูก ปล่อยให้ลูกทำตามอำเภอใจ ไม่มีใครคอยชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสมให้
ไม่สนใจความเป็นอยู่ ไม่ดูแลยามเจ็บป่วย ให้ความรักแบบลำเอียง หรือดูต่ำลงโทษรุนแรงเกินกว่า
เหตุ บางครั้งก็ปล่อยหน้าที่เลี้ยงดูให้เป็นของคนอื่น เลี้ยงดูแบบตามมีตามเกิด ซึ่งอาจจะเป็นเพราะ
ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว หรือเป็นลูกที่เกิดมาโดยพ่อแม่ไม่ได้ตั้งใจให้เกิด หรือเป็น
ครอบครัวที่แตกแยก

4. การอบรมเลี้ยงดูแบบรักถนอมมากเกินไป เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่คอยปกป้อง
ดูแลลูกมากเกินไป ไม่ให้ลูกได้รับความลำบากหรืออันตราย คอยให้ความช่วยเหลือทุกอย่าง จน
ลูกไม่รู้จักวิธีช่วยเหลือตนเอง ไม่รู้จักแก้ปัญหาด้วยตัวเอง มีเรื่องอะไรขัดข้อง พ่อแม่จะเป็นคน

ช่วยเหลือให้หมดโดยลูกไม่ต้องทำอะไร หรือเรียกว่าเป็นการถนอมใจไว้ในหิน เอาใจใส่ลูกอย่าง
ไม่ให้คลาดสายตา กอຍให้ความช่วยเหลือลูกทุกฝีก้าว

จตุพร เฟิงซัย (2534 : 99-100) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 3 ลักษณะ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรัก หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูก
ของตนเองในลักษณะต่าง ๆ เช่น ให้ความดูแลเอาใจใส่ ให้ความรักความห่วงใย ให้คำแนะนำ
สนับสนุนและช่วยเหลือ มีความยินดีที่จะอยู่กับลูก ให้การยกย่องให้การคุ้มครองตลอดจนใกล้ชิด
สนิทสนม

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูก
แบบทอดทิ้งปล่อยให้บุตรจัดการกับตนเอง ขาดการแนะนำ ขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่มีกฎเกณฑ์
ให้ปฏิบัติ เมื่อเด็กซักถามในเรื่องต่าง ๆ พ่อแม่จะไม่สนใจอธิบายให้เด็กหายข้องใจ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวด หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูก กอຍ
บังคับลูกให้ทำตามความต้องการของตนเอง ชอบใช้คำพูดที่ลูกรู้สึกอาย ชอบก้าวก่ายในเรื่อง
ส่วนตัวของลูก ลงโทษลูกโดยที่ลูกยังไม่รู้เหตุผลที่ต้องถูกลงโทษ

1.3 การอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อลักษณะบุตร

อัจฉรา สุขารมณ (2530 : 22-23) กล่าวว่า

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองแสดง
ออกให้เห็นว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้คือ

1.1 แสดงความรักใคร่ห่วงใย ให้ความสนใจ รักเด็กอย่างจริงจังและรักเด็กใน
ทางที่ถูกต้องควร แต่ไม่มากจนเกินไป

1.2 ส่งเสริมให้เด็กได้แสดงความสามารถอย่างเต็มที่ และเปิดโอกาสให้เด็ก
แสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งยอมรับฟังความคิดเห็นของเด็ก

1.3 ให้ความสำคัญสนทนเป็นกันเอง และมีความยุติธรรมแก่ลูกเท่าเทียมกัน

1.4 เน้นวิธีการใช้เหตุผล ไม่ใช่อารมณ์

1.5 ให้เด็กมีอิสระภาพในขีดความสามารถ และความรับผิดชอบของเด็กเอง
ซึ่งไม่ถึงกับปล่อยปละละเลยหรือเข้มงวดมากเกินไป

1.6 ขอมรับฟังปัญหาของเด็ก

1.7 เข้าใจความต้องการของเด็ก

1.8 ให้เด็กรับผิดชอบในเรื่องส่วนตัวของตนเอง เช่น การเลือกใช้สิ่งของ เป็นต้น

1.9 ถ้ามีการลงโทษก็จะลงโทษโดยใช้เหตุผล ไม่ใช่อารมณ์เพียงอย่างเดียว ก่อน
การลงโทษจะอธิบายให้ลูกทราบและพยายามให้ลูกสำนึกในความผิดเสียก่อน

1.10 ถ้าลูกไม่ทำตามคำกล่าวที่จะแนะนำ อธิบายถึงเหตุผลว่าเพราะเหตุใดจึงต้อง

ทำอย่างนั้นหรือไม่ทำอย่างนี้

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะมีลักษณะ มีนิสัยกล้าไม่กลัวคน สนใจ ชักถามในสิ่งที่ตนไม่รู้ มักจะเป็นผู้นำในกิจกรรมต่าง ๆ ของกลุ่ม เป็นคนเปิดเผยเป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล มีความรับผิดชอบ มีอารมณ์ขัน ร่าเริงแจ่มใส มองโลกในแง่ดี เรียนรู้อะไร ๆ ได้อย่างรวดเร็ว สามารถปรับตัวได้ดี กล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ สามารถช่วยเหลือตัวเองและแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ให้ความร่วมมือกับผู้อื่นได้ดีมีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความเข้าใจตนเองสูง และรู้สึกว่าคุณค่าเคารพสิทธิของตนเอง และผู้อื่นมีความกระตือรือร้น มีความคิดสร้างสรรค์ บุคลิกลักษณะคล่องแคล่ว มีพฤติกรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม มีการตัดสินใจดี

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน พฤติกรรมที่บิดามารดา หรือผู้ปกครอง แสดงออกให้เห็นว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้ คือ

2.1 บังคับ เกี่ยวเช็ญ ให้ลูกทำตามกฎเกณฑ์ หรือคำสั่งที่เห็นว่าเป็นอย่างเคร่งครัด ชอบตั้งกฎเกณฑ์ให้ลูกปฏิบัติตามโดยที่ลูกไม่รู้เหตุผลว่าทำไมต้องทำอย่างนั้น

2.2 ไม่ยอมให้เด็กแสดงความคิดเห็นโต้แย้ง เมื่อเวลาที่ลูกอธิบายหรือแสดงเหตุผลคัดค้านพ่อแม่ก็มักจะพูดว่ากล่าว ลูกต้องทำตามความพอใจของพ่อแม่ทุกครั้ง

2.3 ลงโทษลูกตามอารมณ์ ลงโทษลูกโดยที่ลูกยังไม่ทราบสาเหตุของการลงโทษ

2.4 ไม่เปิดโอกาสให้ลูกได้ทำอะไรได้ด้วยตนเอง พ่อแม่จะเป็นผู้กำหนดวิถีการดำรงชีวิตตั้งแต่เกิด ไม่ว่าจะเป็นการกิน การเล่น การเที่ยว ทุกประการขึ้นอยู่กับความประสงค์ของพ่อแม่

2.5 ใช้สิทธิของความเป็นพ่อแม่ก้าวท่ายในเรื่องส่วนตัวของลูก พ่อแม่จะจัดการสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันจะมีลักษณะ บุคลิกภาพเรียบร้อย เจ้าระเบียบ สงบเสงี่ยม สามารถปรับตัวเข้ากับผู้ใหญ่ได้ดี มีความก้าวร้าวต่ำ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มักพึ่งพาผู้ใหญ่อยู่เสมอ ขอมคนอยู่ตลอดเวลาและมักจะโทษตัวเอง ไม่กล้าตัดสินใจด้วยตัวเอง ไม่ชอบแสดงความคิดเห็น เป็นเด็กที่เต็มไปด้วยความผิดหวังและมีปมด้อยเนื่องจากไม่เคยได้รับการยอมรับว่าทำอะไรได้ดีเลย มีลักษณะดอยหนี ท้อถอยง่าย ขี้เขลาหวาดหวั่น ไม่ค่อยคิดถึงผู้อื่น ไม่มีความสุข กลัวความล้มเหลว เกิดความล้มเหลวในการเรียน ไม่สามารถค้นพบความสามารถของตนเอง เด็กบางคนไม่ประสบผลสำเร็จในชีวิต ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง ขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีบุคลิกภาพอ่อนแอ ประสาทอ่อน สุจริต ซื่อสัตย์ ปกครองง่าย ขี้อาย มีความรู้สึกไวต่อสิ่งที่มากระทบกระเทือนเล็ก ๆ น้อย ๆ หรือเป็นบุคคลที่เข้ากับผู้อื่นลำบาก ชอบทะเลาะวิวาท

กับเพื่อน ๆ เป็นคนเจ้าอารมณ์ ปรับตัวกับสังคมภายในได้ยาก คือไม่ฟังใคร กระด้าง ก่อความผู้อื่น สอดคล้องกับ (รุจิระ สุภรณ์ไพบูลย์ 2531 : 59) ได้กล่าวว่า ถ้าเด็กมีความสามารถใกล้เคียงกับความมุ่งหวังของพ่อแม่ เด็กจะเป็นบุคคลที่มีแรงขับ (Drive) สูง และมักจะประสบความสำเร็จในชีวิต แต่จะเป็นบุคคลที่ไม่ค่อยมีความสุขในชีวิต มีความกังวลเคร่งเครียด ดูเหมือนคนไม่ค่อยมีเวลาพักผ่อน หรือถ้าเด็กมีความสามารถต่ำกว่าความมุ่งหวังของพ่อแม่ เด็กจะหนีจากสถานการณ์นั้น ๆ พุดปดเพื่อให้พ่อแม่พอใจ มีอาการกังวลใจ สงสัย รู้สึกเป็นปมด้อย ในบางครั้งจะหันเข้าพึ่งศาสนา และบางครั้งมีอาการโรคประสาท เช่นต่อต้านการกระทำของพ่อแม่ และเป็นคนกลัวง่าย

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครอง แสดงออกให้เห็นว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้คือ

- 3.1 พ่อแม่จะไม่เอาใจใส่ ไม่สนใจดูแลเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของลูก ไม่คำนึงถึงสวัสดิภาพของลูก
- 3.2 ไม่สนใจในการเรียนของลูก เวลาลูกซักถามพ่อแม่มักจะพูดว่า “อย่ามาทวงใจ ไปให้พ้น”
- 3.3 พ่อแม่มักลืมหือไม่สนใจกับคำสัญญาหรือข้อเรียกร้องของลูก
- 3.4 ปล่อยเด็กให้ทำอะไรตามใจชอบ ไม่สนใจช่วยเหลือ ไม่ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องและเหมาะสมให้
- 3.5 เมื่อพ่อแม่อารมณ์ไม่ดี มักจะระบายออกด้วยการทำโทษเด็กเสมอ
- 3.6 ไม่มีเหตุผล เมื่อต้องการให้เด็กกระทำหรือไม่กระทำอะไร
- 3.7 พ่อแม่มักจะรักลูกไม่เท่ากัน

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยจะมีลักษณะ เก็บกด เงียบขรึม ซื่อาย หนีสังคมก้าวร้าวในสังคม มีความกระตือรือร้นสูง ขี้ฉ้อฉลผู้อื่น บิดตัวเองเป็นใหญ่ (Egocentric) ไม่มีระเบียบวินัย ต่อต้านผู้อื่น ทำคนเหมือนเด็ก ชอบทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่นบ่อย ๆ มีทัศนคติไม่ดีต่อพ่อแม่ ไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่ ปรับตัวยาก เชื่องซึม มีความตึงเครียดทางอารมณ์ กระวนกระวายใจอยู่เสมอ ไม่มีเหตุผล ชอบเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่นเสมอ มักจะมีปัญหาทางสุขภาพจิต เข้าคิดเข้าแค้น ชอบพุดปด ลักเล็กขโมยน้อย หนีโรงเรียน เป็นเด็กที่ขอมแพ้ผู้อื่น มีความไวต่อความรู้สึกต่าง ๆ ขลาด เรียนหนังสือไม่ค่อยดี มีอารมณ์ไม่มั่นคง หยาบคาย มองโลกในแง่ร้าย ไม่ไว้ใจผู้อื่น ขาดความริเริ่มสร้างสรรค์ก่อปัญหาอาชญากรรมได้ง่าย ไม่มีความพยายามที่จะทำอะไรแข่งกับใคร ไม่สนใจการเรียน

รุจิระ สุภรณ์ไพบูลย์ (2531 : 58) กล่าวว่า

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบรักถนอมมากเกินไป พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครอง แสดงออกให้เห็นว่ามีการอบรมเลี้ยงดูแบบนี้คือ

1.1 เห็นลูกเป็นเด็กและเลี้ยงดูแบบเด็กๆ ตลอดเวลา แม้ว่าลูกจะโตแล้วก็ตาม เช่น อาบน้ำ ป้อนข้าว ขัดรองเท้าให้ นอนกับลูก เป็นต้น

1.2 ปกป้องและขัดขวางพฤติกรรมทางสังคม เช่น แนะนำสั่งสอนตลอดเวลา และมากเกินไปจนกระทั่งเด็กไม่ต้องแก้ปัญหาด้วยตนเอง เตรียมบทเรียนและแบบฝึกหัดให้เลือกวิชาเรียนให้ ต่อสู้อุปสรรคให้ทุกอย่าง ไม่ยอมให้ลูกเข้าใกล้สิ่งที่คิดว่าเป็นอันตรายกับลูก ไม่ยอมให้สกปรก ไม่ยอมให้ไปไหนคนเดียว เลือกเพื่อนให้คบด้วย เป็นต้น พ่อแม่จะช่วยเหลือลูกอยู่ตลอดเวลา

1.3 เมื่อลูกเจ็บป่วยเล็กน้อยพ่อแม่จะวิตกกังวลมากและให้การรักษาเกินความจำเป็น

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักถนอมมากเกินไปจะมีลักษณะ ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความคิดอ่อนแอวิตกกังวลใจ ต้องพึ่งพาผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา ขี้อาย เข้าสมาคมกับผู้อื่นไม่ได้ ไม่เป็นตัวของตัวเอง ไม่มีความสุข มองโลกในแง่ร้าย เปล่าเปลี่ยวเดียวดาย ไม่ทำผิดวินัย สนใจตำราเรียนและสนใจกิจกรรมที่ทำเพียงคนเดียว เอาแต่ใจตัวเอง ขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ไม่สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเอง มีแนวโน้มสุขภาพจิตเสีย และมีอาการทางประสาท ไม่ค่อยขอยกโทษ ไม่ยอมช่วยตัวเอง รอคอยโชคชะตา ขาดความอดทน เปราะบาง จิตใจเสียคล้อยง่าย ไม่กล้าทำอะไรด้วยตนเอง เมื่อเข้าโรงเรียนก็จะประสบความยุ่งยากต่าง ๆ เพราะไม่สามารถช่วยตัวเองได้ ต้องการให้ครูสนใจเป็นพิเศษ หรือเป็นเด็กที่เห็นแก่ตัว ขอบพระานผู้อื่น ไม่ยอมรับผิดชอบต่องาน ถูกผู้อื่น เกียจคร้าน

สมคิด อิศระวัฒน์ (2541 : 34) กล่าวว่า

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจมากเกินไป พฤติกรรมที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองแสดงออกให้เห็นว่ามีการ อบรมเลี้ยงดูแบบนี้คือ

1.1 ยอมให้ลูกเป็นใหญ่ มีอำนาจสิทธิขาดภายในบ้าน

1.2 พ่อแม่จะตามใจลูกมาก ยอมลูกทุกอย่าง ลูกจะทำอะไรก็ได้ ไม่มีการห้ามปรามหรือชี้แนะ พฤติกรรมที่พึงปรารถนา

1.3 ลูกต้องการอะไร พ่อแม่ต้องพยายามหามาให้แม้พ่อแม่จะไม่เห็นด้วยก็ตาม

เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจมากเกินไปจะมีลักษณะ เอาแต่ใจตนเอง ยึดถือความคิดของคนเป็นใหญ่ ดื้อรั้นและไม่ยอมเชื่อฟังผู้ใหญ่ ขาดความรับผิดชอบเห็นแก่ตัวเข้าสังคมหรืออยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคมยาก

จากแนวคิดวิธีการอบรมเลี้ยงดูดังกล่าว จะเห็นได้ว่ามีหลายวิธีการของการอบรมเลี้ยงดู แต่ลักษณะจะคล้ายคลึงกัน สำหรับการศึกษาครั้งนี้ จะนำแนวคิดวิธีการอบรมเลี้ยงดู 3 วิธีการ

ซึ่งเป็นแนวคิดหลายๆแนวคิดมาผสมกัน และคิดว่าการอบรมเลี้ยงดู 3 วิธีการนี้เป็นวิธีที่ครอบครัวยุคใหม่ใช้ในการอบรมเลี้ยงดูบุตรมากที่สุด โดยนำมาเป็นกรอบในการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย คือ วิธีการปฏิบัติของบิดามารดาที่แสดงความรักใคร่ห่วงใย ให้ความสนใจ รักเด็กอย่างจริงใจและในทางที่ถูกที่ควร แต่ไม่มากจนเกินไป ส่งเสริมสนับสนุนให้บุตรได้แสดงความสามารถอย่างเต็มที่ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้บุตรแสดงความคิดเห็น และยอมรับความคิดเห็น ให้ความสำคัญสนทนากันเอง มีความยุติธรรมแก่บุตรเท่าเทียมกัน เน้นวิธีการใช้เหตุผลไม่ใช่อารมณ์ ให้มีอิสระภาพในจิตความสามารถมีความรับผิดชอบต่อตนเอง โดยไม่ปล่อยปละละเลย หรือเข้มงวดจนเกินไป ยอมรับฟังปัญหา เข้าใจความต้องการของเด็ก ให้รับผิดชอบในเรื่องส่วนตัวของตนเอง ถ้ามีการลงโทษจะลงโทษโดยใช้เหตุผล ไม่ใช่อารมณ์ เพียงอย่างเดียว ก่อนลงโทษจะอธิบายให้บุตรทราบและพยายามให้บุตรสำนึกในความผิดเสียก่อน ถ้าบุตรไม่ทำตามคำกล่าวก็จะแนะนำอธิบายถึงเหตุผล

ส่วนใหญ่เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จะมีลักษณะเป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล มีความรับผิดชอบ อารมณ์ขัน ร่าเริงแจ่มใส มองโลกในแง่ดี เรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว สามารถปรับตัวได้ดี กล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความมั่นคงในอารมณ์ ให้มีความร่วมมือกับผู้อื่นได้ดี เข้าใจตนเอง เห็นตนเองมีคุณค่า มีพฤติกรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม ความคิดสร้างสรรค์

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมใช้อำนาจ คือวิธีการปฏิบัติของบิดามารดา บังคับเคี่ยวเข็ญ ให้ลูกทำความถูกต้อง ขอบตั้งกฎเกณฑ์ให้บุตรปฏิบัติโดยบุตรไม่ทราบเหตุผล ไม่ยอมให้บุตรแสดงความคิดเห็นแย้ง ถ้าบุตรโต้แย้งบิดามารดามักพูดว่ากล่าว บุตรต้องทำตามความพอใจของบิดามารดาทุกครั้ง ลงโทษบุตรตามอารมณ์และไม่ทราบสาเหตุของการลงโทษ ไม่เปิดโอกาสให้บุตรได้ทำอะไรด้วยตนเอง บิดามารดาจะเป็นผู้กำหนดวิถีการดำรงชีวิตทุกอย่างตลอด ก้าวก้าวในเรื่องส่วนตัวของบุตร บิดามารดาจะจัดการสิ่งต่างๆ ด้วยตัวท่านเอง ส่วนใหญ่พฤติกรรมของเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุมใช้อำนาจเด็กจะมีพฤติกรรมขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ยอมคนอยู่ตลอดเวลา มักจะโทษตนเอง ไม่กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง ไม่ชอบแสดงความคิดเห็น เป็นเด็กที่มีความผิดหวัง และมีปมด้อยเนื่องจากไม่เคยได้รับการยอมรับว่าทำอะไรได้ดีเลย ด้อยหน้าที่ ล้อหลอ ขี้ขลาด ไม่ต่อสู้ ไม่มีความสุข เป็นบุคคลที่เข้ากับผู้อื่นลำบาก ปรับตัวกับสังคมภายนอกได้ยาก เจ้าอารมณ์ ก้าวร้าว

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง เป็นวิธีการปฏิบัติของบิดามารดาที่มีต่อบุตรคือไม่เอาใจใส่ดูแลเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของบุตร บุตรซุกดามบิดามารดามักไม่ให้ความสนใจ ปล่อยให้บุตรทำอะไรตามใจชอบ ไม่ช่วยเหลือหรือชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม มักจะระบายอารมณ์ออกกับบุตรเสมอ ไม่มีเหตุผล ส่วนใหญ่เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง จะมีพฤติกรรม

หนีสังคม ก้าวร้าว อิจฉาผู้อื่น ต่อต้านผู้อื่น มีทัศนคติไม่ดีต่อผู้อื่น ปรับตัวยาก อารมณ์ดังเคียด
ไม่ไว้วางใจผู้อื่น ไม่มีความคิดริเริ่ม ก่อปัญหาอาชญากรรม

2. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมนั้น ได้มีผู้ศึกษาอย่างกว้างขวาง และพบว่า การ
สนับสนุนทางสังคมมีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของบุคคลเป็นสำคัญตัวหนึ่งด้วย โดยมีผู้เสนอ
แนวคิดการสนับสนุนทางสังคมไว้หลายรูปแบบ ดังนี้

2.1 ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

Cobb (1976 : 300-301) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคล
ได้รับข้อมูลที่ทำให้ตัวเองเชื่อว่าบุคคลให้ความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่า และยกย่องตัวเอง
นอกจากนี้ตัวเองยังรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความผูกพันซึ่งกันและกัน

Kahn (1979 : 85) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง เป็นปฏิสัมพันธ์อย่างมี
จุดมุ่งหมายระหว่างบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้อาจ
เกิดเพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่ง หรือมากกว่าหนึ่งอย่าง

Tilden (1978 : 614) อ้างจาก สุภัสตรา เก้าประคิษฐ์ (2535) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม
หมายถึง เป็นการช่วยเหลือทางด้านจิต สังคมสิ่งของ เงินทองและแรงงานจากเครือข่ายทางสังคม

Barrear (1982 : 70) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ความใกล้ชิดและการช่วยเหลือ
โดยให้สิ่งของ แรงงาน การให้คำแนะนำข้อมูลข่าวสารการให้ข้อมูลป้อนกลับ และการมีส่วนร่วม
ทางสังคม

Thoits (1982 : 148) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง บุคคลในเครือข่าย
ทางสังคมได้รับการช่วยเหลือด้านอารมณ์สิ่งของ หรือข้อมูล ซึ่งการสนับสนุนที่จะช่วยให้บุคคล
สามารถเผชิญและตอบสนองต่อความเจ็บป่วยหรือความเครียดได้ในระยะเวลาที่รวดเร็วขึ้น

Habbard Mulangkamp and Brown (1984 : 266) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม
หมายถึงเป็นโครงสร้างหลายมิติ ซึ่งประกอบด้วย การติดต่อสื่อสารในแง่ดีทำให้มีความรู้สึกผูกพัน
ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน โดยคำนึงถึงแหล่งที่มาด้วย

บุญเยี่ยม ตรีภูวณษ์ (2528 : 171) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม เป็นแรงสนับสนุน
ทางสังคมหมายถึง สิ่งที่ได้รับแรงสนับสนุนได้รับการช่วยเหลือด้านข้อมูล ข่าวสาร วัสดุสิ่งของ
หรือการสนับสนุนด้านจิตใจ จากผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือกลุ่ม แล้วมีผลทำให้
ผู้รับไปปฏิบัติในทิศทางที่ผู้รับต้องการ ซึ่งหมายถึงการมีสุขภาพอนามัยที่ดี

ดังนั้น จากแนวคิดดังกล่าวสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง บุคคลในสังคม
ได้รับการช่วยเหลือ ดูแล จากสังคม ในด้านต่าง ๆ ได้รับความรัก ความเอาใจใส่ ความเห็นคุณค่า
การได้รับการยอมรับจากสังคม ความผูกพันซึ่งกันและกัน การมีส่วนร่วมในสังคมหรือการเป็น

ส่วนหนึ่งในสังคม ได้รับความช่วยเหลือในด้านคำแนะนำ ความคิดเห็น ข่าวสารข้อมูล และการช่วยเหลือทางด้านวัตถุสิ่งของ เงิน เวลา แรงงาน เพื่อช่วยในการแก้ปัญหาทำให้บุคคลสามารถช่วยตนเองได้ และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

นอกจากนี้ แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนทางสังคมเป็นโครงสร้างหลายมิติ ซึ่งประกอบด้วย แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม หน้าที่ของการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งจะกล่าวในรายละเอียดดังนี้

2.2 แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม

จริยวัตร คมพยัคฆ์ (2531 : 99) กล่าวว่า บุคคลทุกคนในสังคมไม่ได้เป็นแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมทั้งหมด นอกจากผู้ที่จัดอยู่ในระบบ หรือเครือข่ายทางสังคม ซึ่งเป็นกลุ่มย่อยของกลุ่มสังคมทั้งหมด ที่สามารถเชื่อถือได้ว่าจะให้การสนับสนุนทางสังคมได้ แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม มีความสำคัญต่อชนิด และปริมาณของการสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับ เนื่องจาก ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม จะเปลี่ยนแปลงไปตามแหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคม นอกจากนั้นแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมยังสามารถบอกถึงขนาดของเครือข่าย (Network Size) ทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดปริมาณการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับด้วย ซึ่งส่วนใหญ่แล้วแหล่งการสนับสนุนทางสังคมมีที่มาจาก

1. ครอบครัว ญาติ เพื่อนสนิท คู่สมรส
2. กลุ่มสังคมในระดับชุมชน เช่น เพื่อนบ้าน ผู้ร่วมงานบุคลากรในวิชาชีพอาสาสมัคร เพื่อช่วยเหลือชมรมต่าง ๆ ที่ตั้งขึ้นในสังคมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่

อุบล นิวัติชัย (2539 : 285) ได้อ้างถึงแนวคิดของแคปแลนในการจำแนกกลุ่มบุคคล ซึ่งเป็นแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมไว้เป็น 3 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มผู้มีความผูกพันกันตามธรรมชาติ (Spontaneous or Natural Supportive System) ประกอบด้วยบุคคล 2 ประเภท คือ ประเภทที่ 1 เป็นบุคคลที่อยู่ในครอบครัวสายตรง (Kin) ได้แก่ ปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่ ลูก หลาน อีกประเภทหนึ่ง ได้แก่ ครอบครัวใกล้ชิด (Kinship) ได้แก่ เพื่อนฝูง เพื่อนบ้าน คนรู้จักคุ้นเคย คนที่ทำงานเดียวกัน
2. องค์กรและสมาคมที่ให้การสนับสนุน (Organized Support) หมายถึง กลุ่มบุคคลที่เป็นชมรม ซึ่งไม่ได้จัดตั้งโดยกลุ่มผู้ช่วยเหลือวิชาชีพ องค์กรลักษณะนี้ได้แก่สมาคมผู้สูงอายุ สโมสรไลออนส์ องค์กรทางศาสนา สมาคมแพทย์แผนโบราณ ตลอดจนองค์กรบางลักษณะที่รวมตัวกันตามประเพณีแบบแผนการดำรงชีวิต บางลักษณะของแต่ละชุมชน องค์กรและสมาคมเหล่านี้อาจดำเนินการช่วยเหลือผู้อื่นแบบอาสาสมัคร หรืออาจมีการช่วยเหลือที่ให้ประโยชน์ร่วมกันระหว่างสมาชิก โดยมากความสัมพันธ์ที่บุคคล ได้รับจากองค์กรลักษณะนี้จะเป็นไปใน

รูปแบบของการประทับประคองทางด้านจิตใจและอารมณ์ โดยเฉพาะเวลาที่บุคคล เกิดปัญหา เกิดความยุ่งยากเกิดความทุกข์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

3. กลุ่มช่วยเหลือวิชาชีพ (Professional Health Care Workers) หมายถึงบุคคลที่อยู่ในวงการส่งเสริม ป้องกัน รักษา และฟื้นฟูสุขภาพของประชาชน โดยอาชีพ

2.3 ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม

ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม ได้มีผู้แบ่งไว้แตกต่างกันออกไปดังนี้

Weiss (1974 : 17 – 26) กล่าวว่า ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม และผลของการขาดการสนับสนุนทางสังคมตามชนิดต่าง ๆ กันดังนี้

1. การได้รับความผูกพันใกล้ชิดสนิทสนม (Attachment) เป็นสัมพันธ์ภาพแห่งความใกล้ชิดที่ทำให้รู้สึกว่าเป็นที่รัก และได้รับการดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับจากบุคคลใกล้ชิด เช่น คู่สมรส เพื่อนสมาชิกในครอบครัวเดียวกัน ถ้าบุคคลขาดการสนับสนุนชนิดนี้ จะมีความรู้สึกถูกแยกจากอารมณ์ (Emotional Isolation) หรือรู้สึกเดียวดาย (Loneliness)

2. การได้มีโอกาสเลี้ยงดูผู้อื่น (Opportunity of Nurturance) หมายถึง การที่บุคคลมีความรับผิดชอบในการเลี้ยงดู หรือช่วยเหลือบุคคลอื่น แล้วทำให้ตัวเองเกิดความรู้สึกว่าเป็นที่ต้องการของบุคคลอื่น และผู้อื่นพึ่งพาได้ ถ้าขาดการสนับสนุน จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าชีวิตไร้ค่า (Meaningless in Life)

3. การมีส่วนร่วมในสังคม หรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Social Integration) หมายถึง การมีโอกาสได้เข้าร่วมในกิจกรรมสังคม ทำให้มีการแบ่งปัน แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน รวมทั้งมีความหวังใจ เข้าใจซึ่งกันและกัน ถ้าขาดการสนับสนุนชนิดนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าถูกแยกจากสังคม (Social Isolation) และชีวิตน่าเบื่อหน่าย (Boring)

4. การได้รับกำลังใจว่าเป็นผู้มีคุณค่า (Reassurance of Worth) หมายถึง การที่บุคคลได้รับการเคารพยกย่อง และชื่นชมที่สามารถแสดงบทบาททางสังคมอันเป็นที่ยอมรับของสมาชิกในครอบครัวและสังคม ถ้าขาดการสนับสนุนนี้ จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าขาดความเชื่อมั่น หรือไร้ประโยชน์ (Uselessness)

5. ความเชื่อมั่นในความเป็นมิตรที่ดี (Sense of Reliable Alliance) การสนับสนุนจะได้อมาจากครอบครัว เครือญาติ ซึ่งมีความคาดหวังว่า จะได้รับความช่วยเหลือหวังซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง ถ้าขาดจะทำให้บุคคลรู้สึกว่าขาดความมั่นคง และถูกทอดทิ้ง (Sense of Vulnerability and Abandonment)

6. การได้รับคำชี้แนะ (The Obtaining of Guidance) หมายถึง การได้รับความจริงใจ

ช่วยเหลือทางด้านอารมณ์ ข้อมูลข่าวสารจากบุคคลที่คนเศร้าและเชื่อมั่น ในช่วงที่บุคคลเผชิญกับความเครียดหรือภาวะวิกฤต ถ้าขาดการสนับสนุนนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง (Hopelessness or Despair)

Cobb (1996 : 300 –301) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional Support) คือการให้ความรักและการดูแลเอาใจใส่ซึ่งมักจะได้จากความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด และความผูกพันที่ลึกซึ้งต่อกัน
2. การให้การยอมรับและเห็นคุณค่า (Esteem Support) เป็นข้อมูลที่ช่วยให้บุคคลรู้ว่าตนเป็นคนที่มีคุณค่าเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น
3. การให้มีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Social Support or Network) เป็นข้อมูลที่ช่วยให้บุคคลรู้ว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

Kahn (1979 : 85) แบ่งการสนับสนุนเป็น 3 ชนิด คือ

1. ความผูกพันทางด้านอารมณ์และความคิด (Affection) เป็นการแสดงออกถึงอารมณ์ในทางบวกของบุคคลหนึ่งที่มีต่อบุคคลหนึ่ง ซึ่งแสดงออกในรูปของความผูกพัน การยอมรับ การเคารพ หรือด้วยความรัก
2. การยืนยันและการรับรองพฤติกรรมของกันและกัน (Affirmation) เป็นการแสดงออกถึงการเห็นด้วย การยอมรับในความถูกต้องเหมาะสม ทั้งในการกระทำและความคิดของบุคคล
3. การให้ความช่วยเหลือ (Aid) เป็นปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลอื่น โดยการให้สิ่งของ หรือการช่วยเหลือโดยตรง การช่วยเหลือเหล่านั้นอาจจะเป็นวัตถุ เงินทอง ข้อมูล ข่าวสาร หรือเวลา

Sheffer (1985 : 201) และคนอื่น ๆ แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotional Support) หมายถึง ความผูกพันใกล้ชิด การได้รับการยืนยันทำให้บุคคลได้รับความรัก หรือได้รับการดูแลเอาใจใส่
2. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) หมายถึงการได้รับข้อมูลข่าวสาร ทำให้บุคคลสามารถนำไปแก้ไขปัญหา หรือข้อมูลป้อนกลับทำให้บุคคลรับรู้ถึงพฤติกรรมและการปฏิบัติตน
3. การสนับสนุนด้านสิ่งของ (Tangible Support) หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือด้านวัตถุสิ่งของ และการบริการ

Thoits (1982 : 147 - 148) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคมตามแนวคิดของแคปแลน เป็นระดับของความต้องการพื้นฐานทางสังคม (Basic Social Needs) ของบุคคล ซึ่งเกิดจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในกลุ่มสังคม และได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมตามลักษณะของความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมไว้ 5 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotional Support) หมายถึง ข้อมูลที่ทำให้บุคคล

เชื่อว่าเขาได้รับความรัก และการดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด และมีความผูกพันลึกซึ้งต่อกัน

2. การสนับสนุนทางการยอมรับ และเห็นคุณค่า (Esteem Support) หมายถึง ความรู้สึกที่บอกให้ทราบว่าบุคคลนั้นมีคุณค่า บุคคลอื่นยอมรับ และเห็นคุณค่ามันด้วย

3. การสนับสนุนด้านการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Socially Support or Network) หมายถึง การแสดงออกที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นเป็นสมาชิก หรือส่วนหนึ่งของเครือข่ายทางสังคม และมีความผูกพันซึ่งกันและกัน

4. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) หมายถึง การให้คำแนะนำในการแก้ไขปัญหา หรือการให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมและการกระทำของบุคคล

5. การสนับสนุนด้านสิ่งของ (Tangible Support) หมายถึง การให้ความช่วยเหลือในด้านสิ่งของ เงินทอง หรือบริการ

สมจิต หนูเจริญกุล (1988 : 13) แบ่งชนิดของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิด คือ

1. การช่วยเหลือโดยการให้ข้อมูลข่าวสาร (Information Support) ได้แก่การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคและการรักษา คำแนะนำในการแก้ไขปัญหา และให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมและการปฏิบัติของบุคคล

2. การให้ความช่วยเหลือด้านอารมณ์ (Emotional Support) ได้แก่การให้ความสำคัญ การให้ความมั่นใจ ความรู้สึกที่สามารถจะพึ่งพาและไว้วางใจผู้อื่น ทำให้รู้สึกได้ว่าได้รับความเอาใจใส่หรือความรัก

3. การให้ความช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรม (Tangible Support) คือการให้ความช่วยเหลือโดยตรง หรือการให้สิ่งของ การให้บริการ

2.4 หลักการของการสนับสนุนทางสังคม

บุญเยี่ยม ตระกูลวงษ์ (2528 : 171) กล่าวว่า หลักการสำคัญของการสนับสนุนทางสังคมจะต้องประกอบไปด้วยองค์ประกอบต่อไปนี้

1. จะต้องมี การติดต่อสื่อสารระหว่าง “ผู้ให้” และ “ผู้รับ” แรงสนับสนุนทางสังคม

2. ลักษณะของการติดต่อสื่อสารจะต้องประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ “ผู้รับ” เชื่อว่ามีคนสนใจ เอาใจใส่ และมีความรัก ความหวังดีต่อตนเองอย่างจริงใจ

2.2 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ “ผู้รับ” รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและเป็นที่ยอมรับในสังคม

2.3 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ “ผู้รับ” เชื่อว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของสังคมสามารถ

ทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้

3. ปัจจัยนำเข้าของการสนับสนุนทางสังคมอาจอยู่ในรูปข้อมูล ข่าวสาร วัสดุ สิ่งของ หรือจิตใจ

4. จะต้องช่วยให้ “ผู้รับ” ได้รับความรู้ถึงจุดมุ่งหมายที่เขาต้องการ

การสนับสนุนทางสังคมไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนทางด้านร่างกาย จิตใจ หรือวัสดุ สิ่งของก็ตาม ย่อมส่งผลกระทบต่อผู้ที่ได้รับแน่นอน เพราะคนเรานั้นกายกับใจไม่สามารถที่จะแยกออกจากกัน โดยสิ้นเชิงได้ การสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อภาวะสุขภาพของมนุษย์

2.5 ระดับของแรงสนับสนุนทางสังคม

Gottlieb (1985 : 5-22) ได้แบ่งระดับของแรงสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้ คือ

1. ระดับแบบกว้าง (Macro level) เป็นการพิจารณาถึง การร่วม หรือการมีส่วนร่วมทางสังคมอาจวัดได้จากความสัมพันธ์กับสถาบันในสังคม การเข้าร่วมกับกลุ่มต่างๆด้วยความสมัครใจ และการดำเนินวิถีชีวิตอย่างไม่เป็นทางการในสังคม

2. ระดับกลุ่มเครือข่าย (Mezzo level) เป็นการมองที่โครงสร้าง และหน้าที่ของเครือข่ายทางสังคมด้วยการวัดเฉพาะเจาะจงถึงกลุ่มบุคคลที่มีสัมพันธ์ภาพกันอย่างสม่ำเสมอ เช่น กลุ่มเพื่อน ชนิดของการสนับสนุนในระดับนี้ได้แก่การให้คำแนะนำ การช่วยเหลือด้านวัสดุความเป็นมิตรภาพ การสนับสนุนทางอารมณ์ และการยกย่อง

3. ระดับเล็ก หรือระดับแคบ (Micro level) เป็นการพิจารณาความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีความใกล้ชิดสนิทสนมกันมากที่สุด ทั้งนี้ความเชื่อว่าคุณภาพของความสัมพันธ์มีความสำคัญมากกว่าปริมาณ ได้แก่ สามี ภรรยา และสมาชิกในครอบครัว หรือคนรัก ซึ่งมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ ให้การสนับสนุนทางจิตใจ แสดงความรักใคร่และห่วงใย (Affective Support)

จากการสนับสนุนทางสังคมดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าระดับการสนับสนุนทางสังคมมีผลต่อบุคคลทำให้บุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาและแก้ไขปัญหานั้นได้ดีกว่า กล่าวคือถ้ามีการสนับสนุนทางสังคมมากยิ่งขึ้นทำให้สามารถเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหานั้นได้มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร การติดต่อสื่อสาร คำแนะนำ สิ่งของแรงงาน เงิน ทำให้บุคคลรู้สึกมีคุณค่าเป็นที่ยอมรับจากครอบครัว และสังคม ทำให้มีกำลังใจในการต่อสู้ปัญหาต่อไป ส่วนการสนับสนุนด้านการยอมรับและเห็นคุณค่าการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมจะช่วยส่งเสริมให้บุคคลเกิดความมั่นคงทางจิตใจ และพร้อมที่จะปรับตัวได้ในที่สุด

3. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม

ในการดำรงชีวิตของคนในปัจจุบัน จำเป็นต้องดิ้นรน ต่อสู้ และเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมายอันอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในบุคคลหรือภายนอกตัวบุคคล ก่อให้เกิดความคับข้องใจ ซัดเซ้ง วิตกกังวล ฯลฯ เป็นผลทำให้บุคคลมีความตึงเครียดทางจิตใจ และอารมณ์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่โดยธรรมชาติของมนุษย์นั้นพยายามที่จะรักษาความสมดุลของร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ด้วยตนเอง เพื่อคงไว้ซึ่งสภาพความสมดุลในตัวบุคคล โดยหาทางผ่อนคลายหรือลดความตึงเครียดเป็นทางออก อาจเป็นรูปปฏิบัติการ หรือความนึกคิด ซึ่งจัดว่าเป็นการปรับตัวทั้งสิ้น ในด้านแนวคิดการปรับตัวทางสังคม ได้รวบรวมแนวคิดจากเอกสารต่าง ๆ ดังนี้

3.1 ความหมายการปรับตัวและการปรับตัวทางสังคม

Lazarus (1969 : 18) กล่าวว่า การปรับตัวมีกำหนดเริ่มแรกมาจากวิชาชีววิทยา กล่าว คือ ดาร์วิน (Darwin) เป็นผู้ริเริ่มใช้คำว่า “การปรับตัว (Adaptation)” ในทฤษฎีว่าด้วยวิวัฒนาการ ในปี ค.ศ. 1859 โดยดาร์วิน ได้สรุป ความคิดเห็นว่าสิ่งที่มีชีวิต ที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมของโลกที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายได้เท่านั้นจึงดำรงชีวิตอยู่ได้ ต่อมานักจิตวิทยาได้นำคำว่า “การปรับตัว (Adaptation)” ในทางชีววิทยามาใช้ว่า “การปรับตัว (Adjustment)” โดยศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ในด้านที่เกี่ยวกับการปรับตัวในแง่จิตวิทยา Lazarus ยังได้สรุปความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัวประกอบด้วยกระบวนการหรือวิธีการทั้งหลายทางจิตซึ่งมนุษย์ใช้ในการเผชิญข้อเรียกร้องหรือแรงผลักดันภายนอกและภายใน นอกจากนี้ ยังมีนักจิตวิทยาคนอื่น ๆ ได้ให้ความหมายของคำว่า การปรับตัวอีกหลายท่าน เช่น

Gilmer and other (1971 : 73) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง กระบวนการของมนุษย์ ที่มีปฏิริยาโต้ตอบต่อสิ่งแวดล้อมเป็นการปรับตัวให้เข้ากับปัญหาและปรับสภาพปัญหาที่เผชิญอยู่ให้เข้ากับความต้องการของตนเอง

Coleman and Hammen (1981 : 109) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่ปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้น จะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ

Roger (1974 : 14) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีว่าการปรับตัวที่ดีคือบุคคลที่มีความเข้าใจตนเอง (Self – Understanding) และเข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง โรเจอร์ได้อธิบาย ต่อไปว่า เมื่อบุคคลรู้จักตนเองรู้จักคุณภาพ ความสามารถแรงบันดาลใจและทัศนคติที่มีต่อตนเองตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่นก็จะไม่มีความตึงเครียดซึ่งเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

Grasha and Kirschenbaum (1980 : 5) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง ความสามารถของคนที่จัดการกับปัญหาและความต้องการของสภาพแวดล้อมให้บรรลุผล

Arkoff (1968 : 4) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การปะทะสังสรรค์ของบุคคลกับสิ่งแวดล้อมโดยที่แต่ละบุคคลพยายามที่จะบรรลุความต้องการและไปถึงเป้าหมายของคน ในขณะที่เดียวกัน บุคคลอยู่ภายใต้ความกดดันจากสภาพแวดล้อม เพื่อให้มีพฤติกรรมในทางที่ถูกต้อง การปรับตัวนำไปสู่การทำงานที่ประสานสัมพันธ์กันระหว่างความต้องการของบุคคล และสิ่งแวดล้อม

Hurlock (1979:87)กล่าวว่า การปรับตัวทางสังคม หมายถึง ความสำเร็จของบุคคลในการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่ม บุคคลต่างๆ ได้ คนที่ปรับตัวได้ดี จะเรียนรู้ทักษะทางสังคมได้ เช่น ความสามารถในการเกี่ยวข้องกับคนอื่น ทั้งกลุ่มเพื่อนและคนแปลกหน้าและจะช่วยพัฒนาทัศนคติที่ดีต่อสังคมด้วย เช่น มีความตั้งใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นพร้อมกันนี้ได้ให้เกณฑ์ ในการปรับตัวทางสังคมของเด็ก โดยสรุปได้ดังนี้

1. มีการแสดงออกที่เหมาะสมเป็นไปตามความคาดหวังของกลุ่มซึ่งจะทำให้ ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม
2. สามารถปฏิบัติตัวเข้ากับกลุ่มบุคคลต่างๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่เป็นผู้ใหญ่กว่าหรือเพื่อน ๆ มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลต่าง ๆ ต่อการเข้าร่วมสังคมและต่อบทบาทของตนเองในสังคม
3. มีความพึงพอใจในบทบาทของตนเองทั้งในการเป็นผู้นำและผู้ตาม

Worchel (1989 : 6) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง การปรับตัวเป็นการเผชิญกับตนเองกับสภาพแวดล้อม กับบุคคลที่เราพบปะในแต่ละวัน การปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน กล่าวคือ ต้องประกอบไปด้วย

1. การเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง และสภาพแวดล้อมทางสังคมและกายภาพของตนเอง
2. ใช้ความเข้าใจดังกล่าวเป็นตัวกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงของการแบ่งแยก
3. ใช้ความสามารถที่จะควบคุมสภาพแวดล้อมและจุดหมายปลายทางของการปรับตัวเพื่อจะที่สามารถบรรลุถึงจุดหมายที่ตั้งไว้ได้
4. มีความเฉียบไวต่อความต้องการของผู้อื่น เพื่อจะสามารถสร้างสรรค์ในทางบวกแก่คนอื่น

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2524 : 108) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเองไม่ว่าจะจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถอยู่ได้ในสังคม หรือสภาพแวดล้อมนั้น ๆ

นิภา นิธยาน (2523 : 23-24) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง กระบวนการวิธีการต่างๆ ที่คนเราใช้ในการปรับตัวให้เป็นไปตามความต้องการของตนเองในสภาพแวดล้อม ซึ่งบางครั้ง

ส่งเสริมบางครั้งขัดขวางการปรับตัว หรือบางครั้งสร้างความทุกข์ทรมานแก่เรา กระบวนการปรับตัวนี้เกิดจากความจริงที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีความต้องการที่จำเป็นแก่ชีวิตมากมายหลายอย่าง ซึ่งเป็นผลจากแรงผลักดันภายนอก และภายในตัวมนุษย์ และเราอาจใช้วิธีการแบบต่าง ๆ ในการดำเนินการเพื่อให้บรรลุถึงความต้องการเหล่านี้ในภาวะแวดล้อมที่ปกติธรรมดา หรือมีอุปสรรคขัดขวางมากน้อยต่าง ๆ กันไป

อุบล นิวัติชัย อ้างถึง เมอร์รีย์ และเซ็นท์เนอร์ (2527 : 103-104) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการปรับตัวของสรีระ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ที่มีต่อสิ่งแวดล้อมจากภายในและภายนอกตัวบุคคลจุดหมายปลายทางของการปรับตัวก็เพื่อดำรงรักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ มั่นคง และความสุขสบายของบุคคล

โสภา ชูพิทูลชัย (2528 : 158) กล่าวว่า “การปรับตัว หมายถึง ความสามารถในการเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ความเป็นอยู่ โดยต้องคำนึงถึงความเป็นจริงต่าง ๆ นอกจากนี้ยังต้องเป็นผู้ที่สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ภายใต้กฎเกณฑ์ต่าง ๆ ของสังคม สมาคมต่าง ๆ ที่เข้าไปเกี่ยวข้องเป็นต้น

สุรางค์ จันทร์ธอม (2527 : 84) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายปลายทางในสิ่งแวดล้อมของตน มนุษย์ทุกคนจะต้องมีการปรับตัวด้วยกันทั้งสิ้น แต่ละคนมีแบบแผนในการปรับตัวแตกต่างกัน เพื่อตอบสนองความต้องการของตน นอกจากจะตอบสนองความต้องการทางร่างกาย เช่น อาหาร การออกกำลังกาย ยังตอบสนองความต้องการทางสังคมอีกด้วย ช่วยให้ทำงานร่วมกับผู้อื่นด้วยความราบรื่นและมีบุคคลได้รับในสิ่งที่ตนต้องการแล้วความตึงเครียดต่าง ๆ ก็จะผ่อนคลายลงไป

อุทัย หิรัญโต (2526 : 3) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง การปรับปรุงตัวเพื่อความอยู่รอดของตนเอง เพื่อความปลอดภัย และพึงพอใจของตัวเองและผู้อื่น และในทางสังคมวิทยานั้น การปรับตัวของมนุษย์ หมายถึง การปรับปรุงตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมของสังคมต่าง ๆ ทั้งให้มีสัมพันธภาพอันดีกับคนอื่นในสังคม

จากความหมายของการปรับตัวทางสังคมที่กล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม เพื่อปรับพฤติกรรมของ แต่ละบุคคลให้เข้ากับ ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยจะปรากฏออกมาเป็นความรู้สึกนึกคิด หรือพฤติกรรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และความต้องการของคนที่เหมาะสม เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลและสังคม เพื่อ อยู่ในสังคม ได้อย่างมีความสุขปราศจากความคับข้องใจ

3.2 สาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัว

นิภา นิธยาน (2530 : 71-87) กล่าวว่า การปรับตัวเกิดจากสาเหตุที่มนุษย์ต้องเผชิญกับแรงผลักดันที่มีอิทธิพลสำคัญกับการปรับตัว 2 ประการ คือ

1. แรงผลักดันภายนอก หรือแรงผลักดันที่เกิดจากสภาพแวดล้อมและแรงผลักดันที่มีความสัมพันธ์กับบุคคล
2. แรงผลักดันภายใน ซึ่งเป็นแรงกระตุ้นภายในตัวบุคคล ซึ่งเกิดจากสภาพทางสรีระ ได้แก่ ความต้องการสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต เช่น อาหาร น้ำ อากาศ ความอบอุ่น การพักผ่อน นอนหลับที่เพียงพอ อีกประการหนึ่ง คือ จากประสบการณ์ทางสังคมที่บุคคลนั้นได้เรียนรู้ในอดีต หรือประสบการณ์ที่ผ่านมา เรียกอีกนัยหนึ่งว่า “เหตุจูงใจทางสังคม” ได้แก่ ความต้องการจะมีเพื่อนฝูง ความต้องการความรัก ความต้องการความสำเร็จ และการเป็นที่ยกย่องนับถือ ซึ่งแรงกระตุ้นภายในทั้งสองประการดังกล่าวนี้มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนกว่ากันในการทำให้บุคคลเกิดความสุข หรือความทุกข์ ตลอดจนในการกำหนดพฤติกรรมการปรับตัวของบุคคลด้วย และยิ่งกล่าวอีกว่า นอกจากความต้องการทางกายแล้วสิ่งแวดล้อม และประสบการณ์ทางสังคมยังผลักดันให้เกิดความต้องการอีกหลายอย่าง เมื่อความต้องการทั้งหลายได้รับการตอบสนองจะทำให้บุคคลรู้สึกสบายใจ มีความสุขในการดำรงชีวิต แต่เมื่อความต้องการของเรา ไม่ได้รับการตอบสนอง บุคคลก็จะเกิดความเครียด วิตกกังวล กังขงใจ บุคคลจึงต้องหาหนทางที่จะขจัดปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ นั้น โดยแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ และพฤติกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองนั้นเรียกว่า “กระบวนการปรับตัว”

กันยา สุวรรณแสง (2533 : 65 - 66) กล่าวว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัวว่าเกิดจากปัจจัย ดังต่อไปนี้

1. แรงขับและความต้องการ (Drives and Needs) ทั้งนี้เนื่องจาก ในชีวิตของบุคคลมีความต้องการเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการทางกาย (Physical Needs) และความต้องการทางจิต (Psychological Needs) ความต้องการทั้งสองนี้ทำให้เกิดแรงขับให้มนุษย์ดิ้นรนแสวงหา เพื่อตอบสนองความอยากของตน ถ้าเกิดอุปสรรคมาขัดขวางไม่สามารถสนองความต้องการร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อคลายความกระวนกระวายซึ่งการแสดงพฤติกรรมเหล่านี้ เรียกว่า การปรับตัว
2. แรงกระตุ้นจากสังคม ทั้งนี้เกิดขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว หรือจากการที่สิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนมีปัญหาคำปรับตัวให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น ความเป็นอยู่ การคมนาคม ความเจริญทางวัตถุ เป็นต้น อันก่อให้เกิดปัญหาความคับข้องใจ ซึ่งต้องอาศัยการปรับตัวด้วยวิธีการต่าง ๆ
3. เจตคติ ความสนใจ จุดมุ่งหมายของชีวิตของตัวเองเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับ

พฤติกรรม

วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ ธีรดากร (2522 : 159-160) กล่าวว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัวว่าอาจเกิดจากสิ่งต่อไปนี้

1. เกิดจากมนุษย์ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรคที่เนื่องจากตัวเองหรือผู้อื่น มีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจหรือคับข้องใจ สำหรับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั้น มาสโลว์ (Maslow 1954 : 80-92) ได้แบ่งไว้เป็น 5 ขั้นตอนดังนี้

1.1 ความต้องการทางด้านร่างกาย ได้แก่ ความหิว ความกระหายน้ำ อากาศ การขับถ่ายของเสีย ความต้องการทางเพศ การพักผ่อน ความต้องการในการป้องกันความร้อนหนาว

1.2 ความต้องการทางด้านความปลอดภัย ได้แก่ ความรู้สึกอบอุ่นมั่นคง การปกป้องคุ้มครองจากผู้อื่น

1.3 ความต้องการความรักความเป็นเจ้าของ ได้แก่ ความต้องการความรัก ความอบอุ่นการมีส่วนร่วมรับผิดชอบ ในกิจกรรมต่างๆตลอดจนการเข้าร่วมเป็นสมาชิกในหมู่คณะ

1.4 ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือ ได้แก่ ความต้องการชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวย ฐานะทางสังคม การยอมรับนับถือ และการยอมรับทางสังคม

1.5 ความต้องการสัจจะแห่งตน ได้แก่ การเข้าใจตนเองอย่างต้องแท้ เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและสรรพสิ่งทั้งหลาย ต้องการใช้พลังความสามารถของตนเองให้เต็มที่เพื่ออุทิศตนให้เป็นประโยชน์แก่มวลมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการที่อยู่เหนือความต้องการที่เกี่ยวกับชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวย หรือการกระทำเพื่อตนเอง

1. เกิดจากความขัดแย้ง ซึ่งความขัดแย้งนี้ หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลไม่สามารถตัดสินใจเลือกกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งตามความต้องการของตนเอง ความขัดแย้งจำแนกเป็น 3 ลักษณะ คือ

1.1 ความขัดแย้งในทางบวก เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว ในสิ่งที่ตนเองชอบ เท่า ๆ กัน ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป ยิ่งชอบมากทุกอย่างยิ่งต้องเลือกมากกว่าจะเลือกได้ก็ต้องใช้เวลานาน แม้เลือกแล้วยังเสียดายสิ่งที่ไม่สามารถจะเลือก

1.2 ความขัดแย้งในทางลบ เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่บุคคลต้องเลือกในสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่ถูกใจ ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ไม่ได้เมื่อเลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจ เพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น บุคคลไม่ชอบ ไม่ถูกใจเลย แต่ก็ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

1.3 ความขัดแย้งในทางบวกและทางลบ เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในกรณีที่มีสิ่งต่าง ๆ หรือบุคคลหรือสัตว์ที่ต้องการเลือกนั้น มีทั้งถูกใจและไม่ถูกใจในระดับที่เท่า ๆ กัน ทั้งหมดตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

นอกจากนี้ สุชาติ โสมประยูร (2527 : 44-45) ได้กล่าวถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัว และปัญหาที่เกิดขึ้นไว้ว่า ตามปกติบุคคลมีความต้องการเบื้องต้นที่สำคัญอยู่ 3 ประการ ได้แก่ ความต้องการทางด้านร่างกาย ความต้องการทางด้านจิตใจ และความต้องการทางสังคม เมื่อใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้ ก็จะเกิดปัญหาชีวิตขึ้น โดยปัญหานั้นอาจจะมาจากภายในร่างกายของตัวเอง หรือมาจากเหตุการณ์หรือสิ่งแวดล้อมภายในสังคมก็ได้ เมื่อมีปัญหากระทบกระเทือนอารมณ์เกิดขึ้นเช่นนี้ บุคคลก็จะเริ่มใช้วิธีการปรับตัวเข้ามาแก้ไข ปัญหา โดยอาจจะใช้ทั้งกลไกป้องกันตนเอง และวิธีการปรับตัวอื่น ๆ ที่บุคคลได้พิจารณาแล้วว่าเหมาะสม หลังจากนั้นผลแห่งการปรับตัวที่มีต่อจิตใจและอารมณ์ก็จะเกิดขึ้น ถ้าปรับตัวได้ปัญหาชีวิตนั้น ๆ จะหมดไป และบุคคลจะมีสุขภาพจิตดี แต่ตรงกันข้าม ถ้าปรับตัวไม่ได้ ปัญหาชีวิตนั้น ๆ จะยังคงมีอยู่ต่อไป และบุคคลจะเริ่มมีสุขภาพจิตไม่ดีผลทางจิตใจเหล่านี้มัก ได้แก่ ความขัดแย้ง ความคับข้องใจ และความวิตกกังวล ผลทางจิตใจหรือความตึงเครียดทางจิตใจเหล่านี้เมื่อมีเพิ่มมากขึ้น ๆ ก็อาจจะเป็นโรคจิต โรคประสาทได้ในที่สุด

จากสาเหตุที่กล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การปรับตัวทางสังคมของบุคคลมีสาเหตุมาจากตัวเอง และสิ่งแวดล้อม ในอันที่จะสนองความต้องการของบุคคล คือความต้องการทางร่างกาย ความต้องการทางจิตใจ ความต้องการทางสังคม ในความต้องการของบุคคลนั้น บางครั้งได้รับการตอบสนอง ก่อให้เกิดความสุข ความสบายใจ แต่ถ้าไม่ได้รับการตอบสนองจะทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล เสียใจ และทุกข์ใจ และเมื่อมีปัญหาบุคคลจะใช้วิธีการปรับตัวเข้ามาแก้ปัญหา อาจจะใช้ทั้งกลไกป้องกันตัวเอง หรือวิธีการปรับตัวอื่น ๆ ที่บุคคลได้พิจารณาแล้วว่าเหมาะสม เพื่อผ่อนคลายสภาวะของจิตใจให้เบาบางลง

3.3 ประเภทของการปรับตัว

วันดี ระเจริญ (2531 : 244 – 247) กล่าวว่า การปรับตัวของบุคคลประกอบไปด้วยวิธีต่าง ๆ ดังนี้คือ

1. การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง ซึ่งเป็นการหาเหตุผลที่ผิดไปจากความเป็นจริง เพื่อป้องกันตัวเองและกันไม่ให้รู้สึกว่าคุณผิด
2. การกล่าวโทษผู้อื่น เพื่อให้เกิดความสบายใจ เช่น คนคิดเหล้าจะแก้ตัวว่า ที่ดื่มเหล้าเพราะภรรยาขี้บ่น คือเป็นการหาหลักฐานกล่าวอ้างให้ผู้อื่นมีความผิด
3. การเลียนแบบ หมายถึง การรับเอาแบบอย่างของบุคคลอื่นมาเป็นของตน เพื่อช่วยให้ตนเกิดความมั่นใจ
4. การถ่ายทอดความรู้สึก เป็นลักษณะเฉพาะตัวที่บุคคลหนึ่งถ่ายทอดความรู้สึก ความคิด ความปรารถนาของคนที่มีต่อผู้อื่นในอดีตไปยังอีกบุคคลหนึ่งในปัจจุบัน เช่น ชอบหรือเกลียดบุคคลที่พบโดยไม่มีสาเหตุ

5. การเห็นอกเห็นใจ เป็นการเลียนแบบที่เป็นประโยชน์ทำให้คนรู้สึกเห็นอกเห็นใจและเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

6. การเก็บกด คนเมื่อเกิดความวิตกกังวล จะพยายามกดเก็บความรู้สึกนั้นไว้ในใจได้สำนึกเพื่อหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดทางจิตใจ

7. การทดแทนเพื่อชดเชย เป็นการทดแทนเพื่อชดเชยความผิดหวัง

8. การย้ายแหล่งทดแทน มีลักษณะเหมือนการทดแทน เพื่อชดเชย แต่เป็นเรื่องของความรู้สึกทางอารมณ์ ซึ่งเปลี่ยนจากเป้าหมายซึ่งอาจเป็นบุคคล สิ่งของ หรือสถานการณ์ที่ไม่สามารถเปิดเผยได้ไปยังบุคคล สิ่งของหรือสถานการณ์อื่น

9. การทดแทน หมายถึง การทดแทนความต้องการของคนที่ไม่สามารถแสดงออก ให้เห็น โดยเปิดเผยด้วยการแสดงออกในสิ่งที่สังคมยอมรับ เช่นคนที่มีความรู้สึกก้าวร้าวแสดงพฤติกรรมด้านนี้ด้วยการเป็นนักมวย หรือเป็นนักฟุตบอล

10. การชดเชย เป็นการทดแทนหรือชดเชยอีกแบบหนึ่ง โดยพยายามที่จะแก้ความวิตกกังวล โดยการกระทำที่เด่นในอีกทางหนึ่ง

11. การปฏิเสธความจริง สิ่งทีก่อให้เกิดความปวดร้าวใจ อันเป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา ของบุคคลนั้นจะไม่ยอมรับว่าสิ่งเหล่านั้นได้เกิดขึ้นจริง

12. การถดถอย เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่ยากเกินความสามารถไม่อาจแก้ไข หรือหลีกเลี่ยงได้ก็จะพยายามหลบหนีจากความจริง

ประเภทการปรับตัวของบุคคลพอสรุปได้ว่ามี 2 ประเภท ใหญ่ ๆ คือ ประเภทการปรับตัวในทางบวก และประเภทปรับตัวในทางลบ ไม่ว่าจะเน้นการปรับตัวในด้านใดก็ตามดังที่กล่าวมานั้น บุคคลควรรู้จักเลือกวิธีการปรับตัวที่เหมาะสม ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่น

3.4 ลักษณะการปรับตัว

Rogers (1974 : 358) กล่าวว่า ลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้ว่า บุคคลที่มีการปรับตัวได้ดีคือบุคคลที่มีความเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง เมื่อบุคคลรู้จักตนเอง รู้จักคุณภาพความสามารถ และทัศนคติที่มีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่นก็จะไม่มีความตึงเครียด ซึ่งเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

Worchel and Goethalo (1985 : 3) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นงานประจำที่บุคคลจะต้องแก้ปัญหา ซึ่งอาจจะเกิดจากตัวเอง สิ่งแวดล้อมรอบตัวหรือบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง บุคคลที่ปรับตัวได้ดี คือ บุคคลที่ประสบความสำเร็จ ในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีการรู้จักและยอมรับตนเองเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการปรับตัวและการปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนเกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การเรียนรู้ และเข้าใจตนเอง สังกม และสิ่งแวดล้อม

2. การใช้ความเข้าใจตนเอง เพื่อกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงให้กับตนเอง
3. การใช้ความสามารถของตัวเอง เพื่อควบคุมสิ่งแวดล้อมและโชคชะตาตัวเอง เพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายของตนเอง

4. ความไวต่อการรับรู้ความต้องการ และความไม่สบายใจของผู้อื่น เพื่อสามารถให้ความช่วยเหลือ และใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี

Tindall (1959 : 76) กล่าวว่า บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีมีลักษณะโดยทั่วไปดังนี้

1. รักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ของบุคลิกภาพโดยมีความสามารถผสมผสานความต้องการของคนกับพฤติกรรมที่แสดงออก และพฤติกรรมดังกล่าวข้างต้นต้องเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อมและสภาพความเป็นอยู่

2. ประพฤติปฏิบัติตามปทัสฐานของสังคม
3. ปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง
4. มีความมั่นคงทางอารมณ์ และสามารถควบคุมอารมณ์ได้
5. มีวุฒิภาวะ
6. มองสังคมในแง่ดี และช่วยเหลือสังคมเสมอ
7. มีอารมณ์ปกติ ไม่พุ่งชนไปกับสิ่งแวดล้อม

Thorpe (1955 : 95) ได้แบ่งการปรับตัวออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ปรับตัวเอง (Self Adjustment) ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเองได้ดีต้องมีลักษณะดังนี้
 - 1.1 ความเป็นตัวของตัวเอง (Self Reliance) หมายถึง การที่บุคคลทำอะไรได้ด้วยตนเองไม่พึ่งผู้อื่นเป็นอิสระจากผู้อื่นมีความมั่นคงทางอารมณ์และรับผิดชอบการกระทำของตนเอง
 - 1.2 การมองเห็นคุณค่าของคน (Sense of Personal Worth) หมายถึง การที่บุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น ผู้อื่นเชื่อถือในความสามารถของเขา มีความรู้สึกว่าคุณค่า มีความพอใจและเชื่อมั่นในความสามารถและมีเหตุผล
 - 1.3 ความรู้สึกเป็นอิสระของตนเอง (Sense of Personal Freedom) หมายถึง การที่บุคคลพอใจในอิสระภาพ มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล ตัดสินใจในการกระทำและวางแผนชีวิตของตนเอง รวมทั้งมีเสรีภาพในการคบเพื่อนและการใช้จ่าย
 - 1.4 ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Feeling of Belonging) หมายถึง การที่บุคคลได้รับความอบอุ่นในครอบครัว ในหมู่เพื่อนฝูง จึงทำให้มีความภูมิใจในบ้าน โรงเรียน เป็นต้น
 - 1.5 ความรู้สึกไม่มีแนวโน้มที่จะถอยหนี (Nonwithdrawing Tendencies)
 - 1.6 ความรู้สึกไม่มีอาการทางประสาท (Nonnervous Symptom)

2. การปรับตัวทางสังคม (Social Adjustment) ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีต้องประกอบด้วยลักษณะ ดังนี้

2.1 ปทัสถานทางสังคม (Social Standard) หมายถึง การที่บุคคลมีความเคารพในสิทธิของผู้อื่น เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม บุคคลประเภทนี้จะเข้าใจความถูกต้องของสังคม

2.2 ทักษะทางสังคม (Social Skill) หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้ากับเพื่อนและคนแปลกหน้า เป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่น และมีความสนใจปัญหาต่าง ๆ และสนใจกิจกรรมต่าง ๆ

2.3 แนวโน้มทางสังคม (Social Tendencies) หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้ากับสถานการณ์หรือสภาพที่เปลี่ยนแปลงไปของสังคม

2.4 ความสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Relation) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกว่าได้รับความรักการดูแลอย่างดีในครอบครัว มีความอบอุ่นปลอดภัย และมั่นใจตนเองในความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว

2.5 ความสัมพันธ์ในโรงเรียน (School Relation) หมายถึง การกระทำที่บุคคลรู้สึกว่าได้ได้รับความรักจากครู มีความสุขในการอยู่ร่วมกับเพื่อน นักเรียนรู้สึกว่าการมีความเหมาะสมและความสนใจและวุฒิภาวะของตน

2.6 ความสัมพันธ์กับชุมชน (Community Relation) หมายถึง การที่บุคคลเข้ากับเพื่อนบ้านได้อย่างมีความสุข มีส่วนร่วมในการปรับปรุงชุมชนตนเอง เข้าสมาคมกับคนแปลกหน้าได้ มีความพอใจในกฎเกณฑ์และสวัสดิภาพของชุมชน

Roger (1962 : 361) ได้แบ่งลักษณะของวัยรุ่นที่มีการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาไว้ดังนี้ คือ

1. วัยรุ่นที่ไม่ค่อยโยยคิดจะร่วมอยู่ในกลุ่ม เช่น วัยรุ่นที่มีวุฒิภาวะเร็วมักจะไม่ค่อยสนใจกิจกรรมของเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน บางคนมักจะกลัวความตรงไปตรงมาของเพื่อน ๆ จึงทำให้หลีกเลี่ยงไป บางคนที่มีความรู้สึกที่เพื่อน ๆ ซึ่งซึ่งคนจะไม่มีความสุข จะมีความทุกข์ใจ เพราะการขาดความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม
2. วัยรุ่นที่สังคมเมินเฉย พวกนี้จะขาดแรงกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในกลุ่มการสร้างสรรทางสังคมอาจเพิ่มขึ้น ถ้าเขาได้ทำงานร่วมกับกลุ่มเล็ก ๆ โดยให้มีตำแหน่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ในการรับผิดชอบงาน และสร้างให้เขามีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งจะทำให้มีทักษะทางสังคมที่สูงขึ้นจนเพียงพอที่จะเข้ากับสถานการณ์ได้
3. วัยรุ่นที่สังคมชิงช้า พวกนี้ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแต่ถูกขัดขวาง เพราะเขาจะไม่รู้ว่าเขาจะไปเกี่ยวข้องกับผู้อื่นได้อย่างไร เพราะขาดคุณสมบัติที่จำเป็นหรือขาดทักษะในทางสังคมที่จะทำให้เขาประสบความสำเร็จ

Kaplan (1959 : 27) กล่าวว่า พฤติกรรม หรือลักษณะที่แสดงว่าบุคคลปรับตัวไม่มี 6 ประเภทด้วยกัน คือ

1. พฤติกรรมที่ชอบกระพริบตาบ่อย ๆ เสียวริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือ ปัสสาวะบ่อย ๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล
2. พฤติกรรมชอบหมกมุ่นอยู่กับความเศร้าโศกเสียใจ ตื่นเต้นจนเกินไป ไม่รับผิดชอบงาน พฤติกรรมนี้เกิดจากอารมณ์รุนแรง
3. พฤติกรรมที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ทำงานคนเดียวไม่ได้ ขี้ระแวง ขี้สงสัย ขาดเหตุผล ตัดสินใจไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถและมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์
4. พฤติกรรมที่ชอบแสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหนืดเดียน พุดจาขวานผ่าซาก พฤติกรรมนี้คิดว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่น
5. พฤติกรรมที่พุดจาขวานผ่าซาก ขาดความสุภาพ ชอบขัดขืนคำสั่ง ชอบบรังแก และทารุณสัตว์ ตลอดจนชอบต่อต้านระเบียบวินัยของโรงเรียน พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม
6. พฤติกรรมที่เจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุแต่หิวบ่อย บางครั้งอาจอาเจียน และ อุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้มีสาเหตุจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน

Hurlock (1978 : 87) กล่าวว่า การปรับตัวทางด้านสังคม และการปรับตัวภายในตนเอง ถ้าเด็กมีการปรับตัวดี จะมีลักษณะยอมรับสภาพของตนเองมีความเชื่อมั่น ในตนเองว่าสามารถ จะช่วยเหลือผู้อื่นได้ มีความเป็นประชาธิปไตย มีวิธีสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี สนใจคนอื่น เพราะผู้ที่มีลักษณะเป็นผู้มีอำนาจ จะปฏิบัติตามความต้องการของกลุ่ม แต่มิใช่ทำตามกลุ่มอย่าง ไม่ลืมหูลืมตา เขาจะมีอะไรแปลก ๆ ใหม่ ๆ เสนอต่อกลุ่มเสมอ นอกจากนั้น Hurlock ยังให้ หลักเกณฑ์สำหรับพิจารณาถึง ลักษณะการปรับตัวที่ดีทางสังคม ซึ่งมี 4 ประการ คือ

1. การแสดงออก (Overt Performance) ถ้าหากว่าพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นเหมาะสม กับความคาดหวังของกลุ่มอายุและระดับของพัฒนาการแล้วก็จะเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
2. สามารถปรับตัวเข้ากับกลุ่มได้ทุกกลุ่ม เด็กบางคนอาจปรับตัวเข้ากับบุคคลใน ครอบครัวได้แต่กับบุคคลอื่นแล้วไม่กล้า เหนียมอาย เป็นต้น
3. มีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น
4. มีความพอใจในสิ่งที่ตนเป็นอยู่ (Personal Satisfaction)

ลักษณะของเยาวชนที่ปรับตัวได้ดีนั้นควรมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. มีความรู้เกี่ยวกับตนเอง (Self-Knowledge) บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่ รู้ถึงพลังจิต แรงจูงใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถ และ อารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง มีความเข้าใจตนเอง เป็นญาณที่หยั่งรู้ หรือการรู้แจ้งเห็นจริง (Insight)

ว่าทำไมคนจึงประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่ได้ทำลงไป และทำไมจึงมีความรู้สึกต่อบุคคลหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตเช่นนี้ ลักษณะสำคัญของการมีความรู้เกี่ยวกับตนเองคือ มีความสามารถในการประเมิน (ตีราคา) คุณสมบัติและความสามารถของตนเองได้ตรงกับความเป็นจริง คนที่ปรับตัวได้ดี คือคนที่สามารถใช้ความสามารถทำงานเฉพาะอย่าง ได้อย่างเหมาะสม ไม่ได้ตั้งระดับแรงบันดาลใจไว้สูง เกินกว่าความสามารถที่จะทำให้เขาประสบกับความล้มเหลวในขั้นปลาย หรือตั้งความหวังที่จะใช้ความสามารถไว้ต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงของตน

2. ความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีค่า (Self-esteem) ประกอบด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง และสามารถที่จะทำหน้าที่ให้แก่สังคม ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนคนที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความรู้สึกว่ามีปมด้อยและขาดความเชื่อมั่นตนเอง เกิดจากลักษณะ 2 ประการ คือ

2.1 กลัวงานที่จะต้องทุ่มเทอย่างจริงจัง เพราะตนเองไม่สามารถทำได้อย่างสมบูรณ์

2.2 พยายามจะเอาชนะปมด้อย หรือความกล้าด้วยความกระตือรือร้น คุยโม้โอ้อวดหรือมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากเกินไป

3. ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น (Feeling of Security) บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะต้องมีความรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และที่สำคัญคือมีความสบายใจต่อคนทั่วไป แสดงปฏิกริยาออกมา ได้ด้วยตนเองหรือมีอิสระในการแสดงออก (Freedom of Action) ต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน

4. ความสามารถในการรับและให้ความรัก (Ability to accept and give affection) การปรับตัวที่ดีต้องมีความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์และรักษาความสัมพันธ์ที่ดีทั้งการให้และการรับได้ คนที่เจ็บป่วยทางจิตมักอยากจะได้รับความรักจากคนอื่นฝ่ายเดียว แต่ตัวเองไม่สามารถจะให้ความรักเป็นการตอบสนองได้

5. การปราศจากความตึงเครียดและความรู้สึกที่เกินขีดบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้จะมีความทุกข์ที่เกิดจากความวิตกกังวล และความกลัวอยู่เวลานาน ๆ จะมีความรู้สึกต่อชีวิต ทั้งสดชื่นและเหี่ยวแห้งมากเกินไป อาจจะแสดงปฏิกริยาด้วยการยกยอปอขึ้น (Flattery) และประจบสอพลอ (Apple polishing) ด้านหนึ่ง แล้วก็แสดงปฏิกริยาในทางไม่ดี มีอารมณ์เสีย หัวเสีย (Upset) ด้วยความแค้น (Annoyances) และความคับข้องใจอีกด้านหนึ่งด้วยลักษณะต่างๆซึ่งแสดงถึงความอดทนต่อความคับข้องใจของคน ที่มีอาการทางจิตประสาท (Psychoneurotic persons) ต่ำกว่าคนที่ปรับตัวได้ดี

ช่อลัดดา โรจน์ดำรงฤทธิ (2533 : 32) กล่าวว่า การปรับตัวของมนุษย์เป็นแรงผลักดัน 2 อย่าง คือ

1. แรงผลักดันจากภายนอก (External Demands) หมายถึง ข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคมจากการที่มนุษย์ต้องการท่ามกลางสิ่งแวดล้อมและสังคม ซึ่งจะเริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ การแต่งงาน การประกอบอาชีพตลอดจนการดำเนินชีวิตทุกอย่าง ข้อเรียกร้องจากสังคมเหล่านี้จะเป็นแรงผลักดันและมีอิทธิพลต่อวิธีการปรับตัว เพื่อตอบสนองข้อเรียกร้องเหล่านี้

2. แรงผลักดันจากภายใน (Internal Demands) แรงกระตุ้นอันเกิดจาก สภาพทางสรีระภายในร่างกาย และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีตเป็นความต้องการภายใน ของแต่ละบุคคลเอง

นอกจากนี้ สาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาการปรับตัวอาจเกิดจากความไม่สบายใจ เกิดความคับข้องใจ และความขัดแย้งในใจ

มณูญ ตนะวัฒนา (2526 : 141 – 143) ได้กล่าวถึง ลักษณะของบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีไว้ดังนี้

1. มีความรู้เกี่ยวกับตนเอง (Self-knowledge) ผู้ที่ปรับตัวได้ดี คือ ผู้ที่รู้ถึงพลังจิต แรงงูใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถและอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง นั่นคือจะต้องเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับตนเองได้หมด ทั้งพฤติกรรมและความรู้สึกของตนเอง
2. ความรู้สึกว่าตนเองมีค่า (Self-esteem) ประกอบด้วยความรู้สึกต่อตนเอง และสามารถที่จะทำหน้าที่ให้แก่สังคมอย่างมีประสิทธิภาพ
3. ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น (Feeling of security) คนที่ปรับตัวได้ดีจะมีความรู้สึกว่าจะได้รับการยกย่องว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และที่สำคัญที่สุดคือมีอิสระในการแสดงออกต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน
4. ความสามารถในการรับและให้ความรัก (Ability to accept and give affection) คือความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้อย่างน่าพอใจ บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะมีความรู้สึกนึกคิดถึงความต้องการและความรู้สึกของคนอื่น ๆ นั่นคือ ความสามารถล่วงรู้ถึงความรู้สึกของคนอื่น ๆ และรักษาความสัมพันธ์ที่มีทั้งการให้และการรับไว้ได้
5. ความพอใจต่อความปรารถนาทางกาย บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะมีทัศนคติต่อการทำงานของร่างกายของตนเองอย่างสมบูรณ์ ไม่หมกมุ่นครุ่นคิดวิตกกังวล
6. ความสามารถที่จะเป็นผู้ผลิตและมีความสุขบุคคลที่ใช้ความสามารถต่างๆในการทำงานหรือความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้เป็นอย่างดีและกว้างขวาง มีความสนุกและความกระตือรือร้น
7. ปราศจากความตึงเครียดและความรู้สึกที่เกินขีด คนที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความทุกข์ที่เกิดจากความวิตกกังวลและความตึงเครียด ซึ่งมีผลสะท้อนให้เกิดอาการอื่น ๆ ตามมา

สุชาติ โสมประยูร (2527 : 44-45) กล่าวถึง บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ว่า เป็นผู้
 รู้จักตนเอง รู้จักคนอื่นและเผชิญความจริงได้ และผู้ที่ปรับตัวได้จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดี ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ นิภา นิธยาน (2530 : 151) ที่ว่าความสำเร็จในการปรับตัวย่อมยังผลให้เกิด
 สุขภาพจิตที่ดีและมีสุขภาพชีวิตที่เป็นสุข และ ศิราภรณ์ ทับสายทอง (2535 : 101) กล่าวว่าบุคคลที่มีการ
 การปรับตัวดีจะมีลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งคือ มีทักษะที่จำเป็นต่อการปรับตัวทางด้านอารมณ์
 และสังคม กล่าวคือ ผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวทางอารมณ์ แสดงให้เห็นว่าเป็นผู้ที่มี
 ความสามารถในการปรับตัวด้วย นอกจากนี้ นิภา นิธยาน (2530 : 20) ยังกล่าวเพิ่มเติมอีกว่า
 บุคคลที่ปรับตัวได้ดีมิใช่ผู้ที่ปราศจากปัญหาแต่เป็นผู้ที่กล้าเผชิญปัญหาอุปสรรคและความยุ่งยาก
 ในชีวิตอย่างมีสติ และไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่พร้อมที่จะเผชิญทั้งความทุกข์ ความสุข
 ในชีวิต บางครั้งแม้จะประสบชะตากรรมที่ยังความผิดหวัง และล้มเหลวในชีวิต ก็ยังกล้าหาญ
 เข้มแข็งพอที่จะดำเนินชีวิตต่อไป โดยไม่พ่ายแพ้หรือท้อถอย

ลักษณะวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดี

Hurlock (1978 : 260-261) สรุปไว้ว่า เด็กที่มีการปรับตัวดีจะมีลักษณะการยอมรับ
 สภาพของตนเองมีความเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ มีความเป็นประชาธิปไตย
 มีวิธีสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีและสนใจเพื่อน นอกจากนี้ Hurlockยังให้หลักในการพิจารณา
 ลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้ 4 ประการ คือ

1. การแสดงออก ถ้าหากว่าพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นเหมาะสมกับความคาดหวัง
 ของกลุ่มอายุและระดับพัฒนาการแล้วก็จะเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
2. ความสามารถในการปรับตัว ให้เข้ากับกลุ่มบุคคลได้ทุกกลุ่ม เด็กบางคนอาจ
 ปรับตัวเข้ากับบุคคลในครอบครัวได้ แต่กับบุคคลอื่นไม่กล้า เหนียวอาย
3. มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น และต่อบทบาทของคนในสังคม
4. มีความพอใจในตนเองทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตาม

นิภา นิธยาน (2520 : 230-233) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นที่ประสบผลสำเร็จในการปรับตัว
 จะทำให้เกิดลักษณะของสุขภาพจิตที่ดีดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นและความรู้สึกมั่นคงอันก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองไม่มีปมด้อย
 ไม่เกรงกลัวอำนาจความยิ่งใหญ่หรือความก้าวร้าวระรานของผู้อื่น ในขณะที่เดียวกันก็รู้จักยอมรับ
 ความสามารถ และความสำเร็จของผู้อื่นที่เหนือกว่าตนเอง มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่นด้วยความ
 จริงใจ กล้าเผชิญชีวิตโดยไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรค
2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร มีลักษณะนิสัยน่ารัก เมตตากรุณาต่อผู้อื่นด้วยน้ำใสใจจริง
 ไม่หวังผลตอบแทน ไม่เห็นแก่ตัว เกรงใจและคำนึงถึงผู้อื่น
3. มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ การดำเนินชีวิตแต่ละวันเป็น

ไปอย่างมีคุณค่า และไม่น่าเบื่อหน่าย

4. พร้อมทั้งจะรับประสบการณ์ใหม่ๆ และสนใจในกิจกรรมรอบตัว มีความสุขในสิ่งต่าง ๆ ตามความถนัดและความสามารถของตน เช่น การเล่นกีฬา การเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ

5. รู้จักรักษาอนามัย และสุขภาพร่างกายอย่างสม่ำเสมอ ทั้งในการกิน การนอน และการออกกำลังกาย

6. มีความกล้าที่จะเผชิญความจริงในชีวิต กล้าที่จะเผชิญความจริงเกี่ยวกับสภาพของตนเองที่จะนำความทุกข์มาให้ โดยไม่หาทางออก โดยการกล่าวโทษผู้อื่น หรือหลบหนีข้อบกพร่องของตนเองด้วยวิธีการปรับตัวแบบต่าง ๆ

7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่ท้อถอยและหวาดหวั่น พร้อมจะแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นเต็มกำลังความสามารถ

8. มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ทางครอบครัวและสังคมได้ง่าย มีจิตใจกว้างขวางพร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นและข้อโต้แย้งของผู้อื่นในเวลาเดียวกันก็เป็นผู้ที่ยึดมั่นในหลักการที่ดี มีมาตรฐานการประพฤติปฏิบัติสูงและยึดถือคำนิยมที่ดี

9. มีอารมณ์ที่ช่วยส่งเสริมแทนที่จะขัดขวางสวัสดิภาพของชีวิต ไม่มีอารมณ์ เกือบเกลียดแค้นหรืออิจฉาริษยา รู้จักที่จะยับยั้งและควบคุมอารมณ์ได้ มีอารมณ์รักใคร่และเป็นมิตรกับเพศตรงข้ามได้ดีด้วยดี

10. ปราศจากนิสัยในทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ ไม่หลงโทษตัวเองเมื่อกระทำผิดแต่จะจำประสบการณ์ไว้เป็นบทเรียนที่มีค่าไม่หาความแวงสงสัยผู้อื่น ไม่หุยมหิมในเรื่องเล็กน้อยไร้สาระ ไม่เคร่งเครียดและวิตกกังวลจนเกินกว่าเหตุ

รัตน ยัญทิพย์ (2522 : 32 - 33) กล่าวว่า การปรับตัวได้ดีนั้นจะมีการแสดงออก ดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง มีความภูมิใจในตนเอง ไม่มีปมด้อย ไม่เกรงกลัวตำแหน่งหรือความยิ่งใหญ่ ไม่ก้าวร้าว และขณะเดียวกันก็ยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้อื่นที่เหนือกว่าตน

2. ยอมรับสภาพความเป็นจริง มีความกล้าที่จะเผชิญกับชีวิตแม้ว่าจะมีเหตุร้าย บางขณะก็ไม่ท้อแท้ กล้าที่จะต่อสู้เต็มกำลังความสามารถ

3. มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น เป็นผู้ที่มีมองบุคคลอื่นในแง่ดีปราศจากอคติใด ๆ

4. ไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม หมายความว่า ไม่เป็นผู้ที่มีแค่ความเบื่อ ไม่มีการทะเลาะวิวาทบ่อย ๆ และไม่ยุติธรรมต่อผู้อื่น

5. ไม่เป็นผู้ที่มีความประพฤติด้อยหน่า เป็นผู้ที่สามารถนำเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้วมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ไม่เป็นคนเก็บตัว

6. สร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ดี มีจิตใจกว้างขวางพอที่จะรับฟังความคิดเห็นและข้อโต้แย้งของผู้อื่น

7. ปราศจากนิสัยทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ
8. มีความเข้าใจและยอมรับสภาพของตน รู้จักจุดเด่นและปมด้อยของตนเอง
9. ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม นั่นคือทำตนให้สอดคล้องกับมาตรฐานของสังคม
10. มีความรู้สึกเป็นอิสระ รู้ว่าตนไม่ถูกบังคับ

นิภา นิธยาน (2530 : 160) กล่าวว่า ความยุ่งยากในการปรับตัวไม่ว่าจะมากน้อยเพียงใดก็ตาม มักจะปรากฏอาการในลักษณะดังต่อไปนี้

1. อาการเคร่งเครียด
2. อาการเจ็บป่วยทางกาย
3. พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากมาตรฐานของสังคม
4. ความหย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต

ราณี ธรรมนิยม (ม.ป.ป. : 165) กล่าวว่า บุคลิกภาพที่แสดงออกของเด็กที่ปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ ได้แก่ ก้าวร้าว คุยโว โอ้อวดเกี่ยวกับความสามารถของตน ดอยหนี เก็บตัว ไม่พูด ไม่สังคมกับใคร ไม่ได้รับความนิยมจากเพื่อนและครู ชอบเถียงผู้อื่นทั้ง ๆ ที่ตนไม่มีความสามารถที่จะช่วยงานของกลุ่มดำเนินไปได้ด้วยดี

จากลักษณะการปรับตัวดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะการปรับตัวที่ดีของบุคคลจะต้องเป็นคนที่มีความรู้สึกนึกคิด และมีพฤติกรรมที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และมีความต้องการของตนเอง โดยจะมีลักษณะดังนี้คือ รู้จักตนเองเห็นคุณค่าของตนเอง เป็นตัวของตัวเอง มีความเป็นอิสระ มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม มีอารมณ์มั่นคงสามารถที่จะแก้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้เต็มกำลังความสามารถ มีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น สามารถให้ความรักและรับความรักจากผู้อื่นได้ ไม่มีความวิตกกังวลในปัญหาต่าง ๆ กล้าเผชิญอุปสรรคและความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติและไม่หวาดหวั่น พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้

ส่วนลักษณะของบุคคลที่มีปัญหาการปรับตัวจะเป็นบุคคลที่ไม่กล้าแสดงออก หนีสังคม เข้ากับสังคมไม่ได้ มีความวิตกกังวลค่อนข้างสูง ทัศนคติไม่ดีต่อผู้อื่น ไม่สามารถรับความรักและให้ความรักแก่บุคคลอื่นได้ ไม่กล้าเผชิญปัญหาและไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้

3.5 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

นิภา นิธยาน (2530 : 106-115) กล่าวว่า ปัจจัย 3 ประการที่มีอิทธิพลร่วมกันใน

การกำหนดแนวทางพฤติกรรมการปรับตัวซึ่งเป็นรากฐานบุคลิกภาพ อิทธิพลของทั้งสามประการ ไม่สามารถแยกออกจากกันโดยเด็ดขาด แต่จะเชื่อมโยงเกี่ยวพันกันตลอดชีวิตปัจจัยสามประการ ได้แก่

1. อิทธิพลของสภาพพื้นฐานทางกายในเชิงชีววิทยาอัน ได้แก่ อิทธิพลของพันธุกรรม มีอินส์เป็นตัวนำลักษณะต่างๆ ทำให้เกิดโครงสร้างทางกายภาพ และทำหน้าที่ทางสรีระภายในตัวของแต่ละบุคคล เช่น การทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมต่าง ๆ รูปร่าง หน้าตา อัตราการเจริญเติบโต และทำให้มีขีดจำกัดของความสามารถด้านต่าง ๆ เช่น แรงขับ ศักยภาพในการเรียนรู้ อารมณ์ ความแข็งแรง ความเร็วและช้าในการเคลื่อนไหวของบุคคลแตกต่างกันด้วย จึงทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างบุคคลโดยกำเนิด และมีอิทธิพลในการทำให้บุคคลมีการปรับตัวต่อสภาพปัญหาแตกต่างกัน

2. อิทธิพลของสภาพแวดล้อม ได้แก่ สภาพดินฟ้าอากาศที่ทำให้แต่ละคนแสดงออกแตกต่างกันในการปรับตัว เพื่อสนองความต้องการหรือแรงขับภายใน วัฒนธรรมในสังคมที่อาศัยอยู่จะเป็นตัววางรากฐานให้แก่บุคลิกภาพ ทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิด การกระทำ ความเชื่อต่าง ๆ จรรยาบรรณที่ห้ามกฏระเบียบทั้งหลายที่เป็นที่ยอมรับของสังคมนั้น โดยเริ่มต้นจากครอบครัว ซึ่งมีอิทธิพลต่อการปลูกฝังลักษณะนิสัย และบุคลิกภาพพื้นฐานให้เด็กได้มาก สถาบันทางสังคมอื่น ๆ เช่น โรงเรียน ชุมชน วัด ตลอดจนสถาบันชาติล้วนเป็นสถาบัน ซึ่งสมาชิกของสังคมต้องเกี่ยวข้องกับ โดยมีส่วนไปนี้ เป็นเครื่องกำกับระเบียบแบบแผนการประพฤติปฏิบัติ ได้แก่ กฎหมาย หลักธรรมคำสอน จรรยาบรรณและข้อห้าม ตลอดจนระเบียบกฏเกณฑ์ทั้งหลายที่เป็นที่ยอมรับกันในสังคมนั้น

3. อิทธิพลของสภาวะความเป็น “ตน” เป็นอิทธิพลของความรู้สึกและเข้าใจเกี่ยวกับตนเองซึ่งได้แก่ แบบแผนของชีวิตซึ่งเป็นแบบเฉพาะตัว ทั้งนี้หมายความรวมถึงลักษณะนิสัย ความสนใจ ค่านิยม ตลอดจนความรู้ความเข้าใจ หรือความลึกรวมยอดเกี่ยวกับสภาวะแห่งตน ซึ่งคนแต่ละคนเรียนรู้ที่จะประเมินหรือตัดสินคุณค่าของตนเองจากการที่ได้เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสังคมและจากการยอมรับจากกลุ่มบุคคลต่าง ๆ ในสังคมที่ตนอยู่ การที่บุคคลจะสามารถประเมินค่าตัวเองทั้งทางร่างกาย และจิตใจ ก็เนื่องมาจากเจตคติที่ผู้อื่นมีต่อเขา โดยเฉพาะบุคคลที่มีความหมายและมีความสำคัญต่อชีวิตของเขา เช่น บิดา มารดา เพื่อนฝูง และครูอาจารย์

ดังนั้นจากการศึกษาดังกล่าว สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแต่ละวิธีก่อให้เกิดการปรับตัวแตกต่างกัน โดยการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะส่งผลให้เด็กสามารถปรับตัวเองได้ดีในสังคม ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบทอคิดทั้ง และการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม เด็กจะปรับตัวได้ยากในสังคม ส่วนการสนับสนุนทางสังคม จะเป็นตัวช่วยให้บุคคลเกิดความมั่นใจและมีความมั่นคงทางจิตใจ สามารถเผชิญปัญหา แก้ไขปัญหาได้ และสามารถปรับตัวเองได้ดีในสังคม

4. งานวิจัยเกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ

4.1 งานวิจัยเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู กับการปรับตัวทางสังคม

Sullivan (1965 : 5) เชื่อว่า “การพัฒนาบุคลิกภาพมีผลมาจากสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในครอบครัว ถ้าในครอบครัวมีความรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความเป็นอยู่ที่อบอุ่นพอจะทำให้เด็กเกิดความมั่นใจ ปรับตัวในสังคมได้ดี มีพัฒนาการทางบุคลิกภาพที่ดีได้

Hoffman (1970 : 284) ได้ศึกษาวิธีฝึกวินัย 3 อย่าง ได้แก่ การให้เหตุผล การยับยั้งความรัก และการวางอำนาจ ผลการศึกษาสอดคล้องกับ ซิมมอนด์ (Symond 1968:108) และ เรดเก้ (Radke 1964:11-12) คือ บิดามารดาที่ให้เหตุผลจะทำให้เด็กมีวินัยในตนเองสูง ทำให้เด็กมีเหตุผลทั้งยังเป็นส่งเสริมพัฒนาการทางสมองของเด็กด้วย การให้ความรักจะช่วยให้บุคคลมีความมั่นคงทางอารมณ์ และมีความเชื่อมั่นในความคิดของโลก ซึ่งจะช่วยให้บุคคลคำนึงถึงความต้องการของผู้อื่น ดังนั้น ถ้าพ่อแม่ไม่ให้ความรัก เมื่อเด็กทำผิดจะทำให้เด็กพยายามเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเพื่อให้ได้ความรักจากบิดามารดา การที่เด็กเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยการกระทำดีเพื่อต้องการความรักและการยอมรับ จึงอาจกล่าวได้ว่า การช่วยเหลือผู้อื่นหรือความเอื้อเฟื้อในกรณีเช่นนี้เป็นไปเพื่อต้องการผลตอบแทน

Hurlock (1970 : 284) ศึกษาพบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การให้ความรัก ความสนใจ และเห็นความสำคัญของเด็กจะทำให้เด็กรู้จักรับผิดชอบ มีความเชื่อมั่นในตนเองมีเพื่อนมาก เป็นมิตร ซื่อสัตย์ คล่องแคล่ว ร่าเริง มีอารมณ์ที่มั่นคง มีความคิดริเริ่ม ฟังตนเอง และสามารถเผชิญชีวิตด้วยความมั่นใจ ซึ่งสอดคล้องกับซิมมอนด์ (Symond) และ เรดเก้ (Radke) เช่นกัน

Rank (1968:776 อ้างจาก รัตนา ัญญทิพย์ 2532) กล่าวว่า บิดามารดาที่ยอมรับฟังเหตุผล บุตรทำให้บุตรรู้สึกเป็นคนสำคัญและแรงกล้ายังสนับสนุนให้บิดามารดาอบรมเลี้ยงดูบุตรแบบประชาธิปไตยเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพทางสร้างเสริม ไม่ใช่ทำลายหรือก้าวร้าว

Symond (1979 : 103) ได้ศึกษาถึงวิธีอบรมเลี้ยงดูบุตรที่มีผลต่อบุคลิกภาพของบุตรพบว่า

1. บิดามารดาที่ปล่อยปละละเลยบุตร จะทำให้บุตรมีลักษณะเป็นคนก้าวร้าว จ้าคิด เจ้าแค้น ชอบพูดปด หนีโรงเรียน ลักเล็กขโมยน้อย
2. บิดามารดาที่ประคบประหงมบุตรมากเกินไป บุตรจะมีลักษณะเป็นคนไม่ให้ความร่วมมือ ฟังตนเองไม่ได้ ไม่มีความมั่นใจในตนเอง
3. บิดามารดาที่มีอำนาจเหนือบุตร บุตรจะเป็นคนเจ้าระเบียบ สุภาพเรียบร้อย อยู่ในโอวาท สามารถปรับเข้ากับผู้ใหญ่ได้ดี สงบเสงี่ยม ขาดความคิดริเริ่ม
4. บิดามารดาที่ยอมจำนนบุตร บุตรจะขาดความรับผิดชอบ ไม่อยู่ในโอวาท เห็นแก่ตัว คือคิด มักทำอะไรตามใจ

Roger (1972 : 121 –123) ยังได้กล่าวอีกว่า “เด็กที่ได้รับแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม จะมีผลยับยั้งพัฒนาการในเรื่องแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เด็กจะขาดความมั่นใจในตนเอง ขาดความรับผิดชอบ และเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นจะถอยหนีมากกว่าจะเผชิญกับปัญหา”

Mummery (1954 : 162) ได้ศึกษาภูมิหลังทางครอบครัวของเด็ก ที่มีความเหมาะสมในการแสดงออกและไม่กล้าแสดงออกผลปรากฏว่า ครอบครัวที่มีบรรยากาศแบบประชาธิปไตย ซึ่งเลี้ยงดูเด็กแบบคอยให้คำแนะนำและควบคุม เด็กจะยอมรับผู้อื่นและมีพฤติกรรมในรูปแบบที่สังคมยอมรับ ซึ่งส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกที่สังคมยกย่อง ส่วนเด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบให้อิสระ ยอมรับการค้นพบ ให้ความร่วมมือแต่ไม่ปกป้องจะมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในการแสดงออก ตลอดจนมีความสามารถในการเลือกวิธีการที่จะแสดงออกได้อย่างเหมาะสมนั้นขึ้นอยู่กับความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และการปูพื้นฐานทางการอบรมเลี้ยงดู

Hurlock (1974 : 244 –246) ได้กล่าวถึง แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งว่า “บุตรที่ถูกทอดทิ้งจะเคร่งเครียดไม่ชอบสังคม โดดเดี่ยว เมกคอร์ด และ โซลา (Mc Cord and Zala) ได้กล่าวว่า แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง บุตรจะมีลักษณะ ไม่คงเส้นคงวาในเรื่องระเบียบวินัย และมีแนวโน้มจะกระทำผิดกฎหมาย บัสส์ (Buss) ได้ศึกษาพบว่า “ยิ่งมารดาเข้มงวดกับบุตรเพิ่มขึ้นเท่าใด บุตรจะยิ่งเกิดความหงุดหงิด และคับข้องใจมากขึ้นเท่านั้น และยังพบว่า ความคับข้องใจสัมพันธ์ทางบวกกับความก้าวร้าว”

Lasswell (1930 : 231) ได้ศึกษาทัศนคติของนักการเมืองหัวรุนแรงแล้วสรุปว่านักการเมืองหัวรุนแรงมักเนื่องมาจากบิดามารดาทอดทิ้งเมื่อสมัยเป็นเด็ก คนที่มีทัศนคติในทางก้าวร้าวรุนแรงนั้น เนื่องมาจากครอบครัวแสดงความรัก ความเอ็นดูเด็กไม่เท่ากัน ไม่ให้ความยุติธรรม ทำให้เด็กมีความอิจฉาชิงดีชิงเด่นซึ่งกันและกัน ในวัยเด็ก พ่อโตขึ้นจะเป็นคนที่ก้าวร้าว

Coville (1960 : 298) ศึกษาสาเหตุที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมขัดกับสังคม พบว่า สาเหตุหนึ่งมาจากทางด้านจิตวิทยา คือ ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับบิดามารดา กล่าวคือ

1. การทอดทิ้ง เด็กที่รู้สึกว่ตนถูกทอดทิ้งจะมีปฏิกิริยาได้ครอบประชิดบิดามารดา เพื่อดึงดูดความสนใจโดยการทำความผิด

2. การตามใจมากเกินไปจนขาดขอบเขต เด็กจะมีลักษณะคล้ายทารก เลี้ยงไม่โต ไม่รู้จักยับยั้งความต้องการ มีปฏิกิริยาเป็นปฏิกิริยก่อต้อสังคม และก้าวร้าว

Radke (1964 : 11 – 12) พบว่า พ่อแม่ที่เคร่งครัดในระเบียบวินัยบุตร จะมีความมั่นคงทางอารมณ์น้อย ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์อันดีภายในบ้านชอบทะเลาะเบาะแว้ง เหตุที่การลงโทษของบิดามารดามีผลในทางสะกดกันและยับยั้งการกระทำตนตามธรรมชาติ ซึ่งทำให้มีผลต่อจิตใจของเด็กได้ และมิลเลอร์ (Miller 1970 : 260 – 262) ได้ศึกษาพบว่า ยิ่งแม่เข้มงวดกับลูก

มากขึ้นเท่าใด ลูกก็ยิ่งเกิดความหงุดหงิดและคับข้องใจมากขึ้นเท่านั้น ซึ่งสอดคล้องกับ แคมแลน (Kaplan 1959 : 188) ได้กล่าวว่าพ่อแม่ที่เข้มงวดในกฎระเบียบข้อบังคับกับลูกมากเกินไปจะทำให้ลูกรู้สึกก้าวร้าวมีปัญหาทางอารมณ์ไม่มั่นคง กลัว ต่อต้าน ปรับตัวอยู่ในสังคมไม่ได้ แยกตัวเองออกจากคนอื่น จากโลกแห่งความเป็นจริง แต่ถ้าพ่อแม่ปกครองลูกแบบให้ความรักยอมรับลูก และรับฟังความคิดเห็น ก็จะทำให้เด็กปรับตัวได้ดี มีความรับผิดชอบสูง และมีสุขภาพจิตดีด้วย

Medinus and Johnson (1969 : 329 อ้างจากกมลนันท์ รังสยาธร 2543) ได้ศึกษา พบว่าเด็กที่ถูกทอดทิ้งละเลยไม่ได้รับการเลี้ยงดูจากแม่ จะมีปฏิกิริยาในทางลบ มีการปรับตัวไม่ดี มีอาการซึมเฉย

Baldwin (1948 : 127 -136) ได้ศึกษา เด็กอายุสี่ขวบ โดยให้ครูทำการสังเกตจัดอันดับคุณภาพจากพฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็ก พบว่าบรรยากาศภายในครอบครัวมีความสำคัญต่อแบบแผนพัฒนาการของเด็ก การที่เด็กปรับตัวได้ดีในการปกครองแบบประชาธิปไตย อาจเนื่องมาจากความสัมพันธ์ภายในบ้านมีความอบอุ่น มีอิสรภาพ มีการสนทนากันระหว่างพ่อแม่ลูก ทำให้เด็กมีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ดีกว่าเด็กที่ถูกพ่อแม่ควบคุมพฤติกรรมโดยไม่ใช้การอธิบายหรือให้เหตุผล ซึ่งจะทำให้เด็กที่มีพ่อแม่แบบเผด็จการนั้นกลายเป็นคนที่ขาดความมั่นคงทางจิตใจ และความเป็นตัวของตัวเอง

Landis (1955 : 100) ได้ศึกษาการปรับตัวของวัยรุ่น พบว่า

1. เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่วนมากปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่เลี้ยงดูแบบใช้อำนาจ
2. เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีขนาดเล็ก มีปัญหาในการปรับตัวมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีขนาดใหญ่ และมีเพื่อนน้อย
3. เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มีปัญหาในการปรับตัวมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวธรรมดา

Stott (1940 : 415 - 428) ได้ทำการศึกษาสภาพชีวิตภายในบ้านที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของเด็กวัยรุ่นชาย - หญิงในเมืองเนบราสก้า โดยใช้เกณฑ์บุคลิกภาพและแบบสอบถามสภาพชีวิตภายในบ้านพบว่า เด็กที่มีการปรับตัวดี - ไม่ดี มีสภาพชีวิตภายในบ้านแตกต่างกัน

- สภาพชีวิตภายในบ้านของเด็กที่มีการปรับตัวไม่ดี

- แม่ทำงานนอกบ้าน
- แม่ป่วย หรือพ่อป่วย
- แม่เป็นโรคเส้นประสาท
- พ่อเป็นโรคเส้นประสาท
- มีความขัดแย้งกับสิ่งที่แม่ทำ

- มีความขัดแย้งกับสิ่งที่พ่อทำ
- ถูกลงโทษเมื่อสัปดาห์ที่ผ่านมา
- สภาพชีวิตภายในบ้านของเด็กที่มีการปรับตัวดี
 - ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับพ่อแม่
 - รับประทานอาหารร่วมกันเป็นประจำ และมีเวลาสนุกด้วยกัน
 - พ่อแม่ต้อนรับเพื่อนของลูก ๆ ที่บ้านดี

Koller (1971 : 319-337) ได้ศึกษาเด็กหญิงอายุ 16-17 ปี จำนวน 121 คน ในโรงเรียนคัดค้านานแห่งหนึ่ง ของประเทศออสเตรเลียพบว่า เด็กหญิงเหล่านั้นสูญเสียพ่อแม่หรือขาดพ่อแม่ถึง 61.5 เปอร์เซ็นต์ และแยกจากพ่อแม่ 32 เปอร์เซ็นต์ ส่วนเด็กหญิงที่อยู่กับพ่อแม่พบเพียง 12.9 เปอร์เซ็นต์ จากการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการสูญเสียพ่อแม่หรือขาดการเลี้ยงดูที่ดีจากพ่อแม่ทำให้เด็กมีความประพฤติน่ากลัว ซึ่งความประพฤติน่ากลัวนี้มีผลมาจากจิตใจไม่ปกติ

Witmer (1937 : 756-763 อ้างจาก อลิสา ชัยเทียนทอง 2544) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก ซึ่งมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของลูกพบว่า เด็กที่ปรับตัวได้ดีมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับพ่อแม่ น้อยกว่าเด็กที่มีปัญหา เด็กเกเรหรือเด็กประเภทที่มีอาการค่อนข้างไปทางโรคจิต และเศร้าซึม

Hurlock (1964 : 661) กล่าวว่า พ่อแม่ที่ยอมรับเด็ก คือ ให้ความรักความสนใจ และสร้างความอบอุ่นให้เกิดขึ้นในบ้าน ผลตามมาก็คือ ทำให้เด็กมีอารมณ์มั่นคง ร่าเริง สามารถเผชิญชีวิตด้านความมั่นใจและปรับตัวได้ดี

ดังนั้น สภาพครอบครัวที่สงบสุขและอบอุ่นนั้น ให้เด็กวัยรุ่นมีสุขภาพจิตดี และมีปัญหาน้อยกว่าเด็กที่อยู่ในครอบครัวที่ไม่สงบสุข มีความขัดแย้งกับบิดามารดา นอกจากนี้สภาพแวดล้อมทางสังคมเศรษฐกิจและวัฒนธรรมนั้นทำให้เด็กเกิดปัญหาการปรับตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจตกต่ำ หรืออยู่ในระดับยากจนจะทำให้เด็กไม่มั่นคงทางอารมณ์ได้

Symond (1968 : 108) ยังศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของพ่อแม่ที่แสดงถึงการยอมรับลูก เปรียบเทียบกับการปฏิเสธลูก พบว่า ลูกที่พ่อแม่ให้การยอมรับจะเป็นผู้ที่เพื่อนฝูงรักใคร่และให้การยอมรับเป็นอย่างดีชอบเข้าสังคม สนใจการทำงาน มีเพื่อนมาก มองโลกในแง่ดี ให้ความร่วมมือกับผู้อื่นปรับตัวได้ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความเข้าใจตนเอง (Self concept) สูง รู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า มีความอบอุ่นปลอดภัย ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Hurlock (1964 : 661) ที่ว่า พ่อแม่ที่ยอมรับเด็ก คือ ให้ความรัก ความสนใจ สร้างความอบอุ่นให้เกิดขึ้นในบ้านและเห็นความสำคัญของเด็ก ผลที่ตามมาก็คือ ทำให้เด็กเป็นคนที่ให้ความร่วมมือ เป็นมิตร ซื่อสัตย์ มีอารมณ์มั่นคง ร่าเริง มีความรับผิดชอบ ระมัดระวังรักษาทักษะนิสัยของส่วนรวมเท่า ๆ กับของ

ตนเอง มีความตรงไปตรงมา ไว้ใจได้และสามารถเผชิญกับชีวิตด้วยความมั่นใจ มองตัวเองได้
อย่างตรงกับความเป็นจริง

อรรถัย ชื่นมบุญ (2520 : 67) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ไม่ดีระหว่างบิดามารดากับ
บุตร และพบว่า เด็กที่ถูกพ่อแม่ละเลยทอดทิ้ง (Rejection) ไม่ได้ได้รับความรัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่
เป็นที่ยอมรับของพ่อแม่ มักจะกลายเป็นเด็กขลาดกลัว ลังเล ไม่มีความรู้สึกมั่นคง อยากรับ
ความสนใจจากคนอื่นตลอดเวลา มักอิจฉา ก้าวร้าว เพราะเห็นว่าทุกสิ่งรอบตัวเป็นอันตราย
สำหรับตน และยังมีความรู้สึกเหงาหงอยโดดเดี่ยว เวลาเติบโตเป็นผู้ใหญ่มักมีปัญหาในการที่
จะรักคนอื่น หรือมีปัญหาในการที่จะรับความรักจากคนอื่น และไม่เคยเรียนรู้ที่จะรักใคร ไม่ไว้ใจ
ใคร ไม่ได้เรียนรู้ที่จะรับความรักจากคนใกล้ชิด และถ้าบิดามารดา หรือคนเลี้ยงละเลยทอดทิ้ง
ไม่ให้ความรัก ไม่ให้ความสนใจอย่างมาก ๆ แล้ว เด็กจะสร้างลักษณะนิสัยและทัศนคติที่ต่อต้าน
กับคนอื่น ไม่ต้องการทำอะไรตามกฎเกณฑ์ และชอบเข็ดตามข้อจำกัดที่วางไว้ มีความวุ่นวายทาง
อารมณ์อย่างสูง แล้วแสดงออกในลักษณะอาการตอบโต้มีความกดดันหรือต่อต้านการบีบบังคับ
บังคับรอบตัวที่ตนกำลังเผชิญอยู่

นวลศิริ เปาโรหิตย์ และ กณะ (2520 : 197) กล่าวว่าประสบการณ์ที่เด็กจะได้รับจากทาง
บ้านถือว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งกับการพัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพ และการปรับตัวของเด็ก เด็กจะนำ
เอาสิ่งต่างๆ ที่ได้พบเห็นมาวิจารณ์ และมาทำความเข้าใจกับบิดามารดาของเขาที่บ้าน ดังนั้น จึง
จัดได้ว่าบ้านเป็นสถานจูงใจที่สำคัญในด้านการศึกษาของเด็ก ตลอดจนความสามารถในด้านต่าง
ๆ อีกด้วย บรรยากาศของบ้านจึงเป็นส่วนสำคัญของพัฒนาการ

สัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่อย่าง
ใกล้ชิด ครอบครัวจะประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 2 ส่วน ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกให้เกิด
สติปัญญา ความคิด บุคลิกภาพ ซึ่งองค์ประกอบ 2 ส่วนนี้ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัวซึ่ง
เน้นถึงบรรยากาศหรือความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัว และการ อบรมเลี้ยงดู ซึ่งเน้นถึงวิธี
การที่พ่อแม่ปฏิบัติต่อลูก

ละม้ายมาศ ศรีทนต์ (2523:23) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะสร้างให้
เด็กมีความรับผิดชอบ มีความคิดริเริ่ม กล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น มีความเชื่อมั่น
ในตนเองและพึ่งตนเองได้ ซึ่งตรงกับข้อคิดเห็นของประสาน ทิพย์ธารา กล่าวว่า เด็กที่ทางบ้าน
เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะทำให้เด็กพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเต็มที่เพราะเด็กได้ฟังคำแนะนำต่าง ๆ
จากผู้ใหญ่ และรู้จักการตัดสินใจว่า อะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ ทำให้เป็นตัวของตัวเอง

มัชชรี บุญนาค (2517 : 113) ได้กล่าวถึง แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย
ไว้ดังนี้ คือ บิดามารดามีความรับผิดชอบร่วมกันในการเลี้ยงดูบุตรและภาระอื่นของครอบครัว
การตัดสินใจใด ๆ จากครอบครัวเกิดขึ้นจากการตกลงเห็นชอบของสมาชิกทุกคน บุตรมีโอกาสใช้

ความสามารถอย่างเต็มที่ และรับผิดชอบในกิจการต่าง ๆ ของครอบครัว มีโอกาสคิดริเริ่ม และตัดสินใจจากเรื่องเล็กไปหาเรื่องใหญ่ มีความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งตนเองได้

ยงยุทธ เปลี่ยนผดุง (2509 : 62) ได้ทำการศึกษาศาเหตุของเด็กที่หนีออกจากบ้าน ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่หนีออกจากบ้านมีสาเหตุจากผู้ปกครอง เนื่องจากผู้ปกครองเข้มงวด และผู้ปกครองดุร้าย มีเปอร์เซ็นต์มากที่สุดเหล่านี้ แสดงว่าความเข้มงวดของพ่อแม่จะทำให้เด็กเกิดความตึงเครียดและยุ่งยากขึ้นเมื่อพ่อแม่บังคับหรือขัดใจเด็กมากเกินไป เด็กจะเกิดความคับข้องใจ และจะหาทางระบายอารมณ์ออกมาในทางตรงกันข้ามกับที่พ่อแม่สั่ง สอดคล้องกับ มิลเลอร์ (Miller: 1987) พบว่า ยิ่งพ่อแม่เข้มงวดกับบุตรมากเท่าไร บุตรจะเกิดความหงุดหงิดคับแค้นใจมากขึ้นเท่านั้น และความคับแค้นใจมากเท่าไรก็ยิ่งมีความก้าวร้าวมากขึ้น

เดโช สวานานนท์ (2510 : 375) ได้กล่าวว่า ผลเสียของการอบรมเลี้ยงดูแบบลงโทษ จะทำให้บุตรเกิดความตึงเครียด เจ้าอารมณ์ คือ รุน ขัดคำสั่ง และต่อต้านพ่อแม่ นอกจากนี้การที่พ่อแม่เข้มงวดจะทำให้บุตรเกิดความคับข้องใจ ไม่มีความมั่นใจในตนเอง บุตรจะมีลักษณะลงโทษตัวเอง และมีพฤติกรรมรุนแรง

ดวงเดือน ศาสตรภักดิ์ (2515 : 45 - 52) ได้อ้างการวิจัยต่างประเทศว่า ยิ่งลงโทษรุนแรงมากเท่าใด ก็ยิ่งทำให้บุตรขาดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นเท่านั้น แต่ตรงกันข้ามถ้าพ่อแม่ใช้วิธีการดักเตือน แนะนำ ชี้แจงเหตุผล หรือลงโทษอย่างละมุนละไมแล้วจะช่วยให้บุตรมีความเป็นตัวของตัวเอง มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถพิจารณาปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง

สมพร สุทัศนีย์ (2530 : 34) ได้กล่าวถึงแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งที่พ่อแม่ไม่ยอมรับเด็ก ไม่ให้ความรักความสนใจ ไม่ให้ความช่วยเหลือหรือสนับสนุนไม่ว่าเรื่องใด ๆ วิจารณ์ ดำเนินเปรียบเทียบกับผู้อื่น ให้ทำงานหนัก หากพ่อแม่ไม่พอใจก็จะลงโทษอย่างรุนแรงหรือดำเนินการทอดทิ้ง โดยเจตนาเป็นระยะเวลานาน จะทำให้เกิดปรับตัวไม่ได้ ขาดการควบคุมตัวเอง คับข้องใจโกรธแค้น และจะแก้แค้นโดยแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวผิดสังคม ในที่สุดจะเป็นอาชญากร ถ้าเป็นการทอดทิ้งโดยไม่เจตนา เช่นพ่อแม่ต้องไปทำงานที่ไกลๆ จน ไม่มีเวลาเอาใจใส่ดูแล จะทำให้บุตรกลายเป็นคนดื้อดึง หรือเรียกร้องความสนใจจากพ่อแม่ โดยแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่าง ๆ

รัชณี กิติพรชัย (2509 : 62) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบรรยากาศของบ้านแบบต่าง ๆ กับบุคลิกภาพของเด็ก ครอบครัวที่บิดามารดาวางระเบียบควบคุมพฤติกรรมอย่างเข้มงวดกวดขันมีผลทำให้เด็กกลายเป็นคนเงียบขรึม เรียบร้อย อยู่ในโอวาท ไม่ก้าวร้าวและจากการศึกษาของ แรงค์ (Rakle) พบว่า บิดามารดาที่เคร่งครัดในระเบียบวินัย มีการลงโทษบุตรเมื่อไม่ทำตามระเบียบวินัย บุตรจะมีความมั่นคงทางอารมณ์น้อย ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์อันดี

ภายในบ้าน ชอบทะเลาะเบาะแว้ง ไม่ชอบการแข่งขัน ไม่อ่อนไหวต่อคำติชม และไม่กว้างขวางในหมู่เพื่อน

เสนอ อินทรสุขศรี (2511 : 47) ได้กล่าวถึงหลักในการอบรมเลี้ยงดูไว้ตอนหนึ่ง ว่า การเที่ยวเชิญให้เด็กทำในสิ่งต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลาจะทำให้เด็กเกิดอารมณ์กระวนกระวาย ตื่นเต้นอยู่เสมอ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เช่น การปล่อยให้เด็กทำสิ่งต่างๆ ได้ตามอำเภอใจโดยไม่สนใจว่าจะสมควรหรือไม่ จะทำให้เด็กขาดเหตุผลที่คิดทางจิตใจ ไม่แน่ใจว่าคนทำถูกหรือผิด ในที่สุดเด็กพวกนี้จะมีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย ส่วนการดูแลเอาใจใส่เด็กจนเกินไปจะทำให้เด็กขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ปรับตัวในสังคมลำบาก

วิกรม กมลสุโกศล (2518 : 100 – 101) พบว่านักเรียนที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งและแบบให้ความคุ้มครองจนเกินไป มีความวิตกกังวลสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการ อบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เพราะนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งนั้น จะมีลักษณะเป็นเด็กที่พ่อแม่ทะเลาะ ไม่เอาใจใส่ ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัยในด้านอารมณ์ รู้สึกว่าชีวิตว่าเหว ไม่มั่นคง ไม่มีใครรัก สภาพเช่นนี้ทำให้เด็กต้องเก็บกดหรือยับยั้งความรู้สึกต่าง ๆ ไว้เป็นผลทำให้เกิดความวิตกกังวลมากขึ้น ส่วนนักเรียนที่ได้รับการ อบรมเลี้ยงดูแบบให้ความคุ้มครองจนเกินไปนั้น เด็กจะไม่ได้รับอิสระทางใจแต่อย่างใด เพราะพ่อแม่เจ้ากี้เจ้าการอยู่ตลอดเวลา นับตั้งแต่การแต่งกาย การคบเพื่อน ฯลฯ แม้กระทั่งการเลือกเรียนต่อ ซึ่งทำให้เด็กมีความรู้สึก ไม่มีอิสระที่จะทำสิ่งใด ๆ และผลของการเลี้ยงดูแบบนี้จะทำให้เด็กมีความยุ่งยากใจเมื่อเผชิญกับปัญหาและแก้ไม่ได้ รู้สึกด้อยต้องหนีปัญหาอยู่ตลอดเวลาอันจะทำให้เกิดความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น แต่สำหรับการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยนั้น พ่อแม่จะให้ความรัก ความอบอุ่น เคารพในสิทธิ์ของเด็ก เปิดโอกาสให้เด็ก มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ย่อมทำให้เด็กมีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล และความคับข้องใจให้แก่เด็ก

ดังนั้น การอบรมเลี้ยงดู ของพ่อแม่มีความสำคัญต่อสุขภาพจิตของเด็กมาก ทั้งในด้านการปรับตัว และความวิตกกังวล ความเคร่งเครียดทางอารมณ์ต่าง ๆ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจจะนำเอาตัวแปรดังกล่าวนี้มาศึกษา

นอกจากการอบรมเลี้ยงดูที่จะมีผลต่อการปรับตัวและสุขภาพจิตแล้ว เราจะเห็นได้ว่าสภาพบรรยากาศของครอบครัวนั้นก็มิอิทธิพลต่อเด็กมาก เพราะครอบครัวที่สงบสุขทำให้สุขภาพจิตของเด็กดีขึ้น ปัญหาต่าง ๆ ก็เกิดขึ้นน้อย และสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ตรงข้ามกับสภาพครอบครัวที่แตกแยก หรือครอบครัวที่มีปัญหายุ่งยาก ไม่สงบสุข ทำให้เด็กปรับตัวลำบากจนเป็นผลต่อสุขภาพจิตเสีย และอาจจะกลายเป็นเด็กที่มีปัญหา

สุภา มาลาภ (2518 : 78) ให้ความเห็นว่า สภาพเป็นไปในครอบครัวและประสบการณ์ที่ได้รับจากสังคมนั้นมีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กอย่างมาก ครอบครัวที่ซับซ้อน และระหองระแหง

สังคมที่วัฒนธรรมไทยปะทะกับวัฒนธรรมตะวันตก การขัดแย้งในสังคม ทำให้เด็กวางตัวไม่ค่อย ถูกเป็นสาเหตุให้สุขภาพจิตเสียได้ง่ายที่สุด ครูอาจารย์และผู้ปกครอง ควรจะช่วยกันระมัดระวัง มิให้เกิดปัญหาแก่เด็ก หรือให้น้อยที่สุด

ศิริพร หลิมสวัสดิ์ (2511 : 51) ได้วิจัยเรื่องปัญหาทางครอบครัวที่ทำให้เด็กต้องมาอยู่ใน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลาง พบว่าส่วนมากเด็กเหล่านี้อยู่กับบิดามารดา แต่สภาพในบ้านหา ความสงบมิได้ บิดามารดาทะเลาะวิวาทกันบ่อย ๆ เป็นการทำลายสุขภาพจิตของเด็กเป็นอย่างยิ่ง ในเรื่องความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ปรากฏว่า เนื่องจากบิดามารดาของเด็กมีปัญหาทาง เศรษฐกิจ ครอบครัวและปัญหาการหย่าร้าง นอกจากนั้น สภาพจิตใจของบิดามารดาไม่ใคร่ดี มี อารมณ์หงุดหงิดฉุนเฉียว ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองไว้ได้ และระบายสู่เด็ก ซึ่ง สอดคล้องกับที่ เตือน สุภาพ (2508 : 26) ศึกษาเด็กวัยรุ่นที่มีปัญหาห้ำคน พบว่าเด็กทั้งห้าคน เกิดปัญหา เพราะสาเหตุจากความพลัดหวังจากทางบ้าน ขาดความรัก ขาดความเอาใจใส่ มี ความทุกข์ ความคับข้องใจ ทับถมมากขึ้นเรื่อย ๆ และไม่มีใครช่วยทำให้สบายใจ

วรรณ บูรณโชติ (2515 : 49 - 53) ศึกษาเด็กที่มีการปรับตัวไม่ดี พบว่า มักจะเป็นเด็กที่ มีความขัดแย้งทางอารมณ์ ปัญหาทางการปรับตัวจะเกิดขึ้นเมื่อเด็กมีปฏิกริยาโต้ตอบบุคคลอื่น ๆ เช่น บุคคลในครอบครัว ครู เด็กในโรงเรียน เป็นต้น ดังนั้น วิธีที่จะช่วยให้ครูทราบว่าเด็กในห้อง เรียนของตนปรับตัวได้ดีหรือไม่ก็คือ วิธีสังเกตจากพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกมาต่อปัญหาต่าง ๆ

ชัยนาค นาคบุผา (2515 : 117) ได้กล่าวถึงผลของความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่ จะทำให้เกิดความตึงเครียด ความกระวนกระวายใจ และคับข้องใจ

สังวาล สมสนิท (2518 : 79) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความขัดแย้งกับพ่อแม่และ การปรับตัวของเด็กวัยรุ่นพบว่า ความขัดแย้งของเด็กวัยรุ่นที่มีต่อพ่อแม่สัมพันธ์กับการปรับตัว และยังพบอีกว่าเด็กวัยรุ่นที่มีความขัดแย้งกับพ่อแม่บ่อย ปรับตัวดีกว่าเด็กวัยรุ่นที่มีความขัดแย้งกับ พ่อแม่มาก

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นนี้ จะเห็นได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดามีความสำคัญ ต่อการปรับตัวของเด็กเป็นอย่างยิ่ง โดยเด็กที่บิดามารดาอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ใช้เหตุผล ในการอบรมเลี้ยงดูลูกจะเป็นเด็กที่มีอารมณ์มั่นคงมีเหตุผลในการกระทำ มีความเชื่อมั่นในตัวเอง ปรับตัวได้ดี มีความรับผิดชอบสูง สุขภาพจิตดี สามารถเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้ดี เข้าสังคมได้ เข้าใจตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ไม่มีความวิตกกังวล หรือคับข้องใจ ส่วนเด็กที่บิดามารดา อบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขี่หรือควบคุมใช้อำนาจ จะเป็นเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง พึ่งตนเองได้น้อย ไม่กล้าตัดสินใจ มีความวิตกกังวล ไม่กล้าเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ชอบถอยหนี ปัญหา ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ได้ อารมณ์ไม่มั่นคง ขลาดกลัว ปรับตัวอยู่ในสังคมไม่ได้ แยกตัวเองออกจากคนอื่น เงียบขรึม เรียบร้อยอยู่ในโอวาท ไม่ก้าวร้าว ไม่ชอบการแข่งขัน ส่วน

เด็กที่บิดามารดาอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งหรือปล่อยปละละเลย จะเป็นเด็กที่มีความก้าวร้าว เจ้าคิดเจ้าแค้น ชอบพูดปด ไม่ชอบสังคม มีความคับข้องใจ ปรับตัวไม่ดี ขาดกลัว ไม่มีความมั่นคงทางจิตใจ อยากได้รับความรักจากคนอื่น ไม่เคยเรียนรู้ที่จะรักใคร ไม่ไว้วางใจใคร ไม่ต้องการทำอะไรตามกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่ได้วางไว้ วุ่นวายทางอารมณ์อย่างสูง ต่อต้านสังคมก้าวร้าว ฉุนเฉียว โกรธง่าย ขาดเหตุผล มีความวิตกกังวลอย่างสูง ดังนั้น ความสัมพันธ์ในครอบครัวหรือบรรยากาศภายในครอบครัวมีอิทธิพลต่อเด็กมาก ถ้าครอบครัวมีความอบอุ่น รักใคร่ ปองคองกันดี ไม่มีความขัดแย้งภายในครอบครัว ครอบครัวสนใจเอาใจใส่เด็กดี ก็จะส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการและบุคลิกภาพที่เหมาะสม มีความมั่นใจกล้าเผชิญกับปัญหาและสามารถแก้ไขปัญหเองได้ในที่สุด ปรับตัวเองได้ และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวทางสังคม

Tropauer(1980:37 อ้างจากอลิสซา ชัยเทียนทอง 2544) พบว่าการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว มีความสำคัญต่อการปรับตัวทั้งต่อมารดาและบุตรที่เจ็บป่วย เพราะครอบครัวจะช่วยประคับประคอง ด้านจิตใจ มีการคิดต่ออย่างเปิดเผยทำให้มารดาปฏิบัติบทบาทได้อย่างเหมาะสม

Wonderman and other (1980:332-342อ้างจาก อลิสซา ชัยเทียนทอง) พบว่า กลุ่มมารดาหลังคลอดที่ได้รับการสนับสนุนจากคู่สมรส และการสนับสนุนจากเครือข่ายสังคมมีผลต่อสุขภาพและการปรับตัวของมารดา ในทางตรงกันข้ามมารดาที่ได้รับการสนับสนุน หรือความช่วยเหลือจากสามีน้อย มารดาจะประสบกับความยุ่งยากในการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาที่มีบุตรคนแรก

Tilden (1985:199 อ้างจาก อลิสซา ชัยเทียนทอง 2544) พบว่า บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างเพียงพอ จะช่วยลดความเครียด สามารถปรับตัวได้เหมาะสม

เจียงก่า อินทวิชัย (2533:60) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ดังนั้นสรุป ได้ว่าการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวทางสังคม โดยการสนับสนุนทางสังคมมาก จะทำให้การปรับตัวได้มาก ถ้าการสนับสนุนทางสังคมน้อย จะทำให้ระดับการปรับตัวได้น้อย

งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม

Baldwin (1948 : 127 – 136) พบว่า บรรยากาศภายในครอบครัว มีความสำคัญ ต่อแบบแผนพัฒนาการของเด็ก การที่เด็กปรับตัวได้ดีในการปกครองแบบประชาธิปไตย อาจเนื่องมาจากความสัมพันธ์ภายในบ้าน มีความอบอุ่น มีอิสรภาพ มีการสนทนากันระหว่างพ่อแม่ลูก ทำให้เด็กมีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ดีกว่าเด็กที่ถูกพ่อแม่ควบคุมพฤติกรรม โดยไม่ใช่

การอธิบายหรือการให้เหตุผล ซึ่งจะทำให้เด็กที่มีพ่อแม่แบบเผด็จการนั้น กลายเป็นคนที่ขาดความมั่นคงทางจิตใจ และความเป็นตัวของตัวเอง

Landis (1955 : 105 – 106) ได้ศึกษาการปรับตัวของวัยรุ่น ซึ่งมาจากครอบครัวที่พ่อแม่ปกครองแบบประชาธิปไตย และแบบเข้มงวด พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวพ่อแม่ปกครองแบบประชาธิปไตย ปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่ปกครองแบบเข้มงวด หรือมีอำนาจเหนือบุตร เด็กที่ได้รับการปกครองแบบนี้จะมีความวิตกกังวล มีความเคร่งเครียดทางจิตใจ เพราะต้องคอยหวาดระแวงว่าจะทำตามไม่ได้ อันเป็นลักษณะหนึ่งที่ทำให้เกิดการปรับตัวไม่ได้ดี

Kaplan (1959 : 56) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของเด็ก พบว่า พวกที่ปรับตัวได้ดี คือพวกที่มีความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีเหตุผลที่เหมาะสมกับอายุ ส่วนพวกที่ปรับตัวไม่ได้ปานกลาง คือ พวกที่ไม่มีความสุขเท่าที่ควร มีความยุ่งยากในการที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่นและต่อสู้บางอย่าง และพวกที่ปรับตัวไม่ได้อย่างรุนแรงคือ พวกที่มีปัญหาการปรับตัวอย่างรุนแรง และต้องการความช่วยเหลือและยังคงกล่าวอีกว่า เด็กหญิงมีปัญหาความคับข้องใจและการปรับตัวมากกว่าเด็กชาย เนื่องจากเด็กหญิงได้รับการปกป้องมาก มีอิสระน้อยกว่า ต้องการทำตามความต้องการของพ่อแม่อย่างใกล้ชิด และนอกจากนี้ยังมีความขัดแย้งอยู่ภายในมาก ขี้อาย จะเก็บกอดความวิตกกังวลและความก้าวร้าวไว้จึงทำให้เกิดความคับข้องใจได้ ส่วนเด็กชายนั้น มีอิสระในการที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ หรือการแสดงออกทางอารมณ์มากกว่า และแสดงความก้าวร้าวออกมาได้มาก ได้รับคำสอน คำแนะนำ และการจูงใจจากผู้ใหญ่น้อยกว่า ดังจะเห็นได้ว่า มีข้อมูลของคนไข้ที่รักษาอยู่ในโรงพยาบาลจิตเวช มีผู้หญิงเข้ารับการรักษามากกว่าผู้ชาย ทั้งนี้เพราะปัญหาต่าง ๆ ของผู้หญิงที่ถูกเก็บกดไว้จะเพิ่มความกังวลขึ้น จนแสดงออกมาในด้านการปรับตัวไม่ได้

Thompson (1969 : 3499) ได้ศึกษาความสามารถในการแสดงบทบาทและการปรับตัวทางสังคมของเด็ก โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กชายอายุ 7 – 12 ปี โดยแยกเป็นสามกลุ่มตามระดับของสังคมของเด็ก จากการศึกษาพบว่าเด็กที่มีอายุน้อยกว่าสามารถแสดงบทบาทได้ดีกว่าเด็กที่มีอายุน้อยกว่า และเด็กที่สามารถแสดงบทบาทได้ดี เป็นเด็กที่มีการปรับตัวทางสังคมที่ดีกว่าเด็กที่แสดงบทบาทไม่ได้ดี

Gronlund (1957 : 175) ได้ศึกษาพบว่า เด็กที่ประสบปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสภาพแวดล้อม มีปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความขัดแย้งในกลุ่ม เป็นเหตุให้การเรียนไม่มีประสิทธิภาพ เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์และไม่มีความสุข มีนักเรียนที่ต้องลาออกจากโรงเรียนก่อนสำเร็จ อันเนื่องมาจากการปรับตัวให้เข้ากับสังคมไม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Ulman ที่พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ที่ออกจากโรงเรียนกลางคันประสบปัญหาการปรับตัวทางสังคมและถูกเพื่อนชิงชัง

Rogers (1962 : 148) ได้กล่าวถึงเด็กวัยรุ่นชายที่ไม่สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้ดีนั้นจะ

มีพฤติกรรมที่ไม่เป็นมิตร เป็นนักร้องโตะชอบทะเลาะวิวาท คุยโม้โอ้อวด และเห็นแก่ตัว ส่วนเด็กวัยรุ่นหญิงที่ไม่สามารถปรับตัวได้ จะมีพฤติกรรมแยกตัวออกจากสังคม ขาดความสนใจในสิ่งรอบข้าง ชอบฝันกลางวัน และไม่กล้าแสดงออก

Shery (1965 : 54 อ้างจาก รัตนา ยัญทิพย์ 2532) ได้ศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับความรักจะมีความรู้สึกรอบอุ่น ปลอดภัยทำให้มีความเชื่อมั่นในตัวเอง ตรงกันข้ามกับเด็กที่ขาดความรัก ซึ่งจะไม่สามารถปรับตัวในสังคมได้ และการที่เด็กขาดพ่อหรือแม่ ในช่วงวัยตอนต้นของชีวิต และวัยรุ่นก็มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของเด็กเช่นกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ครายตัน (Drayton 1978 : 7223) ได้ศึกษาถึงผลของการขาดพ่อในครอบครัว ซึ่งมีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่นหญิงสาว โดยศึกษาจากผู้กระทำความผิดต่าง ๆ ซึ่งถูกศาลส่งตัวมาคุกกันไว้ ได้พบว่าการที่เด็กขาดพ่อในระยะเริ่มต้นของชีวิต มีผลต่อการปรับตัวทางสังคม ในระดับต่ำกว่าการขาดพ่อในขณะที่เด็กเป็นวัยรุ่น นอกจากนี้ยังพบว่าความสัมพันธ์ในครอบครัวมีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของอย่างมีนัยสำคัญ แต่หญิงมีแนวโน้มในการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่าชาย และชายมีแนวโน้มในการต่อต้านสังคมมากกว่าหญิง

Onoda (1975 : 7226 A) ได้ศึกษาพบว่า เด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบควบคุมตัวเองได้ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครู ส่วนคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ เป็นคนขี้เกียจ มีความสัมพันธ์กับคนอื่นไม่ดี มีความสับสนวุ่นวายใจ

วรพุดิ จรัสตระกูล (2514 : 47) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่น ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 , 4 ,5 สายสามัญและสายอาชีพ พบว่า ปัญหาทั่ว ๆ ไป ของนักเรียนทั้งสองสาย ประสบมากที่สุด คือ การปรับตัวให้เข้ากับงานของโรงเรียน ปัญหารองลงมาคือ ปัญหาสุขภาพ และปัญหากิจกรรมทางสังคม

สมคิด บุญเรือง (2515 : 14 - 42) ศึกษาเกี่ยวกับความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนชั้น มศ. 3 ในจังหวัดชลบุรี พบว่า เพศหญิงและเพศชายมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 80 - 85) ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลา พบว่านักเรียนมี ปัญหาในด้านการปรับตัวกับเพื่อนและครูมาก

บังอร ชูพงศ์ (2523 : 59-61) ได้ศึกษาพบว่า การปรับตัวกับเพื่อน กับสภาพภายใน ครอบครัวกับครูพบว่า นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มีสภาพปัญหาในการปรับตัวกับเพื่อน สภาพภายในครอบครัวและครู แตกต่างจากนักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงและปานกลาง

นิยม ศรีโสภา และคณะ (2510 : 50) จำแนกปัญหาทางพฤติกรรมออกเป็นปัญหาที่มาจาก ตัวเด็กเอง ได้แก่ สุขภาพ การคบเพื่อน จากที่บ้าน ได้แก่ ความลำเอียงของพ่อแม่ ความแตกแยก

และการเงินของครอบครัว ปัญหาที่มาจากทางโรงเรียนได้แก่ ความประพฤติน่าติ ชอบทำผิดวินัยของโรงเรียน ฝ่าฝืนกฎข้อบังคับของโรงเรียน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 194 – 196) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบที่มีอิทธิพล ต่อสุขภาพจิตของนักเรียนว่าประกอบด้วย

1. องค์ประกอบส่วนบุคคลของนักเรียน ได้แก่สภาพร่างกายและพัฒนาการ ระดับเซาว์ปัญญา สัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ความสนใจ เพศ ฐานะทางสังคม และเศรษฐกิจ ฯลฯ องค์ประกอบต่าง ๆ เหล่านี้ ล้วนมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน

2. ความแตกต่างระหว่างนักเรียนแต่ละคน ฉ้านักเรียนในชั้นเรียนมีความแตกต่างกันมาก ย่อมก่อให้เกิดปัญหาแก่ครูในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และการสนองตอบความต้องการให้ทั่วถึงแก่เด็กทุกคน ฯลฯ หากครูไม่สามารถที่จะจัดประสบการณ์การเรียนการสอนที่มีความหมายให้แก่เด็กทั่วทุกคนได้ ปัญหาต่าง ๆ อาจเกิดขึ้นตามมา เช่น ปัญหาของการแข่งขันเพื่อเอาชนะ ฯลฯ หากปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้น โอกาสที่จะกระทบกระเทือนจิตใจของนักเรียนบางคนก็อาจเกิดขึ้น เช่น อาจจะทำให้นักเรียนบางคนเกิดความคับข้องใจ วิตกกังวล ถอยหนี หรือแม้กระทั่งมีพฤติกรรมก้าวร้าว ฯลฯ พฤติกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ ล้วนมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน

3. จำนวนนักเรียนในชั้นเรียน จำนวนนักเรียนในชั้นเรียนที่มีจำนวนมากเกินไป จะเป็นเหตุให้ครูไม่สามารถดูแลหรือเอาใจใส่นักเรียนได้ทั่วถึง ครูไม่มีโอกาสได้รู้จักเด็ก และให้ความสนใจเพื่อพัฒนาเด็กได้ทั่วทุกคน อีกทั้งนักเรียนบางคนอาจจะไม่เคยได้รับความสนใจจากครูเลย ฯลฯ ดังนั้น จะเห็นว่าหากจำนวนนักเรียนในชั้นเรียนมากเกินไป จะไม่ก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพจิตของนักเรียนและของครู

4. วินัย วินัยเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต การมีวินัยเป็นสิ่งที่ดีงาม และส่งเสริมสุขภาพจิต แต่หากครูใช้วินัยอย่างไม่ถูกต้องกาลเทศะ ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนก็จะเกิดขึ้นตามมา

5. สภาพแวดล้อมในชั้นเรียนและในโรงเรียน ชั้นเรียนใดของโรงเรียนใดมีนักเรียนจำนวนมากเกินควร สถานที่คับแคบแออัด อากาศถ่ายเทไม่สะดวก ฯลฯ ล้วนแล้วแต่มีผลต่อทั้งสุขภาพทางกายและทางจิตของนักเรียนทั้งสิ้น ด้วยเหตุนี้บรรยากาศของชั้นเรียนและของโรงเรียนจึงควรจะเป็นบรรยากาศที่เชิญชวนให้นักเรียนอยากมาโรงเรียน ตลอดทั้งความสนใจ เอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรของครู อาจารย์ ผู้บริหาร โรงเรียน และบุคลากรทุกฝ่ายในโรงเรียนจะมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนทั้งสิ้น

6. ครู ครูเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนโดยตรง ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนที่อาจเกิดจากครู ได้แก่ ครูสอนไม่ดี มีพื้นความรู้ไม่พอ ทำให้นักเรียนประสบความล้มเหลวทางการเรียน

7. สภาพทางบ้าน สภาพทางบ้านมีส่วนที่จะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียน และมีผลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน ปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนที่อาจจะเป็นผลมาจากสภาพทางบ้าน ได้แก่ นักเรียนไม่ได้รับการพัฒนาที่ถูกต้องทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคมและอารมณ์จากทางบ้าน พี่น้องมีจำนวนหลายคน เกิดการแข่งขันกันโดยไม่รู้ตัว บิดามารดาไม่ต้องการให้บุตรเกิดมาครอบครัวยับบรรยากาศที่เต็มไปด้วยอารมณ์ต่าง ๆ มากเกินไป บิดามารดาถนอมเด็กและไม่หัดให้เด็กพึ่งตัวเอง แม้กระทั่งทำการบ้านให้เด็ก บิดามารดาทำงานมากเกินไปจนไม่มีเวลาให้บุตรธิดา บิดามารดาไม่มีความอบอุ่นทางใจให้แก่เด็ก บิดามารดาไม่สนับสนุนบุตรธิดาให้รักเรียนหรือไม่สนับสนุนให้รับและเคารพครู โดยไม่มีสาเหตุ

อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ์ (2532 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาองค์ประกอบ ที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น พบว่านักเรียนวัยรุ่นที่ครอบครัวมีฐานะเศรษฐกิจแตกต่างกันมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกัน นักเรียนวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัวที่สมาชิกภายในครอบครัวแตกต่างกัน มีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกัน การอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของนักเรียน พบว่าวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบได้รับการสนับสนุนและแบบใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความสามารถในการปรับตัว และความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง และสภาพแวดล้อมทางบ้าน มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น

สมศรี บุญอุรุษรักษา (2539 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนเครือคาทอลิก พบว่า สภาพแวดล้อมในโรงเรียน อ้อมโนทัศน์ และสถานที่ตั้งของโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับการปรับตัว นักเรียนที่อยู่ในสภาพแวดล้อมในโรงเรียนต่างก็มีการปรับตัวแตกต่างกันนักเรียนที่มีอ้อมโนทัศน์ต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน นักเรียนที่มีภูมิหลังของครอบครัวต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน และนักเรียนที่อยู่ในโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในกรุงเทพมหานครและ โรงเรียนที่ตั้งอยู่ต่างจังหวัดมีการปรับตัวแตกต่างกัน

จิราภรณ์ ไชยรัตน์ (2539 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เขตคลองเตย สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่มีสภาพครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่แตกต่างกัน มีการปรับตัวทางอารมณ์แตกต่างกัน

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 81) ได้เปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา ผลการศึกษาพบว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวกับเพื่อน และด้านการปรับตัวกับสภาพภายในครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนในด้านการปรับตัวกับบรรยากาศด้านการเรียนการสอน และในด้านการปรับตัวกับครูไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จิระ จิงเจริญศิลป์ (2523 : 42 -52) ได้ศึกษาคำนิยมในการคบเพื่อนต่างเพศของเด็กวัยรุ่นในแหล่งเสื่อมโทรมคลองเตย อายุ 15-19 ปี จำนวน 226 คน พบว่า เด็กวัยรุ่นชายรู้สึกเสรีในการปฏิบัติตนในการคบเพื่อนต่างเพศมากกว่าเด็กวัยรุ่นหญิง เด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวไม่รู้รู้สึกเสรีในการปฏิบัติตนในการคบเพื่อนต่างเพศมากกว่าเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวดี

กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ (2526 : 57 -58) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัวของนักเรียนชั้น ม.ศ. 1 - ม.ศ. 5 สังกัดกรมสามัญศึกษา พบว่า วัยรุ่นหญิงมีสัมพันธภาพในครอบครัวสูงกว่าวัยรุ่นชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่วัยรุ่นหญิงมีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

นิลวรรณ ศิริอังกูล (2535 : 110) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนในชุมชนแออัดเขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร พบว่า สุขภาพจิตของนักเรียนชายและหญิงไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่าสุขภาพจิตด้านการปรับตัวทางอารมณ์และความสามารถในการดำเนินชีวิตของนักเรียนชายและหญิงแตกต่างกัน โดยนักเรียนชายมีการปรับตัวทางอารมณ์ดีกว่านักเรียนหญิง และนักเรียนหญิงมีความรับผิดชอบควบคุมอารมณ์ การแสดงออกของตนเอง และมีความอดทนมากกว่านักเรียนชาย

ลาวัลย์ ผลสมภพ (2527 : 25 -28) พบว่า มีปัญหาการปรับตัวเกี่ยวกับตนเองพบมากที่สุดเป็นเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์ เช่น วิตกกังวล ไม่มั่นใจ กลัวทำผิด

อัมพร โอตระกูล (2521 : 144-155) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวที่มีผลต่อสุขภาพจิตพบว่า ผู้มีปัญหาการปรับตัวมักมาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำเสียเป็นส่วนใหญ่ จากผลงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า เด็กจะปรับตัวอยู่ในสังคมได้ดีขึ้นอยู่กับสภาพชีวิตภายในบ้าน และบรรยากาศการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา ถ้าวามสัมพันธ์ภายในบ้านมีความอบอุ่น มีอิสรภาพมีความผูกพันในครอบครัว เด็กก็สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ดีกว่าเด็กที่ถูกบิดามารดาควบคุมพฤติกรรมโดยไม่ใช้การอธิบายหรือการใช้เหตุผล เด็กที่มีการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกันจะมีปัญหาการปรับตัวแตกต่างกัน นอกจากการอบรมเลี้ยงดูที่มีผล ต่อการปรับตัวของเด็กแล้ว อิทธิพลของ อายุ เพศ สุขภาพจิต การสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของเด็กอีกทางหนึ่งด้วย เนื่องจากเด็กเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ถ้าไม่สามารถปรับตัวทางสังคมได้อย่างเหมาะสม หรือได้รับการอบรมเลี้ยงดูและการสนับสนุนทางสังคมไม่เพียงพอ อาจก่อให้เกิดปัญหาขึ้นได้ ทั้งปัญหาส่วนตัวและปัญหาสังคมรอบข้างต่อไปได้

จากการทบทวนแนวคิดทฤษฎีดังกล่าว ผู้วิจัยได้เข้ามาเป็นแนวทางในการกำหนดตัวแปรต้นและตัวแปรตาม เป็นกรอบในการศึกษาดังนี้

