

การศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก

A STUDY OF SELF-IDENTITY OF BROKEN HOME ADOLESCENTS

พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ, นันทนา วงษ์อินทร์, มณฑิรา จารุเพ็ง
Pimchanok Klinsutto, Nanthana Wong-In, Monthira Jarupeng

สาขาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
Guidance and Counseling Psychology, Faculty of Education, Srinakharinwirot University.

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก โดยการศึกษารายกรณี กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยกที่ศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาภาค สภาภาคไทย จำนวน 5 คน ที่ครอบครัวแตกแยก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ แบบทดสอบ อัตชีวประวัติ บันทึกประจำวัน สังคมมิติ แบบสอบถาม และการเยี่ยมบ้าน การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ แปลความหมาย และสรุปผล ผลการศึกษาลักษณะใน 5 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านความเป็นตัวของตัวเองพบว่า วัยรุ่นในบางครั้งขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกกังวลที่จะต้องตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออก อีกทั้งไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนไม่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และผู้อื่น 2) ด้านการรู้จักตนเองพบว่า วัยรุ่นรู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกสับสนต่อตนเอง และวิถีทางดำเนินชีวิต อีกทั้งไม่รู้ตัวตนเอง ทัศนคติ 3) ด้านวุฒิทางอารมณ์พบว่า วัยรุ่นเมื่อมีอารมณ์โกรธ โมโห หรือไม่พอใจจะมีการแสดงทางอารมณ์ด้วยคำพูด และท่าทางที่ไม่เหมาะสม 4) ด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิตพบว่า วัยรุ่นขาดการวางแผนการเรียน การวางแผนอาชีพ และการวางแผนชีวิต เพราะยังขาดข้อมูล คำแนะนำ และผู้ที่ให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและถูกต้อง 5) ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลพบว่า วัยรุ่นมีการเลือกคบเพื่อนเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ จะช่วยเหลือเฉพาะเพื่อนที่อยู่ในกลุ่มของตนเอง ไม่ค่อยยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เมื่อมีปัญหาจะมีความรู้สึกไม่กล้าที่จะปรึกษากับคนในครอบครัวของตนเอง ขาดปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว และกับผู้อื่น

คำสำคัญ: อัตลักษณ์แห่งตน

Abstract

The purposes of this research were to study the self-identity of broken home adolescents. The samples were five adolescents at the KM Drugs Abuse Institute in Red Cross Volunteers Bureau of Thai Red Cross Society. The research instruments and case study techniques used for gathering data were observation, interview, questionnaire, autobiography, diary, sociometry, testing, and home visit. The collected data were analyzed, synthesized, interpreted, and concluded. The results of this study were as follows.

1) The Self-acceptance: broken home adolescents lack of confidence, hesitate to make decision, unassertive and irresponsibility to give one's opinion. 2) The Self-awareness: broken home adolescents were self-confusion lack of self-understanding, unpurposion of life and lack of aptitude. 3) The Emotional Intelligence: broken home adolescents shown inappropriate words and action when they were angry. 4) The Goal Setting: broken home adolescents are unplanning in education; career and life because of lose information, suggestion and best instruction. 5) The Interpersonal Relationship: broken home adolescents had their own peer group, don't get one's opinion. If they had any problems, they won't consult their families, lack of interaction with their families and the others.

Keywords: A Study of Self-identity

บทนำ

วัยรุ่นเป็นช่วงของวัยเด็กที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายไปในทางที่แสดงให้เห็นชัดว่าเป็นชายหนุ่มและหญิงสาว เป็นวัยที่สมองเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ มีพัฒนาการทางธรรมชาติและสังคม วัยนี้จะสิ้นสุดลงก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นบรรลุสติภาวะมีความสามารถพอที่จะดำรงชีวิตอย่างอิสระ ไม่ต้องตกอยู่ภายใต้การดูแลคุ้มครองของบิดามารดาหรือผู้ปกครอง สามารถรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง และมีพฤติกรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม [1] เด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชายโดยจะเข้าสู่ช่วงอายุวัยรุ่นตอนต้นระหว่าง 13-15 ปี และเด็กชายจะอยู่ในช่วงระหว่างประมาณ 15-17 ปี [2] ในช่วงวัยรุ่นระยะต้นนี้ เป็นวัยที่ต้องการความรักความใกล้ชิดและความสนใจจากพ่อแม่เป็นอย่างมากในช่วงอายุนี้ปัญหาตามวัยส่วนใหญ่ที่วัยรุ่นนี้จะต้องเผชิญคือปัญหาการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นวัยที่ต้องการความรักความเข้าใจ และต้องการคำปรึกษาจากพ่อแม่ [1]

ครอบครัวเป็นหน่วยย่อยในสังคมที่สำคัญที่สุด เพราะเป็นสถาบันที่ทำหน้าที่ผลิตสมาชิกให้กับสังคมและเป็นสถาบันหลักสถาบันแรกที่จะทำหน้าที่ขัดเกลาเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับสมาชิกใหม่ของสังคมเหล่านั้นออกไปเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพในสังคม [3] และเป็นทีที่ตระหนักยอมรับกัน

โดยทั่วไปว่าครอบครัวเป็นหน่วยที่มีความสำคัญมาก เพราะบุคคลจะมีบุคลิกภาพที่ปกติสมบูรณ์ ใช้ชีวิตอย่างมีความสุข สามารถปรับตัวได้ดีและใช้ศักยภาพได้อย่างเต็มที่ เป็นประโยชน์ต่อสังคมจะต้องมีพื้นฐานมาจากครอบครัวที่ดี และมีความมั่นคง บุคคลไม่สามารถพัฒนาไปได้ดีและใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้ ถ้าปราศจากครอบครัวที่ดี [4] สถานการณ์ปัจจุบันมีผลกระทบต่อชีวิตครอบครัวในลักษณะก่อนทำลายมากกว่าในทางส่งเสริม และนับวันทวีความรุนแรงมากขึ้น ครอบครัวที่มีความอ่อนแอและต้องเผชิญกับปัญหาและภาวะวิกฤตเนื่องมาจากสาเหตุสำคัญ คือการที่พ่อแม่ขาดความพร้อมในด้านต่างๆ ประกอบกับสภาพเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อครอบครัว ทำให้ครอบครัวไม่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ [5] เมื่อความขัดแย้งในครอบครัวรุนแรงถึงจุดสูงสุดจนส่งผลเสียหายต่อสัมพันธภาพของทุกคนในครอบครัว ก็จะทำให้เกิดความแตกแยกขึ้นมาในรูปแบบของการหย่าร้างหรือแยกกันอยู่ [6]

สภาพครอบครัวแตกแยกมีหลายลักษณะคือการที่สามี ภรรยาแยกกัน การหย่าร้าง และการทอดทิ้ง [5] ไม่ว่าบิดามารดาที่ไม่ได้อยู่ด้วยกันจะเป็นด้วยการหย่าร้าง การตาย หรือการทอดทิ้งหรือแยกกันอยู่ก็ตาม ก็เป็นผลให้วัยรุ่นขาดความเอาใจใส่ดูแล และไม่ได้รับความรัก ความอบอุ่น

ความเห็นอกเห็นใจ เท่ากับการที่มีบิดามารดาอยู่ร่วมกัน อาจทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกที่ไม่มั่นคง รู้สึกว่าทอดทิ้งให้โดดเดี่ยวขาดผู้ที่จะเป็นแบบอย่าง วัยรุ่นย่อมมีโอกาสประพฤติสิ่งที่ไม่ถูกต้องได้ง่าย [7] ส่วนนราภรณ์ เฑชะสุวรรณ ใต้กล่าวถึงว่าครอบครัวแตกแยกมักจะส่งผลต่อวัยรุ่นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทางด้านร่างกายมีผลต่อพัฒนาการที่จะหยุดชะงักกัน ส่วนด้านจิตใจสร้างความสลดหดหู่ขาดความอบอุ่น [8]

Erikson, E.H. กล่าวว่า อัตลักษณ์แห่งตนเป็นความสามารถของบุคคลช่วงวัยรุ่นในการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในตน ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลกับลักษณะภายนอกคือประสบการณ์จากสังคมรอบด้าน แล้วสามารถประเมินหรือตัดสินใจด้วยตนเองได้ว่าตนเองนั้นคือใคร มีความสามารถอะไร ควรจะมีความเชื่อและดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด ซึ่งลักษณะดังกล่าวมีความเป็นลักษณะเฉพาะตัว และลักษณะที่เหมือนกับบุคคลอื่นผสมผสานกลมกลืนอยู่ [9]

พัฒนาการของมนุษย์ในช่วงวัย 12-18 ปีเป็นช่วงวัยที่สามารถหาอัตลักษณ์ของตนเองได้ (Identity) และมีลักษณะของความปรารถนาที่จะเป็นเหมือนผู้หนึ่งผู้ใดในสังคม ซึ่งขบวนการของการเลือกคุณลักษณะบางอย่างของผู้อื่นมาใช้เป็นลักษณะของตนเอง และส่วนใหญ่ตัวแบบคือ พ่อแม่ [2] อีกทั้ง ลักษณะ ประถมวงศ์ กล่าวว่าในการที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถพัฒนาตนเองให้ค้นพบอัตลักษณ์แห่งตน มีพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมที่ดีนั้น จำเป็นที่วัยรุ่นต้องได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ได้รับความรัก ความอบอุ่นอบรมเลี้ยงดูในแบบที่เหมาะสม [10]

ช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นช่วงวัยของการพัฒนาอัตลักษณ์ (Self Identity) หากวัยรุ่นพัฒนาผ่านขั้นตอนของชีวิตช่วงนี้ได้สำเร็จ เขาจะมีความมั่นคงในตนเอง ทั้งบทบาท การกระทำและพร้อมที่จะก้าวขึ้นไปสู่พัฒนาการบุคลิกภาพในขั้นต่อไป แต่ถ้า

พัฒนาการขั้นนี้ไม่เกิดขึ้นหรือเกิดขึ้นไม่สมบูรณ์ วัยรุ่นก็就会有ความสับสนในตนเอง เต็มไปด้วยความไม่แน่ใจในตนเอง รู้จักชีวิตอย่างตื้นๆ ซึ่งนำไปสู่บุคลิกภาพที่เป็นปัญหาในขั้นตอนต่อไป [11]

ปรีชา ธรรมา ได้เสนอแนวความคิดสถานภาพด้านอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่น ซึ่งในสถานภาพระดับ 4 (identity achievement) ที่ถือว่าบรรลุวุฒิภาวะด้านอัตลักษณ์แห่งตนคือ การมีความเป็นตัวของตัวเอง การมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่มั่นคง การรู้จักตนเอง การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และการตั้งเป้าหมายในชีวิต [12] ผู้วิจัยจึงได้นำกรอบแนวคิดอัตลักษณ์แห่งตนที่มีโครงสร้างด้านสถานภาพตามแนวคิดของมาร์เซียมาเป็นกรอบแนวความคิด

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้เข้าไปศึกษาและสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาภาค สภาภาคไทยพบว่า วัยรุ่นกลุ่มนี้เป็นนักเรียนชายหญิงที่มีอายุประมาณ 12-15 ปี ที่ทางโรงเรียนเห็นว่าจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยงที่จะมีปัญหาดังต่อไปนี้คือ ปัญหาขาดเรียน ปัญหาการก้าวร้าว และปัญหาครอบครัว แล้วได้ส่งนักเรียนมาที่ศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาภาค สภาภาคไทย ผู้วิจัยได้ศึกษาประวัติของนักเรียนและได้พบว่า วัยรุ่นกลุ่มนี้มีจำนวนหนึ่งที่มาจากครอบครัวที่แตกแยกด้วยสาเหตุที่แตกต่างกันออกไป วัยรุ่นที่ศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาภาค สภาภาคไทยที่มาจากครอบครัวที่แตกแยก หรือมีปัญหาครอบครัวนั้นวัยรุ่นจะมีอัตลักษณ์ที่แสดงออกไม่เหมาะสมคือก้าวร้าว เรียกร้องความสนใจ อีกทั้งวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะกันให้เห็น วัยรุ่นก็จะนำพฤติกรรมที่เห็นนั้นมาเลียนแบบ และจากการสัมภาษณ์ครู เจ้าหน้าที่ และการนำวัยรุ่นกลุ่มนี้มาสัมภาษณ์ตามแนวทางการสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นมาก็ทำให้ทราบว่าวัยรุ่นกลุ่มนี้ไม่มีอัตลักษณ์แห่งตนที่เป็นไปตามสถานภาพของอัตลักษณ์แห่งตน

ในสถานภาพระดับ 4 (identity achievement) ที่ถือว่าบรรลุวุฒิภาวะด้านอัตลักษณ์ตามแนวคิดของมาร์เซย์

ผู้วิจัยจึงประสงค์จะศึกษาถึงอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก โดยใช้วิธีการศึกษาบุคคลเป็นรายกรณี (Case Study)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยกของวัยรุ่นที่ศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาภาษา สภาภาษาชาวไทยที่ครอบครัวแตกแยก โดยการศึกษารายกรณี

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยนี้ เป็นวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก ที่ศูนย์ค้นหาสมรรถนะการคิด สำนักงานอาสาภาษา สภาภาษาชาวไทย โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกดังนี้

1. เป็นวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก เป็นครอบครัวที่บิดามารดาได้แยกกันอยู่ หย่าร้าง ไม่อยู่ด้วยกัน

2. เป็นวัยรุ่นที่มีลักษณะในแต่ละด้านดังต่อไปนี้ ด้านความเป็นตัวของตัวเอง ไม่มีความมั่นใจในตัวเอง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง ด้านการรู้จักตนเอง ไม่ทราบว่าตนเองมีความถนัด หรือชอบสิ่งใด และสามารถทำอะไรได้ดี ด้านวุฒิทางอารมณ์ มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เมื่อมีอารมณ์โกรธ หรือไม่พอใจก็จะแสดงออกด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ ด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิต มีความสับสน และขาดการวางแผนในการเรียน การวางแผนอาชีพ และการวางแผนชีวิต และด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ไม่สามารถทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นได้

3. สมัครใจให้ความร่วมมือในการศึกษารายกรณี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือและเทคนิคที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1. การสังเกต (Observation)
2. การสัมภาษณ์ (Interview)
3. การเยี่ยมบ้าน (Home Visit)
4. อัตชีวประวัติ (Autobiography)
5. บันทึกประจำวัน (Diary)
6. สังคมมิติ (Sociometry)
7. แบบสอบถาม (Questionnaire)
8. แบบทดสอบ (Testing)
9. ระเบียบสะสม (Cumulative Record)

ผลการวิจัย

1. ด้านความเป็นตัวของตัวเองพบว่าวัยรุ่นในบางครั้งขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าคิด และรู้สึกกังวลที่จะต้องตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออก อีกทั้งไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนไม่มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

2. ด้านการรู้จักตนเองพบว่า วัยรุ่นรู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกสับสนต่อตนเอง และวิธีทางดำเนินชีวิต อีกทั้งไม่รู้ว่าตนเอง ถนัดสิ่งใด

3. ด้านวุฒิทางอารมณ์พบว่า วัยรุ่นเมื่อมีอารมณ์โกรธ โมโห หรือไม่พอใจจะมีการแสดงทางอารมณ์ด้วยคำพูด และท่าทางที่ไม่เหมาะสม

4. ด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิตพบว่า วัยรุ่นขาดการวางแผนการเรียน การวางแผนอาชีพ และการวางแผนชีวิต เพราะยังขาดข้อมูล คำแนะนำ และผู้ที่ให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและถูกต้อง

5. ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลพบว่า มีการคบเพื่อนเฉพาะกลุ่ม ไม่ค่อยยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เมื่อมีปัญหาจะมีความรู้สึกไม่กล้าที่จะปรึกษากับคนในครอบครัวของตนเอง ขาดปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว และกับผู้อื่น

สรุปและอภิปรายผล

1. ด้านความเป็นตัวของตัวเองพบว่า วัยรุ่นในบางครั้งขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าคิด และรู้สึกกังวลที่จะต้องตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออก อีกทั้งไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนไม่มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น ดังที่ไซมอนด์ [13] คนที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองมักมีแต่ความขาดกลัว ไม่แน่ใจในตนเอง มักใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในทางวาดภาพเอาเอง ในสิ่งที่ตนต้องการหรือปรารถนา และไม่กระทำสิ่งใดตามลำดับขั้นแห่งความเป็นจริง เนื่องจากขาดความรู้ ขาดความกล้าหาญและเกียจคร้าน จนกระทั่งไม่ทำอะไรเลย ซึ่งสอดคล้องกับสมิท [13] ที่กล่าวว่าความเชื่อมั่นในตนเองจะมีในบุคคลมากน้อยเพียงใดนั้น สามารถพิจารณาได้จากความขัดแย้งระหว่างตนตามอัตภาพกับตนตามปณิธาน ถ้าความขัดแย้งเกิดขึ้นมาก จะเป็นเหตุให้ตนรู้สึกว่ามีค่า ไม่เหมาะสม ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดความวิตกกังวล ขาดความอบอุ่นใจ และชอบพึ่งพาผู้อื่นอยู่เสมอ

2. ด้านการรู้จักตนเองพบว่า วัยรุ่นรู้สึกขาดความมั่นคง ไม่สามารถเข้าใจตนเองได้อย่างถ่องแท้ รู้สึกสับสนต่อตนเอง และวิธีทางดำเนินชีวิต อีกทั้งไม่รู้ว่าจะตนเองชอบ หรือถนัดสิ่งใด Marsh, H. พบว่า การรู้จักตนเองมีแนวโน้มและสัมพันธ์กับอายุ โดยเริ่มตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้น จนกระทั่งสู่วัยรุ่นตอนกลาง และค่อยๆ เพิ่มขึ้นไปสู่วัยรุ่นตอนปลายและวัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้นตามลำดับ [14] ฉัตรนภา เอี่ยมก้าแพง ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่มีการรู้จักตนเองในทางลบว่า จะรับรู้ตนเองในทางที่ไม่กระจ่างชัด ซึ่งจะแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ ขาดความมั่นคง ไม่สามารถเข้าใจตนเองได้อย่างถ่องแท้ รู้สึกสับสนต่อตนเองและสับสนต่อวิถีทางดำเนินชีวิต[15]

3. ด้านวุฒิทางอารมณ์พบว่า วัยรุ่นเมื่อมีอารมณ์โกรธ โมโห หรือไม่พอใจจะมีการแสดงทางอารมณ์ด้วยคำพูด และท่าทางที่ไม่เหมาะสม [16] อารมณ์ที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นนั้นมีทุกประเภท ซึ่งมีทั้ง

อารมณ์ที่ดีและอารมณ์ที่ไม่ดี เช่น อารมณ์ร้อน อารมณ์วิตกกังวล อารมณ์อ่อนไหว ซื่อจก ริษยา วุ่นวายใจ เห็นอกเห็นใจ สับสน หงุดหงิด เป็นต้น ซึ่งไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ประเภทใดก็ตาม อารมณ์ของวัยรุ่นมักมีความรุนแรงเปลี่ยนแปลงง่าย บางครั้งพลุ่งพล่านปรึษา เกตุทัต กล่าวว่า วัยรุ่นขาดการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ เมื่อวัยรุ่นมีอารมณ์จะแสดงออกอย่างเปิดเผย เช่น การถกเถียง กระแทกกระทั้น เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม การควบคุมอารมณ์ของวัยรุ่นนี้ขึ้นอยู่กับอายุด้วยคือ ถ้าหากมีอายุมากการควบคุมอารมณ์ก็ยิ่งทำได้มากขึ้น[17] สอดคล้องกับพวงเพ็ญ เจียมปัญญาธิ ที่ได้กล่าวไว้ว่า เด็กวัยรุ่นจะขาดการควบคุมอารมณ์ เมื่อเขามีความรู้สึกเช่นไรก็จะแสดงออกทันทีแต่จะเริ่มควบคุมได้บ้างในช่วงท้ายๆ เนื่องจากไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม [18]

4. ด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิตพบว่า วัยรุ่นขาดการวางแผนเป้าหมายในการเรียน วางแผนอาชีพ และชีวิต เพราะยังขาดข้อมูล คำแนะนำ และผู้ที่ให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและถูกต้อง [19] ช่วงชีวิตของบุคคลที่ดูจะมีความสำคัญยิ่งในการวางแผนก็คือ ช่วงวัยรุ่น เป็นช่วงที่บุคคลกำลังอยู่ในสภาวะที่คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กที่กำลังจะสิ้นสุดลงและความเป็นผู้ใหญ่ที่จะต้องจบการศึกษาและเข้าสู่โลกของงานอาชีพ เยาวชนในระยนี้ต้องเผชิญกับปัญหาหลายด้านและที่สำคัญที่สุดคือ จะจัดการอย่างไรกับชีวิตเมื่อจบการศึกษาลง ถ้าปราศจากการเตรียมตัวในการวางแผนเข้าสู่อาชีพอย่างดีและรัดกุม ชนากร ศรีชาพันธ์ กล่าวว่าผู้ที่ได้รับการฝึกเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายจะมีโอกาสประสบความสำเร็จมากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการฝึกตั้งเป้าหมาย เนื่องจากเป้าหมายจะทำให้บุคคลมีแนวทางในการกระทำพฤติกรรมอย่างเหมาะสม ตามความรู้ความสามารถ และความต้องการของตนเอง [20] สอดคล้องกับสมบุญวัลย์ สัตยารักษ์วิทย์ ได้กล่าวว่า เป้าหมายในชีวิตคือ แนวทางความสำเร็จของชีวิต

ซึ่งเราทุกคนควรกำหนดเป้าหมายของชีวิตหรือกำหนดความสำเร็จของชีวิตเพื่อให้เกิดความพอใจและความสุข เมื่อชีวิตเป็นไปตามเป้าหมายหรือเป็นไปตามที่กำหนดไว้ว่าเป็นความสำเร็จ และเป็นแนวทางให้เราได้ประพฤติปฏิบัติตนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายหรือความสำเร็จที่เราได้กำหนดไว้ หากเราไม่ได้ตั้งเป้าหมายหรือความสำเร็จของชีวิตว่าคืออะไร เราก็เหมือนคนที่หลงทาง ไม่รู้ว่าจะไปทางใด ประพฤติปฏิบัติตนไปวันๆอย่างไรจุดหมายทำให้หลายคนประพฤติปฏิบัติตนออกนอกกลุ่มนอกทาง ทำผิดกฎหมาย เรียนไม่สำเร็จ ไม่ได้ประกอบอาชีพ ทำให้เกิดความทุกข์ทั้งกับตนเองและครอบครัว และส่งผลถึงสังคมด้วย [21]

5. ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลพบว่าการคบเพื่อนเฉพาะกลุ่ม ไม่ค่อยยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เมื่อมีปัญหาจะมีความรู้สึกไม่กล้าที่จะปรึกษากับในครอบครัวของตนเอง ขาดปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว และกับผู้อื่น สุขุม จันทน์เอม ได้กล่าวถึงเรื่องการคบเพื่อนต่างเพศของเด็กวัยรุ่นไว้ว่า โดยทั่วไปชายหญิงจะเริ่มคบหากันตั้งแต่อยู่ในวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่เริ่มสนใจเพศตรงข้าม ในวัยรุ่นตอนต้นเด็กผู้ชายกับเด็กผู้หญิงมักจะแยกกันเล่น แต่ก็เริ่มมีความสนใจซึ่งกันและกันแต่ไม่กล้าเปิดเผย มีความพอใจที่จะอยู่กลุ่มเพศเดียวกัน และมักจะทำตามกลุ่ม ดังนั้นการอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกันจะพัฒนาไปสู่กลุ่มเพื่อนต่างเพศอย่างค่อยเป็นค่อยไป [22] ซึ่งสอดคล้องกับวันเพ็ญบุญประกอบ ได้กล่าวว่าวัยรุ่นจะเลือกคบเพื่อนด้วยความพอใจมากกว่า การใช้เหตุผลและต้องการเลือกคบเพื่อนด้วยตนเอง เมื่อผู้ปกครองเข้ามาจัดการหรือแนะนำให้เลือกใครคนใดคนหนึ่งมาเป็นเพื่อนก็จะเกิดความรู้สึกต่อต้านขึ้น การที่วัยรุ่นคบเพื่อนที่ไม่ดีอาจเป็นเพราะเขาขาดความมั่นใจขาดคนเห็นอกเห็นใจ เมื่อเพื่อให้ความสนใจให้มีความสุขสนทน และช่วยแก้ปัญหาบางอย่างทางอารมณ์ให้ได้ ก็นี้ก็ชอบและคบกันได้ ในระยะวัยรุ่น

ตอนต้น เด็กชอบมีเพื่อนจำนวนมากๆแต่เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางจะรู้ว่าเพื่อนที่ดีมีความสำคัญกว่าจำนวนของเพื่อน [23] พวงเพชร บุญธรรมมาได้กล่าวถึงสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นบทบาทส่วนหนึ่งของสมาชิกในครอบครัวที่ได้มีการปฏิสัมพันธ์กันหลายๆ ด้าน เพื่อให้เกิดความสนใจ รู้จักค่านิยม ความเชื่อถือ ตลอดจนบุคลิกภาพของกันและกัน สร้างความสัมพันธ์และทัศนคติต่อกัน [24]

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะสำหรับตัววัยรุ่น

- 1.1 ควรสร้างความเข้าใจและความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ปกครอง สมาชิกในครอบครัว
- 1.2 ควรมีการวางแผน จัดแบ่งเวลาในการเรียนให้เหมาะสมรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และควรมีเป้าหมายในชีวิตเพื่อเป็นแรงจูงใจต่อไป
- 1.3 เมื่อมีปัญหาอุปสรรคควรมีการปรึกษาครู ผู้ปกครอง หรือสมาชิกในครอบครัว
- 1.4 ควรรู้จักเลือกคบเพื่อนที่ดี รู้จักการปฏิเสธเมื่อเพื่อนชวนไปทำสิ่งที่ไม่เหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปกครอง

- 2.1 ควรแบ่งเวลาในการแนะนำลูกเกี่ยวกับการคบเพื่อน และให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ
- 2.2 ควรมีเวลาในการพูดคุย สร้างความเข้าใจ สร้างบรรยากาศความสัมพันธ์ที่ดีกับลูกอย่างสม่ำเสมอ

3. ข้อเสนอแนะสำหรับครู โรงเรียน

- 3.1 ควรมีการติดต่อสื่อสารกับผู้ปกครอง มีการเยี่ยมบ้าน และประชุมผู้ปกครองอย่างต่อเนื่อง เพื่อจะได้ทราบพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และสามารถร่วมกันแก้ไขปัญหาได้ทัน่วงที
- 3.2 มีการสนับสนุนกิจกรรมที่สร้างสรรค์ให้กับนักเรียน ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนได้ค้นพบความถนัด ความสนใจของตนเอง

4. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

4.1 การวิจัยครั้งต่อไปควรทำการวิจัยในสถาบันอื่น ที่มีความหลากหลายในลักษณะของสถานศึกษา เช่น ระดับประถมศึกษา ระดับอาชีวศึกษา แล้วนำผลการศึกษามาเปรียบเทียบความแตกต่างของนักเรียน อันจะนำไปสู่การให้ความช่วยเหลือ ป้องกัน และแก้ไข ให้เหมาะสมแก่นักเรียนแต่ละกลุ่ม

4.2 ผู้ที่จะทำวิจัยครั้งต่อไปควรเป็นครูที่ปรึกษา หรือครูแนะแนวที่ปฏิบัติการสอนอยู่ในสถานบันนั้นๆ เพื่อความสะดวกในการดูแล ติดตามผล และให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนได้อย่างต่อเนื่อง

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญาานิพนธ์ฉบับนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เอกสารอ้างอิง

- [1] โสภาก ขปิลมพันธ์. (2542, ตุลาคม). วัยรุ่น: วัยจับ. *ราชบัณฑิตยสถาน*. 25: 109.
- [2] พรพิมล เจียมนาครินทร์. (2539). *พัฒนาการวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ต้นอ้อ แกรมมี.
- [3] ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา. (2540). การศึกษาด้านความมั่นคงทางด้านครอบครัว กลุ่มแรงงานในภาคอุตสาหกรรมและบริการ ในจังหวัดสมุทรปราการ. ใน *รายงานการวิจัยคณะสังคมและศึกษาศาสตร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.
- [4] อุมพร ตรังสมบัติ. (2540). *จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว*. กรุงเทพฯ: เฟื่องฟ้า พรินติ้ง.
- [5] บุญเสริม หุตะแพทย์. (2547). *ประมวลสารชุดวิชาจิตวิทยาครอบครัวและครอบครัวศึกษา สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช หน่วยที่ 8-11*. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- [6] ประณต คำฉิม. (2549). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- [7] สุชา จันทน์แอม. (2539). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- [8] วราภรณ์ เตชะสุวรรณ. (2541). *การศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวของตัวละครที่มีสภาพครอบครัวแตกแยกในนิทานคำกลอนของสุนทรภู่*. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (ภาษาไทย) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- [9] Erikson, E.H. (1968). *Identity : Youth and crisis*. New York: W.W.Norton.
- [10] ลักษณ์ ประถมวงศ์. (2546). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสลับสนุนเอกลักษณ์แห่งตน และพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ว.ท.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- [11] รัชนี ลาซโรจน์. (2545). *การศึกษาพัฒนาบุคลิกภาพของวัยรุ่น. ในเอกสารชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม*. พิมพ์ครั้งที่ 7. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- [12] ปรีชา ธรรมา. (2548, มกราคม). เอกลักษณ์แห่งตน. ใน *สารานุกรมศึกษาศาสตร์ ฉบับที่ 34*. หน้า 49-63. ม.ป.พ.

- [13] ศิริวรรณ มาลัย. (2549). การเปรียบเทียบความสามารถในการฟัง-การพูดและความเชื่อมั่นในตนเองต่อการใช้อังกฤษของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยวิธีการสอนแบบ T.P.R. (Total Physical Response) ประกอบสื่อในชีวิตประจำวันกับการสอนตามคู่มือครู. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- [14] Marsh,H. (1993). The content specificity of relations between academic Self-Concept and achievement: An extension of Marsh/Shavelson model. n.p.
- [15] ฉัตรนภา เอี่ยมกำแพง. (2544). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่มีต่ออัตมโนทัศน์ด้านสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดศรีสุทธาราม จังหวัดพิษณุโลก. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- [16] ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- [17] ปรียา เกตุทัต. (2538). พัฒนาการทางอารมณ์และสังคมของวัยรุ่น:เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์.
- [18] พวงเพ็ญ เจียมปัญญาธิ. (2522). พัฒนาการทางด้านอารมณ์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- [19] นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2533). คู่มือฝึกอบรมการวางแผนชีวิตและอาชีพ. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย.
- [20] ธนากร ศรีชาพันธ์. (2539). ผลของการตั้งเป้าหมายที่มีต่อความสามารถในการเสิร์ฟเทนนิส. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- [21] สมบุญย์วัลย์ สัตยารักษ์วิทย์. (2550). การพัฒนาตนเองสู่ความสำเร็จ. สืบค้นเมื่อ 30 ธันวาคม 2553, จาก <http://www.dpu.ac.th/artsciences/ge139/office.attach/1180407666.doc>
- [22] สุชา จันท์เอม. (2533). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- [23] วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2533). พัฒนาการของบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: อักษรไทย.
- [24] พวงเพชร บุญยธรรมา. (2547). ผลการใช้กิจกรรมด้านยาเสพติดที่มีต่อทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติดของวัยรุ่นที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกัน. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.