

บทที่ 2



เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันของบิดามารดาต่อบุตร กับการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้วิจัยได้ศึกษาสาระสำคัญและนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

1. ความหมายของการปรับตัว
2. องค์ประกอบของการปรับตัว
3. สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว และปัญหาการปรับตัว
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตนักศึกษา
5. ความหมาย และลักษณะเด่นของความผูกพัน
6. ทฤษฎีความผูกพัน
7. ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตร
8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันของบิดามารดาต่อบุตร

แนวคิดและทฤษฎี

ความหมายของการปรับตัว

ความหมายของการปรับตัวนั้น มีผู้อธิบายและให้คำจำกัดความไว้หลายท่าน ดังนี้ พจนานุกรมพฤติกรรมศาสตร์(Dictionary of Behavioral Science)(23) ได้กำหนดความหมายของการปรับตัวเป็น 2 แนวคือ

1. ความสัมพันธ์ที่สอดคล้องกันกับสภาพแวดล้อมในเรื่องของความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการทั้งทางกายภาพและด้านสังคมที่เกิดขึ้นกับบุคคล
2. ความหลากหลายและการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่จำเป็นเพื่อตอบสนองความจำเป็นและความต้องการ ซึ่งจะทำให้บุคคลสร้างสัมพันธ์อันสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมได้

ส่วน Rogers(24) ได้กล่าวว่า การปรับตัวเป็นการปรับภายในตนเอง โดยให้เกิดความสอดคล้องระหว่างคนและประสบการณ์ ผู้ที่ปรับตัวได้อย่างเต็มที่หรือผู้ที่มีสุขภาพจิตดี คือบุคคลที่เปิดตนเองให้ยอมรับประสบการณ์ทั้งหมดอย่างเต็มที่ โดยทั่วไปประสบการณ์ทั้งหมดที่บุคคลประสบนั้นไม่อยู่ในการรับรู้อย่างรู้ตัวตลอดเวลา แต่สามารถนำมาสู่การรับรู้อย่างรู้ตัวได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่มีการใช้กระบวนการป้องกันตัวใดๆ ไม่มีเงื่อนไขในการให้คุณค่า หรือความหมาย แต่จะมีการยอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองสอดคล้องกับประสบการณ์ พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นไปตามแนวโน้มในการพัฒนาตนเองอย่างสมบูรณ์เต็มที่ตามศักยภาพ(Self-actualization) มีโครงสร้างของคนที่ยึดหยุ่นอยู่ในกระบวนการที่จะรวมประสบการณ์ใหม่เข้ามาผสมผสานในโครงสร้างของตนได้เสมอ และเป็นผู้ที่อยู่ในกระบวนการเปลี่ยนแปลง

Lazarus(25) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวว่ามีจุดเริ่มต้นมาจากการปรับตัวทางชีววิทยา เรียกว่า Adaptation ซึ่งเป็นความคิดพื้นฐานทางทฤษฎีวิวัฒนาการของดาร์วินที่เชื่อว่า สิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมของโลกที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายได้เท่านั้น จึงดำรงชีวิตอยู่ได้ นักจิตวิทยาได้นำเอาความคิดนี้มาใช้แล้วใช้คำว่า Adjustment แทนคำว่า Adaptation

Lazarus ได้สรุปความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัวประกอบด้วยกระบวนการหรือวิธีการทั้งหลายทางจิต ซึ่งมนุษย์ใช้ในการเผชิญข้อเรียกร้อง หรือแรงผลักดันภายนอกและภายใน โดยแรงผลักดันภายนอก หมายถึง แรงผลักดันอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม ส่วนแรงผลักดันภายใน หมายถึง แรงกระตุ้นอันเกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกายและจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต

สำหรับในประเทศไทยนั้น มีผู้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้หลายท่านเช่นเดียวกัน ดังนี้

สุชา จันท์ธอม(26) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า เป็นขบวนการที่บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในสิ่งแวดล้อมของเขาตลอดชีวิต บุคคลทุกคนต้องมีการปรับตัวต้องแก้ปัญหาเพื่อสนองความต้องการทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม

ชูทิศย์ ปานปรีชา(27) อธิบายว่า การปรับตัว เป็นกระบวนการทางจิต ซึ่งคนนำมาใช้เพื่อให้บรรลุถึงความต้องการต่างๆ ของตนเองและสังคม และเข้าได้กับสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่หรือเปลี่ยนแปลงไป และเป็นวิธีการให้บุคคลลงไว้ซึ่งสุขภาพจิตที่ดี เป็นความพยายามที่จะแก้ไข ผ่อน

คลายความตึงเครียดทางอารมณ์ แสวงหาวิถีทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองไม่ว่าจะเป็นความต้องการทางกายหรือทางจิต ดังนั้นมนุษย์จึงต้องมีการปรับตัวกับพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการภายในของตนเองและสภาพแวดล้อมทางสังคม (28)

จากความหมายที่กล่าวมา สรุปได้ว่าเราปรับตัว หมายถึง กระบวนการทางจิตใจที่บุคคลต้องเผชิญ และเปิดรับประสบการณ์เกี่ยวกับความขัดแย้ง ความท้าทาย ความกดดัน และปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นทั้งจากตนเองและสิ่งแวดล้อม โดยมีเป้าหมายเพื่อให้เกิดความสอดคล้องระหว่างความต้องการของตนกับสภาพแวดล้อม โดยที่ตนเองรู้สึกมีความสุขทั้งกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น

องค์ประกอบของการปรับตัว

ลาซารัส(25) ได้จัดองค์ประกอบที่แสดงถึงการปรับตัวไว้ 6 ประการคือ

1. มีความคิดเชิงวิเคราะห์ (Analytical Thinking) คือ เป็นบุคคลที่มีการวางแผนในการแก้ปัญหาอย่างระมัดระวังและทำงานละเอียด จริงจัง
2. มีทักษะทางสังคม (Sociability) เป็นบุคคลที่เข้ากับคนอื่นได้ มีชีวิตชีวา มีความพอใจในการเข้าสังคม
3. มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional Stability) เป็นบุคคลที่ไม่ปล่อยอารมณ์ไปกับความกลัวหรือวิตกกังวลจนเกินไป สามารถผ่อนคลายและหลีกเลี่ยงความตึงเครียด มองชีวิตตามสภาพความเป็นจริง
4. มีความเชื่อมั่น (Confidence) เป็นบุคคลที่เห็นคุณค่าในการตัดสินใจด้วยตนเอง ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ง่าย พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัจจุบันและอนาคตโดยไม่มีความรู้สึกลำด้อยในเรื่องรูปร่าง ท่าทางของตนเอง
5. ความสัมพันธ์ส่วนบุคคล (Personal Relations) เป็นบุคคลที่มีความอดทน ไม่วิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่นเกินควร มองโลกในแง่ดี
6. ความพึงพอใจในบ้าน (Home Satisfaction) เป็นบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับครอบครัวดี พอใจสภาพในบ้าน ได้รับการบกรร่งและเข้าใจจากทางบ้าน (25)

สาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาการปรับตัว และปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่น

สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว

การปรับตัวเกิดจากแรงผลักดัน 2 ประการคือ

1. แรงผลักดันภายนอก หมายถึงข้อเรียกร้องที่เกิดจากสภาพแวดล้อม และสังคมซึ่งเกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม และการที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกัน และต้องผูกพันกับผู้อื่น ฉะนั้น คนเราต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม ซึ่งความต้องการหรือข้อเรียกร้องจากสังคมเป็นแรงผลักดันที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อบุคคล และต่อวิธีการในการปรับตัวของเขา เพื่อตอบสนองข้อเรียกร้องซึ่งอาจจะเป็นการปรับตัวที่ทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวก็ได้

2. แรงผลักดันภายใน หรือแรงกระตุ้นที่เกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกาย และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต เป็นความต้องการภายในของแต่ละบุคคลเอง ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากสภาพทางสรีระของบุคคล อันได้แก่ความต้องการอาหาร น้ำ และความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสุขสบาย และอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้จากประสบการณ์ทางสังคมในชีวิตที่ผ่านมา (29)

ปัญหาการปรับตัว

ปัญหาการปรับตัวในสถานศึกษา อาจวัดได้จากการพิจารณาการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ จากการพิจารณาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และจากการพิจารณาการปรับตัวของบุคคลในสภาพแวดล้อมต่างๆ เช่น การปรับตัวทางการเรียน ทางครอบครัว ทางอารมณ์ และสังคม

Williamson ได้พิจารณาแยกแยะปัญหาการปรับตัวของบุคคลในแง่ของการปรับตัวต่อสภาพการณ์และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ไว้ 5 ประการคือ

1. ปัญหาทางบุคลิกภาพ ซึ่งรวมถึงปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกัน ปัญหาครอบครัว ตลอดจนปัญหาการปรับตัวทางสังคม

2. ปัญหาทางการศึกษา รวมถึงปัญหาการเลือกวิชาเรียน นิสัยทางการเรียน ปัญหาการอ่าน ปัญหาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และแรงจูงใจในการเรียนต่ำ

3. ปัญหาทางอาชีพ รวมถึงความลังเลใจในการเลือกอาชีพ เลือกอาชีพได้ไม่เหมาะสมกับตัวเอง มีความขัดแย้งระหว่างความสนใจกับความสามารถในอาชีพนั้น

4. ปัญหาเศรษฐกิจ รวมถึงการขาดแคลนทุนทรัพย์ ต้องหาทุนเรียนเอง

5. ปัญหาสุขภาพ เช่นปัญหาการปรับตัวต่อสุขภาพ และความบกพร่องทางร่างกายต่างๆ

ในการศึกษาเรื่องการปรับตัวของนิสิตนักศึกษา นั้น มีผู้สนใจศึกษาเป็นจำนวนมากโดยใช้แบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของ Mooney (Mooney Problem Check List) ซึ่ง Mooney ได้สร้างแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวขึ้นเพื่อช่วยอำนวยความสะดวกในการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา สามารถสำรวจปัญหาได้พร้อมกันเป็นจำนวนมาก ช่วยในด้านการแนะแนวในชั้นเรียน และเพื่อการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาของเยาวชนด้วยแบบสำรวจของ Mooney ที่ใช้สำรวจปัญหาการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาจะสำรวจปัญหาทั้งหมด 11 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา ด้านการปรับตัวทางการเรียนในมหาวิทยาลัย ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน (30)

ลักษณะการปรับตัวด้านต่างๆ ในมหาวิทยาลัย สามารถสรุปได้ดังนี้ การปรับตัวด้านที่พักอาศัย โดยเฉพาะนิสิตที่มีภูมิลำเนาไกลจากสถานศึกษา จะต้องประสบปัญหาการปรับตัวอยู่ร่วมกับเพื่อนร่วมห้อง ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์ หากมีความสัมพันธ์ที่ดีกับอาจารย์จะสามารถช่วยให้เกิดความกระตือรือร้นในการเรียน และมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพในทางที่ดีของนิสิต การเปลี่ยนแปลงจากการเข้าไปใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย อันเป็นประสบการณ์ใหม่ และจะใช้เวลาหรือใช้ชีวิต ฟังครอบครัว พ่อแม่ พี่น้องลดลง ต้องใช้ชีวิตร่วมกับเพื่อนๆ มากขึ้น ด้านความรู้สึกว่าเหว่ นิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาจะรู้สึกว่าไม่มีใครเอาใจใส่ เพราะต้องเปลี่ยนกลุ่มเพื่อน และครู อาจารย์ จากระดับมัธยมศึกษา เป็นระดับมหาวิทยาลัย และด้านความเปลี่ยนแปลงของจิตใจเพราะการเสพยาเสพติด ปัญหาการติดยาเป็นปัญหาที่มีมากในหมู่วัยรุ่น ซึ่งรวมไปถึงการติดสุรา บุหรี่ และยาชนิดต่างๆ ที่จะมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลด้วย

จากการศึกษาแนวความคิดเกี่ยวกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่านิสิตชั้นปีที่ 1 เมื่อเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยต้องประสบกับการปรับตัวหลายด้าน เช่น การปรับตัวทางด้านการเรียน ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนและกับอาจารย์ การพัฒนาเอกลักษณ์ของตน และการเตรียมตัวเพื่ออาชีพ เป็นต้น (31)

การวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัยส่วนมากที่ทำการศึกษากันมา จะเป็นการศึกษาเพียงด้านเดียวหรือสองสามด้าน ซึ่งยังไม่ชัดเจนพอ ดังนั้นในทัศนะของ Baker และ Siryk (1984) มองการปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นหลายด้าน (multifactor) โดยเริ่มศึกษาจากแบบวัดการปรับตัวด้านการเรียนในมหาวิทยาลัยของ Borow (1949) ซึ่งใช้การตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดและความเกี่ยวข้องกัน รวมถึงหลักเกณฑ์อิสระของการปรับตัวด้วย หลังจากศึกษาอย่างต่อเนื่อง Baker และ Siryk (1984) ได้สร้างแบบวัดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ที่มีมาตรวัดย่อย 4 ด้าน ได้แก่ มาตรวัดการปรับตัวด้านการเรียน มาตรวัดการปรับตัวด้านสังคม มาตรวัดการปรับตัวด้านส่วนตัวหรืออารมณ์ และมาตรวัดโดยทั่วไป ต่อมาในปี ค.ศ.1985 ได้เปลี่ยนมาตรวัดสุดท้ายจากมาตรวัดโดยทั่วไป เป็นมาตรวัดความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย ซึ่งแบบวัดนี้เป็นแบบวัดที่ใช้ประเมินการปรับตัวในแง่ของสภาพแวดล้อมในสถานศึกษาของนิสิตนักศึกษาได้ชัดเจน รวมทั้งมีการศึกษาวิจัยที่ใช้แบบวัดนี้เพื่อศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยเป็นจำนวนมาก (14) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตตามกรอบอ้างอิงของ Baker และ Siryk

ดังนั้นจากลักษณะของการปรับตัวที่กล่าวมาทั้งหมดพอสรุปได้ว่า

นิสิตที่ปรับตัวได้ จะเป็นบุคคลที่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จในชีวิต มองความกดดันและปัญหาต่างๆ ตามที่เป็นจริง ตอบสนองความต้องการของร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสามารถแก้ไขสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม และมีบุคลิกภาพที่มั่นคงเมื่อเป็นผู้ใหญ่อีกด้วย

ส่วนนิสิตที่ไม่สามารถปรับตัวได้นั้น จะส่งผลเสียต่อบุคคลนั้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม รวมถึงสิ่งแวดล้อมด้วย กล่าวคือทำให้ร่างกายทรุดโทรม จิตใจว้าวุ่น และวิตกกังวล

ตลอดเวลา มองเหตุการณ์ต่างๆ ว่าไม่สามารถแก้ไขได้ และอาจทำให้บุคคลเหล่านั้นหันเข้าหาสิ่งที
ก่อนให้เกิดผลเสียต่อตนเองและสังคมในอนาคต นั่นคือ ขาเสพติด หรืออบายมุขต่างๆ และส่งผลให้
การเรียนในมหาวิทยาลัยประสบกับความล้มเหลวก็เป็นได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตนักศึกษา

งานวิจัยในประเทศ

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง(32) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาการปรับตัวและ
สุขภาพจิตของนิสิตระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคโนโลยีและอาชีวศึกษาเครื่องมือที่ใช้
ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบตรวจสอบสุขภาพจิต SCL-90 และแบบสำรวจปัญหาการ
ปรับตัว (Mooney Problem Checklist) พบว่านิสิตประสบปัญหาหนักที่สุดในด้านการปรับตัว
ทางการเรียน สุขภาพจิตของนิสิตจำแนกตามเพศและสาขาวิชาชีพ มีสุขภาพจิตทั้ง 9 ด้านไม่แตกต่างกัน
 และการปรับตัวมีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิต

จุฬาลักษณ์ รุ่งวิริยะพงษ์(12) ได้ศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ของ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า ในการปรับตัวด้านการเรียนพบว่า กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา
มีผลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้านสังคมพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนอก
หลักสูตร อายุ รายได้ของครอบครัว และระดับการศึกษาของบิดามารดา มีผลต่อการปรับตัวอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตร
อายุ กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของมารดา
และสภาพที่อยู่อาศัยของนิสิตมีผลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้าน
ความรู้สึกผูกพันต่อสถานศึกษาและการปรับตัวโดยรวมพบว่า อายุ กลุ่ม สาขาวิชาที่ศึกษา รายได้
ของครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา อาชีพของมารดา และสภาพที่อยู่อาศัยของนิสิตมีผล
ต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ การปรับตัวด้านความรู้สึกผูกพันต่อสถานศึกษาและการ
ปรับตัวโดยรวมพบว่า อายุ กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา รายได้ของครอบครัว และระดับการศึกษาของ
บิดามารดามีผลต่อการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่า การปรับตัวในแต่ละด้านและ

การปรับตัวโดยรวมยกเว้นด้านสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการเรียนเทอมแรกของนิสิตในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ณัฐพล แนวจำปา(33) ได้ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2537 จำนวน 1,684 คน พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีการปรับตัวโดยรวม 6 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ การปรับตัวด้านการเรียน ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านสุขภาพและด้านการเงินและที่พักอาศัย เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า การปรับตัวด้านการเรียน ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง นักศึกษาที่สำเร็จชั้นมัธยมปลายโดยการสอบเทียบและนักศึกษาที่สำเร็จชั้นมัธยมปลายจากโรงเรียนตามปกติ มีการปรับตัวรวม 6 ด้าน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพและนักศึกษาศาสาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมีการปรับตัวโดยรวม 6 ด้าน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีการปรับตัวรวม 6 ด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า มีอยู่ 2 ด้านคือ ด้านสังคม ด้านการเงินและที่พักอาศัย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักศึกษาที่มีประสบการณ์เข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยต่างกัน มีการปรับตัวรวม 6 ด้าน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านสังคมและด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักศึกษาที่มีความคาดหวังในด้านการศึกษาและอาชีพแตกต่างกัน มีการปรับตัวรวมทั้ง 6 ด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่ามีการเรียนที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประภาวดี เหล่าพูนสุข(9) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 ในปีการศึกษา 2538 ของมหาวิทยาลัยบูรพา จ.ชลบุรี จำนวน 300 คน จากคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะศิลปกรรมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะสาธารณสุขศาสตร์ ด้วยแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของมูนนี่ (Mooney Problem Check List : College Form) และแบบสำรวจสุขภาพจิต SCL-90 (Symptom Check List) พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 มีปัญหาสุขภาพจิตทางด้านย่ำคิดย่ำทำ ด้านความรู้สึกรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับคนอื่น ด้านซึมเศร้า ด้านความก้าวร้าว ชอบทำลาย ด้านความหวาดกลัวโดยไม่มีเหตุผล ด้านความหวาดระแวงและด้านอาการทางจิต นอกจากนี้พบว่าโดยทั่วไปมีปัญหาการปรับตัว

ทางการเรียนในระดับมาก มีปัญหาการปรับตัวด้านอนาคตอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตร และการสอน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านศีลธรรม จรรยาและศาสนา ด้านอารมณ์และส่วนตัวในระดับปานกลาง มีปัญหาด้านสุขภาพร่างกายและ พัฒนาการทางร่างกาย ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย รวมทั้งด้านทางบ้านและ ครอบครัวในระดับเล็กน้อย นิสิตชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาในคณะต่างกัมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรมพร มั่นเสมอ(4) ศึกษาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาของ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนรวมทั้งสิ้น 651 คน พบว่านิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย นิสิตนักศึกษาหญิง ปรับตัวทางสังคมดีกว่าชาย และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางปรับตัว โดยรวม และปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายดีกว่านิสิต นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ส่วนนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง ปรับตัวด้านส่วนตัว และอารมณ์ ได้ดีกว่านิสิตศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

งานวิจัยในต่างประเทศ

Leong, FT. (34) ได้ศึกษาถึงวิธีการจัดการปัญหาที่สามารถทำนายการปรับตัวต่อวิทยาลัย ใน นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของวิทยาลัยจำนวน 161 คน ผลการวิจัยพบว่า การปรับตัวด้านการเรียน และการปรับตัวด้านอารมณ์-ส่วนบุคคล มีความสัมพันธ์กับวิธีการจัดการปัญหา ขณะที่การปรับตัวด้านสังคม และด้านความรู้สึกรู้สึกต่อสถานศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับวิธีการจัดการปัญหา การเผชิญปัญหาเป็นวิธี จัดการปัญหาในทางบวกซึ่งพบว่ามีความสามารถทำนายการปรับตัวทางด้านการเรียน ส่วนการ ระวังการแสดงออกทางอารมณ์สามารถทำนายในทางลบของการปรับตัวทางด้านการเรียน การ ปรับตัวด้านอารมณ์-ส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการระบายอารมณ์ออกมา การเผชิญต่อ ปัญหาสามารถทำนายในทางบวกถึงการปรับตัวด้านอารมณ์

Brooks. Et AL. (35) ได้ศึกษาถึงตัวทำนายทางสิ่งแวดล้อมและปัจเจกบุคคลของการปรับตัว ทางด้านจิตใจและด้านการเรียน ในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 56 คน โดยให้ทำการตอบ

แบบสอบถามเป็นกลุ่ม จากนั้นได้นำมาสัมภาษณ์ทีละบุคคล ซึ่งถูกวัดด้วย The Goldberg Big-Five Markers, The Adolescent Perceived Events Scale, The Problem Solving Inventory, The Arizona Social Support Interview Schedule, The Self-Perception Profile for College Students, และ The Student Adaptation to college Questionnaire ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรทางด้านปัจเจกบุคคล (ทักษะการแก้ไขปัญหา, เชาว์ปัญญา, ความมั่นคงทางอารมณ์) มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว ตัวแปรทางสิ่งแวดล้อม (การสนับสนุนทางสังคม, ปัญหาในชีวิตประจำวัน, ระยะห่างไกลจากบ้าน) สามารถทำนายได้ถึงระดับผลการเรียน การปรับตัวทางสังคมและอาการทางจิตใจได้อย่างมีนัยสำคัญ

Barthelemy(36) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบรรยากาศที่อยู่อาศัยและการปรับตัวของนักศึกษา โดยศึกษาในนักศึกษาจำนวน 121 คน ซึ่งมีอายุเฉลี่ยประมาณ 18.85 ปี โดยให้นักศึกษาตอบแบบสอบถาม 2 ชุด ได้แก่ the residence hall climate และ Student Adaptation to college questionnaire จากผลการศึกษาครั้งนี้สรุปได้ว่า ปัจจัยด้านสัมพันธภาพของกลุ่ม และด้านการช่วยเหลือจากผู้อื่นมีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัว สำหรับนักศึกษาหญิงนั้นสัมพันธภาพของกลุ่มเป็นผลดีต่อการปรับตัวทางด้านการเรียนและอารมณ์ สำหรับนักศึกษาชายนั้นปัจจัยด้านการช่วยเหลือจากผู้อื่นมีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวด้านเรียน

Helman(37) ได้ตรวจสอบโปรแกรมการช่วยเหลือด้านการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่จัดให้กับนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ และคณะวิศวกรรมปีแรก จำนวน 174 คน โดยเป็นการตรวจสอบโปรแกรมการเรียนรู้ในการดำเนินชีวิตด้านสังคมและด้านการเรียนเพื่อจะค้นหาความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวโดยรวม รวมถึงเกรดเฉลี่ย โดยใช้แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The Student Adaptation to College Questionnaire) เพื่อวัดการปรับตัวของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย และสำรวจโปรแกรมที่ใช้ในการศึกษานี้ เพื่อวัดระดับการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมของนักศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การทดสอบ t-test และการวิเคราะห์สหสัมพันธ์การถดถอยพหุคูณ พบว่าการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมไม่สัมพันธ์โดยตรงกับโปรแกรมการเรียนรู้การดำเนินชีวิต และเมื่อทดสอบด้วยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณพบว่า การปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมเป็นตัวทำนายการปรับตัวโดยรวมและเกรดเฉลี่ยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Holmbeck และ Wandrei (38) ได้ทำการศึกษาเรื่องปัจจัยส่วนตัวและตัวทำนายที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่เป็นตัวทำนายการปรับตัวของนักศึกษาในด้านสถานการณ์ที่บ้าน การทำงานของครอบครัว ความแตกต่างเฉพาะบุคคล โครงสร้างของการใช้ชีวิต ผลการศึกษาพบว่า บุคลิกภาพเป็นตัวทำนายการปรับตัวได้ดีกว่าโครงสร้างของการใช้ชีวิต นักศึกษาทั้งเพศหญิงและเพศชายที่มีความรู้สึกลังเลเกี่ยวกับครอบครัวจะปรับตัวได้ดี เพศชายจะมีบุคลิกภาพแบบอิสระมากกว่าเพศหญิง เพศหญิงมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพมากกว่าเพศชาย และพบว่าเพศชายกับเพศหญิงมีความแตกต่างกันในการปรับตัว

ในปัจจุบันนั้นบุคคลได้เข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยมากขึ้นจากแต่ก่อน นิสิตนักศึกษาจำนวนมากไม่สามารถปรับตัวเพื่อเข้าสู่มหาวิทยาลัยได้ และได้ลาออกกลางคัน พบว่ามีนิสิตนักศึกษามากกว่าร้อยละ 75 ลาออกจากมหาวิทยาลัยก่อนจบชั้นปี 2 (39) ดังนั้นการปรับตัวในมหาวิทยาลัยจึงกลายเป็นปัจจัยสำคัญที่นักศึกษาและนักวิจัยหันมาตระหนักและสนใจ (40) และด้วยเหตุผลนี้มหาวิทยาลัยต่างๆ จึงเป็นความสำคัญในการพัฒนาความสามารถของนิสิตนักศึกษา เพื่อให้พวกเขาเหล่านี้สามารถปรับตัว ใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ (41)

ทฤษฎีต่างๆนั้นหลายทฤษฎีจะเป็นที่ลักษณะเฉพาะภายในตัวบุคคล เช่นลักษณะบุคลิกภาพ และการควบคุมตนเองว่าเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการปรับตัวในมหาวิทยาลัย(40) นอกจากนั้นยังมีการศึกษาที่แตกต่าง จากนี้ กล่าวคือเป็นทฤษฎีที่เป็นไปที่ปัจจัยภายนอก ว่าเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัย เช่นอิทธิพลของพ่อแม่และเพื่อน, พื้นฐานทางการศึกษา และการเสริมแรงต่างๆ (42)

การศึกษาล่าสุดที่ทำความเข้าใจเกี่ยวกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของ Rice และ Kenny (20) ให้ข้อสังเกตว่า ปฏิสัมพันธ์ของลักษณะภายในตัวบุคคล และปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมนั้นเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคลและความสามารถในการปรับตัว ซึ่งได้เน้นไปที่อิทธิพลของความผูกพันของบิดามารดาต่อบุตร ต่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัย การศึกษานี้เสนอว่า ความผูกพันที่มีต่อบิดามารดานั้นสามารถปกป้องนิสิตนักศึกษาจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่พึงพอใจได้ ซึ่งก็เกี่ยวข้องกับ การปรับตัวในมหาวิทยาลัยด้วยนั่นเอง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา ความผูกพัน (attachment) ของบิดามารดาที่มีต่อบุตร เนื่องจากปัจจัยนี้ส่งผลต่อการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ซึ่งเปรียบเสมือนสิ่งแวดล้อมใหม่ที่นิสิตนักศึกษาต้องเผชิญ

ความหมายและลักษณะของความผูกพัน

ความหมายของความผูกพัน

วันเพ็ญ บุญประกอบ(19) สรุปไว้ว่าความผูกพัน (Attachment) คือความสัมพันธ์ที่บุคคลหนึ่งสร้างขึ้นกับอีกบุคคลหนึ่ง และทั้งสองฝ่ายต่างตอบสนองซึ่งกันและกันในเวลาที่อยู่ร่วมกัน และความสัมพันธ์นั้นจะต้องใช้ระยะเวลานานพอที่จะสร้างให้เกิดความผูกพันขึ้นได้

John Bowlby (43) ใช้คำว่า "attachment" (ความผูกพัน) เพื่ออธิบายถึง ความรู้สึกผูกพันซึ่งพัฒนาขึ้นระหว่างทารกกับผู้ดูแลเลี้ยงดูคนแรก ซึ่งความผูกพันนี้มีอยู่ในตัวบุคคลทุกคนตั้งแต่กำเนิด และเป็นกระบวนการวิวัฒนาการเพื่อการมีชีวิตอยู่ของทุกชีวิต ซึ่งความผูกพันเกิดจากการตอบสนองซึ่งกันและกันของบุคคล

ซึ่งความผูกพันนั้นมีลักษณะเฉพาะดังต่อไปนี้

1. proximity maintenance เป็นการรักษาไว้ซึ่งความใกล้ชิด ความต้องการอยู่ใกล้ชิดกับบุคคลที่ผูกพันด้วย

2. separation distress เป็นความทุกข์จากการแยกจากเมื่อต้องแยกจากกับผู้ดูแลใกล้ชิด

3. safe haven เป็นสถานที่ที่ปลอดภัย คือเมื่อต้องแยกจากผู้ดูแล แต่ยังคงรู้สึกปลอดภัยเมื่อต้องเผชิญกับความตึงเครียด

4. secure base เป็นพื้นฐานความปลอดภัย ทำให้สามารถที่จะเผชิญกับสิ่งแปลกใหม่ในชีวิต เพราะรู้ว่าผู้ดูแลใกล้ชิดจะคอยปกป้องจากอันตราย นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายและลักษณะของความผูกพันดังต่อไปนี้

ความผูกพัน (attachment) เป็นสายใยแห่งรักที่แท้จริงระหว่างเด็กกับผู้เลี้ยงดูซึ่งโดยมากมักจะเป็นแม่เด็กจะสร้างความผูกพันได้ดีที่สุดในช่วง 2 ปีแรกของชีวิต ถ้าขาดหายไปในช่วงนั้นก็ยังสามารถสร้างทดแทนได้ในช่วงต่อมา แต่ความผูกพันนั้นอาจไม่ลึกซึ้งเท่าความผูกพันที่สร้างขึ้นใน

ช่วงแรกๆ ของชีวิต การกระทำที่แสดงถึงความผูกพันนั้นจะเกิดขึ้นตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

ความผูกพัน มีลักษณะเด่นอยู่ 7 ประการคือ

1. มีรูปแบบเฉพาะกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง

เด็กจะสร้างความผูกพันกับแม่เป็นอันดับแรก แต่ถ้าแม่เสียชีวิตหรือไม่สามารถเลี้ยงดูเด็กได้ เด็กก็จะสร้างความผูกพันกับผู้เลี้ยงดูคนอื่น เช่น ยาย ป้า น้า หรือพี่เลี้ยง ฯลฯ และความผูกพันจะมีลำดับความสำคัญที่ลดหลั่นกันไปตามความใกล้ชิดและรูปแบบการเลี้ยงดู เด็กจะมีความผูกพันกับแม่มากที่สุด รองลงมาเป็นผู้ใกล้ชิดลำดับต่อไป

2. ระยะเวลา

ความผูกพันจะเกิดขึ้นและคงอยู่ตลอดไป ช่วงวัยรุ่นความผูกพันแบบวัยเด็กจะถูกกระตุ้นให้เกิดอีกครั้งหนึ่ง พฤติกรรมการแสดงออกจะคล้ายๆ ในวัยเด็ก เมื่อวัยรุ่นรักใคร่ชอบใคร ก็อยากพบอยากพูดคุยด้วย และแสดงความคิดเห็นที่ได้ใจกัน การแสดงออกถึงความผูกพันกับแฟนหรือคนรักอาจแทนที่ความผูกพันที่มีต่อแม่/ผู้เลี้ยงดูได้แต่ความรู้สึกผูกพันกับบุคคลในวัยเด็กจะยังคงอยู่ไม่สูญหายไป

3. ความผูกพันทางอารมณ์

ความผูกพันทางอารมณ์เป็นความเอื้ออาทรที่ถูกสร้างขึ้น อาจถูกแทนที่และหายไป บางขณะ แต่ความผูกพันนั้นจะคงอยู่ตลอดไป ถ้ารักใคร่เราต้องการสร้างความผูกพันกับบุคคลนั้น แต่เมื่อสูญเสียเราจะรู้สึกเศร้าเสียใจ และเมื่อรู้ว่ากำลังจะสูญเสีย ก็จะเกิดความกังวลและเศร้าใจ บางครั้งรู้สึกโกรธ ความผูกพันที่ยืนยาวจะทำให้เกิดความมั่นคงปลอดภัย และการสร้างความผูกพันใหม่ (bonding) จะทำให้เกิดความสุขความปิติ

4. ความผูกพันเกิดขึ้นในช่วงแรกของชีวิต

ความผูกพันจะสร้างได้ดีในช่วง 2 ขวบแรกของชีวิต และจะมีความลึกซึ้งอย่างมากในช่วง 9 เดือนแรก แต่ถ้าเกิดอุปสรรคไม่สามารถสร้างความผูกพันในช่วงนั้น ได้ก็สามารถสร้างทดแทนได้ หลังจากนั้น คือในช่วงอายุ 2-5 ขวบ แต่ความมั่นคงและความลึกซึ้งของความผูกพันอาจน้อยกว่าที่เกิดขึ้นในช่วง 2 ขวบแรก

5. ประสบการณ์จากการเรียนรู้

แม้ว่าบางครั้งพ่อแม่ทอดทิ้งเด็ก ดีเด็กหรือกระทำทารุณต่อเด็ก เด็กก็จะสร้างความผูกพันกับพ่อแม่ได้แต่เป็นไปในลักษณะไม่มั่นคงปลอดภัยที่เรียกว่า Insecure attachment

6. เกิดขึ้นอย่างมีระบบ

สิ่งต่างๆ หรือเหตุการณ์บางอย่างสามารถกระตุ้นให้เกิดการแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความผูกพัน เช่น หิว อ่อนเพลีย กลัว ฯลฯ เราจะสังเกตเห็นเด็กร้องไห้แงงและเกาะติดมากับเวลาของเด็กอ่อนเพลีย หิว หรือกลัวได้ พฤติกรรมเหล่านี้จะหายไปเมื่อเด็กเห็นหน้าแม่หรือได้ยินเสียงแม่ ในเวลาที่เด็กมีความสุขด้วยกันกับแม่ เด็กจะต้องการคลอเคลีย สัมผัส และโอบกอด

7. เป็นหน้าที่ทางกายวิภาคอย่างหนึ่ง

พฤติกรรมที่แสดงถึงความผูกพัน จะเกิดขึ้นในมนุษย์และสัตว์เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมโดยมาก เด็กหรือตัวอ่อนจะสร้างความรู้สึกผูกพันกับแม่ แม่จะเป็นผู้ดูแลให้เด็กปลอดภัยเป็นลักษณะของ "การปกป้องคุ้มครอง" เพื่อความอยู่รอดของเผ่าพันธุ์ (survival value) (44)

ทฤษฎีความผูกพัน

ทฤษฎีความผูกพัน มีพื้นฐานมาจากหลายทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของมนุษย์และครอบครัว ได้แก่ ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ พัฒนาการเด็กประสาทชีววิทยา Evolutionary Ethology และ Cognitive science เพื่ออธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และพัฒนาการของความสัมพันธ์ ซึ่งบุคคลที่มีบทบาทสำคัญต่อการศึกษาเรื่องนี้คือ John Bowlby (1907-1990) และ Mary Ainsworth (1913-1999)

ทฤษฎีนี้อธิบายว่าความผูกพันเป็นสายสัมพันธ์ทางอารมณ์ที่มั่นคงซึ่งมนุษย์แสวงหาและต้องการไปตลอดชีวิต และจะเป็นที่ต้องการมากขึ้นเมื่อได้รับความเครียดหรือความกดดัน

ความผูกพันแตกต่างจากการพึ่งพา เนื่องจากผู้ที่มีความผูกพันยังคงความเป็นตัวของตัวเอง หัวใจสำคัญของทฤษฎีความผูกพันคือการก่อเกิดความสัมพันธ์ระหว่างมารดากับบุตร ซึ่งลักษณะความสัมพันธ์นี้จะถูกถ่ายทอดไปยังความสัมพันธ์ระหว่างบุตรกับคนอื่นๆ ในสังคมต่อไป ตัวอย่าง

พฤติกรรมที่แสดงถึงความผูกพันระหว่างมารดากับบุตร เช่นการคลอเคลียอยู่ใกล้มารดา ร้องไห้หรือแข็งขึ้นเมื่อต้องจากมารดา วิ่งไปหามารดา เป็นต้น

บุคคลทุกคนสามารถจะสร้างความผูกพันได้ตั้งแต่แรกเกิด เนื่องจากคนมีกลไกลดด้านประสาทวิทยาและชีววิทยา มีโปรแกรมในสมองสามารถรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นได้ และสื่อสารความรู้สึกความต้องการภายในได้

ช่วงแรกเกิด-1 ปี เรียนรู้ใครคือบิดามารดา และพัฒนาความผูกพันกับบิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดู

ช่วงวัย 1-3 ปี เรียนรู้สิ่งแวดล้อม ภาษาพูด ความเป็นตัวของตัวเอง และการแสดงอารมณ์ความรู้สึกจากผู้เลี้ยงดูเป็นหลัก ระยะนี้มีการพัฒนาความผูกพันอย่างสมบูรณ์ขึ้น และมีเป้าหมายชัดเจนขึ้น สามารถรู้ได้ว่าเด็กคนใดมีความมั่นคง ทางอารมณ์หรือขาดความมั่นคงทางอารมณ์ เช่น ถ้าเด็กมั่นใจว่าคนที่เขารักและผูกพันไม่หายไปไหน ก็จะกล้าออกสู่โลกกว้างเพื่อสำรวจสิ่งต่างๆ และเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ตัวเองได้

ช่วงวัย 3 ปีขึ้นไป ความผูกพันมีความซับซ้อนมากขึ้น นอกจากผูกพันกับบิดามารดาแล้ว เด็กจะมีความผูกพันกับเพื่อน เริ่มวางเงื่อนไขกับบิดามารดา พยายามมีอิทธิพลต่อบิดามารดาและแสดงความต้องการให้บิดามารดา

ความผูกพันที่มั่นคงเป็นสิ่งสำคัญต่อพัฒนาการด้านสติปัญญา ด้านสังคมจิตใจและการปรับตัวของบุตร ความผูกพันที่มั่นคงจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมารดาหรือผู้เลี้ยงดูมีความมั่นคงทางจิตใจ ปฏิบัติตัวสม่ำเสมอ ในการเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของบุตร และการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายและจิตใจบุตรอย่างเหมาะสม ในช่วง 2 ขวบปีแรกเป็นช่วงวิกฤตหาก ได้รับความทุกข์ทรมานทางใจเนื่องจากต้องแยกจาก หรือสูญเสียมารดาหรือขาดมารดา อาจจะทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และจิตใจได้

ปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการสร้างความผูกพันระหว่างบิดามารดากับบุตรคือ Sensitivity คือความสามารถที่บิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดูจะเข้าใจสัญญาณหรือการแสดงออก ทำที่ของบุตรอย่างถูกต้องและตอบสนองความต้องการอย่างเหมาะสมซึ่งบุตรจะแสดงออกต่างกันในช่วงเวลาที่ต่างกัน

ทฤษฎีความผูกพัน กล่าวถึงรูปแบบพฤติกรรม 4 ประเภทอันเป็นผลจากการตอบสนองของบิดามารดาผู้ดูแลคือ

1. Avoidance จะหลีกเลี่ยงแยกตัวจากบิดามารดา เนื่องจากบิดามารดาปฏิเสธลูก เมื่อบุตรโตขึ้นจะเป็นพวก dismissing ที่ไม่เห็นคุณค่าของความผูกพัน

2. Secure ผูกพันใกล้ชิดและมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบิดามารดา จะไม่มีความกังวลใจ แม้ว่าบิดามารดาจะห่างไปชั่วคราว เพราะมั่นใจและไว้วางใจว่าบิดามารดาจะกลับมา เมื่อโตขึ้นบุตรจะพัฒนาไปสู่ความเป็นตัวของตัวเองหรือ Autonomous

3. Ambivalent มีความรู้สึกสับสน อยากเข้าใกล้บิดามารดา แต่ก็ยังมีความรู้สึกโกรธอยู่ในใจ เนื่องจากได้รับการตอบสนองไม่สม่ำเสมอบิดามารดาอ่านความต้องการของบุตรไม่ได้ เมื่อโตขึ้นจะพัฒนาไปสู่การมีพฤติกรรมแบบ Preoccupied คือเป็นพวกชอบหมกมุ่นกับตัวเอง แต่กังวลกับความใส่ใจของคนรอบข้าง และไม่ยืดหยุ่น

4. Disorganized ขาดความมั่นคงทางอารมณ์อย่างมากเนื่องจากถูกทอดทิ้ง ถูกละเลยร้อยละ 90 เป็นเด็กที่ถูกทารุณกรรมจากบิดามารดา ซึ่งบิดามารดาก็มักจะมีประวัติถูกทารุณกรรมก่อนเช่นกัน บุตรจะมีความสับสนระหว่างการอยากเข้าใกล้และออกห่างจากบิดามารดา เพราะบิดามารดาตอบสนองไม่สม่ำเสมอหรือไม่ตอบสนองต่อความต้องการทางด้านร่างกาย อารมณ์และจิตใจของบุตรเมื่อโตขึ้นจะเป็นพวก Unresolved คือไม่สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ และไม่สามารถเป็นผู้ใหญ่ที่ดีได้ กลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่ต้องเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์และพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ภายในของตนเอง

บุตรจะรับรู้และเรียนรู้สัญญาณด้านอารมณ์ ความรู้สึก และวิธีการตอบสนองของบิดามารดาได้ตั้งแต่เกิดและไว้กับการตอบสนองที่ไม่ดีของบิดามารดา หรือผู้เลี้ยงดู มีงานวิจัยพบว่าบุตรที่ขาดความผูกพันจะสับสนในเรื่องความสัมพันธ์ สร้างความผูกพันกับใครไม่ได้ ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ถ้าไม่ได้รับการช่วยเหลือ มีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปสู่การมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวรุนแรง

ดังนั้นบิดามารดาควรสนับสนุนพฤติกรรมที่ดีของบุตร จะทำให้บุตรรู้สึกว่าเขาได้รับความไว้วางใจจากบิดามารดา และเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน (45)

โดยเฉพาะในบุตรวัยรุ่น ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งทางร่างกายและจิตใจ และเริ่มก้าวเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่เริ่มค่อยๆ ทำตัวเป็นอิสระจากบิดามารดา สภาพเช่นนี้ก่อให้เกิดปัญหา

สัมพันธ์ภาพกับบิดามารดาได้ (46) ดังนั้นบิดามารดา ควรเข้าใจและให้ความช่วยเหลือแก่บุตรวัยรุ่น โดยมีแนวทางการปฏิบัติดังนี้ที่ พรพิมล เกษมมาครินทร์ (47) เสนอแนะไว้ดังต่อไปนี้

ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตร

- 1) บิดามารดาต้องใกล้ชิดบุตร เพราะการมีโอกาสได้เลี้ยงดู และอบรมสั่งสอนอย่างใกล้ชิดกับบุตร ทำให้สามารถรู้ลักษณะนิสัยของบุตรและเข้าใจพฤติกรรมต่างๆ ที่บุตรแสดงออกมา บิดามารดาควรหาเวลาพูดคุยกับบุตรพร้อมให้คำปรึกษาแนะนำ
- 2) บิดามารดาต้องสอนให้บุตรตัดสินใจเอง ให้โอกาสบุตรแสดงความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว โดยให้บุตรเป็นฝ่ายตัดสินใจด้วยตนเอง ภายใต้อำนาจแนะนำของบิดามารดา สิ่งนี้จะช่วยสอนให้บุตรมีความรับผิดชอบกับสิ่งที่เขาได้ตัดสินใจด้วย เราจะมีคามภูมิใจในตัวเองเมื่อการตัดสินใจนั้นถูกต้อง
- 3) บิดามารดากับบุตร ควรมีเวลาให้แก่งานกิจกรรมร่วมกัน
- 4) บิดามารดาควรรู้จักเพื่อนๆ ของบุตร โดยเปิดโอกาสให้พามาเที่ยวที่บ้าน เพื่อบิดามารดาจะได้มีโอกาสพูดคุย และสังเกตนิสัยใจคอ แต่ควรระวังอย่าก้าวล่วงมากเกินไป
- 5) ให้ความเคารพในสิทธิของกันและกัน อย่าหาความแหวงกลัวบุตรจะโกหกความแหวงแหวงที่บิดามารดาแสดงออกมา จะทำลายความรู้สึก และความภาคภูมิใจในตัวบิดามารดาของบุตรไป ตัวบุตรเองก็จะรู้สึกขาดความมั่นใจในตัวเองด้วย ครอบครัวที่มีความสุขต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรัก การรู้จักให้อภัยกัน การให้เกียรติกัน และมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
- 6) บิดามารดาควรเป็นกำลังใจให้บุตร บุตรต้องการกำลังใจเพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นให้ตัวเองในทุกเรื่อง เช่นการวางแผนการเรียน การสอบในระดับมหาวิทยาลัย บิดามารดาควรเข้าใจและเป็นกำลังใจในการเตรียมตัวสอบ อย่าบีบบังคับ หรือห่มุ่ความหวังมากเกินไป
- 7) บิดามารดา ต้องยอมรับการเปลี่ยนแปลงของบุตร เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการอิสระเป็นตัวของตัวเอง เพื่อสร้างความมั่นใจในตัวเอง บิดามารดาไม่ควรขัดขวาง แต่ควรให้การสนับสนุน เช่นเปิดโอกาสให้บุตรตัดสินใจด้วยตนเอง วัยรุ่นบางคนคือร้อนและต่อต้านมาก บิดามารดาจึงควรทำใจให้รับรู้อย่างใจ และควรมีความมั่นใจในตัวบุตร

8) บิคารมารดาไม่ควรคิดว่า ตัวเองไม่มีค่า หรือ ไม่มีความหมายอีกต่อไปถ้าบุตรไม่ต้องการ ฟังบิคารมารดา หรือเมื่อบทบาทของบิคารมารดาเริ่มลดน้อยลง การที่บุตรเริ่มเป็นตัวของตัวเองนั้น เป็นสัญญาณที่ดีที่บิคารมารดาควรให้การดูแลอยู่ห่างๆ และพร้อมเสมอเมื่อบุตรต้องการความช่วยเหลือ ความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุตรในวัยรุ่นนั้น ต้องถือว่าบุตรกำลังก้าวสู่วัยผู้ใหญ่ ควรสนับสนุน ให้บุตรพบคามหมายของสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง ไม่ใช่เป็นการบอกให้หมดเหมือนเมื่อบุตรยังเล็ก

9) บิคารมารดา ต้องพยายามมีอารมณ์ขัน เพราะปัญหาต่างๆ สามารถคลี่คลายได้ ผ่อนหนัก เป็นเบาได้ พยายามหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์ เพราะจะยิ่งทำให้สถานการณ์ต่างๆ เลวร้ายยิ่งขึ้น วัยรุ่น ไม่ต้องการให้บิคารมารดาเข้าไปยุ่งวุ่นวายกับเขา บิคารมารดาต้องยอมลดบทบาทลง บิคารมารดาต้องทำใจให้ได้ว่า บุตรกำลังเติบโตอย่างยุคของเขาที่ต่างจากยุคของคุณ ซึ่งไม่สามารถนำมาเปรียบเทียบกันได้ การมีอารมณ์ขันจะช่วยให้คลายเครียดได้

จะเห็นได้ว่าความสัมพันธ์ระหว่างบิคารมารดากับบุตร เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งของชีวิต ที่จะส่งผลต่อสังคมในอนาคต เพราะบิคารมารดาและบุตรความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความรักความผูกพันซึ่งกันและกัน จะส่งผลให้บุตรมีความสุข และไม่สร้างปัญหาใดๆ โดยเฉพาะบุตรจะมีพัฒนาการในด้านต่างๆ ที่เหมาะสมตามวัย และสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นได้โดยง่าย รวมถึงสามารถปรับตัวเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์แปลกใหม่และตึงเครียดได้อย่างดี

จากแนวทางข้างต้นพอสรุปได้ ตามกรอบแนวคิดของ Maureen E.Kenny (22) ที่แบ่งความผูกพันของบิคารมารดาที่มีต่อบุตรว่ามีด้วยกัน 3 ด้านคือด้านคุณภาพของความผูกพันทางอารมณ์ ด้านการส่งเสริมความเป็นตัวของตัวเองของบุตร และด้านการสนับสนุนทางด้านอารมณ์แก่บุตร ซึ่งความผูกพันดังกล่าวเป็นการรับรู้ของบุตรว่าบิคารมารดานั้นปฏิบัติ และมีปฏิสัมพันธ์กับตนเช่นไร เพราะความผูกพันระหว่างบิคารมารดาและวัยรุ่นนี้เองที่จะช่วยส่งเสริมรูปแบบการปรับตัว ซึ่งประกอบด้วยพื้นฐานความปลอดภัยที่จะส่งเสริมให้วัยรุ่นสามารถสำรวจเผชิญกับสภาพแวดล้อมของพวกเขา และปรับตัวให้เข้ากับมหาวิทยาลัยได้ต่อไป เนื่องจากวัยรุ่นจะรับรู้ว่าคุณเองนั้นมีความสามารถในการควบคุมตนเอง และรับรู้ว่ามีผู้ที่จะให้ความช่วยเหลือและสนับสนุน เมื่อต้องเผชิญกับความยุ่งยากต่างๆ นั้นเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาถึงความผูกพันของบิคารมารดาต่อบุตรว่ามีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ 1 หรือไม่ อย่างไร สำหรับงานวิจัยที่ผ่านมาเกี่ยวกับเรื่องนี้มีดังต่อไปนี้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันของบิดามารดาต่อบุตร

Rice และKenny(20) ศึกษาความผูกพันของบิดามารดาต่อบุตรกับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาวัยรุ่นตอนปลาย พบว่าความผูกพันของบิดามารดามีผลกับแรงสนับสนุนภายนอก และกลไกการป้องกันตนเองภายใน พวกเขาพบว่านักศึกษาที่เข้าสู่มหาวิทยาลัย ผู้ที่มีแหล่งสนับสนุนที่ดี สามารถหาคำปรึกษาปัญหาต่างๆ กับบิดามารดาได้นั้นจะสามารถปรับตัวในมหาวิทยาลัยได้ดีกว่า นอกจากนี้ยังพบว่านักศึกษาที่มีความผูกพันในระดับสูงจะได้รับการสนับสนุนจากบิดามารดาดีกว่า และมีรูปแบบการปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหาที่ดีกว่าในการเข้าสู่มหาวิทยาลัย

Wright D.(21) ได้ศึกษาอิทธิพลของความผูกพันของบิดามารดาต่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัย ของนักศึกษาชนบทและนักศึกษาเมือง การศึกษานี้ทำการเปรียบเทียบนักศึกษาสองกลุ่มนี้ด้วยปัจจัยความผูกพัน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณภาพของความผูกพันทางอารมณ์ ด้านการส่งเสริมความเป็นตัวของตัวเองของบุตร และด้านการสนับสนุนทางด้านอารมณ์แก่บุตร จากการศึกษาพบว่าความผูกพันของบิดามารดาของนักศึกษาชนบทในด้านคุณภาพของความผูกพันทางอารมณ์ และด้านการส่งเสริมความเป็นตัวของตัวเองของบุตรมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับสูง และพบว่านักศึกษาชนบทกับนักศึกษาเมืองไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

Walsh A. (46)ศึกษาความผูกพันของบิดามารดาต่อบุตร การใช้สารเสพติด และการสำสอนทางเพศในนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 480 คน ศึกษาความสัมพันธ์ของความผูกพันของบิดามารดากับการใช้สารเสพติด และการสำสอนทางเพศของนักศึกษา จำแนกตามตัวแปร ศาสนา ความเป็นเพศชาย/หญิง เพศ อายุ และลักษณะภายนอก โดยวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์พบว่า ความผูกพันของบิดามารดามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับตัวแปรการสำสอนทางเพศ และการใช้สารเสพติด ความผูกพันของบิดามารดาที่ไม่ดี และการใช้สารเสพติดเป็นตัวแปรทำนายที่สำคัญของการสำสอนทางเพศทั้งในผู้ชายและผู้หญิง ในการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ตัวแปรศาสนาเป็นตัวแปรทำนายที่สำคัญที่สุดในการสำสอนทางเพศในผู้ชาย สำหรับผู้หญิงนั้นตัวแปรทำนายที่สำคัญในการสำสอนทางเพศคือ ความผูกพันของบิดามารดา

Domitrovich(48) ได้ศึกษาวิธีการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองและการปรับตัวทางสังคมของเด็ก ในด้านบทบาทของการสร้างความเข้าใจต่อเด็ก โดยผู้ปกครองและผู้เชี่ยวชาญ พบว่า กลุ่มผู้ปกครองที่ปกครองเด็กด้วยความเข้มงวดและไม่เป็นที่ยอมรับของเด็ก มีความเสี่ยงต่อการปรับตัวทางสังคมของเด็กสูงกว่ากลุ่มผู้ปกครองที่มีการอบรมเลี้ยงดูที่ทำให้เด็กยอมรับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้เด็กเกิดการยอมรับนั้น พบว่าควรให้ความยืดหยุ่นกับเด็กได้มีโอกาสแสดงออก ให้ความสนใจคัดค้านให้การสนับสนุน และให้เหตุผลเพื่อให้เด็กได้รู้จักคิดและเกิดความเข้าใจต่อกระบวนการเปลี่ยนแปลงของสังคมและรู้จักปรับตัวให้เข้ากับสังคม

Bystritsky (16) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับของความผูกพัน รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง ลักษณะของสิ่งแวดล้อมทางครอบครัว กับการปรับตัวทางสังคม พบว่าลักษณะที่บ่งบอกถึงความผูกพันอย่างเหนียวแน่น คือการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองที่มีความกลมเกลียวกัน มีการรวมกลุ่ม และมีสภาพครอบครัวที่ไม่มีความขัดแย้ง ส่วนลักษณะที่ไม่เกี่ยวข้องกับความผูกพันอย่างเหนียวแน่น ได้แก่การอบรมเลี้ยงดูที่มีการควบคุมและจำกัดขอบเขต และสภาพครอบครัวที่มีการปฏิบัติตามหลักศาสนาอย่างเคร่งครัด นอกจากนี้ยังพบว่าลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น ทักษะการรวมกลุ่มเพื่อทำงานร่วมกับผู้อื่น การลดความขัดแย้งภายในครอบครัว และการสร้างความสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งในการสนทนาและการให้คำแนะนำปรึกษาภายในครอบครัว

Williams (14) พบว่า วัยรุ่นที่ไม่ใช่ชาวสเปนหรือแอลกอฮอล์ รายงานว่า มีความผูกพันในครอบครัว และความสามารถในการปรับตัวสูงกว่าวัยรุ่นที่พึ่งชาวสเปนและแอลกอฮอล์ และรายงานว่ามีการสื่อสารระหว่างพ่อกับวัยรุ่นสูงกว่าด้วยเช่นกัน

จากงานวิจัยเกี่ยวกับความผูกพัน และความสัมพันธ์ของบิดามารดาที่มีต่อบุตรดังกล่าวข้างต้น อาจกล่าวได้ว่า ความผูกพันของบิดามารดา นั้น นอกจากจะมีผลต่อพัฒนาการของบุคคลในทุกๆ ด้านตลอดช่วงพัฒนาการต่างๆ ของชีวิตแล้ว ความผูกพันนี้ยังส่งเสริมการปรับตัวของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่นให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาสู่ผู้ใหญ่ในอนาคต(4)