

บทที่ 1

บทนำ



ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา

ในสภาพปัจจุบัน วิทยาการ เทคโนโลยีและการสื่อสารมีความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ข้อมูลข่าวสารมีการแพร่กระจายทั้งทางด้านบวกและด้านลบ มีตัวแบบที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมในสื่อต่างๆ นอกจากนี้ยังเกิดการแข่งขันทางเศรษฐกิจ วิถีชีวิตเศรษฐกิจ การย้ายถิ่นของชาวชนบทเพื่อเข้ามาเป็นแรงงานในเมือง จึงทำให้กรุงเทพมหานครมีจำนวนประชากรเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว มีปัญหาความแออัดของที่อยู่อาศัยและการบริการสาธารณูปโภคที่ไม่เพียงพอ ประกอบกับค่าครองชีพที่สูงขึ้นเรื่อยๆ ทำให้รายได้ไม่สมดุลกับรายจ่าย ปัญหาต่างๆ ในสังคมนับวันจะทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ จนมีผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตของเด็ก เยาวชน และประชาชนโดยทั่วไป บุคคลเหล่านี้ต้องพยายามปรับตัวเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างราบรื่นและมีความสุข หากบุคคลไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะทำให้เกิดความคับข้องใจ ชัดแย้งในใจและวิตกกังวล หากปล่อยไว้จะก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมา เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาการปรับตัว ปัญหาความเครียด ปัญหายาเสพติด ปัญหาการฆ่าตัวตาย เป็นต้น มีการสำรวจพบว่า เด็กนักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาครอบครัว ในด้านที่เกี่ยวข้องกับความขัดแย้งในครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และปัญหาเศรษฐกิจในครอบครัว ทำให้นักเรียนรู้สึกไม่สบายใจ เสียใจ วิตกกังวล ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าขาดความรัก ความอบอุ่นจากพ่อแม่ รู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง และรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย (วชิราภรณ์ ไชยรัตน์, 2539 : 3-4) เพื่อป้องกันปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับเด็กหรือเยาวชน จึงควรมุ่งส่งเสริมให้พวกเขาเหล่านี้ได้เรียนรู้ถึงพลังความสามารถที่มีอยู่ในตนเองหรือศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ และนำออกมาใช้ในการจัดการกับปัญหาชีวิต ตลอดจนการปรับตัวอยู่ในสังคม โดยมีรากฐานมาจากการทำให้ทุกคนเกิดความเข้าใจและใช้พลังต่างๆ ที่มีอยู่ในตนเองอย่างเต็มที่ ให้เกิดความรักและเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญในการป้องกันการเกิดหรือบรรเทาความรุนแรงของปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความจำเป็นพื้นฐานสำหรับมนุษย์ ความรู้สึกนี้มีพลังผลักดันให้มนุษย์ได้พัฒนาตนเองและเรียนรู้การดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า ในการที่มนุษย์จะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว มีการแสดงออก มีความรู้สึก ความคิดหรือพฤติกรรมต่างๆ ที่บุคคลกระทำ

อยู่ในชีวิตประจำวันนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองล้วนเป็นแรงผลักดันที่สำคัญทั้งสิ้น บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมีแนวโน้มทำลายตนเอง รวมทั้งมีพฤติกรรมการติดยาเสพติดและการก่ออาชญากรรม นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองยังมีความสัมพันธ์กับการสื่อสารของบุคคล ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถใช้การสื่อสารได้ดีในการรับข้อมูลข่าวสารผ่านการได้ยิน การเห็น การสัมผัส การเคลื่อนไหว รวมทั้งสามารถแปลความหมายและทำความเข้าใจกับข้อมูลที่ได้รับ โดยใช้วิธีการสื่อสารด้วยภาษาพูดและภาษาท่าทางที่คุ้นเคย ซึ่งพัฒนามาจากการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยทั่วไปการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นลักษณะเฉพาะบุคคล ซึ่งเป็นลักษณะที่สำคัญของบุคลิกภาพ เมื่อบุคคลมีความเคารพในเอกลักษณ์ของตนเองมากขึ้น ความรู้สึกนี้จะแผ่ขยายไปสู่ผู้อื่น จะรักและเห็นคุณค่าของผู้อื่น มีความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่น ตลอดจนมีความเชื่อมั่น มั่นใจ และมีกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าต่อไปอย่างไม่ทอดทิ้ง มีความคิดสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามให้แก่ตนเอง ครอบคลุมและสังคมตลอดเวลา (ธีระ ชัยยุทธยรรยง, 2542 : 68 - 70)

ดังนั้นในการดำเนินมาตรการป้องกันและแก้ไขปัญหาต่างๆในสังคมจึงต้องอาศัยปัจจัยที่สำคัญคือ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพ เพื่อให้สามารถปรับตัวและเผชิญปัญหาต่างๆ ด้วยวิธีการและทางออกที่เหมาะสม (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 1) ประเทศที่พัฒนาแล้วหลายประเทศ เช่น ญี่ปุ่น เกาหลี ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์มาก สำหรับประเทศไทยการเห็นความสำคัญกับปัญหาเหล่านี้มีมานานแล้วแต่ในทางปฏิบัติยังไม่ชัดเจน ดังจะเห็นได้จากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 มีจุดมุ่งหมายและหลักการในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม จริยธรรมและมีวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข นอกจากนี้การจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรขั้นพื้นฐานยังมุ่งพัฒนาผู้เรียนในลักษณะองค์รวม มีความเท่าเทียมกันในทุกด้าน ให้ผู้เรียนมีความสามารถในการพัฒนาตามเป้าหมายและวิธีการที่วางไว้ ให้มีความพึงพอใจในความสุขของสถานะที่ตนดำรงอยู่ โดยพัฒนาให้ผู้เรียนมีความสามารถทางอารมณ์ (Emotional Ability) หรือความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) โดยเฉพาะเด็กในวัยเด็กตอนกลาง (6 - 12 ปี) เป็นวัยที่เป็นโอกาสในการวางรากฐานแห่ง "การเห็นคุณค่าในตนเอง" (Self - Esteem) ซึ่งสำคัญที่สุดในชีวิตของคนเรา การเห็นคุณค่าในตนเองย่อมจะสร้าง "วัยขยัน" หากปราศจากความรู้สึกเช่นนี้ ย่อมสร้างความรู้สึกต่ำต้อย กลายเป็นการสร้าง "วัยทอดทิ้ง" ที่ยากจะแก้ไขได้ (ประมวล ดิฉินสัน, 2537 : 86) นอกจากนี้นักจิตวิทยาและนักสังคมวิทยา เน้นความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมาก เพราะว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาการของเด็ก ความรู้สึกภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญ

มาก เนื่องจากเป็นพื้นฐานในการมองชีวิตที่ผ่านมาได้อย่างถูกต้องและไม่บิดเบือน รวมทั้งพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับอนาคตได้อย่างเข้มแข็ง พร้อมทั้งจะรับเอาสิ่งดีๆ เข้ามาในชีวิต มีงานวิจัยจำนวนมากที่บ่งชี้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นตัวแปรทางจิตวิทยาที่สำคัญและส่งผลกระทบต่อบุคลิกภาพของคนเราตั้งแต่วัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ตลอดจนถึงวัยสูงอายุ (สุรินทร์ มีลาภสัน, 2539 : 25) และคนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะมีความรู้สึกเป็นสุขและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นสังคมไทยควรมีการให้ความใส่ใจกับจริงจังกับการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้เกิดขึ้นในตัวเด็กเพื่อเป็นภูมิคุ้มกันในการเผชิญชีวิตของเด็กต่อไป จะเห็นได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญยิ่งในการที่บุคคลจะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานของคุณลักษณะที่ดีของเยาวชนที่มีคุณภาพอันได้แก่ ความเป็นผู้มีวิจรรณญาณ มีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าและปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เป็นอย่างดี เพราะหากเด็กมีความรู้สึกไม่รักและไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ไม่ยอมรับ ไม่เข้าใจในตนเองแล้ว เด็กจะเกิดความไม่มั่นใจต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของตนและก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนโรงเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้โปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยมีความเชื่อว่าหลังจากที่นักเรียนได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว นักเรียนจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นตามเป้าหมายที่ผู้วิจัยได้วางไว้

แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ด้านแนวคิดและทฤษฎี

แนวคิดและทฤษฎีที่นำเสนอในงานวิจัยนี้เป็นแนวคิดจิตวิทยามนุษยนิยม กลุ่มแนวคิดนี้เน้นคุณค่าความเป็นมนุษย์ มีการพัฒนามาจากแนวคิดปรัชญาอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) แนวคิดนี้มองว่า มนุษย์เป็นสัตว์ที่ประเสริฐ ความจริงแท้ของชีวิตคือ ตัวตน (Self) มีสิ่งแวดล้อมและสภาพที่ตนเองสะสมไว้ โดยการตัดสินใจเลือกตั้งตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน จิตวิทยามนุษยนิยมเน้นความสำคัญของความรู้สึก คุณค่าของความเป็นมนุษย์ของแต่ละคน การรับรู้ของตนเองที่แตกต่างไปจากบุคคลอื่น ประสบการณ์ในชีวิตของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน บุคคลแต่ละคนมี

วิถีชีวิต (Life style) แตกต่างกัน การแสวงหาความหมาย การสร้างคุณค่าให้แก่ตนเองในแต่ละบุคคลย่อมไม่เหมือนกัน การยอมรับนับถือ ความเข้าใจ ความใส่ใจบุคคลอื่น บุคคลแต่ละคนเคารพนับถือสิทธิ หน้าที่ เติร์ภาพของผู้อื่น การสร้างความรู้สึกลงในทางที่ดีต่อคนอื่นและสิ่งแวดล้อม (PMA - Positive Mental Attitude) (คำนี้ ฎริบัญญัติ, 2533 : 65)

สำหรับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอเสนอการอธิบายเรียงตามลำดับดังนี้คือ

1. ทฤษฎีพื้นฐานทางบุคลิกภาพ
 - 1.1 ทฤษฎีแห่งตนของโรเจอร์ส
 - 1.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของอีริคสัน
2. แนวคิดและทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.2 ทฤษฎีความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของมนุษย์ของมาสโลว์
 - 2.3 ธรรมชาติและแหล่งกำเนิดของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3.1 รูปแบบทางอารมณ์ของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3.2 รูปแบบทางปัญญาของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3.3 รูปแบบทางสังคมของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.4 แนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ

1. ทฤษฎีพื้นฐานทางบุคลิกภาพ

1.1 ทฤษฎีแห่งตนของโรเจอร์ส

โรเจอร์ส (Carl Rogers) เป็นนักจิตวิทยาชาวอเมริกันที่ได้รับการยกย่องว่า เป็นผู้ที่มีอิทธิพลต่อความนึกคิดของบุคคล ซึ่งรวมทั้งความรู้สึกและทัศนคติของบุคคลต่อโลก ต่อชีวิต ต่อตนเอง และต่อสังคมแวดล้อม ฉะนั้นการศึกษาของโรเจอร์ จึงมุ่งความสำคัญต่อตัวตนของบุคคล และความเป็นเอกลักษณ์บุคคล แนวคิดและทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานในการอธิบายเกี่ยวกับลักษณะเฉพาะตัวของมนุษย์ ได้แก่

ทฤษฎีแห่งตน (Self Theory) ของโรเจอร์ส (Carl Rogers, n.d. อ้างถึงใน ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2539 : 123-125) ได้อธิบายถึง ตัวตนของมนุษย์ทุกคนว่ามี 3 แบบ ได้แก่

1. คนที่ตนมองเห็น (Self-Concept) คือ ภาพของคนที่ตนเองมองเห็นว่า ตนเป็นคนอย่างไร หรือคือใคร มีความรู้ความสามารถซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตนอย่างไร เช่น คนเก่ง คน

เมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้น ภาพของ “ตน” เริ่มขยายกว้างขึ้นในช่วงนี้ พ่อแม่และบุคคลรอบข้างจึงเริ่มมีความสำคัญมากขึ้น โรเจอร์สเชื่อว่า เด็กจะเริ่มพัฒนาความต้องการได้รับการยอมรับ ต้องการที่จะเป็นที่รักของผู้อื่น เด็กต้องการที่จะดูแลตนเอง เด็กไม่เพียงต้องการที่จะทำให้บุคคลรอบตัวมีความรู้สึกที่ต่อตัวเด็กเท่านั้น เด็กยังต้องการที่จะเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเองด้วยการที่เด็กได้รับความรักความอบอุ่นทำให้เด็กเริ่มได้เรียนรู้ว่าควรจะทำสิ่งที่ดี เพื่อให้ได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นการตอบแทน เด็กจะสร้างความรู้สึกมีคุณค่าขึ้นจากเงื่อนไขดังกล่าว ถ้าเด็กประสบความสำเร็จจากสิ่งที่กระทำและได้รับการยอมรับเป็นอย่างดี

โรเจอร์ส (Rogers, n.d. อ้างถึงใน ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 17) ได้ชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมของบุคคลเป็นผลเนื่องมาจากความเกี่ยวพัน 3 ระบบ ทางบุคลิกภาพ คือ

1. ระบบอินทรีย์ ได้แก่ สำนัญสำนึกในการดำรงชีพของมนุษย์
2. สนามประสบการณ์ ได้แก่ ประสบการณ์ทั้งหมดที่มนุษย์รับรู้และสั่งสมไว้ เป็นจุดรวมของประสบการณ์ทุกชนิดของมนุษย์
3. “ตน” พัฒนามาจากประสบการณ์ การปฏิบัติงานระหว่างระบบอินทรีย์และสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์จะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นตลอดเวลา บุคคลจะคอยควบคุมประสบการณ์ของตนเอง

โรเจอร์ส (Rogers, n.d. อ้างถึงใน ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 17-18) ให้ความสำคัญว่า ภาพของตนเองนั้นเป็นความปรารถนาสูงสุดที่ตนเองใฝ่ฝันอยากจะเป็น และพยายามทุกวิถีทางในการที่จะทำให้เป็นความจริง หากบุคคลใดสามารถดำเนินชีวิตโดยผสมผสานระบบทั้งสามของบุคลิกภาพได้อย่างกลมกลืนแล้ว บุคคลนั้นจะสามารถเผชิญกับความรู้สึกต่างๆ และสามารถทำกิจกรรมต่างๆ เกี่ยวกับตนเองได้ และการยอมรับประสบการณ์นั้นเข้าสู่ระดับสำนึก ทำให้ตนเองมีโอกาสไตร่ตรองการกระทำพฤติกรรมต่างๆ ว่ามีความเหมาะสมหรือไม่ ซึ่งเรียกว่า การเป็นบุคคลที่สมบูรณ์แบบ (Fully Functioning Person) ซึ่งมีลักษณะดังนี้คือ

1. เปิดใจกว้างยอมรับอดีตและประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในอดีต
2. ยอมรับความเป็นอยู่และความจำเป็นในการดำรงชีวิต
3. มีความเชื่อมั่นในตนเอง
4. ความเป็นอิสระ
5. มีความคิดสร้างสรรค์

จุดมุ่งหมายที่สำคัญของชีวิตมนุษย์ตามแนวคิดของโรเจอร์ส (Rogers, n.d. อ้างถึงใน ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 18) คือ การพัฒนาคนให้ถึงความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง แนวความคิดการยอมรับตนเองของโรเจอร์ส ประกอบด้วย

1. การเปิดใจกว้างรับประสบการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุขของแต่ละบุคคล โดยไม่คำนึงถึงว่าจะเป็นประสบการณ์ทางด้านบวกหรือลบก็ตาม
2. ความจำเป็นในการดำรงชีวิต คือ ไม่ต่อต้านขัดขวางประสบการณ์ใดๆ แต่สามารถยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงชีวิตได้ บุคคลนั้นสามารถที่จะเผชิญสิ่งใหม่ที่สำคัญกว่าในอนาคตได้
3. ความเชื่อมั่นในตนเอง คือ มีความเชื่อในความสามารถของตนเองว่า สามารถกระทำการต่างๆ ได้ด้วยตนเอง ยอมรับสภาพความเป็นจริง และเปิดใจกว้างในการยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น แต่ไม่ยอมให้ผู้อื่นมากำหนดทางให้ตนเองเดิน
5. มีความเป็นอิสระ คือ มีอิสระในการตัดสินใจด้วยตนเอง มีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง โดยไม่ขึ้นอยู่กับผู้อื่นหรือความคาดหวังจากสังคม
6. มีความคิดสร้างสรรค์ คือ มีความคิดริเริ่มในสิ่งที่ดีอยู่ตลอดเวลา รู้จักวิธีการหลีกเลี่ยงหรือสามารถเผชิญกับสิ่งต่างๆ ได้

แนวคิดทฤษฎีของโรเจอร์ส คือ การพัฒนาบุคคลให้มีความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง คือ การพัฒนาให้บุคคลรู้จักยอมรับความเป็นจริงและยอมรับตนเอง เป็นตัวของตัวเอง เมื่อเด็กรับรู้ว่าคุณค่าในตนเองได้รับความสำคัญจากบุคคลที่ตนเองสัมพันธ์ด้วยนั้น ก็จะสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองขึ้น ซึ่งแนวคิดของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984) ก็เสนอไว้อย่างสอดคล้องกันว่า การสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจะต้องพัฒนาให้เด็กมีโอกาสได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นและการยอมรับตนเอง ตลอดจนการที่เด็กจะได้กระทำการที่ตนเองปรารถนาหรือตั้งเป้าหมายไว้ และประสบความสำเร็จตามที่ตนได้ตั้งเป้าหมายไว้

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญอย่างมากต่อจิตใจ บุคลิกภาพ และการประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างมาก ฉะนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างมากที่จะส่งเสริมพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองในเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

1.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของอีริกสัน

การศึกษาในด้านพัฒนาการทางบุคลิกภาพของมนุษย์ เป็นรากฐานของการทำความเข้าใจในพฤติกรรมและการแสดงออกของมนุษย์ ในงานวิจัยนี้ได้นำทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของอีริกสัน (Erikson, 1963 อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2527 : 101) มาใช้ในการอธิบายพัฒนาการทางบุคลิกภาพของมนุษย์ โดยเฉพาะในระยะแรกของชีวิต (0-2 ปี) มาจนถึงวัยเด็ก (2-12 ปี) เป็นวัยที่เป็นรากฐานของการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ในแต่ละขั้นของพัฒนาการทางบุคลิกภาพนั้นมีความติดต่อกันเนื่องกัน โดยมีพัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นตัวเชื่อมโยงไปสู่พัฒนาการในขั้นต่อไป

อีริกสัน มีความเชื่อว่าในแต่ละขั้นเด็กจะต้องพบกับปัญหาเฉพาะ ถ้าเด็กสามารถแก้ปัญหาได้ก็จะเกิดความรู้สึกที่ดี แต่ถ้าแก้ปัญหาไม่ได้ก็จะเกิดความรู้สึกที่ไม่ดีตกค้างอยู่ก่อนที่จะก้าวเข้าสู่พัฒนาการในขั้นต่อไป (พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2527 : 101) โดยอีริกสันแบ่งระยะพัฒนาการทางบุคลิกภาพออกเป็น 8 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ความไว้วางใจ - ความไม่ไว้วางใจ (Trust v.s. Mistrust) ซึ่งเป็นขั้นในวัยทารก อีริกสันถือว่าเป็นรากฐานที่สำคัญของพัฒนาการในวัยต่อไป เด็กวัยทารกจำเป็นต้องมีผู้เลี้ยงดูเพราะช่วยเหลือตนเองไม่ได้ เด็กต้องการความรักความอบอุ่น ต้องการอาหารที่เหมาะสมอย่างเพียงพอและสม่ำเสมอ ต้องการคนคอยปกป้องคุ้มครอง ถ้าเด็กได้รับสิ่งเหล่านี้เพียงพอเพียงก็จะทำให้เด็กเกิดความมั่นใจ ไว้วางใจในสภาพแวดล้อมของตน แต่ถ้าเด็กขาดสิ่งเหล่านี้ หรือได้รับไม่สม่ำเสมอ ก็จะทำให้เด็กรู้สึกกลัว เหว่ รู้สึกไม่ไว้วางใจในสภาพแวดล้อมของตน

ขั้นที่ 2 ความเป็นตัวของตัวเองอย่างอิสระ - ความสงสัยไม่แน่ใจตัวเอง (Autonomous v.s. Shame and Doubt) อยู่ในวัยอายุ 2-3 ปี วัยนี้เด็กเริ่มเดินได้ สามารถที่จะพูดได้ และความเจริญเติบโตของร่างกายช่วยให้เด็กมีความอิสระ ฟังตนเองได้ และมีความอยากรู้อยากเห็นระยะนี้มีบริเวณรอบทวาร (Analzone) เป็นศูนย์กลางของพัฒนาการเพราะเด็กสามารถควบคุมกล้ามเนื้อหูรูดของอวัยวะขับถ่ายได้ เด็กวัยนี้จะได้รับการฝึกการขับถ่ายให้เป็นเวลา วิธีการฝึกถ้ามีความเข้มงวดเกินไปจะทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ แต่ถ้าการฝึกทำด้วยความรักความเข้าใจเด็กก็จะเกิดความมั่นใจ รู้สึกมีอิสระที่สามารถควบคุมตนเองได้ และก่อให้เกิดบุคลิกภาพแบบเป็นตัวของตัวเอง

ขั้นที่ 3 การเป็นผู้คิดริเริ่ม - การรู้สึกผิด (Initiative v.s. Guilt) วัยเด็กอายุประมาณ 3-5 ปี เป็นวัยที่เด็กเริ่มมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ อยากทำอะไรด้วยตนเอง เพราะสภาพแวดล้อมทำให้เด็กพยายามทำงานเฉพาะอย่างให้สำเร็จด้วยตนเอง เมื่อทำไม่สำเร็จก็จะล้มความ

ล้มเหลวอย่างรวดเร็วและตั้งต้นใหม่ ถ้าเด็กได้รับการส่งเสริมอย่างถูกต้อง ก็จะเป็นการเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ ให้กับเด็ก แต่ในทางตรงกันข้ามหากเด็กถูกตำหนิตีเดียวนทุกครั้งที่ทำงานไม่เสร็จ ก็จะเกิดความรู้สึกผิด

ขั้นที่ 4 ความต้องการที่จะทำกิจกรรมอยู่เสมอ - ความรู้สึกด้อย (Industry v.s. Inferiority) เด็กอายุประมาณ 6-12 ปี ในวัยนี้เด็กได้สำรวจสิ่งแวดล้อม ทำให้เขาได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ เด็กวัยนี้ต้องการทำงานให้ดีเท่ากับผู้ใหญ่ ซึ่งถ้าเขาทำได้สำเร็จจะเกิดกำลังใจให้ทำต่อไป แต่เนื่องจากเขาเป็นเด็กในบางครั้งเขาอาจไม่สามารถทำงานให้สำเร็จได้ ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกด้อย

ขั้นที่ 5 อัตภาพ หรือการรู้จักตนเองว่าเป็นเอกลักษณ์ - การไม่รู้จักรักตนเองหรือสับสนในบทบาทในสังคม (Ego Identity v.s. Role Confusion) เด็กในวัยนี้มีอายุระหว่าง 12-18 ปี ในวัยนี้ร่างกายของเด็กจะมีการเจริญเติบโต ร่างกายเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทางเพศทั้งหญิงและชาย เด็กวัยนี้จะเริ่มมีความคิดแบบผู้ใหญ่ เริ่มค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง มีการเลียนแบบบุคคลที่เขาชื่นชอบ และเริ่มผสมผสานระหว่างสิ่งที่เคยเลียนแบบมาในอดีต จนพัฒนาเป็นเอกลักษณ์ประจำตัวของเขาเอง

ขั้นที่ 6 ความใกล้ชิดผูกพัน - ความอ้างว้างตัวคนเดียว (Intimacy v.s. Isolation) วัยนี้เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นวัยที่ทั้งชายและหญิงเริ่มที่จะรู้จักตนเองว่ามีจุดมุ่งหมายในชีวิตอย่างไร เริ่มมุ่งหมายกับการทำงานและการอยู่ใกล้ชิดกับเพศเดียวกันหรือเพศตรงข้าม ความสำเร็จในพัฒนาการวัยนี้ขึ้นอยู่กับความมั่นใจในตนเองและการประสบความสำเร็จจากพัฒนาการในระยะต้นๆ ของเขา ถ้าเขารู้จักตนเอง มั่นใจในตนเองอย่างแท้จริง เขาก็สามารถจะใกล้ชิดสนิทสนมกับบุคคลอื่นได้ในทางตรงกันข้าม ถ้าเขาไม่ประสบความสำเร็จในพัฒนาการระยะต้น ๆ เขาจะไม่ไว้วางใจผู้อื่น ไม่มีความพอใจในตนเอง ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นไม่ได้ ทำให้รู้สึกอ้างว้างและว่าเหว

ขั้นที่ 7 ความเป็นห่วงชนรุ่นหลัง - ความคิดถึงแต่ตนเอง (Generativity v.s. Stagnation) ในวัยนี้มนุษย์เริ่มมีความรับผิดชอบแบบผู้ใหญ่ คือ การแต่งงานและเป็นบิดามารดา นอกจากความรับผิดชอบต่อตนเองแล้วยังต้องมีการดูแลบุคคลอื่นด้วย โดยเฉพาะความรับผิดชอบต่อที่ต่อดูแลและอบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน บุคคลที่ได้รับความสำเร็จในพัฒนาการระยะต้น ๆ มาก่อน จะรู้จักบทบาทหน้าที่ของตน รู้จักรับผิดชอบต่อและพอใจในฐานะและชีวิตของตน แต่ถ้าบุคคลใดไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตก็จะทำให้ขาดความไว้วางใจใคร รู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ มีปมด้อย ไม่ยุ่งเกี่ยวกับใคร ไม่มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

ขั้นที่ 8 ความพอใจในตนเอง - ความสิ้นหวังและไม่พอใจในตนเอง (Ego Integrity vs Despair) วัยนี้เป็นระยะบั้นปลายของชีวิต เป็นวัยที่บุคคลควรได้รับความสำเร็จในชีวิตขั้นสูงสุด ถ้าเขาเป็นผู้ที่มีพัฒนาการทางบุคลิกภาพดีเรื่อยมา เขาก็จะประสบความสำเร็จในวัยนี้ เขาจะ

ยอมรับความจริงในวัยที่เปลี่ยนแปลงไป มีความสุขกับชีวิตที่เหลืออยู่ มีความสุขุม ยอมรับการแก่ การเจ็บ การตายที่จะเกิดขึ้น แต่ถ้าในพัฒนาการระดับต้นเขาไม่ประสบความสำเร็จเขาจะหมดหวัง ไม่พอใจในชีวิตที่ผ่านมา ไม่ยอมรับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เกิดความคับข้องใจ และท้อแท้สิ้นหวังทอดอาลัยในชีวิต

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างอายุประมาณ 10-11 ปี ซึ่งตรงกับพัฒนาการในขั้นที่ 4 คือขั้นของความต้องการที่จะทำกิจกรรมอยู่เสมอ - ความรู้สึกด้อย (Industry v.s. Inferiority) ตามแนวคิดของอีริกสันเสนอไว้ว่า เด็กในช่วงอายุ 6-12 ปี จะมีพัฒนาการด้านสติปัญญาและร่างกาย อยู่ในขั้นที่มีความต้องการทำอะไรอยู่เสมอไม่เคยว่างหรืออยู่เฉยๆ แม้ว่าเด็กที่เจริญเติบโตในวัฒนธรรมที่ไม่มีการศึกษาในโรงเรียนทั่วโลกก็จะพบว่า เด็กวัยนี้เป็นวัยที่จะเริ่มฝึกหัดอาชีพ เช่น การทำนา สำหรับสังคมที่มีการศึกษาในโรงเรียน เด็กก็จะอยู่ในโรงเรียน หัดอ่าน หัดเขียนและคิดเลข เด็กวัยนี้มักจะภูมิใจว่าทำอะไรได้จึงขยันและใช้ความพยายามอย่างมาก ผู้ใหญ่จะต้องพยายามช่วยให้เด็กได้รับสัมฤทธิ์ผล ให้เขารู้ว่าเขามีความสามารถ เพื่อจะ给他มีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเขาเอง (Positive Self - Concept) เด็กวัยนี้จะต้องมีประสบการณ์ที่ส่งเสริมให้เขาคิดว่าคนเราเก่ง มีความสามารถทำอะไรก็ทำได้ เพื่อไม่ให้เกิดปมด้อยอย่างเดียว แต่เด็กอาจจะติเตียนกันเอง เปรียบเทียบความสามารถกันเสมอ ครูและบิดามารดาควรมีส่วนช่วยให้เด็กที่ทำงานช้า ผู้คนอื่นไม่ได้ ด้วยการพยายามหาสิ่งที่เด็กคนนั้นทำได้ดีกว่าคนอื่น และนอกจากนี้ชี้ให้เห็นความสามารถพิเศษของเขา และประกาศให้คนอื่นเห็นด้วย เช่น เด็กบางคนอาจจะทำงานช้าเสร็จช้า แต่เมื่อเสร็จแล้วเป็นผลงานที่มีความถูกต้องสมบูรณ์ เด็กบางคนเรียนไม่เก่งแต่ก็ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้มือได้ดี หรือเล่นกีฬาเก่ง การช่วยเหลือแบบนี้ก็จะช่วยทำให้เด็กไม่มีปมด้อย และมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง (สุรางค์ ใ้วตระกูล, 2541 : 42)

จะเห็นได้ว่าพัฒนาการของมนุษย์ตั้งแต่วัยทารก วัยเด็กเป็นช่วงของการสั่งสมประสบการณ์และการเรียนรู้ตนเองอย่างแท้จริง ฉะนั้นการที่เด็กพยายามค้นหาความเป็นตัวของตัวเอง เพื่อให้สามารถเข้าใจความต้องการของตนเอง และแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม เป็นช่วงที่มีความสำคัญต่อความสำเร็จในชีวิตของเขาเป็นอย่างยิ่ง เพราะถ้าเขาสามารถทำความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงได้ เขาก็จะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นรากฐานของความสำเร็จในชีวิตของมนุษย์

2. แนวคิดและทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นคำศัพท์ภาษาไทยที่ใช้แทนคำว่า Self - Esteem นอกจากนี้ยังมีผู้ใช้คำในภาษาไทยอื่นอีก ได้แก่ ความรู้สึกภาคภูมิใจ (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2527 ; ณาพร พุ่มพฤษ, 2529 ; นงลักษณ์ ประเสริฐ, 2537) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์, 2531 ; จันทรฉาย พิทักษ์ศิริกุล, 2532 ; พรทิพย์ ใจงาม, 2535) และการยอมรับนับถือตนเอง (หลุย จำปาเทศ, 2533)

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้มีผู้ให้คำจำกัดความไว้ดังตัวอย่างต่อไปนี้

โกลเดน (Golden, 1987) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า คือ การบอกระดับลักษณะเฉพาะของตน เป็นการตัดสินคุณค่าตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองมีอิทธิพลเหนือความสำเร็จในชีวิต แต่ถ้ามีการอ้างอิงตำราแล้ว การเห็นคุณค่าในตนเองหมายถึง ความมั่นใจในตนเอง ความรู้สึกว่ามีค่าของบุคคล ความเชื่อในความสามารถของตนที่จะเชื่อมโยงสิ่งต่างๆ เข้าสู่การศึกษา

แบรนด์เดน (Branden, 1981 : 110,125) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็นลักษณะของความเชื่อและการมีความนับถือตนเอง อันเกิดจากความเชื่อมั่นในควมมีคุณค่าของตนเอง ความมั่นใจในความสามารถของตนที่กระทำสิ่งใดให้สำเร็จได้ตามความพอใจ

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984 : 5) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็นการประเมินคุณค่าของตนเอง แสดงถึงทัศนคติทั้งทางด้านบวกหรือลบ เป็นการตัดสินคุณค่าแห่งตน ทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนมีความสามารถ ความสำคัญ ประสบความสำเร็จและมีคุณค่า ซึ่งสังเกตได้จากคำพูดและพฤติกรรมที่แสดงออก

เคอรา (Khera, 1998 : 95) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า คือ ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง เป็นองค์ประกอบหลักในการตัดสินความสำเร็จ หรือความล้มเหลวในการทำงาน การที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้รู้สึกมีความสุข ความพึงพอใจ และมีชีวิตอยู่อย่างมีความหมาย

แซสซี (Sasse, 1987 : 48) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า เป็นความรู้สึกของบุคคลว่าตนเองมีความสำคัญและมีคุณค่าในตนเอง มีความต้องการได้รับความเชื่อถือ การยอมรับนับถือ โดยได้รับการสนับสนุนหรือการยอมรับนับถือจากผู้อื่น เพื่อที่จะได้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจและนับถือตนเอง

ลอเรนซ์ (Lawrence, 1987 : 4) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง การที่บุคคลประเมินตนเองในด้านความแตกต่างระหว่างตนที่เป็นจริงอยู่ในปัจจุบันกับตนในอุดมคติ (Ideal Self) เป็นกระบวนการทางอารมณ์ที่วัดได้จากการที่บุคคลใส่ใจในความแตกต่างนี้ บุคคลที่มีความแตกต่างในการประเมินมากจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ถ้าหากมีความแตกต่างน้อยจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

วูลโฟล์ค (Woolfolk, 1998 : 73) ให้คำจำกัดความของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า คือ การบอกถึงคุณค่าของแต่ละบุคคลเกี่ยวกับลักษณะเฉพาะ ความสามารถ และพฤติกรรม

ออสบอร์น (Osborne, 1996 : 22) อธิบายว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความรู้สึกทางบวกและทางลบเกี่ยวกับตนเองที่มีความคงทนถาวรว่า อาจจะมีสิ่งที่ดีหรือไม่ดีเพิ่มขึ้นหรือลดลง เป็นสิ่งที่บุคคลเผชิญและเข้าใจในความสำเร็หรือความล้มเหลวในการดำเนินชีวิตประจำวัน

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้สรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินความเชื่อหรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพและยอมรับในตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถและใช้ความสามารถที่มีอยู่กระทำการต่างๆให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่วางไว้โดยได้รับการยอมรับจากบุคคลในสังคม นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองยังมีความเกี่ยวข้องกับอัตมโนทัศน์ (Self - Concept) เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองมีพื้นฐานมาจากความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองหรือ อัตมโนทัศน์ (Self - Concept) ในบางแห่งจึงมีการใช้ทั้งสองคำนี้รวมกัน

2.2 ทฤษฎีความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของมนุษย์ของมาสโลว์

มาสโลว์ (Maslow, 1908-1970) นักจิตวิทยาที่มีผลงานในการศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นขั้นหนึ่งในทฤษฎีความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของมนุษย์ของ มาสโลว์ (Maslow, 1987) อันได้แก่

1. ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological Needs) ได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำ วิตามิน และเกลือแร่ เพื่อช่วยให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายมีพลังงานในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างต่อเนื่อง ถ้าความต้องการทางด้านร่างกายของมนุษย์ไม่ได้รับการตอบสนอง มนุษย์จะไม่มีความต้องการพื้นฐานทางด้านอื่น ๆ เช่น ความปลอดภัย ความรัก การเห็นคุณค่าในตนเอง และการยอมรับตนเองตามสภาพความเป็นจริง จนกว่ามนุษย์จะได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกายจนครบถ้วนแล้วเท่านั้น

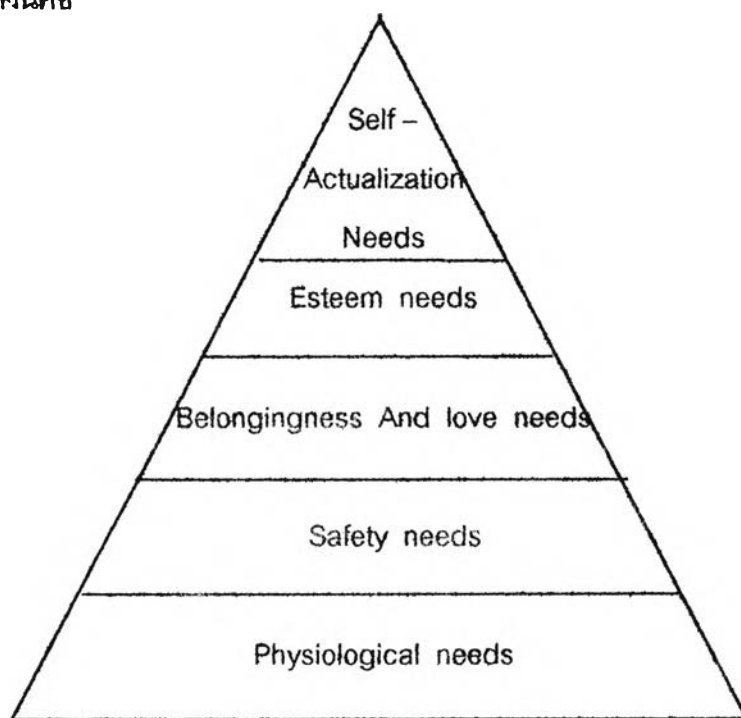
2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety Needs) เมื่อได้รับการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายเพียงพอแล้ว มนุษย์จะมีความต้องการสูงขึ้นอีกระดับคือ ความต้องการความปลอดภัย หมายถึง ความมั่นคง ความเชื่อถือ ความเป็นอิสระจากความกลัว ความวิตกกังวลและความสับสน เป็นต้น ในขั้นนี้มนุษย์ต้องการความมีระเบียบวินัย ความมีรูปแบบ กฎหมาย และข้อบังคับต่างๆ ตลอดจนความเข้มแข็งในการป้องกันอันตราย ทั้งนี้ มนุษย์จะพยายามใช้คุณลักษณะที่ตนเองมีอยู่ คือ สติปัญญา ความเฉลียวฉลาด การรับรู้และการแสดงออก รวมทั้งความสามารถด้านอื่น ๆ เป็นเครื่องมือในการแสวงหาความปลอดภัย

3. ความต้องการความรักและการเป็นเจ้าของ (The Belongingness and Love Needs) ความต้องการนี้อยู่บนพื้นฐานของการให้การยอมรับ เมื่อใดที่มนุษย์ไม่มีความพึงพอใจ จะมีความรู้สึกเหงา ว้าเหว่ ขาดเพื่อน ขาดคู่คิด โดยเฉพาะถ้ามนุษย์ยังมีความรู้สึกหิวและความต้องการทางด้านร่างกายยังไม่ได้รับการตอบสนองแล้ว ความรักจะถูกมองว่าเป็นสิ่งหลอกลวง เป็นสิ่งที่ไม่เป็นความจริง ไม่มีความจำเป็น และไม่ใช่ว่าสิ่งที่มีความสำคัญทันที เมื่อตกอยู่ในสภาวะดังกล่าว มนุษย์จะมีความรู้สึกโดดเดี่ยว เก็บตัว มีความรู้สึกขัดแย้ง ต่อต้าน และไร้ที่พึ่งพิง

4. ความต้องการความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (The Esteem Needs) มนุษย์ทุกคนมีความปรารถนาในการประเมินคุณค่าของตนเองไว้ในระดับค่อนข้างสูง ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนี้เกี่ยวข้องกับความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง และได้รับความเห็นคุณค่าจากผู้อื่นประกอบกัน เป็นความรู้สึกที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เชื่อว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีความสามารถ และมีความพึงพอใจในตนเอง ตลอดจนมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นบุคคลที่มีประโยชน์ และคุณค่าต่อสังคมที่อยู่อาศัย

5. ความต้องการรู้จักตนเองตรงตามสภาพที่เป็นจริง (The Self - Actualization Needs) เมื่อมนุษย์สามารถสนองความต้องการพื้นฐาน 4 ประการที่กล่าวมาแล้ว มนุษย์ยังมีความปรารถนาที่จะแสวงหาความเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดสร้างสรรค์สิ่งที่เหมาะสมกับตนเอง ถ้าสิ่งเหล่านั้นสามารถทำให้มีความสุขในชีวิต นั่นแสดงว่า มนุษย์ปรารถนาที่จะเติมแต่งชีวิตให้สมบูรณ์เหมาะสมกับศักยภาพของตนเองตามความเป็นจริง ความต้องการในระดับนี้เองที่ทำให้มนุษย์มีความแตกต่างระหว่างบุคคล

ความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของมนุษย์ตามแนวคิดของมาสโลว์ สามารถแสดงโดยใช้แผนภาพได้ดังนี้คือ



แผนภาพที่ 1 แสดงความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของมนุษย์ของมาสโลว์ (Maslow, 1970 : 48)

มาสโลว์ (Maslow, 1970 : 45-46) กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งตรงกับความต้องการพื้นฐาน 5 ประการ ในชั้นที่ 4 คือ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (The Esteem Needs) ให้ความเป็นความต้องการที่มีความสำคัญและเข้าใจยากที่สุดเพราะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่างๆมากมาย การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความต้องการความรักและการเป็นเจ้าของ ความต้องการนี้ประกอบด้วย ความนับถือตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสามารถและได้รับการนับถือ เห็นคุณค่า และหากได้รับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองขึ้นไปอีก ก็จะเข้าสู่ขั้นบรรลุสัจจการแห่งตน (Self-Actualization) ซึ่งเป็นความต้องการขั้นสูงสุดของมนุษย์

นอกจากนี้ มาสโลว์ (Maslow, 1970 : 45) แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. ประเภทที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกรับรู้ในคุณค่าของตนเอง การยอมรับนับถือ และการประเมินคุณค่าของตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองประเภทประกอบด้วยปัจจัยต่างๆ ได้แก่ การมีจุดเด่น ผลสัมฤทธิ์ ความสามารถที่เหมาะสมต่อสภาพการณ์ต่างๆ การบรรลุเป้าหมายและ

ความสามารถ ความเชื่อมั่น การพึ่งพาตนเอง และความมีอิสระเสรี

2. ประเภทที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น เช่น การมีชื่อเสียง การได้รับการยอมรับ ได้รับความสนใจ เกียรติยศ สถานภาพ มีอำนาจเหนือผู้อื่น มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรี เป็นที่ชื่นชมของผู้อื่น เป็นต้น

2.3 ธรรมชาติและแหล่งกำเนิดของการเห็นคุณค่าในตนเอง

การศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองได้มีการให้คำจำกัดความและอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองมานานแล้ว ส่วนใหญ่จะได้รับข้อสรุปเกี่ยวกับธรรมชาติและแหล่งกำเนิดของการเห็นคุณค่าในตนเองว่ามี 3 รูปแบบ (Brown, 1998 : 197-207) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้คือ

2.3.1 รูปแบบทางอารมณ์ของการเห็นคุณค่าในตนเอง (Affective Models of Self – Esteem) รูปแบบทางอารมณ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองได้เสนอไว้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเกิดขึ้นในช่วงพัฒนาการระยะต้นของชีวิต ซึ่งประกอบด้วยลักษณะเฉพาะ 2 ลักษณะ (Two components of Self – Esteem) คือ

2.3.1(1) ความรู้สึกของการเป็นเจ้าของ (feeling of belonging) เป็นความรู้สึกที่ก่ออย่างปราศจากเงื่อนไข เกิดขึ้นอย่างไม่มีสาเหตุหรือเหตุผลและเกิดขึ้นได้ค่อนข้างง่าย ความรู้สึกของการเป็นเจ้าของนี้เป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ ความรู้สึกของการเป็นเจ้าของนี้ทำให้บุคคลมีพื้นฐานในด้านความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต เมื่อมีปัญหาจะสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ เขาจะรู้สึกว่ามีคุณค่าและได้รับการเห็นคุณค่าในตนเองจากผู้อื่น

2.3.1(2) ความรู้สึกที่มีความชำนาญ (feeling of mastery) เป็นความรู้สึกที่รับรู้ว่าเป็นคนที่มีอิทธิพลต่อสิ่งต่างๆ อาจไม่ใช่สิ่งที่ยิ่งใหญ่และเกิดขึ้นวันต่อวันในชีวิตของมนุษย์ แต่มีความแตกต่างจากการรับรู้ความสามารถของตนเอง เช่น นักเปียโนไม่ได้คิดว่าตนเองเป็นนักเปียโนที่ประสบความสำเร็จ แต่เขามีความรู้สึกนี้เกิดขึ้นเมื่อทุ่มเทเอาใจใส่และเขาชนะกับอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้น

การที่จะทำความเข้าใจเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น ต้องเข้าใจความรู้สึกของการเป็นเจ้าของและความรู้สึกที่มีความชำนาญ ความรู้สึกเหล่านี้เป็นสัญชาตญาณของมนุษย์ มีการพัฒนาในระยะแรกของชีวิต โดยทั่วไปเป็นผลมาจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก การให้ความสำคัญกับประสบการณ์ในระยะแรกของชีวิต ไม่ได้หมายความว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง

จะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ แต่ประสบการณ์ในระยะแรกของชีวิตจะเป็นการวางรากฐานเพื่อ การมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงหรือต่ำต่อไป

2.3.2 รูปแบบทางปัญญาของการเห็นคุณค่าในตนเอง (Cognitive Models of Self - Esteem) รูปแบบทางปัญญาของการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น มีความคิดพื้นฐานว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นขึ้นอยู่กับรูปแบบที่บุคคลใช้ในการประเมินคุณลักษณะของบุคคล โดยมี การประเมินบุคคลใน 4 ลักษณะ ได้แก่ ความดึงดูดใจ (Attractive) สติปัญญา (Intelligence) บุคลิกภาพดี (Well Liked) และมีความเป็นนักกีฬา (Athletic) ซึ่ง 3 รูปแบบนี้ ได้แก่

2.3.2(1) รูปแบบการประเมินตนเองโดยทั่วไป (Add-em-up Model) เป็นรูปแบบที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยทั่วไป จะแสดงผลรวมของวิธีการในการ ประเมินความสามารถและคุณลักษณะของบุคคล ในการตัดสินระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง คณะนั้นที่ได้สามารถให้ทำนายได้ว่าบุคคลใดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากัน

2.3.2(2) รูปแบบการประเมินตนเองกับสมาชิกในกลุ่ม (Weight-em-by-Importance Model) เป็นรูปแบบในการประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลในกลุ่มที่มีความเฉพาะเจาะจง โดยเป็นการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองกับสมาชิกคนอื่นในกลุ่ม ของตน

2.3.2(3) รูปแบบการประเมินตนในปัจจุบันกับตนในอดีต (Self - Ideal Model) เป็นรูปแบบในการประเมินการเห็นคุณค่าตนเองที่ขึ้นอยู่กับความแตกต่าง ระหว่างตนในปัจจุบันและตนในอดีต

ทั้ง 3 รูปแบบนี้ มีการให้ความสำคัญในการอ้างสาเหตุที่ต่างกัน กล่าวคือ มีรูปแบบในการเปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลหนึ่งกับบุคคลใน 3 กลุ่มที่มี ลักษณะแตกต่างกันไปตามรูปแบบ

2.3.3 รูปแบบทางสังคมของการเห็นคุณค่าในตนเอง (Sociological Models of Self - Esteem) รูปแบบทางสังคมของการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความคิดพื้นฐานว่า การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับอิทธิพลมาจากปัจจัยทางสังคม ถ้าบุคคลเชื่อว่าเขาได้รับการยอมรับจากสังคม และมีคุณค่าในสังคมที่เขาอาศัยอยู่ บุคคลนั้นก็จะมี การเห็นคุณค่าในตนเองสูง โดยปัจจัยทาง สังคมจะแปรเปลี่ยนไปตามแต่ละสังคม เช่น ชื่อเสียง รายได้ ระดับการศึกษา และสถานภาพ ทางสังคม (เช่น เพศ หรือการนับถือศาสนา เป็นต้น) การที่บุคคลได้รับการประเมินจากกลุ่มทาง สังคมทางบวกจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองทางลบ ดังนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลขึ้น

อยู่กับว่าเขาได้รับการเห็นคุณค่าและการปฏิบัติจากสังคมอย่างไร หรือเขาพฤติกรรมที่มีความสอดคล้องกับความคาดหวังทางสังคมหรือไม่ สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวทำนายว่าบุคคลนั้นเป็นบุคคลที่มีคุณประโยชน์หรือประสบความสำเร็จมากน้อยแค่ไหน ซึ่งถ้าเขาได้รับความนับถือว่าเป็นบุคคลที่มีคุณประโยชน์ต่อสังคมหรือประสบความสำเร็จในชีวิต บุคคลนั้นก็จะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลนั้นไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม รู้สึกอับยศและเสื่อมเสียชื่อเสียง บุคคลนั้นก็จะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

2.4 แนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ

นักจิตวิทยาที่ทำการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองมาอย่างกว้างขวาง ได้แก่ สแตนเลย์ คูเปอร์สมิธ ซึ่งคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1967 : 32 อ้างถึงใน สุรินทร์ มีลาภสัน, 2539) กล่าวถึงแหล่งที่มาของการเห็นคุณค่าในตนเองมาจาก 4 แหล่ง ดังนี้

1. การมีอำนาจ (Power) หมายถึง การที่บุคคลสามารถมีอิทธิพลและควบคุมผู้อื่นได้
2. การมีความสำคัญ (Significance) หมายถึง การได้รับการยอมรับว่าตนมีความสำคัญได้รับความรักใคร่จากผู้อื่น
3. การมีคุณความดี (Virtue) หมายถึง การยึดมั่นตามมาตรฐานทางจริยธรรมและศีลธรรมของสังคม
4. การมีความสามารถ (Competence) หมายถึง การได้รับความสำเร็จ บรรลุวัตถุประสงค์ในการกระทำของตน

การเห็นคุณค่าในตนเองนั้น คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981 :118-119) ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองพบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าตนเองมี 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาสโลว์ คือ ได้แก่ องค์ประกอบภายในบุคคล ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองจากตนเองในด้านต่าง ๆ และ องค์ประกอบภายนอกบุคคล ซึ่งเกี่ยวข้องกับการได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. องค์ประกอบภายในบุคคล หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน ได้แก่

1.1 ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes) ลักษณะทางกายภาพของบุคคลมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะทางกายภาพบางลักษณะมีส่วนช่วยให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้น เช่น ความงาม การมีรูปร่างหน้าตาที่น่ามอง เป็นต้น ลักษณะทางกายภาพบางลักษณะเอื้ออำนวยให้บุคคลประสบกับความสำเร็จในกิจกรรมที่บุคคล

นั้นให้คุณค่า เช่น ความแข็งแรงและความรวดเร็ว ซึ่งทั้งความแข็งแรงและความรวดเร็วมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในเพศชายอย่างมีนัยสำคัญมากกว่าความงดงามทางกายภาพ ในขณะที่ความงดงามทางกายภาพมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในเพศหญิงมากกว่าในเพศชาย อย่างไรก็ตาม ลักษณะทางกายภาพใดๆ ก็ตามที่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองก็ขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมนั้นๆ เป็นสำคัญ (Coopersmith, 1981 : 120-123) ทั้งนี้บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพดีจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองและมีความพึงพอใจในตนเองมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพไม่ดี

1.2 ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและการกระทำ (General Capacity Ability and Performance) มีความสัมพันธ์กับความประสบความสำเร็จของบุคคลทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมภายในโรงเรียน ครอบครัวหรือสังคม สังคมลักษณะต่างๆ ดังกล่าวนี้อาจมีความสัมพันธ์และช่วยส่งเสริมให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีสติปัญญาเข้ามาส่งเสริมและสนับสนุนให้สามารถประสบความสำเร็จและบรรลุวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมนั้นๆ ได้ (Coopersmith, 1981 : 123-125) โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่อยู่ในวัยเรียน กิจกรรมทางการเรียนเป็นตัวอย่างที่ทำให้มองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถของบุคคลในการดำเนินกิจกรรมหรือสติปัญญากับการเห็นคุณค่าในตนเองได้อย่างชัดเจนมาก ถ้าผู้เรียนสามารถใช้ความสามารถและสติปัญญาที่มีอยู่อย่างเต็มที่และประสบความสำเร็จในการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเองจะเพิ่มขึ้นทันที แต่เมื่อใดที่พบกับความล้มเหลว บุคคลจะมีความรู้สึกที่ตนด้อยคุณค่า ไม่สมควรได้รับการยอมรับ การเห็นคุณค่าในตนเองก็จะลดลง

1.3 ภาวะทางอารมณ์ (Affective States) ภาวะทางอารมณ์เป็นสภาพสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกพอใจ ความรู้สึกเป็นสุข ความรู้สึกวิตกกังวล หรือภาวะอื่นๆ ที่อยู่ในตัวบุคคล ทั้งที่แสดงออกและไม่แสดงออก โดยส่วนใหญ่เป็นผลสืบเนื่องมาจากการประเมินถึงสิ่งที่ตนเองประสบ และเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้ว มีผลกระทบต่อการประเมินตนเองในเวลาต่อมา บุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพอใจ เป็นสุข ขณะที่บุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ไม่ดี จะไม่พอใจในภาวะชีวิตปัจจุบันของตนและมองว่าตนเองไม่สามารถประสบความสำเร็จได้ในอนาคต (Coopersmith, 1981 : 130-134)

1.4 ค่านิยมส่วนตัว (Self - Values) โดยทั่วไปบุคคลประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนเองให้คุณค่าที่สอดคล้องกับสิ่งที่สังคมให้คุณค่า เช่น บุคคลที่ให้ความสำคัญกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ถ้าประสบความสำเร็จทางการเรียน จะก่อให้เกิดความรู้สึกอภัย ผิดหวัง และทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ในทำนองเดียวกัน ถ้าค่านิยมส่วนตัวสอดคล้องกับค่านิยมของสังคม การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้นก็ยิ่งสูงขึ้น และถ้าค่านิยมส่วนตัวส่วนตัวของเขาไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคม บุคคลก็จะมี การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง (Coopersmith, 1981 :

138-142) ดังนั้นแสดงว่าคุณคนมีแนวโน้มที่จะใช้เกณฑ์ค่านิยมของสังคมเป็นตัวตัดสินคุณค่าของตนเอง

1.5 ความปรารถนาของบุคคล (Aspiration) การตัดสินคุณค่าของบุคคลส่วนหนึ่งเกิดขึ้นจากการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติและความสามารถของตน กับระดับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เพราะประสบการณ์การได้รับความสำเร็จ จะนำไปสู่การเกิดแรงบันดาลใจที่จะสร้างความสำเร็จในครั้งต่อไป (Coopersmith, 1981 : 142, 148) การสามารถปฏิบัติได้ตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ จะนำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเอง

2. องค์ประกอบภายนอก บุคคลหมายถึง สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน สภาพแวดล้อมดังกล่าวประกอบด้วย

2.1 สัมพันธภาพกับครอบครัวหรือพ่อแม่ สภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งประสบการณ์ในวัยเด็กหรือการประสบความสำเร็จในชีวิตตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ การได้รับคำชมเชยจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง จะทำให้บุคคลเกิดการตระหนักในความสามารถและคุณค่าที่ตนเองมีอยู่และก่อให้เกิดความภาคภูมิใจขึ้น (Coopersmith, 1981 : 236) จะเห็นได้ว่า พ่อแม่และครอบครัวมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นอย่างมาก ซึ่งอยู่ภายใต้สภาพแวดล้อม ต่อไปนี้คือ

2.1.1 การที่พ่อแม่ยอมรับเด็กทั้งหมด หรือเกือบทั้งหมดเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึกที่มีอยู่และคุณค่าอย่างที่เป็น

2.1.2 การที่พ่อแม่กำหนดขอบเขต กฎระเบียบการกระทำไว้อย่างชัดเจน ดูแลให้ เด็ก กระทำตาม ทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย

2.1.3 การที่พ่อแม่ให้ความนับถือ ให้ความสำคัญอิสระแก่เด็กในขอบเขตการกระทำที่กำหนดให้ เปิดโอกาสให้แสดงออกถึงความสามารถและความรับผิดชอบ และเน้นการให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ

ทั้งนี้สภาพแวดล้อมภายนอกในส่วนของครอบครัวหรือพ่อแม่ ควรมีความสัดส่วนที่พอเหมาะสมในด้านความคาดหวังของพ่อแม่ที่มีต่อตัวเด็ก การให้การศึกษา การให้คำแนะนำในการทำงาน และปฏิริยาตอบสนองในทางบวกต่อความสำเร็จและความล้มเหลวทางการเรียนของเด็กด้วย

2.2 โรงเรียนและการศึกษา ประสบการณ์ที่เด็กได้รับจากโรงเรียนมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น โรงเรียนสามารถจัดสภาพแวดล้อมในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กได้ต่อจากที่บ้าน การที่เปิดโอกาสให้เด็กสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างอิสระโดยไม่ขัดต่อกฎระเบียบที่วางไว้ การให้ความช่วยเหลือแก่เด็กในการแก้ไขปัญหา

ต่างๆ เป็นการส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง สามารถพึ่งพาตนเองได้ (Coopersmith, 1984 : 9-10) ซึ่งเป็นการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนักเรียน

2.3 สถานภาพทางสังคม การเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น เพื่อชี้บอกสถานภาพทางสังคมของบุคคล เช่น ตำแหน่งการงาน บทบาททางสังคม วงศ์ตระกูล สถานะทางเศรษฐกิจ เป็นต้น บุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมระดับสูงจะได้รับการปฏิบัติต่อที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าสูงกว่าคนอื่น อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่า สถานภาพทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองไม่เด่นชัด เพราะบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมระดับต่ำ มีทั้งบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง และบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Coopersmith, 1984 : 138-142)

2.4 สังคมในกลุ่มเพื่อน การเห็นคุณค่าในตนเองส่วนหนึ่งเกิดจากการรับรู้ในการมองตนเองตามสภาพที่เป็นอยู่แล้วแล้วเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ ที่คล้ายคลึงกับตนเองในด้านทักษะความสามารถ พรสวรรค์ และความถนัด ถ้าเปรียบเทียบแล้วพบว่า ตนเองมีความสามารถ มีทักษะในการเรียนรู้ในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ หรือมีความถนัดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งมากกว่ากลุ่มเพื่อนในวัยเดียวกัน บุคคลนั้นก็จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ตรงกันข้ามเมื่อใดที่บุคคลพบว่าตนเองขาดทักษะหรือความถนัดในการดำเนินกิจกรรมใด ๆ ให้ทัดเทียมกับสมาชิกในกลุ่ม เมื่อนั้นบุคคลจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน ความรู้สึกเช่นนั้นก็ส่งผลให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้นลดลง (Crig, 1976 : 360 อ้างถึงใน นงลักษณ์ ประเสริฐ, 2537 : 360)

ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

บุคคลสามารถแสดงการเห็นคุณค่าในตนเองจากลักษณะท่าทาง น้ำเสียงคำพูด กิริยา และการกระทำ ซึ่งอาจจะแสดงออกอย่างรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ (Coopersmith, 1984 : 5) เป็นการจำแนกระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละบุคคลแตกต่างกันดังนี้คือ

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีความสอดคล้องกลมกลืนในความเป็น "ตน" รับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง มีความเชื่อถือในความคิดของตนเอง แสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้น เชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ กล้าคิด กล้าแสดงออก มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อบุคคลรอบข้างได้ แต่ในขณะเดียวกันก็ยอมรับความล้ม

เหลวของตนเองได้ จึงมีชีวิตอยู่อย่างไม่วิตกกังวล มีความยืดหยุ่นในการดำรงชีวิต ทำให้ดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข (Branden, 1985 : 6-9 ; Coopersmith, 1981 :132-134 ; Hamachek, 1978 : 180 ; Schutz, 1967 : 15 อ้างถึงใน อรรชมา พุ่มสวัสดิ์, 2539 : 15-16)

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีลักษณะตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คือ จะอยู่ในภาวะไม่สอดคล้องกลมกลืนในความเป็น "ตน" มักไม่เห็นความสำคัญของตนเอง ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง รับรู้ว่าคุณค่าตัวเองต่ำ ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลเหล่านี้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย วิตกกังวล เก็บตัว ไม่ชอบแสดงตัว แสวงหาการยอมรับจากบุคคลอื่น เพื่อให้เกิดการยอมรับตนเอง มีความประหม่า หวั่นไหว เมื่อรู้ว่าตนเองอยู่ในสายตาผู้อื่น มักไม่ค่อยยอมรับความล้มเหลวของตน ทำให้มีความเครียด และความวิตกกังวลสูง จึงเป็นผู้ไม่มีความสุขในชีวิต (Coopersmith, 1981 : 71, 132-134 ; Hamachek, 1987 :180 อ้างถึงใน อรรชมา พุ่มสวัสดิ์, 2539 : 16)

ลักษณะความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำนี้จะมีการแสดงออกให้เห็นได้ว่า มีความแตกต่างกันอย่างชัดเจน เคอรา (Khera, 1998 : 99) ได้ทำการรวบรวมลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ ไว้ดังนี้คือ

ตารางที่ 1 ลักษณะและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

การเห็นคุณค่าในตนเองสูง	การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ
- พูดคุยเกี่ยวกับความคิด (talk about ideas)	- พูดคุยเกี่ยวกับผู้คน (talk about people)
- มีทัศนคติเกี่ยวกับการห่วงใยดูแล (caring attitude)	- มีทัศนคติเกี่ยวกับการวิพากษ์วิจารณ์ (critical attitude)
- มีความอ่อนน้อมถ่อมตน (humility)	- มีความเย่อหยิ่ง จองหง (arrogance)
- เคารพในอำนาจ (respects authority)	- ต่อด้านอำนาจ (rebels against authority)
- เคารพในการพิสูจน์ความผิด (courage of conviction)	- ก้าวต่อไปเพื่อแสวงหาสิ่งที่ต้องการ (goes along to get along)
- มีความมั่นใจ (confidence)	- มีความสับสน วุ่นวายใจ (Confusion)
- เกี่ยวพันกับลักษณะเฉพาะตัว (concerned about character)	- มีความเกี่ยวข้องกับการมีชื่อเสียง (concerned about reputation)
- มีความกล้าแสดงออก (assertive)	- มีความก้าวร้าว รุนแรง (aggressive)
- มีความรับผิดชอบ (accept responsibility)	- มักตำหนิหรือโทษสิ่งอื่น (blames the whole world)
- มีความสนใจในตนเอง (self - interest)	- มีความเห็นแก่ตัว (selfish)
- มองโลกในแง่ดี (optimistic)	- เชื่อถือในโชคกลาง (fatalistic)
- มีความเข้าใจในสิ่งต่างๆ (understanding)	- มีความละโมภ (greedy)
- ชอบการเรียนรู้ (willing to learn)	- เชื่อว่ารู้ทุกสิ่ง (know it all)
- อ่อนไหว ไวต่อความรู้สึก (sensitive)	- โกร่ง่าย อารมณ์เสีย ใจน้อย (touchy)
- มีความสันโดษ (solitude)	- มีความโดดเดี่ยวเดียวดาย (lonely)
- ชอบการอภิปราย (discuss)	- ชอบการโต้แย้ง (argue)
- เชื่อถือในคุณค่าของตนเอง (belives in self - worth)	- เชื่อถือในคุณค่าของทั้งหมด (belives in net worth only)
- แนะนำไปในทางที่ดี (guided)	- บิดเบือนความรู้สึกอิสระเสรี (distorted sense of freedom)
- อยู่ในระเบียบวินัย (discipline)	- ชักนำไปในทางที่ผิด (misguided)
- มีแรงขับภายใน (internally driven)	- มีแรงขับจากภายนอก (extemally driven)
- เคารพและยอมรับผู้อื่น (respect others)	- ชอบดูถูกเหยียดหยามผู้อื่น (looks down on others)
- มีความสุภาพ เรียบร้อย (enjoy decency)	
- รู้จักขอบเขต (knows limit)	
- เป็นผู้ให้ (giver)	

การเห็นคุณค่าในตนเองสูง	การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ
	<ul style="list-style-type: none"> - มีพฤติกรรมแสดงความหยาบคาย (enjoys vulgarity) - ไม่รู้จักขอบเขต (everything goes) - เป็นผู้รับ (taker)

(Cited in Khera, 1998 : 99)

ลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำตามที่ เคอรา (Khera, 1998 : 99) ได้รวบรวมได้นี้ เป็นลักษณะกว้างๆ ที่สามารถใช้ในการพยากรณ์ ประกอบกับการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลได้ว่าบุคคลนั้นมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับใด ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำลักษณะและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง มาพิจารณาและสอดคล้องกับกระบวนการเสริมสร้างคุณลักษณะดังกล่าวในโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ด้วย

แนวทางเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากความเชื่อพื้นฐานของนักจิตวิทยามนุษยนิยมที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีความโน้มเอียงตามธรรมชาติที่จะพัฒนาตนในทุกๆ ด้าน (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2541 : 334) การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้เกิดขึ้นจากประสบการณ์ที่บุคคลได้รับ (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 20) นักจิตวิทยาได้เสนอแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองดังต่อไปนี้

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981 อ้างไว้ใน สุใจ ตั้งทองสวัสดิ์, 2532) ได้เสนอไว้ว่า ปัจจัยที่จะช่วยให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเองนั้น ได้แก่ โอกาสที่บุคคลนั้นจะได้ใช้พลังความสามารถที่มีอยู่ในตนเองในการคุ้มครองดูแลตนเองหรือมีโอกาสได้เกื้อกูลผู้อื่น ได้รับการให้ความสำคัญ ได้รับความเชื่อถือศรัทธาและประสบความสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหวัง ฉะนั้นโรงเรียนควรให้การสนับสนุนโดยตระหนักถึงพลังที่มีอยู่ในตนเองของนักเรียนและช่วยให้นักเรียนระลึกได้ว่าเขาสามารถพัฒนาชีวิตของตนเองให้สูงขึ้นได้

ฉะนั้นทางโรงเรียนควรดำเนินการให้สอดคล้องและสนองตอบต่อผู้เรียน โดยตระหนักถึงพลังที่มีอยู่ในตนเองของนักเรียน และช่วยให้นักเรียนระลึกได้ว่าเขาสามารถพัฒนาชีวิตของตนเอง

ให้สูงขึ้นได้ เป็นต้น ว่าจะให้อิสระแก่นักเรียนในการค้นหากิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองอยากทำ และรายงานผลย้อนกลับให้แก่นักเรียนทราบในทันที ให้นักเรียนประเมินการพัฒนาตนจากกิจกรรมที่ได้เข้าร่วมด้วยตนเอง ให้นักเรียนดำเนินกิจกรรมอย่างอิสระนักเรียนก็จะเกิดการค้นพบความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับสถานการณ์นั้น ๆ (Coopersmith, 1984 : 9)

นอกจากนี้คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984 : 10-11) สรุปเทคนิคเฉพาะในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ไว้ดังนี้คือ

1. การยอมรับความรู้สึกของบุคคลตามความเป็นจริง จะช่วยให้เขาสามารถถ่ายทอดความรู้สึกออกมา โดยเฉพาะการยอมรับความรู้สึกทางลบ ความรู้สึกกลัว ความรู้สึกขัดแย้ง และความรู้สึกปฏิเสธของบุคคล เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อการแสดงความรู้สึกของบุคคลในขณะนั้น
2. การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเผชิญกับปัญหาและวิธีการแก้ปัญหาที่แตกต่างกัน ควรทำความเข้าใจในวิธีการแก้ปัญหาและให้โอกาสแต่ละบุคคลในการแสดงความสามารถในการแก้ปัญหา เนื่องจากบุคคลมีความคิดที่เหมาะสมเฉพาะวัยของเขาและมีความรับผิดชอบต่อปัญหาที่เขาต้องเผชิญอยู่แล้ว นอกจากนี้การให้โอกาสเขาได้ฝึกเลือกวิธีการแก้ปัญหาเองนั้นจะทำให้เขาค้นพบว่ายังมีวิธีการที่เหมาะสมอีกหลายอย่างที่เขอาจจะเลือกใช้
3. การหลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับบุคคลอย่างรุนแรงและกะทันหัน ซึ่งจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจ ดังนั้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นควรแจ้งให้ทราบล่วงหน้าอย่างชัดเจนในทันทีและถ้าเป็นไปได้ไม่ควรให้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันเกิดขึ้น
4. การมีตัวแบบที่ดีและมีประสิทธิภาพในการเผชิญเนื่องจากตัวแบบมีอิทธิพล ต่อความรู้สึกมั่นคงของบุคคล ตัวแบบจึงควรมีความเชื่อมั่นและให้การสนับสนุนบุคคลให้สามารถใช้ศักยภาพที่มีอยู่ในการเผชิญปัญหาอย่างมั่นใจ และให้กำลังใจกับเขาว่าเขาสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ในการเผชิญปัญหาด้วยตนเอง
5. การช่วยให้บุคคลพัฒนาขั้นตอนการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ โดยให้เขาได้ระบายความขุ่นมัว ซึ่งจะเป็นโอกาสให้เขาได้ค่อยๆ เข้าใจความยุ่งยากในตนเอง ช่วยลดระดับความเครียด จากนั้นเขาจะค่อยๆ ใส่ใจกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเอง
6. ความคาดหวังที่สูงเกินความเป็นจริงจะส่งผลให้บุคคลเกิดความเครียด วิตกกังวล มากกว่าจะคิดหาวิธีการแก้ปัญหาและจะเป็นการทำลายความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลง

แบรดชอว์ (Bradshaw, 1981 : 6-11 อ้างถึงใน สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์, 2532 ; วัฒนา มัคคสมัน, 2539) มีความคิดเห็นที่สนับสนุนความคิดของคูเปอร์สมิท เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้อธิบายว่า บุคคลที่จะพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้ก็ต่อเมื่อได้รับประสบ

การในด้านใดด้านหนึ่งหรือมากกว่าใน 4 ด้านดังนี้

1. การได้รับประสบการณ์การประสบความสำเร็จที่เด่นชัดตามเป้าหมาย วัตถุประสงค์ หรือความคาดหวังของตน
2. การได้รับประสบการณ์ที่ได้แสดงถึงอำนาจ หรือการมีอิทธิพลเหนือเหตุการณ์ หรือบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง
3. การได้รับประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับว่ามีคุณค่า ได้รับ ความสนใจและเอาใจใส่จากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง
4. การได้มีโอกาสแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับค่านิยมที่สำคัญของตน

เมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์เหล่านี้ โดยอาจจะเป็นด้านใดด้านหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่ง ด้านจะส่งผลให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น อึดทนในทัศนคติจะเป็นบวกมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่น มีความงอกงาม ใจกว้าง ใจกว้าง ใจผู้อื่น กล้าเผชิญความจริง มีความคิดสร้างสรรค์ มีความใส่ใจ กล้าแสดงออก มีกำลังใจ มีความเสียสละ กล้าเสี่ยง เพื่อชีวิตที่ดีขึ้น มีเอกภาพ

แรฟฟินี (Raffini, 1993 : 147-149) เสนอแนะแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยการสร้างบรรยากาศในห้องเรียนหรือความมั่นคงปลอดภัยให้เกิดแก่นักเรียน ดังนี้คือ

1. ให้ความคาดหวังในตัวนักเรียนทุกคนในระดับสูงและช่วยเหลือนักเรียนให้ได้รับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน
2. ให้ข้อมูลย้อนกลับทางบวกแก่นักเรียนทุกคน
3. พยายามให้คำอธิบายเกี่ยวกับเหตุผลหรือวัตถุประสงค์ในการตั้งกฎเกณฑ์ มอบหมายงานและกระทำกิจกรรมทางการเรียน
4. เรียนรู้ลักษณะพิเศษของนักเรียนแต่ละคน และให้ความเอาใจใส่ในลักษณะพิเศษนั้นๆ ของนักเรียน
5. เห็นคุณค่าในความพยายามของนักเรียนเท่าเทียมกับสัมฤทธิ์ผลของนักเรียนทุกคน
6. ช่วยให้นักเรียนรู้จักการยอมรับความผิดพลาดและการประสบความสำเร็จ โดยการให้นักเรียนได้วิเคราะห์ด้วยตนเองจากประสบการณ์ในความผิดพลาดและประสบความสำเร็จของนักเรียนเอง
7. ให้การยอมรับคุณค่าที่มีอยู่ในตัวนักเรียน มองนักเรียนว่าเป็นมนุษย์ที่มีค่า แม้ว่าจะมีพฤติกรรมบางอย่างที่ครูไม่เห็นด้วย
8. แสดงความยินดีและชื่นชมในความสามารถและการประสบความสำเร็จของนักเรียน

9. ส่งเสริมให้นักเรียนมีการประเมินพฤติกรรมของตนเองตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้และบอกระดับความสำเร็จของตนเองได้

10. สร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและปลอดภัย เมื่อมีการแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างกันเกิดขึ้น

กรอบแนวคิดโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความจำเป็นขั้นพื้นฐานของมนุษย์ สามารถทำให้มนุษย์มีการพัฒนาหรือดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความเชื่อหรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพและยอมรับในตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถและใช้ความสามารถที่มีอยู่กระทำการต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยได้รับการยอมรับจากบุคคลในสังคม

แนวคิดที่นำมาใช้ในโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองนี้ ซิคโคเน (Siccone, 1995 :1) มีความคิดว่าการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตนเองและสิ่งแวดล้อมของตน ในการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองว่ามีความสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างไรและการได้รับผลย้อนกลับว่ารู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับตนเอง จากกรอบแนวคิดดังกล่าว สามารถอธิบายและเชื่อมโยงกันแสดงเป็นแผนภาพดังนี้คือ

๓-๒๕๖๐ ๓-๒๕๖๑	Interdependence 2	social Responsibility 4
๓-๒๕๖๐ ๓-๒๕๖๑	Independence 1	Personal Responsibility 3
	Experience (Internal)	Express (External)

แผนภาพที่ 2 รูปแบบการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง (Siccone, 1995 : 1)

ส่วนที่ 1 การพึงพาตนเอง เป็นประสบการณ์ภายในของบุคคลเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งความเข้าใจในตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความเป็นอิสระมีชีวิตอย่างคนที่มีลักษณะเฉพาะตน มีเอกลักษณ์ของตนเอง รู้จักตนเองและสามารถพัฒนาตนเองได้

ส่วนที่ 2 การพึ่งพาอาศัยกัน เป็นประสบการณ์ภายในของบุคคลในการพึ่งพาอาศัยกัน โดยการปฏิสัมพันธ์กับโรงเรียน กลุ่มเพื่อน กลุ่มสังคมและโลก ทุกคนมีคุณค่า มีความสัมพันธ์กับความต้องการความเป็นเจ้าของ ในแง่ของการเกี่ยวพันกัน มีความผูกพันเป็นสมาชิกและเกิดมิตรภาพขึ้น

ส่วนที่ 3 ความรับผิดชอบต่อตนเอง เป็นการแสดงออกภายนอกของบุคคล เป็นการแสดงเหตุผลเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยการให้โอกาสบุคคลได้เพิ่มอำนาจในการควบคุมการดำเนินชีวิตและแผ่ขยายความสามารถเพื่อให้เกิดการประสบความสำเร็จ มีผลสัมฤทธิ์ มีวัตถุประสงค์ เกี่ยวกับตนเองโดยตรง มีการเสี่ยงและบรรลุเป้าหมายทุกส่วน

ส่วนที่ 4 ความรับผิดชอบต่อสังคม เป็นการแสดงออกภายนอกของบุคคล มีความมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนนักเรียนในการกระตุ้นความสนใจส่วนบุคคล ให้เกิดการยอมรับความรับผิดชอบต่อโลกรอบตัวเขา กิจกรรมเป็นการพัฒนาทักษะทางสังคมและทักษะการพึ่งพาอาศัยกัน โดยใช้วิธีการร่วมมือและทำงานกันเป็นทีม

จากแนวคิดและทฤษฎีที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา มา จะเห็นได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคุณลักษณะที่มีความสำคัญและมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ การเห็นคุณค่าในตนเองยังมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางบุคลิกภาพ (Coopersmith, 1981) ดังนั้นในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจึงควรเริ่มในระยะต้นของพัฒนาการทางบุคลิกภาพ เพราะวัยเด็กเป็นช่วงของการสั่งสมประสบการณ์และการเรียนรู้ตนเองอย่างแท้จริง ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่าง อายุประมาณ 10-11 ปี จัดอยู่ในขั้นพัฒนาการที่มีความเหมาะสมต่อการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบกับรูปแบบการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองในการวิจัยครั้งนี้มีองค์ประกอบและลำดับขั้นที่ไม่ซับซ้อน จึงสามารถนำมาเป็นแนวทางในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้เกิดขึ้นในตัวเด็กได้เป็นอย่างดี

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองได้มีการทำการศึกษากันอย่างกว้างขวางทั้งในประเทศและต่างประเทศ ซึ่งผู้วิจัยจะขอนำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้คือ

- 1.งานวิจัยเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

1.2 งานวิจัยในประเทศ

1.งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

การเห็นคุณค่าในตนเองนับว่ามีผลต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านสุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งมีผลงานวิจัยจำนวนมากที่ยืนยันว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กัน ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงมักจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง แต่ไม่อาจยืนยันได้ว่าคนที่มีความสัมพันธ์ทางการเรียนสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงด้วย (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 8)

โทบริดจ์ (Trowbridg, 1972 : 63-65 อ้างถึงใน ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 : 19) ศึกษาสถานภาพสังคมเศรษฐกิจและอัตมโนทัศน์ในเด็กโดยใช้แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ พบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ในการอ่านในเด็กระหว่าง 0.35 ถึง 0.45 ซึ่งขึ้นอยู่กับระดับสถานภาพเศรษฐกิจสังคม

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, n.d. อ้างถึงใน ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539 :19) ยังพบว่าสาเหตุและความสัมพันธ์และการปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูและเด็กมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ครูผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำและการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำควรให้ความสำคัญกับปฏิสัมพันธ์ที่จะส่งผลกระทบต่อความมีคุณค่าในตนเองของเด็ก

มอร์ริสัน และคณะ (Morrison and others, 1973 : 412-415) ได้ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองกับการประเมินตนเองด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า นักเรียนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่านักเรียนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

หลุยส์ และคณะ (Louis and others, 1974 : 213-216 อ้างถึงใน นงลักษณ์ ประเสริฐ, 2537 : 31) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน โดยจำแนกตามเพศ อายุโดยเฉลี่ย 11 ปี พบว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จะเห็นได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ดังนั้นในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน จึงน่าจะส่งผลต่อการเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนด้วยเช่นกัน

1.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เดอลูกา (De-Luca, 1993) ใช้กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นเวลา 10 สัปดาห์ ทำการทดลองกับเด็กหญิงที่มีประสบการณ์ถูกทารุณกรรมทางเพศภายในครอบครัว จำนวน 7 คน มีอายุระหว่าง 10-12 ปี โดยทำการทดลองสัปดาห์ละ 90 นาที พบว่า สามารถช่วยลดความเครียด ความวิตกกังวล และเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญ

มิลเลอร์ (Miller, 1997) นำการเรียนรู้การให้บริการมาใช้ในการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนใน Immo Middle School, Campus R. ใน Columbia, South Carolina โดยให้นักเรียนเรียนรู้ การเข้าสังคมและรู้จักการเอาใจใส่ห่วงใยผู้อื่น โดยมีความคิดว่า จะสามารถสำรวจเกี่ยวกับตัวนักเรียนและความสัมพันธ์ที่มีต่อสังคมได้

โรเบิร์ต (Robert, 1994) ทำการศึกษาการใช้ A Menter Program เพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โปรแกรมนี้มีทั้งหมด 11 ชั้น ใช้เวลาทดลอง 1 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ใช้เทคนิคการให้คำปรึกษา การตั้งเป้าหมาย การประเมินผลทางการเรียนและการสร้างแรงจูงใจ พบว่า ในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ไรลีย์ (Riley, 1995) ศึกษาการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้กิจกรรมการทำงานร่วมกับพ่อแม่ กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็ก อายุ 8 ปี และ 12 ปี ที่มาจาก Dysfunctional family พบว่า หลักการใช้กิจกรรมการทำงานร่วมกับพ่อแม่แล้ว เด็กมีคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

วิงเคอร์ (Winkler, 1991) ใช้กระบวนการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อนเพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา ที่อยู่ในชั้น ป.3 และ ป.5 ที่มีความเสี่ยง ผลการศึกษาพบว่า การวิจัยนี้ได้ผลที่ดีในการพัฒนาระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

โอมิโซ (Omizo, 1989) ได้นำการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยเน้นกิจกรรมทางศิลปะมาใช้ ในการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษา เชื้อชาติฮาวาย หรือ เชื้อชาติผสม (ระหว่างเชื้อชาติฮาวายและเชื้อชาติอื่น) จำนวน 50 คน อายุระหว่าง 8-11 ปี ผล การทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับ กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

1.2 งานวิจัยภายในประเทศ

จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล (2531) ทำการศึกษาผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้า แสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามเสน วิทยาลัย จำนวน 16 คน กลุ่มทดลองได้เข้าโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง-1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นจำนวน 10 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า การเข้า โปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกมีผลต่อการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 อย่างมีระดับนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

ชยาพร ลีประเสริฐ (2535) ทำการศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อ การเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนท่ามะกาวิทยาคม จำนวน 16 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที จำนวน 8 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มี การเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญ ที่ระดับ 0.05 และนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง กว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา (2538) ทำการศึกษาผลของการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตน เองของนักเรียนชั้นประถมปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลวัดปรินายก จำนวน 60 คน มีการจัดฝึกอบรม แบบเข้าค่ายพักแรมเป็นเวลา 3 วันติดต่อกัน โดยใช้แนวคิดการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตน เองที่ได้จากการวิเคราะห์จากแนวคิดของนักจิตวิทยา ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้คือ

1.การจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ให้การยอมรับ รับฟังความคิดเห็น ตามแนวคิดของบรูค (Brook, 1992)

2. จัดกิจกรรมเพื่อให้โอกาสแก้ปัญหาพร้อมกันโดยใช้กระบวนการกลุ่มและการใช้ปัญหาปลายเปิดตามแนวคิดของรอนกิน (Ronkin, 1982)

3. เปิดโอกาสให้แต่ละคนแสดงความคิดเห็นเป็นการสะท้อนความคิดและค่านิยมของตนตามแนวคิดของฮอสเซอร์แมน และคณะ (Hauseman and others, 1976)

4. มีการให้การคาดหวังถึงวันข้างหน้าหรือตั้งเป้าหมายตามแนวคิดของแซสซี (Sasse, 1978)

5. มีการวิเคราะห์และการให้ข้อมูลย้อนกลับจากการแก้ปัญหาพร้อมกันตามแนวคิดของบรูค (Brook, 1992)

ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านตนเองโดยทั่วไปและด้านโรงเรียน-การศึกษา มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และพบว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลาง มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านตนเองโดยทั่วไป ด้านโรงเรียน-การศึกษาและทางด้านพ่อแม่สูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เพยาร์ ผลภาค (2539) ทำการศึกษาบทบาทของบิดา บทบาทของมารดา การปรับตัวกับเพื่อนกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2538 ของโรงเรียนสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 761 คน ผลการวิจัยพบว่า บทบาทของบิดา บทบาทของมารดา การปรับตัวกับเพื่อนโดยส่วนรวมและแต่ละด้าน มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นทุกกลุ่ม บทบาทของบิดา บทบาทของมารดา และการปรับตัวกับเพื่อน สามารถร่วมกันทำนายความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ในวัยรุ่นทุกกลุ่ม ยกเว้นในวัยรุ่นเพศชาย บทบาทของบิดาไม่สามารถร่วมกันทำนายความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ และตัวแปรที่ทำนายได้ดีที่สุด คือ การปรับตัวกับเพื่อน ลำดับรองลงมา คือ บทบาทของมารดา และบทบาทของบิดาตามลำดับ นอกจากนี้วัยรุ่นซึ่งมีเพศหรือวัยต่างกันมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน

นาตยา วงศ์สิทธิ์ (2532) ทำการศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยพิษณุโลก จำนวน 37 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นเวลาต่อเนื่องกัน 3 วัน 3 คืน รวมเวลาที่ใช้ในการประชุมกลุ่ม 30 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์มีการ

เห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกับนักศึกษาที่เข้าร่วมประสบการณ์ทัศนศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ นักศึกษาที่เข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ในสภาพแวดล้อมเดิมตามปกติอย่างมีนัยสำคัญ และนักศึกษาที่เข้าร่วมประสบการณ์ทัศนศึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างจากนักศึกษาที่อยู่ในสภาพแวดล้อมเดิมตามปกติ อย่างมีระดับนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

วัฒนา มัคคสมัน (2539) ทำการศึกษาการพัฒนาารูปแบบการเรียนการสอนตามหลักการสอนแบบโครงการเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยอนุบาล กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ เด็กวัยอนุบาลอายุ 5-6 ขวบ จำนวน 37 คน ผลการวิจัยพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบการเรียนการสอนแบบโครงการ กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และหลักการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบโครงการ เด็กที่เรียนตามรูปแบบการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้น มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กที่เรียนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์ (2531) ทำการศึกษาการใช้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 20 คน กลุ่มทดลองเข้ารับโปรแกรมการให้การช่วยเหลือแบบกลุ่ม เป็นจำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือแบบจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนรับการช่วยเหลือจากเพื่อนในกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 และนักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มอย่างมีระดับนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

อรชума พุ่มสวัสดิ์ (2538) ทำการศึกษาการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่ต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2538 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 150 คน ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นที่รับรู้ว่าคุณค่าตนเองได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย รักตามใจและปล่อยปละละเลยอย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นที่รับรู้ว่าคุณค่าตนเองได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบคุ้มครอง และวัยรุ่นชายมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างจากวัยรุ่นหญิงในทุกรูปแบบ

จากการรวบรวมและทำการศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองจากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ พอจะสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคุณลักษณะที่มีความสำคัญและส่งผลต่อบุคลิกภาพของมนุษย์โดยตรง (Coopersmith, 1981) และส่วนใหญ่จะทำการศึกษากับเด็กในวัยเรียน เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นคุณลักษณะที่ควรเสริมสร้างให้เกิดขึ้นตั้งแต่ในพัฒนาการระยะต้น ๆ ของมนุษย์ และวิธีการที่นำมาใช้ในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นลักษณะของการให้คำปรึกษาและการฝึกตามแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ ที่มีทำการศึกษากันมานานแล้ว

ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว ผู้วิจัยจึงนำรูปแบบการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองใหม่ที่ยังไม่มีการทดลองใช้กับเด็กไทยมาก่อน มาทดลองใช้เพื่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งอยู่ในวัยที่มีพัฒนาการอยู่ในช่วงที่มีความเหมาะสมแก่การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยผู้วิจัยมีความเชื่อว่า หลังจากนักเรียนได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว นักเรียนจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นตามเป้าหมายที่ผู้วิจัยวางไว้

ปัญหาในการวิจัย

โปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ส่งผลต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. วัตถุประสงค์ทั่วไป เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองในการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. วัตถุประสงค์เฉพาะ

2.1 เพื่อเปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง และนักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมซึ่งเป็นกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง

2.2 เพื่อเปรียบเทียบระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังการทดลอง

สมมติฐานในการวิจัย

1. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรม
2. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรม
3. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง
4. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรของการวิจัย การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ประกอบไปด้วย

1. ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือ โปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. ตัวแปรตาม (Dependent Variables) คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ข้อตกลงเบื้องต้น

นักเรียนในห้องเรียนแต่ละห้องในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนจัดเข้าห้องเรียนแบบผลัดผลการเรียน จึงน่าจะสรุปได้ว่า การจัดนักเรียนเข้าชั้นเรียนจึงเป็นการสุ่มโดยธรรมชาติอยู่แล้ว ความสามารถทางการเรียนและคุณลักษณะต่างๆของนักเรียนในแต่ละห้องไม่แตกต่างกัน

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนกิ่งเพชร เขตราชเทวี สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2542 จำนวน 70 คน
2. การวิจัยครั้งนี้ กำหนดการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ 14 กิจกรรม นักเรียนกลุ่มทดลองทำกิจกรรมตามโปรแกรมทุกวันจันทร์ถึงวันศุกร์เป็นเวลา

3 สัปดาห์

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความเชื่อหรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพและยอมรับในตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถและใช้ความสามารถที่มีอยู่ กระทำสิ่งต่างๆให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่วางไว้โดยได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นในสังคม ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยวัดการเห็นคุณค่าในตนเองด้วยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองจากการทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียน (The Self - Esteem Inventory School Form) ที่สร้างขึ้นโดย สแตนลีย์ คูเปอร์สมิธ (Stanley Coopersmith, 1984) ฉบับที่แปลและเรียบเรียงโดย ชุมพร ยงกิตติกุลและสุภาพรรณ โคตรจรัส

2. โปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง โปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยกระบวนการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองที่นักเรียนมีการพึ่งพาตนเอง มีการพึ่งพาอาศัยกัน แสดงความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

3. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ระดับคะแนนเฉลี่ยสะสมทุกวิชาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนกิ่งเพชร สังกัดกรุงเทพมหานคร ภาคการศึกษาต้นและปลาย ปีการศึกษา 2542 ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้คะแนนเฉลี่ยรวมทุกวิชาที่เก็บข้อมูลจากฝ่ายวิชาการของโรงเรียนกิ่งเพชร ในการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. มีโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่สามารถทำให้นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้น
2. เพื่อเป็นการเผยแพร่โปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองที่เป็นโปรแกรมใหม่ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและยังไม่เคยทำการศึกษากับเด็กไทยมาก่อนมาทำการศึกษา ซึ่งจะให้มีข้อมูลในการพัฒนาเชิงวิชาการให้แก่ผู้ต้องการศึกษาต่อไป
3. เพื่อเป็นการกระตุ้นผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับนักเรียน เช่น ครู ผู้ปกครอง ให้เห็นความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง และปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างเหมาะสมเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
4. เพื่อเป็นการกระตุ้นนักวิจัยคนอื่นในการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองกับนักเรียนหรือผู้ที่มิระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำต่อไป