

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความสำคัญของปัญหา

ผลจากการพัฒนาประเทศในระยะเวลาที่ผ่านมา ประกอบกับสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและเศรษฐกิจ ส่งผลให้โครงสร้างทางเศรษฐกิจของไทยเปลี่ยนจากภาคเกษตรกรรมเป็นภาคอุตสาหกรรมและบริการ และสังคมเปลี่ยนจากสังคมชนบทเป็นสังคมเมืองมากขึ้น โครงสร้างของครอบครัวในปัจจุบันมีการแปรเปลี่ยนไปเช่นกัน ในอดีตสังคมไทยเป็นสังคมเกษตรกรรม ส่วนใหญ่ประกอบด้วยครอบครัวใหญ่หรือครอบครัวขยาย (Extended Family) ที่มีพ่อ แม่ ลูก ปู่ ย่า ตา ยาย อาศัยอยู่ร่วมกัน ซึ่งต่างจากลักษณะของครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family) ที่ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก ปัจจุบันสังคมมีแนวโน้มที่จะมีครอบครัวเดี่ยวเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากการแยกตัวออกไปสร้างชีวิตของตนเองของลูกเพื่อความเป็นอิสระในการใช้ชีวิตมากขึ้น (เสรี, 2542) นอกจากนี้ ความจำเป็นในการค้นหาเลี้ยงชีพของประชาชนทำให้ความผูกพันและความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวเจือจางลง ความเมตตาและความเอื้ออาทรที่มีต่อกันลดลง โอกาสที่ใช้เวลาร่วมกันของครอบครัวมีน้อย ขาดการติดต่อสื่อสารกันอย่างเหมาะสม แนวโน้มของการเกิดความตึงเครียดทางอารมณ์สูงขึ้น ผู้เป็นแม่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ภาระการเลี้ยงดูเด็กตกเป็นหน้าที่ของสถานรับเลี้ยงเด็ก จากการขาดความสัมพันธ์อย่างเพียงพอระหว่าง พ่อ แม่ ลูก ผลที่ตามมา คือ ความล่มสลายของสถาบันครอบครัว (เพลินพิศ, 2541ก: 2)

การทำหน้าที่ตามบทบาทหน้าที่ของครอบครัวที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งสำคัญ แม้กระแสเศรษฐกิจ กระแสสังคมจากโลกตะวันตก จะเข้ามาทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบครอบครัวทำให้มีความอบอุ่นน้อยลงไป แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า จะเกิดความล่มสลายในทุกสถาบันครอบครัว สายใยในครอบครัวสามารถก่อเกิด และสานสัมพันธ์ระหว่างกันได้ อยู่ตลอดเวลาไม่เดือนหายหรือตัดขาดจากกันได้โดยง่าย หากครอบครัวมีความอบอุ่น มีความผูกพันทางอารมณ์ มีการใช้เวลาอยู่ร่วมกัน สมาชิกมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องราวต่างๆ ภายในครอบครัว สิ่งเหล่านี้จะหล่อหลอมให้เด็กเติบโตขึ้นมาด้วยการเรียนรู้ตัวแบบที่เหมาะสม เรียนรู้และมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น แต่ในทางตรงกันข้ามหากครอบครัวขาดซึ่งสิ่งเหล่านี้ไป เด็กจะเติบโตขึ้นภายใต้กระแสของความเครียด ความกดดัน ความสับสน และอาจมีการเลียนแบบพฤติกรรม รวมทั้งอารมณ์ทางลบที่ไม่ส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ การส่งเสริมความเข้มแข็งและการทำหน้าที่ที่

ถูกต้องของสถาบันครอบครัวจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะสมาชิกที่เป็นวัยรุ่น (สายฝน, 2546: 7)

กลุ่มวัยรุ่น เป็นกลุ่มที่มีความสำคัญและเป็นอนาคตที่ดีของชาติจำเป็นต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างดี และการได้รับคำแนะนำในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม แต่ในปัจจุบันพบว่าปัจจัยต่างๆ รวมไปถึงสภาพแวดล้อมรอบตัวของวัยรุ่นในสังคมปัจจุบัน มีผลกระทบต่อสภาพร่างกายและจิตใจของวัยรุ่น เช่น ปัญหาครอบครัวแตกแยก ปัญหาความสัมพันธ์ที่ห่างเหินภายในครอบครัว การแข่งขันกันทางการเรียน ความเร่งรีบแข่งกับเวลาในปัจจุบัน การเอาใจเอาเปรียบ สภาพสังคมที่เต็มไปด้วยความฉ้อฉล กลโกง หลอกลวง รวมทั้งอันตรายต่างๆ ที่ทำให้วัยรุ่นต้องระมัดระวังตัวเพิ่มมากขึ้น ฯลฯ สิ่งต่างๆ เหล่านี้คุกคามวัยรุ่นให้ต้องเผชิญความเครียดในรูปแบบต่างๆ วิธีการจัดการกับความเครียดย่อมแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับความรู้ ประสบการณ์ ความสามารถในการควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ความพร้อมที่จะเผชิญปัญหาต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียด (ฉัตรทิพย์, 2545: 9)

ดังนั้น ในการศึกษาหาสาเหตุของปัญหาควรเริ่มต้นที่สถาบันครอบครัวก่อน เพราะเป็นสถาบันพื้นฐานแรกที่ช่วยอบรมสั่งสอนให้เด็กเรียนรู้วิธีการเผชิญปัญหาในสังคมปัจจุบัน ได้ดีที่สุด สภาพครอบครัวและการเลี้ยงดูจึงมีความสำคัญ ถ้าเด็กเติบโตในครอบครัวที่สุขภาพจิตดี อบอุ่น ย่อมมีจิตใจที่เข้มแข็งสามารถปรับตัวได้ในสถานการณ์ต่างๆ หรือคล้ายมีภูมิคุ้มกันต่อปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมเบี่ยงเบนได้ (นงพงา, 2530) ดังนั้น การรู้จัก การจงใจตนเองจึงมีความสำคัญยิ่ง การจัดการอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสม ควบคุมตนเองและกระตุ้นตนเองให้ฝึกฝนและต่อสู้ อยู่เสมอ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย มีความรู้สึก กระตือรือร้น จิตใจจดจ่อ และมีความเชื่อมั่นว่าสามารถทำได้ และมีเป้าหมายที่แน่ชัด ย่อมสามารถประสบผลสำเร็จ ทั้งในด้านการเรียนหรือการทำงานได้ (รัตติกรณ์, 2544)

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient: EQ) มีความจำเป็นและสำคัญอย่างมากต่อการก้าวเดินต่อไปในวิถีทางที่ถูกต้องเหมาะสมของวัยรุ่นดังกล่าวแล้ว ทั้งนี้เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในด้านต่างๆ ของบุคคล ที่เน้นในเรื่องความรู้สึก การมีปฏิสัมพันธ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย ทักษะทางอารมณ์ ซึ่งจะช่วยเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามเป้าหมายสำคัญ คือ เป็นคนดี มีความสุข ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าและเป้าหมาย (เทอดศักดิ์, 2542: 63) ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์นั้นสามารถ

เรียนรู้ แก้ไข ปรับปรุง และสร้างสรรค์ได้ตลอดชีวิต โดยเฉพาะนิสิตนักศึกษาซึ่งเป็นวัยสำคัญที่  
จะต้องเรียนรู้ ปรับตัว ปรับอารมณ์ให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในสถาบันการศึกษาและการดำรงชีวิต

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาความสัมพันธ์ในครอบครัว ความฉลาดทางอารมณ์กับ  
ความเครียดของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐว่ามีความสัมพันธ์กันหรือไม่ อย่างไร ซึ่ง  
ผลการวิจัยอาจใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ รวมทั้งการบริการ  
ความช่วยเหลือด้านปัญหาความเครียดแก่นิสิตนักศึกษา และเป็นแนวทางสำหรับครอบครัวเพื่อ  
ปรับปรุง ส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวให้นิสิตนักศึกษามีการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษา

1. ความสัมพันธ์ในครอบครัวของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร
2. ความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร
3. ความเครียดของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร
4. ความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัว ความฉลาดทางอารมณ์กับ  
ความเครียดของนิสิตของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแนวทางให้สถาบันการศึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องในการจัดหลักสูตรและกิจกรรมการ  
เรียนการสอนเพื่อส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตนักศึกษา
2. เป็นแนวทางสำหรับครอบครัวเพื่อปรับปรุง ส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวให้  
นิสิตนักศึกษามีการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม
3. เป็นแนวทางให้สถาบันการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการจัดบริการและให้  
ความช่วยเหลือด้านปัญหาความเครียดแก่นิสิตนักศึกษา

### ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัว ความฉลาดทางอารมณ์กับความเครียดของนิสิตของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตของการวิจัยดังนี้

ประชากร คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยปิดของรัฐสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยเดิม ในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2548

### นิยามศัพท์

“ความสัมพันธ์ในครอบครัว” หมายถึง ความสัมพันธ์ที่มีพื้นฐานจากความรู้เข้าใจในเรื่องบทบาทหน้าที่ของพ่อแม่และความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว ด้วยการปฏิบัติต่อกันอย่างอบอุ่นระหว่างพ่อแม่ ลูก ผ่านการติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิก รวมทั้งการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว หาเวลาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อสร้างบรรยากาศและความสัมพันธ์อันดีกับสมาชิกในครอบครัว

“บทบาทและหน้าที่ของครอบครัว” หมายถึง บทบาทของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูบุตรหลาน ให้ได้รับความสมบูรณ์ทางด้านกายภาพ จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งประกอบด้วย บทบาทที่ 1 บทบาทผู้เลี้ยงดู บทบาทที่ 2 บทบาทผู้อบรมสั่งสอน บทบาทที่ 3 บทบาทผู้ให้การศึกษาและพัฒนาศักยภาพ บทบาทที่ 4 บทบาทผู้เป็นแบบอย่างชีวิต บทบาทที่ 5 บทบาทผู้ปกครอง บทบาทที่ 6 บทบาทผู้ปกป้อง บทบาทที่ 7 บทบาทผู้ให้คำปรึกษา และบทบาทที่ 8 บทบาทผู้สนับสนุน (เกรียงศักดิ์, 2542) ตลอดจนมีเวลาในการปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน ปฏิบัติต่อกันอย่างอบอุ่นระหว่าง พ่อแม่ และลูก

“ความผูกพัน รักใคร่ สามัคคีในครอบครัว” หมายถึง ความผูกพัน รักใคร่ มีการปฏิสัมพันธ์ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกันอย่างมีคุณค่า พุดคุยปรึกษาหารือวางแผนกิจกรรมต่างๆ ของครอบครัวร่วมกัน เคารพและไว้วางใจซึ่งกันและกัน เอาใจใส่ เอื้ออาทร และดูแลซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ควรตระหนักในภาวะการเปลี่ยนแปลงและปรับตัวให้เหมาะสม ให้อภัยซึ่งกันและกัน ตลอดจนการปฏิบัติต่อกันอย่างอบอุ่นระหว่าง พ่อแม่ ลูก และญาติพี่น้อง

“การสื่อสารในครอบครัว” หมายถึง กระบวนการของการสื่อสารที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว เปิดโอกาสให้บุตรได้พูดคุยสื่อสารกับพ่อแม่ได้ในทุกเรื่อง มีส่วนร่วมในข้อมูลข่าวสาร แลกเปลี่ยนความคิดและทัศนคติ รวมทั้งความรู้สึกด้านอารมณ์และจิตใจ โดยใช้การสื่อสารสองทางเป็นหลัก ผู้ปกครองคอยให้คำปรึกษาและคำแนะนำ สนับสนุนเพื่อให้บุตรเผชิญปัญหาได้ แสดงความชื่นชมในโอกาสที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการสื่อสารด้านลบ

“ความฉลาดทางอารมณ์” หมายถึง การตระหนักรู้ เข้าใจอารมณ์ และความต้องการของตนเองและผู้อื่น สามารถแสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม บริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง สร้างแรงจูงใจในตนเองได้ รวมทั้งสามารถสร้างสายสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น เพื่อการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2548: 1) แบ่งออกเป็น

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

“ความเครียด” หมายถึง ภาวะที่ร่างกายและจิตใจขาดสมดุล เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ โดยบุคคลจะประเมินสิ่งเร้าที่มากระตุ้นทั้งภายในและภายนอกร่างกาย ทั้งที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ เกิดปฏิกิริยาตอบสนองเพื่อต่อต้านการคุกคามนั้น

“นิสิตนักศึกษานักศึกษา” หมายถึง บุคคลที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2548 มหาวิทยาลัยปดของรัฐบาล สังกัดทบวงมหาวิทยาลัยเดิม ในกรุงเทพมหานคร