

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า รวบรวมแนวความคิดและเอกสารที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการวิจัย โดยแบ่งเป็นหัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวัยรุ่น
2. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการยอมแพ้
3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการเรียน
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวัยรุ่น

ความหมายของวัยรุ่น

ดวงใจ (2536) กล่าวว่า วัยรุ่นหมายถึงช่วงชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายจากวัยเด็กไปเป็นผู้ใหญ่โดยเริ่มจากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ตามด้วยการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและสังคม ซึ่งขบวนการนี้จะสิ้นสุดเมื่อวัยรุ่นกลายเป็นผู้ใหญ่ที่รับผิดชอบดูแลตนเองได้

สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชนเล่มที่ 10 (2530) กล่าวว่า วัยรุ่น (13-17 ปี) เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างมากมาทั้งด้านร่างกายและจิตใจเป็นวัยของความยุ่งยากใจเพราะเขาไม่แน่ใจว่าเขาเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ ใจหนึ่งนั้นเขาอยากเป็นผู้ใหญ่ เขาค้นค้นหาเสรีภาพและอยากพึ่งตนเอง มีความคิดเป็นของตนเองแต่อีกใจหนึ่งนั้นเขาก็อยากเป็นผู้ใหญ่ เขาค้นค้นหาเสรีภาพ และอยากพึ่งตนเอง มีความคิดเป็นของตนเอง แต่อีกใจหนึ่งนั้นเขายังรู้สึกต้องการที่พึ่งพิงและได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดา

กุญชร (2542) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่เจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะที่มีอายุช่วง 13 – 19 ปี โดยประมาณ หรือหากแบ่งตามชั้นเรียนจะเป็นนักเรียนในชั้นประถมศึกษาตอนปลาย มัธยมศึกษา จนถึงระดับอุดมศึกษาปีต้น ๆ และเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านสรีระ สติปัญญา

ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่วัยรุ่นจะแตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาวที่เป็นการพัฒนาไปสู่การบรรลุวุฒิภาวะทางเพศ

อุไร (2545) กล่าวว่า วัยรุ่นหมายถึงวัยที่เชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลง และการปรับตัวอย่างมาก ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการเข้าสู่บทบาทแห่งการเป็นผู้ใหญ่

ศรีเรือน (2545) กล่าวว่า วัยรุ่นคือช่วงอายุตั้งแต่ 12-18 ปี แต่ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่าช่วงที่เป็นวัยรุ่นได้ขยายออกไป เนื่องจากเด็กปัจจุบันจะอยู่ในสถานศึกษานานขึ้น อาจแบ่งช่วงวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น ช่วงอายุ 12-15 ปี วัยรุ่นตอนกลาง ช่วงอายุ 16-17 ปี และช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ช่วงอายุ 18-25 ปี พัฒนาการของวัยรุ่นมีความเด่นในด้านต่าง ๆ ทุกด้าน คือมีการเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว เช่น ทางกาย อารมณ์ และสังคม ค่านิยม ความสนใจ การแสวงหาเอกลักษณ์ เป็นช่วงเปลี่ยนวัยหัวเลี้ยวหัวต่อมีความอ่อนไหว ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ได้ง่ายจนนักวิชาการหลายคนเรียกวัยนี้ว่าเป็นวัยวิกฤต

จากความหมายของวัยรุ่นข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า วัยรุ่น หมายถึง ช่วงของชีวิตที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากมาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นช่วงวัยของความยุ่งยากใจในการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน การค้นรณหาเสรีภาพ อยากพึ่งตนเอง มีความคิดเป็นของตนเอง อยากเป็นผู้ใหญ่ในขณะที่ยังรู้สึกต้องการที่จะพึ่งพิงและได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดา จึงเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่มีความอ่อนไหว ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ได้ง่าย

ความสำคัญของการศึกษาวัยรุ่น

โสภณัท (2542) กล่าวว่า ความสำคัญของการศึกษาเด็กวัยรุ่น มีเหตุผลสำคัญหลายประการที่ทำให้นักจิตวิทยาต้องหันมาให้ความสนใจศึกษาเรื่องวัยรุ่นกันเป็นพิเศษ ทั้งนี้ก็เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังเจริญเติบโตไปสู่ผู้ใหญ่ และต่อไปจะกลายเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติ ทำหน้าที่ต่าง ๆ สืบต่อจากผู้ใหญ่ในอนาคต จึงสมควรที่จะได้รับการช่วยเหลือส่งเสริมให้เขาได้เจริญเติบโตไปในทางที่ดีที่ถูกที่ควร วัยรุ่นเป็นวัยที่เต็มไปด้วยปัญหา เช่น ปัญหาเกี่ยวกับการเจริญเติบโต และการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การทำงานเพิ่มขึ้นของต่อมไร้ท่อ ซึ่งมีผลต่อจิตใจ

และอารมณ์ การปรับตัวเข้ารับพ่อแม่ญาติผู้ใหญ่ การเข้ากับเพื่อนเพศเดียวกันและต่างเพศ ผู้ใหญ่จะต้องเข้าใจถึงปัญหาเหล่านี้ ให้ความเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือแนะแนวทางในทางที่ถูกที่ควรแก่เด็ก เป็นวัยที่สติปัญญาเจริญฉลาดขึ้น เริ่มมีอุดมคติและปรัชญาเป็นของตนเอง แต่ยังขาดประสบการณ์ชีวิต มีความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยวในการกระทำจนดูเหมือนเป็นคนมature เด็กยังขาดความสุ่มรอบคอบ ไม่มีความอดทน และยังไม่สามารถมองเห็นการไกลได้ดีเท่ากับผู้ใหญ่ ครูและผู้ปกครองควรเป็นผู้คอยดูแล และช่วยเหลือแนะแนวทางให้เด็กได้ใช้ความรู้ความสามารถและอุดมคติไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม

ดวงใจ (2536) ได้กล่าวไว้ว่า ในทางจิตวิทยานิยมจำแนกวัยรุ่นเป็น 3 ช่วง ๆ ละ 3 ปี เพราะวัยรุ่นแต่ละช่วงมีความแตกต่างกันในด้านความรู้สึกลึกซึ้งและความสัมพันธ์กับบิดามารดา โดยแบ่งพัฒนาการของวัยรุ่นเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. วัยรุ่นตอนต้น (Pubertal phase) เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเป็นอย่างมาก มีช่วงเวลาประมาณ 2 ปี ส่วนใหญ่อายุ 11- 13 ปี ช่วงนี้วัยรุ่นมีความคิดหมกมุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทำให้มีอารมณ์แปรปรวน
2. วัยรุ่นตอนกลาง (Transitional phase) อายุ 14-16 ปี เป็นวัยที่ยอมรับสภาพร่างกายที่เป็นหนุ่มเป็นสาวได้แล้ว มีความคิดลึกซึ้ง (Abstract) จึงเฝ้าหาอุดมการณ์ และเอกลักษณ์ของตนเอง เพื่อความเป็นตัวของตัวเอง และพยายามเอาชนะความผูกพันเกาะยึดพึ่งพิงบิดามารดา
3. วัยรุ่นตอนปลาย (Adolescent proper) อายุ 17- 19 เริ่มจากการเจริญเติบโตเข้าสู่วัยหนุ่มสาว เป็นเวลาของการฝึกอาชีพ การตัดสินใจเลือกอาชีพที่เหมาะสมและการมีความสัมพันธ์แบบผูกพันแน่นแฟ้น ซึ่งลักษณะดังกล่าวอาจพบเกี่ยวกันได้ในแต่ละช่วง

ปัญหาและการปรับตัวในวัยรุ่น

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช (2534) ได้ศึกษาปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นไทย พบว่า

1. วัยรุ่นยังขาดความเข้าใจตนเอง ไม่รู้จักเอกลักษณ์ที่แท้จริงของตนเอง ทำให้ขาดแนวทางการพัฒนาตนเองที่ถูกต้องวางตัวไม่สอดคล้องกับบุคลิกลักษณะของตนปฏิบัติตนต่อผู้อื่นไม่เหมาะสม

2. ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ และผู้เกี่ยวข้องยังขาดความรู้ทางจิตวิทยาที่เกี่ยวกับธรรมชาติของวัยรุ่นจึงปฏิบัติต่อวัยรุ่นไม่ถูกต้องเกิดช่องว่างระหว่างวัยเป็นเหตุให้วัยรุ่นขาดความรักความอบอุ่น ความเห็นอกเห็นใจและความเข้าใจจากผู้ใหญ่
3. ผู้ใหญ่ในสังคมไม่ปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่วัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นเกิดความสับสนในการสร้างค่านิยมเกี่ยวกับความดีงามและความถูกต้อง
4. วัยรุ่นต้องการที่จะได้หาปรัชญาชีวิต ปรัชญาทางศาสนา และอุดมการณ์ต่างๆ แต่สถาบันทางสังคมและสถาบันทางการศึกษายังให้สิ่งเหล่านี้แก่วัยรุ่นยังไม่เพียงพอและไม่เหมาะสม
5. จากการวิจัยพบว่าเยาวชนมีแรงจูงใจและกำลังที่จะทำงานให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำมีโอกาสน้อยที่จะได้งานหรือมีกิจกรรมโครงการดังกล่าว
6. วัยรุ่นส่วนใหญ่ยังขาดการพัฒนาความสนใจด้านกีฬาและศิลปวัฒนธรรมต่างๆ ในรูปของงานอดิเรก
7. วัยรุ่นมีค่านิยมทางศาสนาอยู่ในเกณฑ์ต่ำ
8. บิดามารดาไม่เข้าใจความสำคัญในการเข้ากลุ่มเพื่อนว่าเป็นพื้นฐานเบื้องต้นที่ช่วยให้วัยรุ่นได้เรียนรู้และสร้างบุคลิกภาพที่มั่นคง ฝึกการเป็นผู้นำผู้ตาม จึงไม่สนับสนุนให้โอกาสวัยรุ่นได้เข้ากลุ่มหรือร่วมกิจกรรมทางสังคมกับเพื่อนๆ ตามสมควร
9. เกิดความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับพ่อแม่ในเรื่องของค่านิยมที่แตกต่างกัน
10. กฎเกณฑ์ทางจริยธรรมและค่านิยมภายในสังคมยังไม่แน่ชัด ทำให้วัยรุ่นเกิดความขัดแย้งในใจและเกิดความสับสนได้

โสภณ (2542) กล่าวว่า วัยรุ่นที่ศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษานั้นจะอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย มีลักษณะพฤติกรรมทางสังคมของนักเรียน แบ่งเป็น 4 ประเภท คือ สุภาพเรียบร้อย ไม่มีความสุข ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง และชอบการแข่งขัน โดยประเภทสุภาพเรียบร้อยมักจะมีลักษณะทำตามกฎระเบียบของโรงเรียนและสังคมโดยตลอดไม่เคยมีปัญหาทางด้านความประพฤติให้ครูต้องหนักใจ ซึ่งถ้ามองผิวเผินก็ไม่น่าจะมีปัญหาอะไรแต่ถ้าพิจารณาให้ลึกซึ้งแล้วคนที่ยอมทำตามกฎเกณฑ์อยู่ตลอดเวลาโดยไม่ประกาศบ่นก็ย่อมมีความอัดอั้นกับความรู้สึกความเกลียดความโกรธเอาไว้ถึงจุดหนึ่งอาจจะแสดงออกมาในรูปของการเจ็บป่วยทางร่างกายโดยหาสาเหตุไม่พบหรือมีความผิดปกติทางอารมณ์อื่นๆก็ได้ ประเภทไม่มีความสุข กลุ่มนี้มักจะไม่มีเพื่อนหรือภูมิใจในตัวเอง เนื่องจากไม่เคยได้รับการยกย่องชมเชย มีแต่ถูกผู้ใหญ่ต่อว่าตำหนิอยู่ตลอดเวลา นักเรียนประเภทนี้ไม่สนิทสนมกับใคร ขาดเพื่อน ไม่อยากเข้าใกล้ผู้ใหญ่ มองโลกในแง่ร้าย พฤติกรรมที่แสดงออกจึงตรงข้ามกับสิ่งที่สังคมยอมรับกลายเป็นเด็กมีปัญหาในสายตาของคนทั่วไป ถ้าพิจารณาดี ๆ การกระทำต่าง ๆ ที่ว่ามปัญหานั้นคงจะเป็นสัญญาณเตือน ประเภทไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มักจะเป็นกลุ่มที่เต็มไปด้วยความขลาดกลัวไม่แน่ใจใจตนเอง ไม่เคยคิดทำอะไรด้วยตนเอง พ่อแม่ผู้ใหญ่จัดทำให้หมดทุกอย่าง คิดเองไม่เป็น ความคิดไม่พัฒนา ลังเล ไม่กล้าตัดสินใจและจะคล้อยตามอยู่เรื่อย ๆ ประเภทชอบการแข่งขัน จะเป็นกลุ่มที่มีความทะเยอทะยานสูง ทำทุกอย่างเพื่อให้ได้ชัยชนะ มักจะมาจากครอบครัวที่มีความอิจฉาริษยากันระหว่างพี่น้อง พ่อแม่ ญาติ ผู้ใหญ่ชอบนำไปเปรียบเทียบกันระหว่างพี่น้อง จะชอบเอาชนะ เห็นแก่ตัว หวงวิชา หลงตัวเอง ไม่เคยจริงจังกับใคร

บุญศรี (2542) กล่าวว่า พ่อและแม่ที่จะเป็นครูคนแรกและมีบทบาทในการเลี้ยงดูเด็กให้เจริญเติบโตกลายเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสามารถและมีความสุข ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็กไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่เหมาะสมจะกลายเป็นคนก้าวร้าว เจ้าอารมณ์ อ่อนแอ ไม่มีความมั่นคงทางจิตใจ ไม่ค่อยมีความคิดสร้างสรรค์ตลอดจนกลายเป็นผู้ที่มีปัญหาในสังคม สำหรับในผู้เรียนที่เป็นวัยรุ่นที่มีธรรมชาติและพัฒนาการเฉพาะวัย มีความจำเป็นที่ผู้เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือสังคมโดยรวม จะต้องรู้จักและเข้าใจให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้

กรมสุขภาพจิต (2548) ได้นำเสนอข้อมูลปัญหาสุขภาพจิตในเด็กและวัยรุ่น ไว้ว่า จากสถิติผู้มารับบริการในหน่วยงานของกรมสุขภาพจิตกลุ่มเด็กและวัยรุ่น พบว่าโรคทางจิตเวชและปัญหาที่พบบ่อย ได้แก่ ความผิดปกติของการพัฒนาทางจิตใจ ร้อยละ 36.8 รองลงมา คือ ปัญญาอ่อน ร้อยละ 21.5 ความผิดปกติทางพฤติกรรมและอารมณ์ที่เริ่มต้นในเด็กและวัยรุ่น ร้อยละ 14.9 พฤติกรรมแบบจิตเภทและความหลงผิดร้อยละ 9.9 และความผิดปกติทางอารมณ์ ร้อยละ 7.4

กระทรวงสาธารณสุข (2529) ได้รายงานการวิเคราะห์สถานภาพปัญหาสุขภาพจิตในประเทศไทยเกี่ยวกับสภาพปัญหาสุขภาพจิตรวมของกลุ่มเด็กและวัยรุ่นในประเทศไทย มีข้อมูลจากการสำรวจประชากรเด็กทั่วไปขององค์การอนามัยโลกปี 1977 พบว่า ความชุกของการมีปัญาสุขภาพจิตเด็กและการเกิดสภาพที่ไร้ความสามารถ (Socially handicap) ของเด็กอายุระหว่าง 3-15 ปี ในประเทศพัฒนาแล้วพบประมาณ 5-15 % แต่ในประเทศกำลังพัฒนามีข้อจำกัดของการสำรวจและรายงาน อย่างไรก็ตามในประเทศไทยเคยมีการสำรวจปัญหาสุขภาพจิตเด็กรวมทั้งประเทศหนึ่งครั้งในปี พ.ศ. 2519-2521 โดยกองอนามัยโรงเรียนและคณะสำรวจปัญหาสุขภาพจิตเด็กนักเรียนชั้นมัธยมปีที่ 1 ใน 4 จังหวัดใหญ่ของประเทศไทย จำนวน 1,976 คน อายุระหว่าง 10-13 ปี พบว่าเด็กมีปัญหาสุขภาพจิตรวม 5.4 % ของประชากรที่ศึกษา แยกเป็นปัญหาสุขภาพจิตบกพร่องมาก (เป็นโรคประสาท) 0.56 % สุขภาพจิตบกพร่อง (มีพฤติกรรมแปรปรวนหรืออารมณ์ไม่สมวุฒิภาวะ) 1.92 % และมีปัญหาสุขภาพจิตบกพร่องเล็กน้อยชั่วคราว (เรียนเลวลง ว้าเหว่ เหนง ผู้ปกครองไม่เข้าใจ การปรับตัวไม่ดี) 2.9 % และปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่นพบว่า ปัญหาการปรับตัว (Adjustment reaction) พบมากเป็นอันดับ 4 โดยพบว่าเด็กวัยรุ่นมีการแสดงออกเพื่อชดเชยในความคับข้องใจเรื่องการปรับตัวรูปแบบต่าง ๆ เช่น การแต่งตัวแปลก ๆ การสนใจกิจกรรมใหม่ ๆ ที่ตื่นเต้น โดดโฟน ตลอดจนการแสดงออกในพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ปัญหาการปรับตัวที่พบได้แก่ ปัญหาวิตกกังวลเกี่ยวกับตนเอง เป็นเรื่องของอารมณ์ เช่น วิตกกังวล ไม่มั่นใจ กลัวทำผิด คิดสองฝักสองฝ่ายระหว่างความดีกับความไม่ดี กังวลปัญหาอนาคตเกี่ยวกับอาชีพการงานและการเงิน ปัญหาเกี่ยวกับการเรียน ปัญหาการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับคนทั่วไป ปัญหาสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนต่างเพศ นอกจากนี้ยังพบปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นที่แสดงออกทางด้านโรคจิตโรคประสาท ปัญหายาเสพติด และการใช้ยาในทางที่ผิดในวัยรุ่น มีการติดยาหรื สุรา และสารเสพติดอื่น ๆ และวัยรุ่นยังเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิตเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมและเทคโนโลยีต่าง ๆ ปัญหาช่องว่างทางสังคมมีมากขึ้น เกิดความขัดแย้งกับบิดามารดาเพิ่มขึ้นทั้งในเรื่องค่านิยมประเพณีมีผลนำไปสู่การแยกตัวไม่ยุ่งเกี่ยวกับครอบครัว เสี่ยงต่ออันตรายมากขึ้น

เสถียร (2546) ได้กล่าวว่า โลกยุคปัจจุบันนี้มีการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจการเมืองและสังคม มีการแข่งขันที่รุนแรง การเอารัดเอาเปรียบ การค้ายาเสพติด ทำให้สับสน ส่งผลต่อสุขภาพจิตที่รุนแรงได้ มนุษย์จะวิตกกังวลและเครียดมากขึ้น ในวัยรุ่นพบว่ามีพฤติกรรม การปรับตัวยากลำบาก ปัญหาสำคัญที่พบบ่อย คือ การแยกตนเองออกเป็นอิสระจากการควบคุมของพ่อแม่ ความจำเป็นในการแสวงหาเอกลักษณ์รวมทั้งวิถีชีวิตของตนเอง เป็นระยะเปลี่ยนแปลงและ วุ่นวาย จะแสดงพฤติกรรมในลักษณะอาการยกย่องตนเองลดต่ำลง ทำทางงุ่มง่าม เงอะงะ ขี้อาย

วางตัวไม่ถูกในสังคม ความรู้สึกว่าเป็นคนไม่สวย ไม่เก่ง ไม่น่าสนใจ และไม่กล้าเข้าสังคมกับคนอื่น ๆ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เลยทำให้เบื่อง่าย ท้อถอย แยกตัวเอง ชอบเพื่อฝันคนเดียว และยังพบปฏิกิริยาแบบกระจายมีลักษณะของความรู้สึกเฉยเมย เบื่อง่าย มองไม่เห็นความหมาย หรือจุดมุ่งหมายในชีวิต นอกจากความสนุกสนานหรือความพอใจเพียงชั่วครั้งชั่วคราว ดำเนินชีวิตไปวันหนึ่ง ๆ โดยไม่มีเป้าหมาย เบื่อง่ายการเรียนมักจะเรียนไม่ดี เลิกหาทางออกหลายอย่างทั้งการล่าสอนทางเพศ ดิตยาเสพติด ก้าวร้าวทำตัวเป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม ขัดขืนขัดขวางและทำลายขนบธรรมเนียมประเพณีข้อบังคับของสังคม บางคนหนีออกจากบ้านเพื่อเป็นการประท้วงพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งซึ่งกันและกัน บางคนหนีโรงเรียนเป็นประจำ บางคนทำปฏิกริยารุนแรงมากจนกลายเป็นเด็กอันธพาล

โสภณัท (2542) กล่าวว่า การให้ความช่วยเหลือเพื่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่นในบ้าน โรงเรียน สังคม ควรจะให้ความช่วยเหลือวัยรุ่นในการปรับตัวทางสังคมด้วยการส่งเสริมและฝึกฝนให้เด็กวัยรุ่นมีความรับผิดชอบ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความคิดสร้างสรรค์ มีการรวมกลุ่มเพื่อพัฒนาตนเองและสังคม ส่งเสริมการเห็นคุณค่าของงานและเงินที่หามาได้ด้วยตนเอง การสนับสนุนการใช้เวลาว่างในการเล่นกีฬา ดนตรี หรือกิจกรรมที่ดึงดูดใจ พัฒนาความสำนึกต่อสังคม ส่งเสริมสิ่งที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่น ได้แก่ ทักษะ ทักษะคิด ความสนใจและความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งพัฒนาการทางสติปัญญาจะเป็นการพัฒนาความสามารถทั้งหมดของบุคคลในการแสดงออกอย่างมีจุดมุ่งหมาย คิดอย่างมีเหตุผล และจัดการกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดวงใจ (2536) กล่าวว่า การจัดการกับพฤติกรรมของวัยรุ่นในปัจจุบันพบว่าที่เด่น ๆ ได้แก่ การขาดการฉะหรือวางแผนล่วงหน้า การเตรียมฝึกฝนบทบาท การใช้อารมณ์ขัน การสังเกตควบคุมตนเองแต่พอประมาณ วัยรุ่นที่มีสุขภาพจิตดี มีการปรับตัวทำใจได้ดีและแสวงหาทางออกได้ไม่ว่าจะเป็นการมุมนานะในการเรียน การค้นคว้าหาความรู้ด้านต่างๆ การกีฬา ศิลปะ ดนตรี งานอดิเรกหรือเข้ากลุ่มเพื่อน ซึ่งวัยรุ่นจำเป็นต้องมีคุณลักษณะสำคัญ 4 ประการ คือ

- 1 การมีอิสระ ฟังตนเองได้ มีความมุมนานะ
- 2 มีเอกลักษณ์แห่งตน มองตนเพื่อให้รู้จักและรู้จักตนเอง
- 3 มีความรักและความผูกพันให้กับผู้อื่นได้ คือการมีมนุษยสัมพันธ์
- 4 มีมโนธรรม มีความเมตตากรุณาเอื้ออาทรต่อผู้อื่น คิดช่วยเหลือพัฒนาสังคม

จากที่กล่าวมาข้างต้นเห็นได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีลักษณะพิเศษ มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ ดังนั้นจึงเป็นช่วงชีวิตที่ต้องมีการปรับตัวอย่างมาก โดยเฉพาะการปรับตัวทางจิตใจ ในขณะที่ปัจจุบันสังคมและเศรษฐกิจมีการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วส่งเสริมให้เกิดการปรับตัวที่มีความยากลำบาก ถ้าวัยรุ่นปรับตัวได้ดีจะมีสุขภาพจิตที่ดีและพบกับความสำเร็จ แต่ถ้าปรับตัวผิดจะก่อให้เกิดปัญหาตามมาอย่างมาก ซึ่งมีความจำเป็นที่ผู้เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือสังคมโดยรวม จะต้องรู้จักและเข้าใจให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ และควรจะมีส่วนให้ความช่วยเหลือเพื่อการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่น เพื่อให้สามารถจัดการแก้ไขปัญหาหรือพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์สามารถปรับตัวได้อย่างถูกต้อง ดังนั้นการศึกษาถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่างๆ ของวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เข้าใจและรู้ถึงสาเหตุการแสดงออกการแสดงออกเหล่านั้นซึ่งนอกจากจะศึกษาจากพฤติกรรมภายนอกแล้วยังต้องศึกษาถึงพฤติกรรมภายในที่เป็นการรู้สึก การรับรู้ การคิด การจำ ตลอดจนอารมณ์และแรงจูงใจอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือเพื่อการปรับตัวทางสังคม รวมทั้งเป็นแนวทางส่งเสริมและฝึกฝนให้มีความรับผิดชอบ มีความเป็นตัวของตัวเอง โดยส่งเสริมให้มีการรวมกลุ่มเพื่อพัฒนาตนเองและสังคม การสนับสนุนการใช้เวลาว่างในการเล่นกีฬา ดนตรี หรือกิจกรรมที่ดึงดูดใจ พัฒนาความสำนึกต่อสังคม ส่งเสริมสิ่งที่จะมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นในด้านทักษะ ทักษะคิด ความสนใจและความคิดสร้างสรรค์ เพื่อการพัฒนาความสามารถทั้งหมดของวัยรุ่นในการแสดงออกอย่างมีจุดมุ่งหมาย คิดอย่างมีเหตุผล สามารถจัดการสถานการณ์ปัญหาและสภาพสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมการยอมแพ้

ความหมายของพฤติกรรมการยอมแพ้ (Self-defeating behaviors: SDBs)

Colman (2001: 660) ได้ให้ความหมายลักษณะพฤติกรรมการยอมแพ้ที่มีลักษณะบุคลิกภาพผิดปกติเป็นการยอมแพ้ (Self-defeating personality disorder) ไว้ว่า เป็นลักษณะบุคลิกที่มาจากอุปนิสัยหรือการกระทำสิ่งที่ผิดปกติโดยการแสดงออกทางพฤติกรรมเกิดขึ้นซ้ำ ๆ นำไปสู่ความล้มเหลวหรือการไม่ยอมรับตนเองที่อาจจะเรียกได้ว่าเป็นการลงโทษตนเองมีลักษณะการทำร้ายตนเอง (Masochistic personality) จะสร้างความพ่ายแพ้ให้แก่ตนเอง

Baumeister and Scher (1988: 3-4) กล่าวว่า พฤติกรรมการยอมแพ้มีความหมายในลักษณะที่ใกล้เคียงกับพฤติกรรมการทำร้ายตนเอง (Self-destructive) หมายถึง พฤติกรรมที่อาจจะมีเจตนาเป้าหมายหรือไม่มีเจตนาเป้าหมายที่จะทำร้ายตนเอง บางครั้งเป็นลักษณะการไม่ยอมรับผลเชิงลบในผลงานและพฤติกรรมต่าง ๆ ของตนเอง แต่บางครั้งอาจจะมีเจตนาในการกระทำที่เป็นการทำร้ายตนเอง ซึ่งการทำร้ายตนเองที่เป็นพฤติกรรมการยอมแพ้นี้สามารถแบ่งแยกออกจากลักษณะพฤติกรรมทั่วไปโดยดูที่เจตนาเป้าหมายที่เป็นความต้องการการคาดการณ์ล่วงหน้าที่จะทำร้ายตนเอง

สถาบันเด็ก (2548) กล่าวว่า พฤติกรรมการยอมแพ้เป็นพฤติกรรมของสมาชิกที่มีบุคลิกภาพแบบยอมแพ้ มักจะมีลักษณะการแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่มีเหตุผล โดยพฤติกรรมจะแสดงออกมาซ้ำแล้วซ้ำอีกไม่มีการเปลี่ยนแปลง

Psychnet – UK (2005) ได้กล่าวถึง พฤติกรรมการยอมแพ้ที่เป็นบุคลิกภาพผิดปกติมีลักษณะที่จะทำร้ายและสร้างความพ่ายแพ้ให้กับตนเอง (Masochistic -self-defeating - personality disorder) ว่าเป็นลักษณะของการยอมแพ้ในตนเองที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ ครอบคลุมถึงพฤติกรรมการยอมแพ้ในตนเองที่เริ่มเกิดขึ้นสะสมทีละเล็กละน้อยตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่นและมีการแสดงออกในสถานการณ์สิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย เกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลมีความต้องการจะหลบหลีกสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา แต่บางครั้งจะยอมอดทนกับสถานการณ์บางสถานการณ์ถึงแม้จะไม่พึงพอใจและป้องกันตนเองจากการรับความช่วยเหลือใด ๆ

วรรณประภา (2543) กล่าวไว้ว่า ลักษณะของการพ่ายแพ้หรือการยอมแพ้เป็นบุคลิกภาพอย่างหนึ่งซึ่งจะเป็นระบบความคิดหรือภาพความคิดที่บุคคลมีต่อตัวเอง เป็นลักษณะอุปนิสัยในแง่ลบที่จะก่อให้เกิดลักษณะล้มเหลวหรือพ่ายแพ้ ในบางคนวิตกกังวลในเชิงทำลายล้างศักดิ์ศรีผลงานสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดความตึงเครียด ร่างกายไม่ผ่อนคลาย เป็นมโนภาพเกิดจากเหตุการณ์ในอดีตที่ส่งอิทธิพลต่อปัจจุบันและสามารถทำให้เกิดผลร้ายทำลายอนาคตหรือสร้างความพ่ายแพ้แก่ตนเองได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า พฤติกรรมการยอมแพ้ หมายถึง ลักษณะบุคลิกภาพที่เป็นอุปนิสัยแสดงออกเป็นการกระทำที่ก่อให้เกิดผลเสีย เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความพ่ายแพ้และทำร้ายตนเอง อาจมีเจตนาหรือไม่มีเจตนา เป็นการแสดงออกที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีกไม่เปลี่ยนแปลง

บางครั้งมีลักษณะก้าวร้าว นำไปสู่ความล้มเหลวหรือการไม่ยอมรับตนเอง การไม่ยอมรับผลด้านลบที่เกิดขึ้นจนถึงขั้นกระทำการลงโทษหรือทำร้ายตนเองโดยปราศจากเหตุผล

รูปแบบและลักษณะของพฤติกรรมการยอมแพ้

Wendy (2005) กล่าวว่า ลักษณะพฤติกรรมการยอมแพ้เป็นหนทางหนึ่งเพื่อการอยู่รอดโดยการยอมตามเพื่อให้เกิดความปลอดภัยแก่ตน แต่อย่างไรก็ตามกลวิธีและการกระทำมีส่วนทำให้เกิดความพ่ายแพ้ ป้องกันหรือปิดกั้นตนเองจากความต้องการจริง ๆ ในชีวิต เมื่อพิจารณาถึงกรณีการแสดงพฤติกรรมของบุคคล เช่น การกล่าวโทษ การแสดงอารมณ์แปรปรวน โทสะ ร้องไห้ เรียกร้องความเห็นใจ การโกหก พุดเกินความจริง แกล้งพูดตลก การอวดตน การทะเลาะวิวาท การนินทา การสูบบุหรี่ การดื่ม การใช้จ่าย การกินที่ผิดปกติ ซื่อของฟุ่มเฟือย การยึดการกระทำสมบูรณแบบตลอดเวลาโดยไม่มีการยืดหยุ่น ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ปล่อยร่างกายสกปรก ขี้เกียจ บางคนมีความหวังสูงหรือต่ำเกินไป พฤติกรรมเหล่านี้ต้องพิจารณาสาเหตุการกระทำว่ามีจุดเริ่มต้นขึ้นได้อย่างไร เป็นการปรับตัวที่ต้องได้รับการช่วยเหลือ

Baumeister and Scher (1988) ได้อธิบายไว้ว่า ในคนปกติทั่วไปมักจะกระทำสิ่งที่มีเหตุผลและให้ความสำคัญกับการดูแลตนเอง การแสวงหาความต้องการ ความสำเร็จให้กับตนเอง แต่อย่างไรก็ตามยังปรากฏลักษณะของคนที่กระทำบางสิ่งบางอย่างที่นำไปสู่การทำร้ายตนเอง สร้างความพ่ายแพ้ ทำให้ตนเองไร้ความสามารถ ซึ่งเป็นอุปสรรคขัดขวางความสำเร็จ การกระทำดังกล่าวจัดเป็นลักษณะพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต ที่สามารถจัดเป็นกลุ่มที่เรียกว่า พฤติกรรมการยอมแพ้ โดยบุคคลจะมีลักษณะพฤติกรรมแสดงออกแตกต่างจากคนทั่วไป จัดกลุ่มพฤติกรรมการยอมแพ้เป็น 3 รูปแบบ คือ รูปแบบที่ 1 การทำร้ายตนเองระยะเริ่มต้น รูปแบบที่ 2 การเลือกแสดงพฤติกรรมการยอมแพ้เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา รูปแบบที่ 3 การใช้กลวิธีที่ทำให้ลดทอนประสิทธิภาพ ซึ่งแต่ละรูปแบบมีรายละเอียดแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

รูปแบบที่ 1 การทำร้ายตนเองระยะเริ่มต้น (Primary self-destruction)

การทำร้ายตนเองระยะเริ่มต้นนี้มีเงื่อนไขดูได้จากเป้าหมายที่มีเจตนาทำร้ายตนเอง โดยบุคคลเลือกกระทำสิ่งที่น่าอันตรายหรือความล้มเหลวมาสู่ตนเองส่วนใหญ่ใกล้เคียงกับลักษณะความคิดของคนที่ชอบทำลายตนเอง (Self-destructiveness) เหตุผลการทำร้ายตนเองยังยากจะเข้าใจ การศึกษาลักษณะคนชอบทำร้ายตนเองที่เป็นการลงโทษตนเอง (Masochism) พบว่ามีผลจาก

ความรู้สึกผิดภายในตนเอง (Guilt) บางคนไม่ยอมผ่อนปรนให้กับสิ่งที่ตนเองไม่ชอบเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง ความต้องการทำร้ายตนเองหรือยอมแพ้ความต้องการของตนเอง จะใกล้เคียงกับทัศนคติด้านลบในตนเอง นอกจากนี้ในบุคคลที่มีความภาคภูมิใจตนเองในระดับต่ำ (Low self-esteem) การตระหนักในตนเองระดับสูง (High self-awareness) มีส่วนสัมพันธ์กับการทำร้ายตนเอง ทำลายหรือกำจัดตนเอง เป็นการกระทำที่เฉพาะเจาะจง การย่ำถึงปมด้อยของตนเอง ทำให้เกิดอารมณ์และแรงจูงใจจะทำร้ายตนเองเป็นผลจากความรู้สึกผิด (Guilt-motivated) เป็นเสมือนว่าการทรมานตนเองนั้นทำให้ลบล้างความผิดหรือหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา การทำร้ายตนเองระยะเริ่มต้นผลกระทบตามมาอาจจะรุนแรง เป็นการกระทำที่ขาดการยั้งคิด ขาดสติ ต้องการลงโทษหรือทำลายสิ่งที่ตนเองไม่ชอบ รูปแบบที่ 1 การทำร้ายตนเองระยะเริ่มต้นมี 2 ลักษณะ คือ

1.1. การพยายามที่จะล้มเหลว (Trying to fail) เป็นความพยายามล้มเหลวในงานที่ต้องใช้ความสามารถและสติปัญญามาก การยอมแพ้เริ่มกระทำการสิ่งไม่ดีหรือหลบหลีกความสำเร็จโดยเจตนา สภาพแวดล้อมผิดปกติ และประสบการณ์ความล้มเหลวในอดีตของบุคคลเป็นอีกสาเหตุหนึ่งในการกระตุ้นความคิดที่จะพยายามล้มเหลว และจากการศึกษา พบว่า กลุ่มที่มีความภาคภูมิใจตนเองในระดับต่ำมีแนวโน้มจะยึดความคิดว่าตนเองไม่มีคุณค่าส่งผลให้มีโอกาสพบความล้มเหลวเพิ่มขึ้น คนที่ไม่คาดหวังความสำเร็จจะแสดงลักษณะการกระทำสิ่งต่างๆ โดยใช้ระดับความสามารถที่เหมือนกันตลอดอย่างต่อเนื่อง ตรงข้ามกับคนที่คาดหวังความสำเร็จจะพบว่ามีารแสดงลักษณะการกระทำจะใช้ระดับความสามารถเพิ่มขึ้น ทำงานหนักขึ้นหลังจากได้รับความสำเร็จครั้งแรกแล้ว และบุคคลที่มีความภาคภูมิใจตนเองระดับต่ำเมื่อกระทำการสิ่งใดจนสำเร็จแล้วแรงจูงใจมุ่งมั่นทำงานจะลดน้อยลง และเมื่อพบว่าตนเองมีข้อบกพร่องจะไม่แก้ไข ไม่ยอมที่จะฝึกฝนความสามารถพิเศษอื่นๆ มาทดแทน การพยายามที่จะล้มเหลวยังเชื่อมโยงกับลักษณะบุคลิกภาพที่กลัวความสำเร็จ (Fear of success) ในกลุ่มตัวอย่างผู้หญิงที่กลัวความสำเร็จจะไม่ชอบความสำเร็จที่ได้มาจากการทำงานที่มีความยุ่งยาก พบว่า ถ้ารู้ว่าจะงานนั้นมีความยุ่งยากจะแสดงการกระทำในด้านลบคือจะปฏิบัติงานตามระดับสติปัญญาความสามารถเท่านั้นไม่ได้ใช้ความสามารถอื่นๆ ความกลัวประสบผลสำเร็จยังเป็นสิ่งที่พบได้น้อยบางครั้งพบในคนที่ผิดปกติ (Deviant) หรือมีพยาธิสภาพ นอกจากนี้ยังพบในบุคคลที่วิตกกังวลเกี่ยวกับสังคมที่แสดงออกโดยหลีกเลี่ยงงานหรือภาระหน้าที่ที่มีความคาดหวังสูงมากจากคนรอบข้าง เป็นคนที่มีลักษณะอ่อนแอ มองโลกในแง่ร้ายจะใช้วิธีแสวงหาโอกาสของตนเองในทางไม่เหมาะสม และยังมีบุคลิกภาพแบบพึ่งพาคนอื่น (Dependent) ไม่อยากช่วยเหลือตนเอง ยอมให้คนอื่นมีอิทธิพลหรือตัดสินใจแทนแทบทุกเรื่อง และไม่ชอบการแข่งขัน

1.2. การเลือกที่จะเจ็บปวด (Choosing to suffer) เป็นการลงโทษตนเองโดยอ้างว่าปรารถนาจะอดทนกับความเจ็บปวด ความทารุณ และความอับอาย เงื่อนไขในการเลือกที่จะเจ็บปวดที่พบบ่อยในช่วงวัยผู้ใหญ่เกิดขึ้นเมื่อต้องการหลีกเลี่ยงบางสิ่งการเลือกโดยยอมรับความเจ็บปวดถึงแม้ว่าการยอมรับการเจ็บปวดก่อให้เกิดผลเสียและเป็นสถานะที่ต้องฝืนอดทน การรู้สึกไม่สามารถผ่อนคลายได้ ต้องฝืนตนเองให้กระทำการที่มีความรู้สึกว่าจะต้องกล้ำกลืนฝืนใจทำในสิ่งที่ไม่อยากจะทำ และจัดการกับสภาพการณ์นี้คือการแสดงให้เห็นว่าไม่กลัวที่จะเจ็บปวดหรือคิดว่าเป็นการสมควรแล้วที่ได้รับความเจ็บปวด หรือประเมินว่าการกระทำโดยยอมเจ็บปวดนั้นเป็นความอดกลั้นและเกิดขึ้นเมื่อต้องเลือกกระทำ วิธีการจัดการดังกล่าวนี้ทำให้เกิดผลเสียที่มาจาก การตัดสินใจเลือกจะเจ็บปวดซึ่งเป็นความคิดวูบแรกเกิดขึ้นเมื่อไม่สามารถหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดได้ สาเหตุเกิดจากแรงกดดันเมื่อได้รับมอบหมายให้กระทำการในงานยาก การเลือกที่จะเจ็บปวดเป็นการจัดการกับตนเองในขณะนั้นโดยคาดหวังว่าในอนาคตจะประสบโชคดีและได้รับความสำเร็จ จากการศึกษาที่ค้นพบแสดงให้เห็นได้ว่า บุคคลที่มีเหตุจูงใจในการเลือกความเจ็บปวดเป็นผลจากความเชื่อว่า ความเจ็บปวดที่เลือกขณะนั้นจะลดทอนความเจ็บปวดในอนาคต บุคคลที่ต้องการเลือกความเจ็บปวดพบว่ามีเพียงส่วนน้อยและการเลือกที่จะเจ็บปวดนั้นเป็นหนทางสุดท้ายที่มีผลช่วยให้เกิดความรู้สึกที่ดีที่ได้ควบคุมความเจ็บปวดไว้

รูปแบบที่ 2 การเลือกแสดงพฤติกรรมการยอมแพ้เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา (Tradeoffs)

การเลือกแสดงพฤติกรรมการยอมแพ้เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาเป็นการเลือกที่จะตอบสนองหรือแสดงการกระทำในสิ่งที่คิดว่ามีคุณค่าแต่ขณะเดียวกันมีผลเสียตามมาด้วยทำให้เป็นการกระทำที่ทำร้ายตนเอง (Self-harmful) ความเสียหายที่ได้รับนั้นไม่ได้ต้องการจะให้เกิดขึ้นเป็นความจำเป็นต้องยอมรับผลเสียที่มาพร้อมกับความสำเร็จบางเป้าหมาย การเลือกกระทำพฤติกรรมการยอมแพ้นี้จะเป็นการเลือกในสถานการณ์ที่มีเป้าหมายหลากหลายในขณะที่เป้าหมายหนึ่งไม่สัมพันธ์กับอีกเป้าหมายหนึ่ง เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์เป้าหมายที่ขัดแย้ง การเลือกเป้าหมายหนึ่งจะก่อให้เกิดการทำลายอีกโอกาสหนึ่ง บางกรณีการเลือกกระทำส่งผลให้บุคคลได้รับประโยชน์เป็นส่วนใหญ่และได้รับผลกระทบที่เป็นความเสียหายเพียงเล็กน้อยจึงทำให้ยากต่อการพิจารณาว่าเป็นการทำการกระทำที่ทำร้ายตนเอง สิ่งที่น่าสนใจศึกษาในรายละเอียดอย่างยิ่งเป็นเรื่องของ

การที่บุคคลเลือกกระทำในสิ่งที่คิดว่าเหมาะสมทั้ง ๆ ที่สิ่งที่คิดว่าเหมาะสมนั้นเป็นการกระทำที่รู้ว่าทำร้ายตนเองและเลือกกระทำในสิ่งที่มีผลเสียมากกว่าผลดี ซึ่งเป็นความผิดปกติในการปรับตัวและทำร้ายตนเองสร้างความพ่ายแพ้ให้กับตนเองในที่สุด

คนที่ไม่มีความระมัดระวังมักจะกระทำสิ่งที่ผิด เกิดการปรับตัวผิดพลาดทำให้เกิดผลกระทบบ้างเป็นการทำร้ายตนเอง บางครั้งที่ผลกระทบนั้นมีเพียงเล็กน้อยจึงไม่ได้เป็นลักษณะที่เห็นชัดเจนแน่นอนว่าเป็นลักษณะการทำร้ายตนเองในสถานการณ์ที่ต้องเลือกตัดสินใจผู้ตัดสินใจมักจะประสบปัญหาในการเลือกตัดสินใจอย่างมีเหตุมีผล และบางครั้งเป้าหมายที่ต้องตัดสินใจเลือกยังเป็นเป้าหมายสุดท้ายที่ต้องเลือกทั้ง ๆ ที่ไม่ได้เป็นสิ่งที่มีความต้องการ (Distal goal) สถานการณ์ต้องเลือกตัดสินใจที่มีลักษณะเฉพาะนี้ทำให้ประเมินความเสียหายในอนาคตน้อยกว่าที่ควรจะเป็นและมองว่าอนาคตยังอยู่อีกไกล ทำให้ตัดสินใจเลือกในสิ่งที่คิดว่ามีประโยชน์ในระยะสั้นทั้ง ๆ ที่ระยะยาวแล้วมีโอกาสได้รับความเสียหาย การตัดสินใจเหล่านี้นำไปสู่การทำร้ายตนเอง และเป็นลักษณะการตอบสนองนำไปสู่การทำร้ายตนเองที่เกิดจากอารมณ์ชั่ววูบเป็นการเลือกตัดสินใจไม่เหมาะสม คิดว่าตัดสินใจดีมีประโยชน์แต่แท้จริงแล้วเป็นการตัดสินใจที่ผิด บางครั้งการเลือกกระทำทั้ง ๆ ที่รู้ว่าเมื่อกระทำแล้วจะนำอันตรายมาสู่ตนเองแต่ก็ยังตัดสินใจเลือกกระทำอยู่โดยไม่มีเจตนาทำให้เกิดอันตรายหรือทำร้ายตนเอง แต่จำเป็นต้องเลือกกระทำเมื่ออยู่ในสถานการณ์บังคับซึ่งสถานการณ์นั้นมีความเชื่อมโยงกันแต่เป้าหมายไม่มีความสัมพันธ์หรือขัดแย้งกัน ดังนั้นเมื่อเลือกเป้าหมายสิ่งหนึ่งอาจจะต้องสละสิ่งที่เป็นประโยชน์อีกด้านหนึ่งจึงเกิดผลกระทบที่เป็นผลเสีย ในรูปแบบที่ 2 นี้ประกอบด้วยลักษณะการแสดงออก 5 ด้าน คือ

2.1. การเลือกกระทำสิ่งที่ทำให้ตนไร้ความสามารถ (Self-handicapping) เป็นการคิดที่จะกระทำสิ่งที่ขัดขวางความสำเร็จของตนด้วยการพยายามกล่าวโทษความล้มเหลวที่เกิดขึ้น และเป็นการหาข้ออ้างอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เป็นการกระทำที่มีผลทำให้ประสบความสำเร็จลดน้อยลง เพราะว่าเมื่อบุคคลคิดและคาดว่าในอนาคตตนเองจะต้องพ่ายแพ้แล้วจะส่งผลให้เกิดความพ่ายแพ้ได้จริงในที่สุด บางครั้งเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ต้องใช้ความสามารถพิเศษเฉพาะด้านอย่างสูงจะแสดงให้เห็นถึงการไร้ความสามารถและคิดข้ออ้างว่างานยาก เป็นการคิดที่ขัดขวางตนเองซึ่งในที่สุดจะทำให้ล้มเหลว สูญเสียโอกาสและพ่ายแพ้

ผลงานวิจัยที่แสดงถึงการเลือกกระทำสิ่งที่ทำให้ตนเองไร้ความสามารถ อธิบายถึงคนส่วนมากเป็นการเลือกใช้สุราและยา เพื่อยับยั้งและมีผลให้ความพยายามลดน้อยลง และพบว่าบุคคล

ที่รู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตนว่าจะประสบความสำเร็จจากงานที่ยุ่งยากได้หรือไม่ จึงมีผลให้ตัดสินใจเลือกเป้าหมายงานที่คิดว่ายากน้อยที่สุด เพราะว่าถ้าเลือกเป้าหมายที่ยากมากทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายความสำเร็จได้ การเลือกดังกล่าวเนื่องจากกลัวความล้มเหลว การเลือกกระทำสิ่งที่ทำให้ตนเองไร้ความสามารถนี้บุคคลจะใช้เป็นข้อแก้ตัวเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ และพบในผู้ที่มีความวิตกกังวล ผู้ที่รู้สึกไม่มั่นคงเกี่ยวกับอนาคต โดยเฉพาะต้องทำสิ่งที่ได้รับการคาดหวังความสำเร็จสูงมากจากคนอื่น ๆ การศึกษาในกลุ่มที่ต้องแก้ปัญหาที่มีความยากเป็นพิเศษพบว่าบุคคลจะใช้วิธีการเดา เพื่อแก้ปัญหาบ่อยครั้ง โดยเชื่อว่าเดาเพื่อแก้ปัญหานั้นอาจได้รับความสำเร็จ จะเห็นว่าการตัดสินใจคาดเดาดังกล่าวไม่เป็นการเลือกกระทำสิ่งที่ทำให้ตนเองไร้ความสามารถเสมอไปในสถานการณ์การตัดสินใจแบบนี้บางคนคาดการณ์จะเกิดความล้มเหลว แต่คนอื่นอาจจะคาดการณ์ว่าจะเป็นความสำเร็จ สถานการณ์เช่นนี้เป็นสถานการณ์ที่ยากที่สุดดังนั้นการจะตัดสินใจถึงการกระทำว่าเป็นการเลือกกระทำสิ่งที่ทำให้ตนเองไร้ความสามารถ ต้องมีความระมัดระวังกระทำสิ่งที่ทำให้ตนเองไร้ความสามารถ เป็นลักษณะอารมณ์ มีการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมนี้นำไปสู่การทำร้ายตนเองเรื้อรังในรูปลักษณะของการติดยา ติดยา และบุคคลที่ประสบความสำเร็จต่ำกว่าที่ควรจะเป็น (Underachievement)

2.2. การใช้สารเสพติด (Substance abuse) คนที่เลือกใช้สารเสพติด เช่น บุหรี่ สุรา และยาต่าง ๆ แสดงถึงการเลือกกระทำสิ่งที่ขัดขวางความสำเร็จของตนเอง การติดยาเป็นสาเหตุให้เกิดผลกระทบอื่น ๆ ตามมา การใช้สารเสพติดแสดงให้เห็นว่ามีผลกระทบต่อการทำลายสุขภาพของบุคคล ซึ่งผู้มีส่วนใหญ่รู้ว่าสารเสพติดเหล่านี้ก่อให้เกิดความเสี่ยง แต่ก็ยังคงดื่มสุรา สูบบุหรี่ และแม้แต่การใช้ยา พฤติกรรมการใช้สารเสพติดเหล่านี้แสดงถึงความสอดคล้องกับสิ่งซ่อนเร้นอยู่ในพฤติกรรมทำร้ายตนเองแสดงถึงการเลือกกระทำพฤติกรรมยอมแพ้เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา บางประการ มูลเหตุจูงใจให้บุคคลทั่วไปยังเลือกกระทำพฤติกรรมการใช้สารเสพติดแม้จะรู้ว่ามีความเสี่ยงและเป็นการทำร้ายตนเองนั้นเนื่องจากผลของการใช้สารเสพติดที่ได้รับ 2 ประการ คือ

ประการแรก การใช้สารเสพติดเนื่องจากความรู้สึกพึงพอใจเพราะบุหรี่ สุรา และยาต่าง ๆ ทำให้รู้สึกมีเมามา และบางครั้งผลของนิโคตินยังเป็นความพอใจทางจิตใจของผู้สูบ ดังนั้นจึงทำให้บุคคลติดผลที่พึงพอใจจากความมีเมามาเหล่านี้ กลุ่มคนที่ใช้สารเสพติดเป็นประจำจะมีความต้องการรุนแรงในการใช้สารเสพติดเพื่อตอบสนองความอยาก เช่นในผู้ที่สูบบุหรี่เป็นประจำจะมีความอยากสูบอย่างรุนแรงเมื่อได้สูบแล้วจึงทำให้รู้สึกผ่อนคลาย แต่ถ้าถูกควบคุมไม่ให้สูบบุหรี่จะมีอาการอยากสูบบุหรี่รุนแรงและมีความรู้สึกไม่ได้รับการผ่อนคลาย

ประการที่สอง สิ่งดึงดูดให้เกิดการใช้สารเสพติดเกิดจากลักษณะบุคคลตระหนักในตนเองระดับต่ำส่งผลเสียให้ยับยั้งตนเองน้อยลง และเลือกจัดการกับความเครียดโดยการใช้สารเสพติด ลดการดูแลเอาใจใส่ตนเอง บางครั้งกระทำเพื่อลบความคิดความรู้สึกที่ไม่เป็นที่ต้องการของตน เช่น เลือกลืมสูตรเพิ่มขึ้นเมื่อประสบความล้มเหลว เลือกลืมบุญหรือเพื่อให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายจากความวุ่นวาย ทำให้รู้สึกสงบขึ้นและผ่อนคลายอารมณ์ที่ไม่พึงพอใจ รู้สึกดีขึ้นเมื่อเพิ่มการสูบบุหรี่ที่รู้สึกเครียด โดยพบว่าบุคคลสูบบุหรี่เพิ่มมากขึ้นเมื่ออยู่ภายใต้ความวิตกกังวลหรือมีความเครียด

จากผลดังกล่าวเห็นได้ว่าในคนที่ใช้สารเสพติดจะปรากฏอาการของความพึงพอใจที่ได้รับในขณะที่ใช้สารเสพติดนั้น ๆ โดยไม่ค่อยรู้สึกและคำนึงถึงผลเสียที่ได้รับ ผลต่อเนื้อที่ที่เกิดขึ้นคือผลเสียจะเพิ่มขึ้นในระยะยาวเป็นความเสี่ยงของการเกิดโรคและการเสียชีวิต แม้ว่ามีสื่อและข่าวสารต่าง ๆ เตือนถึงอันตรายเหล่านี้แต่ดูเหมือนว่าคนที่ใช้สารเสพติดส่วนใหญ่ยังคำนึงถึงผลเสียน้อย ส่วนใหญ่ที่สูบบุหรี่หรือดื่ม เพราะต้องการผลที่เห็นได้ในขณะนั้นที่เป็นผลความพึงพอใจระยะสั้น ๆ ที่มีน้ำหนักมากกว่าจะคำนึงถึงความเสี่ยงระยะยาว บางครั้งการตัดสินใจสูบบุหรี่เกิดขึ้นเมื่อยังไม่มี ความเข้าใจเกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ การสูบบุหรี่และการดื่มเป็นนิสัยที่ยากต่อการเลิกเพราะนิโคตินและแอลกอฮอล์เป็นสารเสพติด ผู้ที่สูบบุหรี่มักจะไม่มีทั้งนิสัยแม้จะรู้ว่ามีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยหรือตายก่อนวัยอันควร แต่ถ้านิสัยนี้ได้รับการช่วยเหลือการเสพติดและการดื่มแอลกอฮอล์ก็สามารถเลิกได้ การใช้สารเสพติดยังพบในบุคคลที่รู้สึกไม่มีความสุข (Unpleasant) รวมทั้งบุคคลที่ตระหนักในตนเองระดับสูง (High self-awareness) มักจะปรากฏการใช้สารเสพติดในขณะที่ต้องการลดทอนหรือหลีกเลี่ยงให้พ้นจากสิ่งที่ไม่ชอบ ไม่พึงพอใจ

2.3. การไม่ดูแลเอาใจใส่สุขภาพ (Health care negligence) เป็นลักษณะการไม่ต้องการรับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญในการรักษาหรือป้องกันตนเองเมื่อเจ็บป่วย เป็นอาการขาดการดูแลเอาใจใส่ตนเองนำไปสู่การเจ็บป่วยที่มีความถี่มากขึ้น รุนแรงมากขึ้นและอาจจะถึงเสียชีวิตมีสาเหตุมาจากการขาดการรับรู้ให้มีความตระหนักในตนเอง หรือเป็นความเชื่อและการปรับตัวในทางที่ผิด โดยบุคคลจะไม่สนใจปัจจัยสาเหตุที่เป็นความเสี่ยงต่อสุขภาพจะไม่ดูแลเอาใจใส่สุขภาพ เป็นลักษณะเฉพาะตัวของบุคคล บางครั้งรูปแบบของสังคมและปัจจัยทางด้านค่าใช้จ่ายอาจเป็นปัจจัยส่งเสริมให้ไม่ดูแลเอาใจใส่สุขภาพ มีตัวอย่างการศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของคนไข้ พบว่า ในคนไข้ที่มีลักษณะขัดแย้งกับสังคมมีส่วนทำให้การรักษาลดลง และพบว่าในคนไข้ที่มีลักษณะเป็น

ตัวของตัวเองจะใช้โปรแกรมการรักษาอย่างครบถ้วนน้อยกว่าคนอื่น ๆ นอกจากนี้ยังพบว่าคนในสังคมบางกลุ่มให้ความสำคัญกับสิ่งภายนอกที่เป็นแง่รูปแบบการเลือกอาหาร การจัดการชีวิต การเดินทาง มาก่อนให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพ เช่น กลุ่มคนในสังคมที่ดื่มสุรา จะไม่คำนึงถึงคำแนะนำในการลดการดื่ม และในตัวอย่างคนไข้โรคหัวใจ พบว่ามีวิถีชีวิตการทำงานที่หนัก มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย บางครั้งไม่ยินยอมในการรักษา

2.4. การรักษาหน้า (Face work) หมายถึง การรักษาภาพลักษณ์ให้เป็นที่ชื่นชอบของสังคม ทำให้เกิดความรู้สึกดี แสดงการกระทำด้วยการสละรางวัลที่อาจจะเป็นสิ่งของหรือเงินทองเพื่อให้หลีกเลี่ยงอุปสรรคหรือรอดพ้นจากอุปสรรคที่มาขัดขวางได้ เป็นลักษณะเจตนาการเลือกแสดงพฤติกรรมโดยการเลือกการสละรางวัลที่เป็นเป้าหมายทางเศรษฐกิจและเพื่อให้เป็นที่ชื่นชอบในสังคมที่เป็นเป้าหมายทางสังคม ซึ่งคนทั่วไปจะยอมสละเป้าหมายเป็นการหลีกเลี่ยงอุปสรรคจะเป็นผลในขณะนั้นและเป็นผลระยะสั้น จากการศึกษาโดยให้บุคคลเลือกระหว่างการทำงานที่มีความยุ่งยากและได้รับเงินตอบแทนจำนวนมากในอนาคตกับการหลีกเลี่ยงงานโดยไม่ได้ผลตอบแทนพบว่า บุคคลมีความต้องการหลีกเลี่ยงงานที่มีความยุ่งยาก จึงเลือกสละเงินตอบแทนจำนวนมากที่จะได้รับจากงานนั้น ๆ การรักษาหน้าจะกระทำเมื่ออยู่ต่อหน้าคนแปลกหน้าที่ส่งผลให้เกิดภาวะอารมณ์ความต้องการจะหลีกเลี่ยงสิ่งที่มาขัดขวาง อาจจะมีเหตุจูงใจที่มีเหตุผล ในคนที่ระมัดระวังตนเองสูงจะปรากฏการรักษาหน้าชัดเจน โดยพยายามแสดงเกี่ยวกับสิ่งที่จะปรากฏต่อหน้าคนอื่น ๆ และบุคคลโดยใช้การอ้างเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Rationalization) เป็นความพยายามของบุคคลที่พยายามจะพิสูจน์ว่าพฤติกรรมของเขานั้นมีเหตุผล พยายามหาเหตุผลข้าง ๆ เคียง ๆ เพื่อประกอบกรกระทำของตนเอง เป็นการกระทำเพื่อลดความเครียด ความวิตกกังวล และรักษาหน้า รักษาศักดิ์ศรีของตนไว้ สำหรับเหตุผลที่นำมาใช้นั้นมักจะเป็นคำนิยามของสังคมแม้ว่าเหตุผลนั้น ๆ จะแย้งกับเหตุผลที่แท้จริงภายในจิตใจของบุคคลนั้น

2.5. การขี้อาย (Shyness) เป็นผลจากความวิตกกังวลต่อสังคม และเป็นความรู้สึกพบได้บ่อยเมื่อบุคคลมีปฏิสัมพันธ์ในสังคม ในขณะที่ต้องการแสดงตนให้ออกมาเป็นทางบวกจะมีความกลัวในสิ่งที่จะเป็นภาพลบเกิดจากบุคคลมีจิตสำนึกต่อสังคมและคำนึงถึงความรู้สึกของคนอื่น ๆ ในระดับสูง ตลอดจนมีความระมัดระวังตนเองมากเกินไปจะเป็นผู้มีลักษณะขี้อายและระมัดระวังตนเองอย่างมาก จะก่อให้เกิดการแยกตัวจากสังคม ความกลัวทำให้เกิดความรู้สึกกดดัน เมื่ออยู่ในสังคมคนขี้อายจะแสดงอาการผกผันและขี้น ไม่ค่อยเต็มใจเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง การขี้อายเป็นการยอมแพ้ในตนเองซึ่งดูเหมือนเป็นการกระทำปกติทั่วไป เช่นบุคคลที่ต้องการมี

เพื่อนแต่มีความกังวลและไม่พร้อม จะเกิดความอายทำให้พยายามหลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ โอกาสจะมีเพื่อนและใกล้ชิดกับคนอื่น ๆ จึงน้อยลงส่งเสริมให้เกิดการแยกตัวอยู่โดดเดี่ยวได้ การขี้อายทำให้ขาดการพัฒนาทักษะทางสังคม ผลจากการแยกตัวจึงพบว่าคนขี้อายมักจะอยู่โดดเดี่ยว หลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม ทำให้สูญเสียความสัมพันธ์ใกล้ชิดในระยะยาว นอกจากนี้ จะแยกตัวเองอยู่ตามลำพังแล้วคนที่ขี้อายจะไม่ชอบการแข่งขัน ชอบทำงานตามลำพัง เก็บกอดความรู้สึก ความคิดเพื่อฝัน เป็นคนเฉยเมยเย็นชา และถ้ามีบุคลิกภาพแบบขี้อายและหวาดระแวงด้วย จะมีความวิตกกังวลมาก ไม่มีเพื่อนสนิท มีความคิดแปลกๆ ไม่ค่อยแสดงอารมณ์ บุคคลที่ขี้อายมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ร่วมกับความรู้สึกกลัวถูกปฏิเสธ กลัวถูกดูหมิ่นเหยียดหยาม ทำให้หลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เพราะกลัวว่าผู้อื่นจะไม่ยอมรับเป็นอย่างมาก กลัวว่าตนเองจะทำอะไรที่ดูน่าอาย บางครั้งยังอ่อนไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์เล็ก ๆ น้อย ๆ การขี้อายบางครั้งมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตตลอดจนหน้าที่การงานเพราะจะพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ต้องพบปะผู้คน

รูปแบบที่ 3 การใช้วิธีทำให้ลดทอนประสิทธิภาพ (Counterproductive strategies)

พฤติกรรมการยอมแพ้ รูปแบบที่ 3 เป็นลักษณะที่ไม่ได้คาดหมายไปสู่การทำร้ายตนเอง ปกติคนทั่วไปจะเลือกวิธีปฏิบัติเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในเป้าหมาย แต่เกิดการปรับตัวผิดพลาดเนื่องจากวิธีที่เลือกปฏิบัติไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใด ๆ ในการส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จกลับทำให้ล้มเหลว พ่ายแพ้และทำร้ายตนเอง การกระทำโดยเลือกใช้วิธีดังกล่าวเสมือนว่ามีเหตุมีผลและตอบสนองต่อการปรับตัว มีเป้าหมายในทางบวกแต่ระยะต่อมากลับพบว่า กลวิธีหรือเทคนิคการปฏิบัติที่เลือกใช้ทำให้ลดโอกาสจะประสบความสำเร็จ ในบุคคลที่ตระหนักในตนเองระดับต่ำนำไปสู่การรับรู้ตนเองน้อย เป็นการหลอกตนเอง (Self-deceptive) การบิดเบือนข้อมูลมีผลต่อการไม่ได้รับรู้เกี่ยวกับตนเอง การละเลยไม่เอาใจใส่ตนเอง รวมทั้งประสบการณ์สำคัญในอดีตมีส่วนทำให้เข้าใจผิดในคุณภาพและความสามารถของตน ซึ่งประกอบด้วยลักษณะ 5 ด้าน คือ

3.1. การยึดมั่นในการกระทำซ้ำ ๆ (Perseveration) การยึดมั่นในการกระทำนั้นทำให้สิ้นเปลืองเวลาและทรัพยากร การยึดมั่นในการกระทำซ้ำ ๆ เป็นการขัดขวางบุคคลในการเลือกการกระทำเนื่องจากการยึดมั่นในทางเลือก ผู้ที่ยึดมั่นในการปฏิบัติอย่างซ้ำ ๆ อย่างต่อเนื่องทำให้เกิดความสูญเสียจากการกระทำในเรื่องที่หาประโยชน์ไม่ได้ คนที่มีความภาคภูมิใจตนเองในระดับสูงจะมีการยึดมั่นในการปฏิบัติมากกว่าคนที่มีความภาคภูมิใจตนเองในระดับต่ำ บุคคลมีความ

ภาคภูมิใจตนเองในระดับสูงมีแนวโน้มยึดมั่นในการกระทำซ้ำ ๆ ที่ไม่สามารถแก้ไขได้ และทำให้เกิดความล้มเหลวมากขึ้น สันนิษฐานว่าผู้ที่ภาคภูมิใจตนเองในระดับสูงมากเกินไปเป็นเหตุให้ประเมินความน่าจะเป็นในความสำเร็จสูงเกินไป การยึดมั่นการกระทำสิ่งที่ไร้ผล ไม่สามารถแก้ปัญหในงานที่ยากได้ เมื่อไม่เกิดผลลัพธ์ใด ๆ ขึ้นจากการใช้เวลาและความพยายามของตน กลายเป็นความคาดหวังความสำเร็จที่ไม่ถูกต้องมีพื้นฐานมาจากการปรับตัวผิดพลาดในความสามารถของตนเองหรือปรับตัวผิดพลาดในเป้าหมายที่เกิดขึ้น

3.2. การติดอยู่ภายใต้แรงกดดัน (Choking under pressure) สถานการณ์แรงกดดัน หมายถึง สถานการณ์ที่มีความปรารถนาอย่างสูง และมีความสำคัญต้องปฏิบัติให้ดี หรือเป็นการปฏิบัติที่ต้องอยู่ภายใต้การกระทำเพื่อให้ได้สิ่งเหมาะสมที่สุดในสถานการณ์แรงกดดัน จึงเรียกว่า การติดอยู่ภายใต้แรงกดดัน การติดอยู่ภายใต้แรงกดดันนั้นพิจารณาได้จากผลของการตอบสนองต่อแรงกดดันอย่างไม่มีประสิทธิภาพ เป็นความพยายามของบุคคลที่มุ่งหวังความสำเร็จอย่างผิดธรรมชาติจนนำไปสู่ความล้มเหลวได้ สถานการณ์แรงกดดันนี้เป็นจิตสำนึกที่ต้องการปฏิบัติให้ดีที่สุด บุคคลเกิดความมั่นใจว่าจะกระทำให้ประสบความสำเร็จให้ได้ การติดอยู่ภายใต้แรงกดดันแสดงให้เห็นจากการปฏิบัติที่มีทักษะการปฏิบัติหรือความสามารถในการกระทำลดน้อยลง เช่น ในนักกีฬาจะพบว่ามีทักษะการเล่นเมื่ออยู่ต่อหน้าผู้ชมลดลงเนื่องจากการคาดหวังความสำเร็จจากผู้ชมสามารถที่จะสร้างแรงกดดัน ดังนั้นทักษะการจัดการกับปัญหาจะลดลงและแรงกดดันจากผู้ชมนี้รบกวนการเล่นของนักกีฬามาก เมื่อติดอยู่ภายใต้แรงกดดันทำให้เกิดการฟ่ายแพ้นี้ที่สุด

3.3. การเรียนรู้ที่จะไม่ช่วยเหลือตนเอง (Learned helplessness) หมายถึง การแสดงพฤติกรรมไม่เต็มใจที่จะกระทำเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ไม่ชอบ (Seligman, 1999) ลักษณะการเรียนรู้ที่จะไม่ช่วยเหลือตนเองนั้น บุคคลมีประสบการณ์ที่ไม่มีความสุข ไม่สามารถควบคุมผลที่ไม่ต้องการ บางครั้งจากประสบการณ์ในอดีตที่เกิดความล้มเหลว ทำให้บุคคลคิดว่าการคาดหวังและพยายามกระทำในสิ่งใดก็ตามพยายามทำแล้วคงไม่เกิดประโยชน์ใด ๆ เป็นการคิดถึงสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้นจะนำไปสู่การละความพยายามและจะพบความล้มเหลว ดังนั้นบุคคลจึงใช้วิธีเรียนรู้ที่จะไม่ช่วยเหลือตนเอง อยู่เฉย ๆ ไม่กระทำการใด ๆ จัดว่าเป็นการปรับตัวผิดพลาดของบุคคล คนที่ระมัดระวังตนเองสูงและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะใช้วิธีเรียนรู้ที่จะไม่ช่วยเหลือตนเอง เมื่อบุคคลหยุดหรือละความพยายามจะเป็นการเรียนรู้ที่จะไม่ช่วยเหลือตนเองเป็นการยอมแพ้ดังนั้นจึงเกิดความล้มเหลวขึ้นในงานที่คิดว่ามีความยากทั้ง ๆ ที่ถ้าบุคคลพยายามเพิ่มขึ้นอาจจะประสบความสำเร็จได้

3.4. การใช้วิธีต่อรองที่เป็นการลดทอนประสิทธิภาพ (Counterproductive bargaining strategies) เป็นลักษณะการต่อรองเมื่อเกิดการขัดแย้งและผลของการต่อรองไม่เป็นไปตามที่ต้องการ เนื่องจากการไม่เข้าใจสถานการณ์ และสภาพการแข่งขันที่ต้องเจรจาต่อรอง บางครั้งมีความมั่นใจที่สูงเกินไปหรือมีจุดมุ่งหมายการต่อรองที่สูงเกินไป หรือในทางตรงกันข้ามอาจเป็นการตั้งจุดมุ่งหมายที่ต่ำเกินไป ทำให้ไม่สามารถเจรจาทกลงร่วมกันได้ ความพยายามของบุคคลที่จะทำให้ได้รับผลที่พอใจเมื่อต้องต่อรองที่ไม่ยืดหยุ่น นำไปสู่การไม่สามารถตกลงร่วมกันได้ ทำให้เป็นการยอมแพ้หรือทำร้ายตนเอง จัดเป็นการใช้วิธีการจากการปรับตัวผิดพลาด การรับรู้ในสถานการณ์เมื่อต้องเจรจาต่อรองและรับรู้สภาพการณ์การแข่งขันที่อยู่บนข้อสันนิษฐานผิดว่ามีปริมาณของทรัพยากรที่สามารถจัดสรรได้ในระหว่างการต่อรองเหมาะสม แต่ในความจริงแล้วอาจจะมีทางเลือกหรือทรัพยากรอื่น ๆ ที่เหมาะสมกว่า ทำให้สภาพการต่อรองไม่เกิดผลประโยชน์ใดตกอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่สามารถทำอะไรได้ และการต่อรองไม่มีความยืดหยุ่นตามความต้องการ ทำให้การต่อรองล้มเหลวเป็นการใช้วิธีการไม่มีประสิทธิภาพ การต่อรองเกิดจากความเชื่อมั่นที่สูงเกินไปและผลจากการประเมินของบุคคลสูงเกินไปทำให้เกิดความคาดหวังผิด การต่อรองที่ประสบความสำเร็จล้มเหลวไม่สามารถตกลงร่วมกันได้อาจเกิดจากการมุ่งเป้าหมายที่ต่ำเกินไปในการต่อรองเนื่องจากประเมินสถานภาพ ความสามารถ คุณสมบัติ ผิดพลาดหรือเป็นการยินยอมที่ไม่จำเป็น การใช้วิธีที่ทำให้ลดทอนประสิทธิภาพเกิดจากความผิดพลาดในการรับรู้ตนเอง และจากการเข้าใจผิดในสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้นขณะนั้น

3.5. การไม่ประสบความสำเร็จในการทำให้คนอื่นชื่นชอบ (Ineffective ingratiation strategies) โดยทั่วไปบุคคลต้องการจะให้คนอื่น ๆ ชื่นชอบตน ด้วยการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เป็นที่ชื่นชอบและเป็นที่พึงพอใจของคนอื่น ๆ อย่างไรก็ตามการเลือกใช้วิธีทำให้เป็นที่ชื่นชอบนั้น อาจจะทำให้เกิดผลที่ไม่ต้องการให้เกิดได้ และยังบั่นทอนความสัมพันธ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ากลุ่มเป้าหมายนั้นรู้ว่าการแสดงพฤติกรรมดังกล่าวเป็นอุบายทำให้ตนชื่นชอบและกลุ่มเป้าหมายจึงแสดงการตอบสนองในทางตรงกันข้ามทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ไม่ต้องการคือไม่ได้รับการชื่นชอบ รูปแบบการไม่ประสบความสำเร็จในการใช้กลยุทธ์ที่ทำให้คนอื่นชื่นชอบนี้จึงเป็นพฤติกรรมที่พยายามสร้างให้บุคคลอื่น ๆ มีความพอใจและชื่นชอบ แต่เมื่อไม่เป็นผลความพยายามกระทำให้เป็นที่ชื่นชอบนำมาสู่การยอมแพ้ เกิดจากบุคคลคาดคะเนสูงเกินไปในการประเมินว่าคนอื่น ๆ จะต้องตอบสนองทางบวกต่อคำสรรเสริญเยินยอหรือการกระทำให้เกิดความชื่นชอบ

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรเรียน

พฤติกรรมกรเรียนของวัยรุ่น

Latham and Frayne (1989, อ้างถึงใน จิรวัดนา และรุ่งทิพย์, 2546) ได้ให้ความหมาย พฤติกรรมกรมาทำงานว่าหมายถึงกรมาทำงานตรงเวลาอยู่เต็มเวลาและทำงานอย่างเต็มที่ นอกจากนี้ยังต้องมีการประหยัดเวลา คือใช้เวลาให้เหมาะสมกับคุณภาพและปริมาณงาน ในนักเรียนพฤติกรรมกรมาทำงานของนักเรียนก็คือ พฤติกรรมกรเรียนนั่นเองซึ่งหมายถึง กรมาเรียนให้ตรงเวลา อยู่เต็มเวลา เรียนอย่างเต็มที่ และประหยัดเวลาในการเรียนโดยวางแผนใช้เวลาการเรียนอย่างรอบคอบ

อุมาพร (2543) กล่าวว่า พฤติกรรมกรเรียนของนักเรียนที่เป็นวัยรุ่นยังมีปัญหา สาเหตุเพราะการเรียนจะมีความยากขึ้น ละเอียดและมีเนื้อหามากขึ้นที่ส่งผลให้ต้องมีการใช้ทักษะความสามารถด้านต่าง ๆ แต่เมื่อไม่สามารถใช้หรือพัฒนาทักษะความสามารถได้ก็จะก่อให้เกิดปัญหาด้านการเรียนต่าง ๆ ตามมา เช่น ปัญหาอารมณ์และพฤติกรรม ปัญหาทางสังคม ปัญหาการขาดแรงจูงใจ

กรมวิชาการ (2549) ได้มีแนวทางการเสริมสร้างประสิทธิภาพทางการเรียน มีการจัดรูปแบบการส่งเสริมประสิทธิภาพการเรียนรู้อย่างสำคัญ มีองค์ประกอบเป็นจิตใจ ได้แก่ ทศนคติที่ดี มีแรงจูงใจ ลักษณะเฉพาะในการเรียน ได้แก่ รูปแบบการเรียนรู้นิสัยการเรียน ความพร้อม ได้แก่ การใช้เวลา สิ่งแวดล้อม สภาพร่างกาย และวิธีการเรียน ได้แก่ การจำ การคิด การฟัง การอ่าน การเขียน โดยจัดกิจกรรมสนับสนุนมีขอบข่ายเนื้อหาต่าง ๆ เช่น การกำหนดเป้าหมายการเรียน การปลูกฝังเจตคติและแรงจูงใจต่อการเรียน การสำรวจนิสัยทางการเรียน การสำรวจลีลาการเรียนรู้อการบริหารเวลาให้เหมาะสม การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ การฝึกทักษะการคิดรวบยอดการคิดอย่างเป็นระบบการพัฒนาทักษะ การอ่านการฝึกทักษะการฟังการฝึกการเขียนและการจัดบันทึกการฝึกทักษะการพูดการฝึกความจำการสร้างนิสัยใฝ่เรียนใฝ่รู้การเตรียมตัวสอบ เพื่อให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเรียน รู้จักลักษณะเฉพาะในการเรียน อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และมีวิธีการเรียนที่ดี ไม่มีปัญหาทางการเรียน และผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองได้

พัชนี (2526) กล่าวถึง ความสำเร็จในการเรียนว่าครูมีบทบาทที่สำคัญในการที่จะสร้างความรู้สึกภายในให้เกิดขึ้นแก่ตัวเด็ก ซึ่งได้แก่ การสร้างความมั่นใจในตนเอง ความใฝ่ฝันที่จะก้าวไปสู่ความสำเร็จ ทั้งนี้ย่อมขึ้นอยู่กับความคาดหวังของเขา ว่ามีความเข้มข้นมากน้อยเพียงใดเป็นไปในทิศทางไหน และอยู่ในระดับสูงเพียงใด จะต้องมีความแน่นอน เพื่อจะได้พยายามดำเนินไปสู่ความคาดหวังนั้น ในการเรียนครูจะต้องพยายามสร้างและจูงใจให้นักเรียนเห็นความสำคัญเห็นประโยชน์ในการเรียน อยากรู้ อยากเห็นอย่างจริงจัง มีความคาดหวังในการที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนที่สุด ส่วนนักเรียนสิ่งที่จะช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียนได้แก่ ลักษณะของผู้เรียนเอง ครู เทคนิควิธีสอน บรรยากาศของโรงเรียน บรรยากาศในห้องเรียน เกี่ยวกับการเรียนการสอน เพื่อนร่วมชั้นเรียน ร่วมโรงเรียน ซึ่งสิ่งที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จของนักเรียนวัยรุ่นได้แก่ ความสมบูรณ์ของร่างกายของผู้เรียน ความรัก การให้การอบรมทางนามธรรม วัฒนธรรม ความสัมพันธ์ในหมู่เพื่อน การปรับตัวและพัฒนาตนเอง

เทอดศักดิ์ (2545) กล่าวว่า ในการเรียนของนักเรียนการจะประสบความสำเร็จในการเรียนหมายถึง คนที่สามารถเรียนในสิ่งที่ตนเองชอบได้ดี มีความสุขในการเรียน มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองตามเป้าหมายและวิธีการเรียนที่ได้วางแผนไว้ ได้รับผลทางการเรียนในระดับที่สูงขึ้น มีความมุ่งมั่นอดทนรอคอยเพื่อจุดมุ่งหมายความสำเร็จในการเรียน เมื่อมีปัญหาอุปสรรคสามารถแก้ไขความขัดแย้งและผ่านปัญหาอุปสรรคไปได้ ซึ่งการประสบความสำเร็จนั้นนอกจากจะมาจากไอคิวแล้วยังมีเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์มาเกี่ยวข้อง ความสำเร็จในการเรียนเป็นเรื่องของทักษะเฉพาะตัวที่ทำให้ประสบความสำเร็จที่เกิดจากความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จักจุดเด่นจุดด้อย รู้จักการควบคุม การจัดการแสดงออกทางอารมณ์ได้ดี

Roger (1972 อ้างถึงใน โสภณัท, 2542) กล่าวว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาทางสติปัญญาของวัยรุ่น ประกอบด้วย ทักษะ ทักษะคิด ความสนใจ และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งทักษะก็คือ ความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ อย่างมีคุณภาพ ช่วยให้เกิดความมั่นคงทางจิตใจ สามารถที่จะทำอะไรได้ด้วยตนเอง ไม่ถูกผู้อื่นครอบงำ สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ ทักษะคิด คือ ความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบของบุคคลที่มีต่อวัตถุ เหตุการณ์หรือบุคคลด้วยกัน เป็นเรื่องของความรู้สึกพร้อมในการที่จะแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อวัตถุ เหตุการณ์หรือบุคคลเหล่านั้น ทักษะคิดเป็นสิ่งที่มิมีอิทธิพลต่อความรู้สึกยอมรับที่จะเรียนของคนเราที่เป็นเรื่องของความอดทนและมีใจจดจ่อที่จะเรียนรู้ ความสนใจ คือ สิ่งที่ใช้ให้เห็นทักษะต่อกิจกรรมนั้น ๆ หรือความปรารถนาที่จะมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ ความสนใจที่เริ่มมีความหมายหรือความสำคัญมากขึ้นเมื่อมีโอกาสใช้เวลาว่างมาก

ขึ้นจะใช้เวลาวางนั้นทำกิจกรรมที่ตนสนใจและมีความแตกต่างออกไปจากงานประจำ ทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น รู้จักทำกิจกรรมให้สมดุลกับการใช้เวลาอย่างคุ้มค่าและมีประโยชน์ ความคิดสร้างสรรค์ คือ สมรรถภาพในการรวบรวมประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มีอยู่มาจัดรูปแบบให้แปลกใหม่กว่าเดิม เป็นความสามารถที่มีอยู่ในตัวของทุก ๆ คนอยู่แล้ว บุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์จะเป็นคนที่ไม่มีความลังเล หักห้ามใจตนเองในการกระทำ คิดอะไรและทำอะไรได้ด้วยตนเอง

สมโภชน์ (2539) กล่าวว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาหลายพฤติกรรมที่ไม่สามารถแก้ไขได้ ยังต้องอาศัยกระบวนการภายในของบุคคลที่เป็นจินตนาการ มีการพัฒนาแนวทางการปรับพฤติกรรมขึ้นมาใหม่โดยอาศัยแนวคิดที่ว่าตัวแปรภายในบุคคลมีผลต่อพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก เรียกว่า การปรับพฤติกรรมทางปัญญา เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกโดยการเปลี่ยนความคิด การตีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการสนองตอบ เป็นการเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง คือ ปัจจัยทางด้านจิตวิทยาทางปัญญา ปัจจัยทางการควบคุมตนเอง และปัจจัยทางด้านการบำบัดทางปัญญา ปัจจัยทั้ง 3 ดังกล่าว ทำให้เกิดแนวทางในการบำบัดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาซึ่งมีผู้วิจัยพบว่า ประสิทธิภาพการปรับพฤติกรรมทางปัญญาให้ผลดีกว่าการปรับพฤติกรรม

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่าในการเรียนผู้เรียนทุกคนอยากเรียนเก่งเป็นคนดี มีความสุข และจิตสำนึกของพ่อแม่ผู้ปกครองและครูปรารถนาที่จะสนองตอบความต้องการของผู้เรียน แต่สภาพที่นักเรียนยังเรียนไม่เก่ง นักเรียนที่เป็นวัยรุ่นยังพบว่ามีปัญหา สาเหตุทั้งจากผู้เรียนและสภาพแวดล้อมรอบต่าง ๆ ถ้านักเรียนต้องการประสบผลสำเร็จในการเรียนนอกจากจะแก้ไข ปัญหาที่ตัวผู้เรียนแล้วยังต้องเอาใจใส่ในสภาพแวดล้อมด้วย ผู้เรียนนอกจากจะมีไอคิวที่ดีแล้วต้องมีความฉลาดทางการเรียนที่ดีซึ่งเป็นเรื่องของทักษะเฉพาะตัวที่ทำให้ประสบความสำเร็จที่เกิดจากความรูสึกของตนเอง รู้จักจุดเด่นจุดด้อย รู้จักการควบคุม จัดการและแสดงออกทางอารมณ์ได้ดี และส่วนผู้เกี่ยวข้องจะมีส่วนช่วยเหลือให้เรียนดีได้ ด้วยการสร้างความมั่นใจในตัวเองของนักเรียน วัยรุ่น การช่วยเหลือเกี่ยวข้องกับการพัฒนาทางความฉลาดทางอารมณ์ พัฒนาการทางสติปัญญา เพราะสติปัญญาจะเป็นความสามารถในการแสดงออกอย่างมีจุดมุ่งหมาย คิดอย่างมีเหตุมีผล และจัดการกับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสิ่งที่จะมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นนั้น ประกอบด้วยทักษะที่มีคุณภาพ มีทัศนคติที่พร้อมในการปฏิบัติตนตอบสนองต่อบุคคล และสภาพแวดล้อมอดทนและจดจ่อต่อการเรียน ความสนใจร่วมในกิจกรรมการเรียน รู้จักทำกิจกรรมให้สมดุลกับการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า มีประโยชน์และสร้างสรรค์

นักเรียนวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมการเรียนดีจะทำให้ได้เรียนรู้ได้รับการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ทักษะหรือความสามารถในด้านใดด้านหนึ่ง ถ้าวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการเรียนได้ก็จะพบกับความสำเร็จในชีวิตได้ การศึกษาพฤติกรรมการเรียนจะเป็นการศึกษาลักษณะการกระทำของนักเรียน ในกิจกรรมการเรียนการศึกษาทำให้เข้าใจถึงลักษณะการปฏิบัติตนของวัยรุ่นในการเรียนว่าเป็นอย่างไร เรียนดีหรือไม่ดี มาเรียนตรงเวลา อยู่เต็มเวลา เรียนอย่างเต็มที่ และวางแผนใช้เวลาเรียน อย่างรอบคอบหรือไม่อย่างไร โดยเฉพาะพฤติกรรมการเรียนที่มีเหตุปัจจัยมาจากปัจจัยภายในเป็น ปัจจัยทางสติปัญญา ดังนั้นการศึกษากิจกรรมการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นจึงให้ความสำคัญปัจจัย ภายในที่มีผลต่อพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนใน 5 ด้าน คือ ด้านการตั้งเป้าหมาย (Goal setting) ด้านความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว (Determination) ด้านการควบคุมตนเอง (Self-control) ด้านความรับผิดชอบ (Responsibility) และด้านการใช้เวลา (Time use) ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting)

Corsini (2002) ให้ความหมายการตั้งเป้าหมายว่าหมายถึง กระบวนการในการวางแผนเป้าหมาย ในอนาคตที่เฉพาะเจาะจงและเป็นสิ่งที่ยึดมั่นหรือเป็นผลลัพธ์ของการเตรียมการ เป็นขั้นตอนพื้นฐาน ของการจูงใจ เป็นการวิเคราะห์ประมาณการผลรวมค่าใช้จ่าย เป็นแนวทางหรือคำแนะนำที่จะ กำหนดการกระทำสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการเป็นกระบวนการที่มีประโยชน์ที่คนทุกๆ ไปต้องตระหนักถึง เกี่ยวกับสิ่งที่จะทำให้ประสบความสำเร็จและคำนึงถึงว่าจะอะไรเป็นเป้าหมายความสำเร็จที่ต้องการ

วรรณประภา (2543) กล่าวว่า เป้าหมายเป็นกลไกในการสร้างความสำเร็จ โดยเป้าหมาย จะกำหนดแบบแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ กำหนดเป้าหมายพอสถานะ ซึ่งต้อง สอดคล้องกับความเป็นจริง ลำคัญชัดเจนจนสามารถทำได้จริง ในขณะเดียวกันเป้าหมายที่กำหนด ต้องประเมินอย่างเหมาะสมไม่ประเมินศักยภาพของตนเองต่ำไป ในบุคคลผู้มีชื่อเสียงและประสบความสำเร็จของโลกไม่ได้ตระหนักถึงศักยภาพภายในของตนในทันทีทันใด กว่าจะพบความสำเร็จ ได้ผ่านประสบการณ์ ผ่านการล้มเหลวมาจนในที่สุดสามารถประสบความสำเร็จได้เนื่องจาก เห็นความจำเป็นในการกำหนดเป้าหมายให้กับตนเอง

แนวคิดเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายดังกล่าวสามารถสรุปถึงการตั้งเป้าหมายในการเรียนของ นักเรียนได้ว่า หมายถึง ทักษะประการหนึ่งที่จะสร้างแรงจูงใจในการเพิ่มประสิทธิภาพของการเรียนรู้ ปฏิบัติกิจกรรมด้านการเรียนเป็นกระบวนการวางแผนเป้าหมายในการเรียนที่เฉพาะเจาะจงและใช้เป็น แนวทางในการปฏิบัติ เป้าหมายที่กำหนดมีลักษณะ

1. เป็นเป้าหมายที่สามารถปฏิบัติได้ หรือเป็นเป้าหมายที่เป็นจริงเพื่อให้การปฏิบัติตนในการเรียนสัมพันธ์กับเป้าหมาย
2. เป็นเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงและมีความชัดเจนเพื่อทำให้เกิดผลการปฏิบัติด้านการเรียนได้ดี
3. การได้รับข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เพื่อการบรรลุเป้าหมายในการเรียนของนักเรียนซึ่งจะทำให้นักเรียนปฏิบัติการเรียนรู้การศึกษาได้ดีกว่าไม่ได้รับข้อมูลย้อนกลับ ซึ่งจะเป็นข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับผลลัพธ์ทางการเรียนจะทำให้รู้ว่าต้องใช้ความพยายามเพิ่มขึ้นหรือไม่ หรือต้องปรับปรุงแก้ไขอะไรบ้างที่จะทำให้เกิดความก้าวหน้าในการเรียน
4. เป้าหมายในการเรียนที่กำหนดต้องสามารถจูงใจนักเรียนเพื่อให้เกิดผลต่อการปฏิบัติตนด้านการเรียนที่สูงขึ้น มีการยอมรับเป้าหมายและมีความผูกพันต่อเป้าหมายในการเรียนที่ได้กำหนดไว้แล้ว ซึ่งอาจจะเป็นการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ที่ยากแก่การบรรลุถึงแต่ในขณะเดียวกันมีความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึง เพื่อทำให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการเรียนได้ดีกว่าการกำหนดเป้าหมายที่ง่าย

ความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว (Determination)

Corsini (2002) กล่าวว่า ความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว หมายถึง บุคลิกลักษณะที่เป็นทัศนคติภายในจิตใจที่เป็นการคิดแนวทางบางสิ่งบางอย่างของการจะกระทำและการตั้งใจอย่างมั่นคงในการที่จะปฏิบัติสู่ความสำเร็จ ความคิดที่มุ่งมั่น (Determinative idea) จะเป็นระบบการคิดที่มีเป้าหมายเพื่อไปสู่ความสำเร็จ โดยมีเป้าหมายสุดท้ายที่เฉพาะเจาะจง ความคิดที่มุ่งมั่นนี้จะรูปแบบบุคลิกลักษณะของบุคคล ที่จะเป็นผู้ที่มุ่งมั่นฝ่าฟันอุปสรรค (Striving) มีความตั้งใจแน่วแน่ มีการแสดงพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ ผู้ที่มีความมุ่งมั่นจะเป็นผู้ที่มีลักษณะที่ต้องการพิสูจน์ให้เห็นถึงสถานการณ์ที่คนเรามีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะให้เกิดความเสมอภาคในครอบครัว ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่มีลักษณะต่อต้าน ลักษณะของผู้ที่มุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว (Determinism) เป็นลักษณะหลักการที่เป็นผลกับทุกสถานการณ์ทั้งต่อร่างกายและจิตใจ ประกอบไปด้วย รูปแบบของการแสดงออกทางพฤติกรรมเป็นผลของปัจจัยจากสิ่งที่เป็นสาเหตุสำคัญในทางจิตวิทยา ปัจจัยอาจจะมาจากภายนอกหรือภายในตนเอง คนที่ยึดถือหลักการอย่างมากมักจะไม่มีอิสระที่จะเลือกสิ่งต่าง ๆ ตรงกันข้ามกับ

คนที่ยึดถือหลักการเพียงเล็กน้อย เป็นการยึดถือโดยปราศจากข้อจำกัดในองค์ประกอบของตนเองและประสบการณ์ที่ผ่านมาเป็นไปได้อันมีความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยวเป็นเป้าหมายของบุคคลที่มีลักษณะเป็นแบบแผนของชีวิตและอนาคต (Type of life and future)

Summers (2001) กล่าวว่า ความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว (Determination) เป็นลักษณะของคนที่มุ่งมั่นอย่างสม่ำเสมอที่จะพยายามปฏิบัติตนให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งเป็นการตัดสินใจทำอย่างมุ่งมั่นในงาน และความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยวยังเป็นพลังแห่งความมานะบากบั่นในตนเองให้มั่นคงไว้เสมอ ไม่วอกแวก ใจจดจ่อให้ความสนใจและเอาใจใส่กับสิ่งหนึ่งสิ่งใดอย่างจริง ๆ จัง ๆ

กรมสามัญศึกษา (2529) กล่าวว่า ความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยวเป็นความขยันหมั่นเพียรในการศึกษาเล่าเรียน ที่นักเรียนมีความรัก ความตั้งใจมุ่งมั่นศึกษาเล่าเรียน ไม่ย่อท้อแม้บางครั้งบทเรียนนั้นจะยาก หรือมีอุปสรรคต่าง ๆ จะมุ่งมั่นมานะทำงานกระทั่งสำเร็จ

จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยวในการเรียนของนักเรียน หมายถึง การตั้งใจอย่างแน่วแน่มั่นคงในการจะปฏิบัติกิจกรรมด้านการเรียนการศึกษาให้ประสบความสำเร็จโดยมุ่งมั่นในการฝ่าฟันอุปสรรค จิตใจแน่วแน่ แสดงออกทางการกระทำที่สร้างสรรค์ รวมทั้งมีจริยธรรมในการเรียนสามารถจะหักห้ามในตนเองไม่ให้ทำสิ่งที่ต้องการในปัจจุบันแต่รอคอยเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ให้ผลดีกว่า เป็นลักษณะนิสัยของผู้ที่มุ่งมั่นอย่างสม่ำเสมอที่จะปฏิบัติตนในการเรียนให้ประสบความสำเร็จ โดยผู้ที่มีความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยวในการเรียนจะมีลักษณะดังนี้

1. มีความคิดมุ่งมั่น อดทนในการเรียนที่นำไปสู่การปฏิบัติตนในการเรียนอย่างสม่ำเสมอเหมาะสม
2. มีการกำหนดรูปแบบการเรียนและมีความมุ่งมั่นแน่วแน่ในการที่จะกระตุ้นตนเองและรักษาลำดับความสำคัญของการเรียนตามที่ได้กำหนดรูปแบบไว้
3. มีความมุ่งมั่นแน่วแน่สม่ำเสมอในการเรียน รวมทั้งมีการปฏิบัติตนในการเรียนสอดคล้องกับรูปแบบของจริยธรรม

การควบคุมตนเอง (Self-control)

Vohs and Baumeister (2004: 369–373) ได้อธิบายถึงการควบคุมตนเอง (Self – control) ว่า หมายถึง เจตนาหรือกระบวนการของจิตสำนึกในการที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองหรือการรับรู้ของตนเอง ซึ่งอัตราของการควบคุมตนเอง หรืออัตราลักษณะนิสัยควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเองโดยทั่ว ๆ ไปเป็นลักษณะของการมีวินัยในตนเอง ความเชื่อมั่นมีจริยธรรมในการทำงาน มีนิสัยรักสุขภาพ และมีความตั้งใจที่จะแสดงการกระทำ การควบคุมตนเองจะใช้เป็นตัวชี้วัด ความตั้งใจ เป็นจิตสำนึกที่เป็นกระบวนการในการระงับหรือยับยั้งพฤติกรรมหรือความรู้สึกของคนคนหนึ่ง ความมีวินัยในตนเองเป็นส่วนหนึ่งที่อยู่ภายใต้ความคิดการควบคุมตนเอง ความมีวินัยนี้จะใช้เป็นตัวชี้วัดว่าคนจะปฏิบัติไปสู่เป้าหมายที่เห็นผลสำเร็จของความต้องการ บางครั้งใช้คำว่าพัฒนาตนเอง (Self – improvement) เป็นการให้ความหมายการควบคุมตนเอง ที่มาจากความมีระเบียบวินัยในตนเอง (Self – regulation) ความมีระเบียบวินัยในตนเอง มีความหมายครอบคลุมในการจะใช้เป็นตัวชี้วัดการเปลี่ยนแปลงการแก้ไข หรือแนวทางในความรู้สึกของคนคนหนึ่ง (เป็นลักษณะโดยอัตโนมัติหรือเป็นจิตสำนึก) ที่ต้องการประสบความสำเร็จในเป้าหมาย ซึ่งมีขอบเขตของการควบคุมตนเอง (Domains of self-control) ดังนี้

1. การควบคุมจิตใจ (Mental control) หมายถึงความสามารถในการกำจัดความคิดที่ไม่ต้องการภายในจิตใจตนเอง ด้วยการระงับความคิด
2. การควบคุมอารมณ์ (Emotion control) หมายถึง ลักษณะของการที่พยายามจะควบคุม หรือจัดการกับอารมณ์ทั้งด้านบวกและด้านลบ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการที่จะควบคุมอารมณ์ด้านลบที่แสดงออกโดยการแสดงความรู้สึกที่ไม่รุนแรงเป็นการควบคุมโดยตรงของอารมณ์ ความรู้สึก

กรมสามัญศึกษา (2529) ได้ให้ความหมายการควบคุมตนเองว่า เป็นการรู้จักการมีระเบียบวินัยในการศึกษาเล่าเรียน ควบคุมตนเองประพฤติปฏิบัติตนอย่างมีระเบียบแบบแผน มีเหตุมีผล และเป้าหมายในการเพิ่มพูนความรู้ความสามารถเพื่อพัฒนาตนเอง จัดตารางไว้สำหรับศึกษาเล่าเรียนและควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามตารางดังกล่าวตั้งใจศึกษาเล่าเรียนอย่างสม่ำเสมอทุกวิชา ไม่เฉพาะแต่วิชาที่ตนชอบอย่างเดียว เตรียมตัวอ่านบทเรียนมาก่อนถึงเวลาเรียนและทบทวนบทเรียนทุกครั้งภายหลังจากการเรียน เข้าเรียนตรงตามเวลาไม่ลอกคำตอบของเพื่อน และไม่เปิดโอกาสหรือ

ยินยอมให้เพื่อนลอกคำตอบในเวลาสอบ เตรียมเครื่องใช้ในการเรียนไว้ให้ครบ และพร้อมที่จะใช้ออยู่ตลอดเวลา

จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า การควบคุมตนเองด้านการเรียน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการที่จะควบคุมตนเองทั้งทางจิตใจและอารมณ์ให้เป็นไปตามที่ต้องการ รู้จักกาลเทศะ ไม่กระทำการใด ๆ อันจะก่อให้เกิดความยุ่งยากต่อตนเองและผู้อื่น รู้จักรักษากฎระเบียบ มีความเชื่อมั่นไม่อ่อนไหวกับสภาพแวดล้อมภายนอก รวมทั้งสามารถที่จะปรับพฤติกรรมตนเองให้เหมาะสมและเข้ากับบุคคลอื่นได้โดยผู้ที่สามารถควบคุมตนเองได้ดีในการเรียนมีลักษณะเป็นบุคคลที่มีความสามารถในการตัดสินใจที่จะเลือกปฏิบัติตนในการเรียนที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้แล้ว สามารถหาหนทางแก้ปัญหาและวางแผนดำเนินการเพื่อความสำเร็จได้ดีโดยมีการแบ่งกิจกรรมด้านการเรียนเป็นช่วง ๆ ที่จะต้องทำอย่างต่อเนื่อง สามารถปฏิบัติตนในการเรียนด้วยการอดใจรอได้ อย่างเหมาะสมคือมีการปฏิบัติตนในการเรียนเป็นไปตามขั้นตอน รวมทั้งรู้จักที่จะปฏิบัติหรือละเว้นการปฏิบัติบางอย่างได้ สามารถให้รางวัลกับตนเองเมื่อปฏิบัติตนในการเรียนได้ดี หรือลงโทษตนเองเมื่อปฏิบัติตนในการเรียนไม่เหมาะสมได้

ความรับผิดชอบ (Responsibility)

กรมสามัญศึกษา (2529) ได้ให้ความหมายของความรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียนไว้ว่า หมายถึง การที่นักเรียนศึกษาเล่าเรียนจนประสบความสำเร็จตามต้องการ รู้จักอดทน เข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลา เมื่อมีปัญหาหรือไม่เข้าใจในบทเรียนก็พยายามศึกษาค้นคว้าซักถามอาจารย์ให้เข้าใจ เมื่อทำแบบฝึกหัดฝึกหัดก็ยอมรับว่าทำผิดแล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องด้วยตนเองอยู่เสมอ มีผลการเรียนผ่านทุกวิชาในทุกภาคเรียน

จงจิตร (2538) ได้ให้ความหมายความรับผิดชอบในการเรียนว่าหมายถึง การปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของโรงเรียน เวลาเรียนตั้งใจเรียน มีความตรงต่อเวลาเอาใจใส่ต่องานที่ได้รับมอบหมาย มีการเตรียมตัวและค้นคว้าหาความรู้ในบทเรียน ยอมรับผลดีผลเสียในการกระทำของตนเอง และปฏิบัติตามหน้าที่นอกเหนือห้องเรียนด้วย

ก่อ (2522: 54) กล่าวว่า การปลูกฝังความรับผิดชอบนั้น โรงเรียนควรมุ่งสอนให้เด็กสร้างหลักธรรมประจำใจ โดยให้นักเรียนรู้จักสิทธิและหน้าที่ของตนและเคารพสิทธิของผู้อื่น ส่งเสริม

การทำงานให้สำเร็จเป็นชิ้นเป็นอันโดยไม่ละทิ้งงานที่ได้รับมอบหมายไว้แล้ว และมีความซื่อสัตย์ ต่อตนเองและผู้อื่น การฝึกฝนและปลูกฝังความรับผิดชอบนั้นสามารถทำได้โดยให้เด็กมีส่วนร่วม ในการทำงานตามความสามารถของแต่ละบุคคล ซึ่งผู้ใหญ่สามารถให้คำแนะนำแก่เด็กได้โดยเฉพาะ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาควรปลูกฝังและฝึกฝนความรับผิดชอบในการเรียน เช่น การทำงานกลุ่ม การทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย ถ้านักเรียนมีความรับผิดชอบในการเรียนก็จะมีผลการเรียนผ่าน ทุกราวิชาในทุกภาคเรียนจนประสบความสำเร็จตามที่ต้องการและบรรลุงานตามขั้นพัฒนาการด้วย เนื่องจากนักเรียนระดับมัธยมศึกษาเป็นวัยที่กำลังศึกษาเล่าเรียน

จากข้อมูลทีกล่าวนำข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ความรับผิดชอบ หมายถึง ความสามารถที่จะ ปฏิบัติตนตามข้อตกลง ใฝ่รู้ใฝ่ศึกษา ละเอียรอบคอบ เอาใจใส่และเตรียมตัวในการเรียนสม่ำเสมอ รวมทั้งการยอมรับและสำนึกในการกระทำของตน ยอมรับผลแห่งการกระทำของตนด้วยความเต็มใจทั้งผลดีหรือไม่ดี ผิดหรือถูก ไม่ปิดความผิดไปให้ผู้อื่นและพร้อมจะปรับปรุงแก้ไข นักเรียนที่มีความ รับผิดชอบในการเรียนมีลักษณะเป็นผู้ที่ปฏิบัติตนอยู่ในกฎระเบียบและคำสั่งสอนของครู อาจารย์ สนใจการเรียน ใฝ่ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมสม่ำเสมอเมื่อมีปัญหาหรือไม่เข้าใจบทเรียน พยายามค้นคว้าเพิ่มเติมหรือปรึกษาครู อาจารย์ หมั่นทบทวนบทเรียนและเตรียมตัวในการเรียน สม่ำเสมอเพื่อกระตุ้นตนเองให้มีความพร้อมและตื่นตัวอยู่เสมอ รู้จักยอมรับในผลการเรียนของ ตนเองและพร้อมที่จะนำผลลัพธ์ที่ได้ไปปรับปรุงแก้ไข

การใช้เวลา (Time use)

Summers (2001) กล่าวว่า การใช้เวลาเป็นการตระหนักถึงความสำคัญของการใช้เวลา หรือเห็นคุณค่าแห่งเวลา ต้องการใช้เวลาที่มีอยู่ด้วยความคุ้มค่า ไม่ปล่อยให้เวลาให้ผ่านไป หรือ ใช้เวลาไปโดยเปล่าประโยชน์ ซึ่งการใช้เวลา หมายถึง เวลาใน 1 วัน ที่คนเราจะใช้ในการกระทำ บางสิ่งหรือการกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้เกิดขึ้นด้วยความตั้งใจเป็นพิเศษ เมื่อคนเราได้พิจารณาแล้ว เห็นว่าสิ่งที่จะทำนั้นเหมาะสมว่าเป็นสิ่งที่ดีหรือเหมาะสมกับเวลานั้น ๆ หรือไม่

สุภาวดี (2545) ได้กล่าวถึงการใช้เวลาว่า ในแต่ละวันการใช้เวลาได้อย่างมีคุณค่าสูงสุดที่ เป็นลักษณะของการบริหารเวลาอย่างมีคุณค่า (Time management) และเพื่อให้เกิดการเห็น คุณค่าแห่งเวลา การใช้เวลาทั้งหมดอย่างคุ้มค่า แบ่งเป็น การสำรวจประเมินพฤติกรรมการใช้เวลา

กลยุทธ์ที่สำคัญในการใช้เวลาได้แก่ การประเมินความสำคัญของสิ่งต่าง ๆ การจัดลำดับความสำคัญก่อนหลัง การแจกแจงเวลา การวางแผน และการกำจัดอุปสรรคในตัวเองที่คอยขัดขวางความสำเร็จในการบริหารเวลา เช่น การปรับเปลี่ยนอุปนิสัย การสร้างทัศนคติที่ดีในการทำงาน

บรรจง (2526) กล่าวว่า การใช้เวลาของบุคคลแต่ละคนจะมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันบางคนสามารถจัดการกับเวลาของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์สูง แต่บางคนก็ใช้เวลาอย่างฟุ่มเฟือยไร้ประสิทธิภาพ ซึ่งการใช้เวลาผิด ๆ นี้ ควรกำจัดออกไปจากพฤติกรรมให้หมดสิ้น เพราะจะเป็นสิ่งที่คอยสกัดกั้นการพัฒนาตนเองในทุกด้าน การใช้เวลาไม่ถูกต้องที่ควรจัดให้หมดไปได้แก่ การผลัดวันประกันพรุ่งหรือการผัดผ่อน การขาดความมั่นใจในตนเองเนื่องจากความต้องการภายในที่ซับซ้อน ทำให้เกิดความรู้สึกขัดแย้ง สับสน จึงไม่รู้ว่าควรจะจัดการบริหารเวลาอย่างไรจึงปล่อยเวลาให้เสียไปโดยเปล่าประโยชน์โดยไม่คิดแก้ไข ขาดความพยายามอย่างจริงจังในการบริหารเวลาโดยมักจะบริหารเวลาอย่างไม่จริงจัง ทำเพียงบางครั้งบางคราวไม่สม่ำเสมอ จึงไม่ได้รับผลที่น่าพอใจ

พิไลยวรรณ (2532) กล่าวว่า การใช้เวลาด้วยการแก้ปัญหาการผลัดวันประกันพรุ่งต้องกระทำโดยแบ่งงานที่น่าเบื่อและยากเป็นช่วงสั้น ๆ และพยายามทำให้เสร็จทีละตอนเพื่อจะได้ไม่รู้สึกว่างงานนั้นเป็นภาระที่หนักจนเกินไป ลดนิสัยการผัดวันประกันพรุ่งด้วยการทำงานที่ผลัดผ่อนมาให้เสร็จทีละอย่าง บังคับตัวเองให้เขียนรายละเอียดเกี่ยวกับงานที่ผัดวันประกันพรุ่ง พยายามผสมผสานระหว่างความต้องการส่วนตัวกับงานเข้าด้วยกันเพื่อให้สามารถทำงานได้ตามเป้าหมาย

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสามารถสรุปเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าหมายถึง การใช้เวลาในแต่ละวันที่จะแสดงให้เห็นถึงว่านักเรียนได้ให้ความสำคัญและตระหนักในคุณค่าของเวลามากน้อยเพียงใด มีการจัดสรรเวลาเพื่อใช้ในการทำกิจกรรมในแต่ละวันให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่าหรือไม่ สะท้อนมุมมองการใช้เวลาในแต่ละวันที่จะมีผลถึงการเรียน โดยพิจารณาถึงภาพรวมการใช้เวลาทำกิจกรรมทั้งหมดใน 1 วัน ด้านการวิเคราะห์การใช้เวลา ซึ่งจะประเมินถึงพฤติกรรมการใช้เวลาทำกิจกรรมในแต่ละวันของนักเรียน ได้แก่ เวลาเพื่อการดูแลตัวเองเป็นเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมที่จำเป็นต่อ การดำรงชีวิต เช่น การรับประทานอาหาร การดื่ม การนอน การอาบน้ำ การได้รับการดูแลรักษาเวลาเพื่อทำการศึกษารียนรู้เป็นเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมในการศึกษาเรียนรู้ ซึ่งรวมทั้งการศึกษาในสถานศึกษา และการศึกษาด้วยตนเอง เวลาเพื่อการดูแลครอบครัวและให้บริการชุมชนเป็นเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมนั้นให้แก่สมาชิกในครัวเรือน ชุมชน สถานศึกษา หรือครัวเรือนอื่น ๆ และเป็นการ

กระทำด้วยความเต็มใจหรือด้วยความสมัครใจของเราเอง เช่น การทำงานบ้าน การช่วยเหลือสมาชิกในครัวเรือน การเข้าร่วมกิจกรรมของสถานศึกษา การให้ความช่วยเหลือชุมชน และเวลาวางเป็นเวลาที่เหลือจากการใช้เวลาทำกิจกรรมทั้งหมดแล้วเป็นเวลาเพื่อทำกิจกรรมส่วนตัวเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ การพบปะสังสรรค์ ทำงานอดิเรกต่าง ๆ เล่นกีฬา ใช้เวลากับสื่อต่าง ๆ เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากคอมพิวเตอร์ เป็นต้น

พฤติกรรมการเรียนและทักษะที่มีความสำคัญต่อประสิทธิภาพในการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ดังที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า การศึกษาพฤติกรรมวัยรุ่นมุ่งเน้นพฤติกรรมเรียนเนื่องจากการเรียนมีความสำคัญจะทำให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ได้รับการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ทักษะหรือความสามารถในด้านใดด้านหนึ่ง ถ้าวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการเรียนได้ก็จะพบกับความสำเร็จในชีวิตได้ ซึ่งในการเรียนนั้นผู้เรียนทุกคนอยากเรียนเก่ง รวมทั้งเป็นคนดี มีความสุขในการเรียน แต่สภาพที่เป็นจริงนักเรียนที่เรียนไม่เก่ง มีพฤติกรรมเรียนโดยเฉพาะนักเรียนวัยรุ่นยังมีปัญหามากมีสาเหตุมาจากผู้เรียนและสภาพแวดล้อมรอบตัว ซึ่งสาเหตุจากผู้เรียนขาดความสนใจไม่ค่อยแสวงหาความรู้เพิ่มเติม ไม่คิดค้นหาคำตอบแก้ไขปัญหา ชอบเป็นผู้ตามมากกว่าผู้นำ ไม่ค่อยกล้าแสดงออก ชอบฟังคำสอนมากกว่าแสดงความคิดเห็น มักคอยตอบคำถามของครู ไม่รู้จักการจัดแบ่งเวลาสำหรับการเรียน สาเหตุจากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ รวมทั้งการเรียนที่มีความยาก ละเอียดยและมีเนื้อหาเพิ่มมากขึ้น ซึ่งถ้านักเรียนไม่สามารถใช้หรือพัฒนาทักษะความสามารถได้ก็จะก่อให้เกิดปัญหา ทั้งนี้ผู้เกี่ยวข้องควรจะเข้ามามีส่วนช่วยเหลือวัยรุ่นให้เรียนดีและการประสบความสำเร็จ ช่วยสร้างความมั่นใจในตัวเองของวัยรุ่น เสริมสร้างพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นให้มีการแสดงออกอย่างมีจุดมุ่งหมาย คิดอย่างมีเหตุมีผล และจัดการกับสิ่งแวดลอมได้อย่างมีประสิทธิภาพ สิ่งที่จะมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นนั้น ประกอบด้วย ทักษะ ทักษะคิด ความสนใจ และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งทักษะเป็นความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ อย่างมีคุณภาพและประสบความสำเร็จ ทักษะคิดเป็นเรื่องของความพร้อมในการปฏิบัติตนตอบสนองต่อบุคคลและสภาพแวดล้อมเป็นความอดทนและมีใจจดจ่อต่อการเรียน ความสนใจเป็นสิ่งที่ชี้ให้เห็นทักษะคิดหรือความปรารถนาที่จะมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ ความสนใจเป็นการรู้จักทำกิจกรรมให้สอดคล้องกับการใช้เวลาอย่างคุ้มค่าและมีประโยชน์ และความคิดสร้างสรรค์เป็นความสามารถที่มีอยู่ในตนเองสามารถที่จะหักห้ามใจในการกระทำ คิดและทำอะไรได้ด้วยตนเอง ดังนั้นการศึกษาพฤติกรรมเรียนของนักเรียนวัยรุ่นในครั้งนี้จึงให้ความสำคัญปัจจัยภายในตนเองเป็นทักษะที่มีผลต่อพฤติกรรมเรียนใน 5 ด้าน คือ ด้านการตั้งเป้าหมาย (Goal setting) ด้านความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว (Determination)

ด้านการควบคุมตนเอง (Self - control) ด้านความรับผิดชอบ (Responsibility) และด้านการใช้เวลา (Time use)

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการตรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนวัยรุ่น พฤติกรรมการยอมแพ้และพฤติกรรมการเรียน ผู้วิจัยรวบรวมได้ดังนี้

วราพร (2531) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ทักษะของเยาวชนไทยในทศวรรษหน้าตามทรรศนะของนักสังคมศาสตร์ มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อศึกษาและรวบรวมทรรศนะของนักสังคมศาสตร์ที่มีต่อทักษะของเยาวชนไทยในทศวรรษหน้า กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางสังคมศาสตร์จำนวน 21 ท่าน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้เทคนิคเดลฟาย เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 3 รอบ รอบที่ 1 เป็นแบบสอบถามปลายเปิด เพื่อสอบถามทรรศนะของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับทักษะของเยาวชนไทยในทศวรรษหน้า รอบที่ 2 และรอบที่ 3 ใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เพื่อให้กลุ่มผู้เชี่ยวชาญให้น้ำหนักข้อความที่คาดว่าจะเป็ทักษะที่มีความจำเป็นสำหรับเยาวชนไทยในทศวรรษหน้า ผลการวิจัยมีดังนี้

2. ทักษะการคิดวิพากษ์วิจารณ์ที่มีความจำเป็นมากที่สุด คือ ทักษะการคิดวิเคราะห์ การคิดอย่างถูกต้องตามทำนองคลองธรรม มีความสามารถในการสรุป ความคิดรวบยอดและคิดตัดสินใจโดยอาศัยข้อมูล
3. ทักษะมนุษยสัมพันธ์ที่มีความจำเป็นมากที่สุดคือ การรู้จักให้อภัยผู้อื่น การรู้จักขอโทษ เมื่อกระทำความผิด ความมีเมตตาธรรม การเคารพศักดิ์ศรีในความเป็นมนุษย์ของตนเองและผู้อื่น
4. ทักษะเฉพาะบุคคลที่มีความจำเป็นมากที่สุด คือ การเป็นผู้รู้จักเหตุผล การเป็นผู้รู้จักตนเอง การใฝ่หาความรู้และทักษะเพิ่มเติมอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต รู้จักประมาณตน ความมีระเบียบวินัย การเป็นผู้รู้จักกาลเทศะ และการรู้จักควบคุมตนเอง
5. ทักษะทางสังคมที่มีความจำเป็นมากที่สุด คือ ความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม การ

เข้าใจในบทบาทและหน้าที่ของตนเอง การใช้สิทธิเสรีภาพอย่างมีคุณธรรม การปฏิบัติตามบทบาทและหน้าที่ต่าง ๆ ในสังคมอย่างถูกต้องทั้งทางโลกและทางธรรม

เสถียร (2546) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับสุขภาพจิต ตลอดจนสถานการณ์และแนวโน้มสุขภาพจิตในประเทศไทย โดยบรรทัดฐานสุขภาพจิตอาจประเมินได้โดยพิจารณาองค์ประกอบด้าน ความต้องการ เป้าหมายของชีวิต การรู้จักตนเองและยอมรับตนเอง การเจริญเติบโตและการพัฒนาทางร่างกาย ความรัก การยอมรับความจริง การควบคุมอารมณ์ และความสุข ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีมีความสุขมีความสุขมีปฏิกิริยาจะชอบติดต่อกับผู้อื่น ให้ความร่วมมือ ร่วมแสดงความคิดเห็น ปฏิบัติตนอยู่ในบรรทัดฐานของสังคม สำหรับผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตจะพบอาการบ่งบอกที่พอสังเกตได้ในเรื่องของปฏิกิริยาการปรับตัว ซึ่งในครอบครัวมักจะพบปฏิกิริยาการปรับตัวของวัยรุ่น (Adjustment of adolescent reaction) ที่พบว่ามีความยากลำบากมักจะเป็นปัญหา ที่พบบ่อย ปฏิกิริยาที่พบว่ามีปัญหามีลักษณะ คือ

1. ปฏิกิริยาไม่สมบุรณ์ ที่มีลักษณะอาการยกย่องตนเองลดต่ำลง ทำทางงุ่มง่ามเงอะงะ ขี้อาย วางตัวไม่ถูกในสังคม ความรู้สึกว่าเป็นคนไม่สวย ไม่เก่ง ไม่น่าสนใจ และไม่กล้าเข้าสังคมกับคนอื่น ๆ ขาดความเชื่อมั่นในตนเองเลยทำให้เบื่อง่าย ท้อถอย แยกตัวเอง ชอบเพื่อฝันคนเดียว

2. ปฏิกิริยาแบบกระจายมีลักษณะของความรู้สึกเฉยเมย เบื่อง่าย มองไม่เห็นความหมายหรือจุดมุ่งหมายในชีวิต นอกจากความสนุกสนานหรือความพอใจเพียงชั่วครั้งชั่วคราว ดำเนินชีวิตไปวันหนึ่ง ๆ โดยไม่มีเป้าหมาย เด็กที่มีปฏิกิริยาแบบไม่สมบุรณ์มีความต้องการบรรลุผลสำเร็จเกี่ยวกับคำนิยามและเป้าประสงค์สังคม แต่เขามีความรู้สึกว่าเขาทำเช่นนั้นไม่ได้ อีก ส่วนเด็กที่มีปฏิกิริยาแบบกระจายไม่รู้จักรู้สึกเหล่านี้ สังคมในความคิดของเขานั้นไม่มีความสำคัญอะไรเป็นเพียงมายาเท่านั้น และขณะเดียวกันก็ไม่พยายามหาสิ่งอื่นมาทดแทน การเรียนของเด็กกลุ่มนี้มักจะไม่ได้เกิดความเบื่อง่าย หาทางออกหลายอย่างเช่น การสำส่อนทางเพศ การติดยาเสพติด

3. ปฏิกิริยาแบบกบฏ มีลักษณะก้าวร้าวและทำตัวเป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม ขัดขืนขัดขวาง และพยายามทำลายขนบธรรมเนียมประเพณี หรือข้อบังคับของสังคมบางคนหนีออกจากบ้านเพื่อเป็นการประท้วงพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งซึ่งกันและกัน บางคนหนีโรงเรียนเป็นประจำ มีการทำลายสิ่งสาธารณประโยชน์ บางคนทำปฏิกิริยารุนแรงมากจนกลายเป็นเด็กอันธพาล

อัมพร และคณะ (2530) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อปัญหาส่วนตัว นักเรียนมัธยมต้นในเขตกรุงเทพมหานคร ศึกษาในนักเรียนวัยรุ่นตอนต้นที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้น มัธยมปีที่ 1-3 ของโรงเรียนรัฐบาลในเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2526-2527 จำนวน 520 ราย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มที่ศึกษามีปัญหามาก และมีปัญหาในระดับปานกลางอยู่ 3 เรื่อง คือ ปัญหาลักษณะส่วนตัว ปัญหาทางด้านการเงิน การงานและอนาคต และปัญหาด้านโรงเรียน เมื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการเกิดปัญหากับเพศ พบว่า นักเรียนหญิงมีปัญหาส่วนตัว มากกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เฉพาะด้านสุขภาพ ด้านการเรียน เรื่องบ้านและ ครอบครัว ส่วนความสัมพันธ์ของภูมิหลังครอบครัวกับปัญหาของนักเรียน พบว่า ตัวแปรด้าน สถานภาพสมรสของบิดามารดา สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดา อุปนิสัยของบิดามารดาผู้อบรม เลี้ยงดูในวัยเด็กเล็กและระดับการศึกษาของบิดา มีความสัมพันธ์กับปัญหาเด็กอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติ

พรเทพ และ คณะ (2547) ได้ทำการสำรวจสุขภาพจิตและการใช้สารเสพติดของวัยรุ่นใน โรงเรียนมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อประมาณการความชุกของการใช้สารเสพติด ภาวะซึมเศร้า ความยุ่งยากใจ และการทารุณกรรมเด็ก ของวัยรุ่นในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา ตอนปลายและประกาศนียบัตรวิชาชีพ และเพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการใช้สารเสพติด ภาวะซึมเศร้า ความยุ่งยากใจ และการทารุณกรรมเด็กของกลุ่มตัวอย่าง ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย อายุเฉลี่ย 17.89 ปี เพศหญิงร้อยละ 60 เพศชายร้อยละ 40 ประมาณ สองในสามเป็นนักเรียนมัธยมศึกษา ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ประมาณครึ่งหนึ่งมี เกรดเฉลี่ยต่ำสุดระหว่าง 2.00-2.99 บิดาและมารดาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา และ ผลด้านการใช้สารเสพติดพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและประกาศนียบัตรวิชาชีพดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่เป็นจำนวนมาก และมีแนวโน้มว่ากลุ่มอายุที่สูงขึ้นมีความเสี่ยง สูงขึ้น เพศหญิงมีความเสี่ยงต่ำกว่าชาย นักศึกษาอาชีวศึกษามีความเสี่ยงสูงกว่านักเรียนมัธยมศึกษา เกรดเฉลี่ยต่ำลงมีความเสี่ยงสูงขึ้น และผลภาวะซึมเศร้าพบว่าค่าประมาณความชุกของภาวะซึมเศร้า ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและประกาศนียบัตรวิชาชีพเท่ากับร้อยละ 16.41 หรือราวหนึ่งในคน ในทุกหกคนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายและประกาศนียบัตรวิชาชีพมีภาวะซึมเศร้าและควร ได้รับการประเมินอย่างละเอียดต่อไป โดยกลุ่มอายุที่สูงขึ้นมีความเสี่ยงต่ำลง เพศหญิงมีความเสี่ยง สูงกว่าชาย นักศึกษาอาชีวศึกษามีความเสี่ยงสูงกว่านักเรียนมัธยมศึกษา เกรดเฉลี่ยต่ำลงมีความ เสี่ยงสูงขึ้น และผลความยุ่งยากใจพบว่าประเภทของเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจในนักเรียน เรียงจากมากไปหาน้อยคือ ปัญหาด้านการเรียน ปัญหาเรื่องเงิน ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน ปัญหาเกี่ยวกับแฟน

ปัญหากับบิดามารดา ปัญหากับครูอาจารย์ โดยเกรงกลัวที่ต่ำลงมีความเสี่ยงสูงขึ้น และมารดาตกงานไม่มีรายได้มีความเสี่ยงสูงกว่าอาชีพอื่น ๆ และผลการทบทวนวรรณกรรมเด็กพบว่าเคยถูกทารุณกรรมทางกายจากบิดามารดาสูงที่สุด รองลงมาเป็นการถูกปล่อยปละละเลย สภาพแวดล้อมภายในบ้านไม่ดี และถูกล่วงเกินทางเพศ

กรมวิชาการ (2542) ได้เห็นความสำคัญของการมุ่งปรับเปลี่ยนกระบวนการเรียนการสอนให้เอื้อต่อการพัฒนาขีดความสามารถของผู้เรียนให้เต็มศักยภาพตามจุดประสงค์ของแต่ละระดับและประเภทการศึกษา โดยมีพื้นฐานความรู้ความสามารถและทักษะพื้นฐานที่ดีและเข้มแข็งพอที่จะออกไปประกอบอาชีพ หรือศึกษาต่อในระดับการศึกษาที่สูงขึ้น มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ จึงได้ศึกษาค้นคว้าและทำการวิจัยเรื่องการสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของนักเรียนเพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาค้นคว้าวิจัยหาแนวทางพัฒนาและปรับปรุงการสอนขั้นตอนการสอนและประเมินผลทั้งในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา วัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของนักเรียนมีขอบเขตการดำเนินงาน 2 ด้าน คือ 1) ศักยภาพที่สังเคราะห์มี 2 ด้าน ได้แก่ ศักยภาพด้านความรับผิดชอบและมีวินัยในตนเอง 2) การสังเคราะห์ศักยภาพทั้ง 2 ด้านครั้งนี้ เพื่อกำหนดรูปแบบการสอนและพัฒนาเด็กนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา โดยการศึกษาในครั้งนี้เป็นการศึกษาจากเอกสาร แนวคิดทฤษฎีและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องในด้านความรับผิดชอบและมีวินัยในตนเอง และได้สรุปเป็นแนวทางในการพัฒนาศักยภาพนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา 5 แนวทางคือ 1) การใช้รูปแบบที่เน้นการศึกษาเสนอ 2) การใช้เทคนิคการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ 3) การใช้เทคนิคการพัฒนาจริยธรรม 4) การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร 5) การจัดสภาพแวดล้อมของนักเรียน รายงานการสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของเด็กไทยนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการการศึกษาศักยภาพเด็กไทยที่มุ่งเน้นการศึกษาและพัฒนาทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมยุคโลกาภิวัตน์ที่เป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ในอนาคต ต่อการทำงาน และต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2545) ได้สำรวจการใช้เวลาของประชากร พ.ศ. 2544 เพื่อศึกษารูปแบบการใช้เวลาในชีวิตประจำวันของประชากร ในกลุ่มที่ทำกิจกรรมทางเศรษฐกิจและกิจกรรมที่ไม่ใช่ทางเศรษฐกิจ และนำข้อมูลมาใช้ประโยชน์ในการคำนวณระบบบัญชีประชาชาติ ให้สมบูรณ์ รวมทั้งบัญชีบริการต่าง ๆ รวมทั้งใช้ประโยชน์จากข้อมูลในการกำหนดนโยบายสำหรับการจ้างงาน การพัฒนาฝีมือแรงงาน การพัฒนาคุณภาพชีวิต การสำรวจครั้งนี้ เป็นการสำรวจการใช้

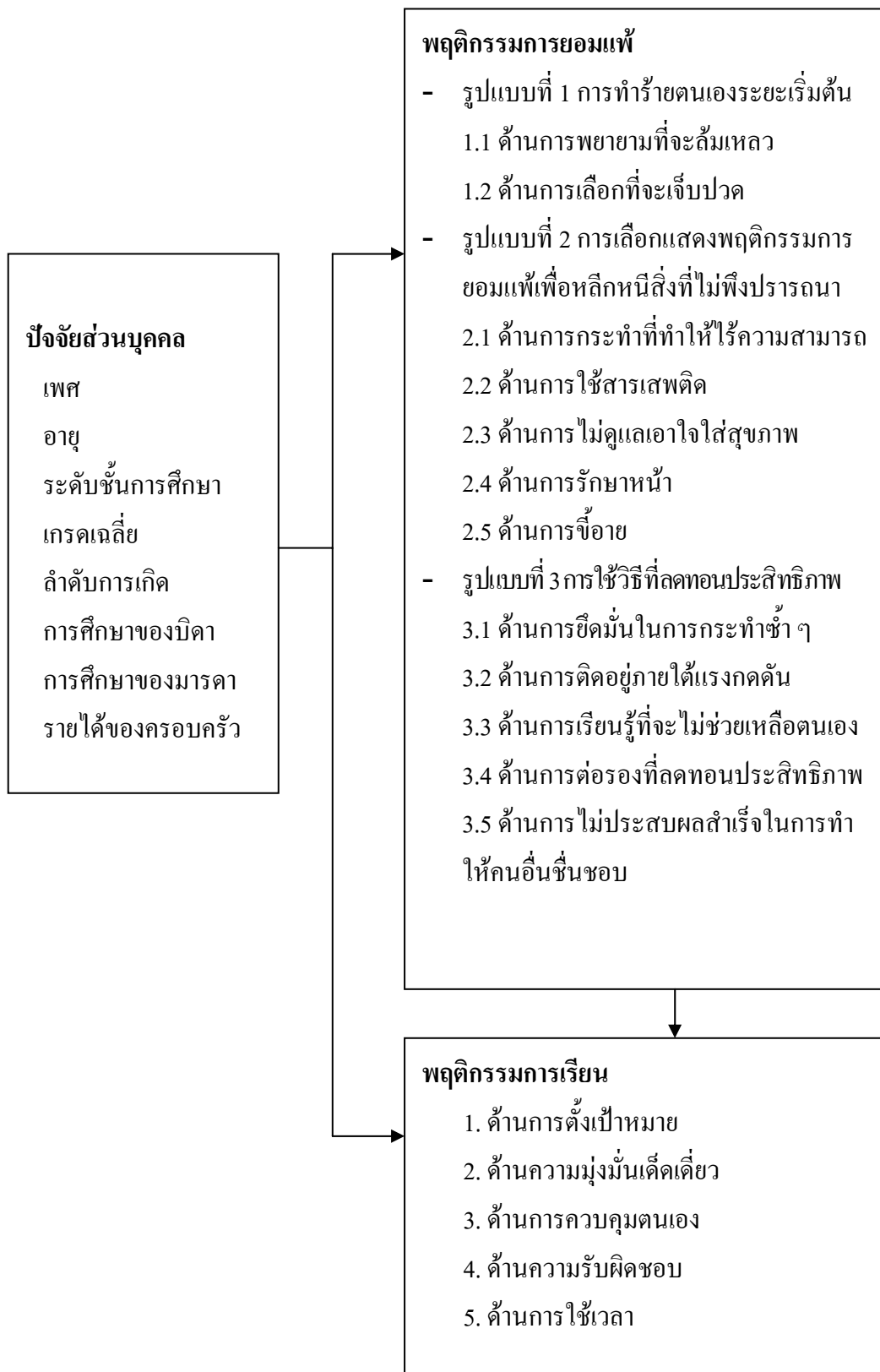
เวลาทำกิจกรรมครั้งแรก โดยแบ่งการใช้เวลาตามความแตกต่างของกิจกรรมที่ทำใน 1 วัน ได้แก่ เวลาเพื่อการดูแลตัวเอง เป็นเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น การรับประทานอาหาร ดื่มน้ำ การนอน การอาบน้ำ การได้รับการดูแลรักษา เวลาเพื่อการทำงานและการศึกษาเรียนรู้ เป็นเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมที่เกี่ยวกับการทำงานและการศึกษาเรียนรู้ ซึ่งกิจกรรมทั้ง 2 นี้ มักจะทำในช่วงเวลาที่มีการกำหนดไว้อย่างสม่ำเสมอแล้ว เวลาเพื่อการดูแลตัวเอง และให้บริการชุมชน เป็นเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมให้แก่ สมาชิกในครัวเรือน ชุมชนและครัวเรือนอื่น และเป็นการทำให้ด้วยความเต็มใจหรือด้วยความสมัครใจ เช่น ทำงานบ้าน ดูแลเด็ก ผู้ป่วย ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสมาชิกในครัวเรือน หรือการให้ความช่วยเหลือแก่ชุมชน และเวลาว่าง เป็นเวลาที่เหลือจากการใช้เวลาทำกิจกรรม 3 กลุ่มที่กล่าวมาแล้ว เป็นการใช้เวลาเพื่อทำกิจกรรมเชิงสังคม วัฒนธรรม หรือเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เช่น การพบปะสังสรรค์ ทำงานอดิเรกต่าง ๆ หรือเล่นกีฬา รวมทั้งการใช้เวลากับสื่อต่าง ๆ เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากคอมพิวเตอร์ ผลวิจัยพบว่า คนไทยใช้เวลาดูแลตัวเองค่อนข้างสูง เฉลี่ยถึงวันละ 11.9 ชั่วโมง ใช้เวลาเพื่อการทำงานและการศึกษาเรียนรู้ รวมกันเฉลี่ยวันละ 8.5 ชั่วโมง ใช้เวลาดูแลครอบครัวและให้บริการชุมชนเฉลี่ยวันละ 2.8 ชั่วโมง และใช้เวลาว่างเพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ เฉลี่ยวันละ 3.8 ชั่วโมง โดยเฉพาะผลการใช้เวลาในการศึกษาเรียนรู้ พบว่า คนไทยอายุ 10 ปีขึ้นไป ใช้เวลาเพื่อการเรียนรู้ (ไม่รวมการเดินทาง) เฉลี่ยวันละ 7.2 ชั่วโมง ภาคเหนือใช้เวลาเพื่อการศึกษาเรียนรู้มากที่สุด วันละ 7.4 ชั่วโมง ส่วนกรุงเทพฯ และภาคกลางใช้เวลาเฉลี่ยวันละ 6.8 ชั่วโมง แต่พบว่ากรุงเทพฯ และภาคกลางใช้เวลาเดินทางเพื่อการศึกษาเรียนรู้มากกว่าภาคอื่น ๆ กลุ่มเยาวชนจะใช้เวลาเพื่อการศึกษาเรียนรู้มากที่สุด เฉลี่ยวันละ 8.0 ชั่วโมง รองลงมาเช่นกลุ่มเด็กใช้เวลาวันละ 7.8 ชั่วโมง ทั้งนี้ เด็กและเยาวชนได้ใช้เวลาเพื่อการศึกษาในระบบเฉลี่ยวันละ 8.6 ชั่วโมง และ 6.7 ชั่วโมง ตามลำดับ

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง กล่าวได้ว่า ในลักษณะของวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจซึ่งทำให้วัยรุ่นมีการปรับตัวที่ยากลำบากในสังคมปัจจุบัน โดยเฉพาะการปรับตัวด้านการเรียนพบว่าเมื่อวัยรุ่นมีการเรียนสูงขึ้นบางคนมีปัญหาในการเรียน มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาดังกล่าวข้างต้นที่เป็นอุปสรรคขัดขวางความสำเร็จในการเรียนเป็นลักษณะการแสดงพฤติกรรมที่ส่งผลเสีย สร้างความพ่ายแพ้และทำร้ายตนเองได้ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้เกี่ยวข้องกับปัญหาสุขภาพจิตที่มีปัจจัยจากเศรษฐกิจ ครอบครัว สังคม สิ่งแวดล้อม และปัจจัยส่วนบุคคล เช่น บุคลิกภาพ เพศ อายุ ระดับชั้นการศึกษา เกรดเฉลี่ย ลำดับการเกิด การศึกษาบิดามารดา รายได้ของครอบครัว สุขภาพร่างกาย และอื่น ๆ (จุมพล, 2540; ธนาและคณะ, 2539) ซึ่งปัจจัยบุคลิกภาพที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการแสดงออกพฤติกรรมที่เป็นปัญหาดูเหมือนว่าสามารถที่จะปรับเปลี่ยนได้ง่ายกว่าปัจจัยด้านอื่น ๆ เนื่องจากบุคลิกภาพเป็นลักษณะ

เฉพาะตัวของบุคคลที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้เมื่อได้รับประสบการณ์หรือการเรียนรู้จากสถานการณ์ใหม่ ๆ ดังที่ Sullivan (1966) ได้กล่าวไว้ว่า บุคลิกภาพเป็นลักษณะอุปนิสัยจำเพาะหรือแบบแผนของแต่ละคนเป็นผลของความรู้สึกลึกซึ้ง การรับรู้ และพฤติกรรมการแสดงออกเป็นพัฒนาการที่ถูกหล่อหลอมด้วยลักษณะทางพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ทั้งนี้บุคลิกภาพในแต่ละคนอาจเด่นออกมาในด้านต่าง ๆ ไม่เท่ากัน ซึ่งบุคลิกภาพบางรูปแบบอาจทำให้บางคนมีการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาทำให้ปรับตัวเข้ากับสังคมสภาพแวดล้อมไม่ได้ ดังเช่น ในคนที่เจ้าระเบียบชอบความสมบูรณ์แบบมักนำไปสู่โรคประสาทย้ำคิดย้ำทำ คนที่ไม่กล้าแสดงอารมณ์โกรธ เก็บกดอารมณ์ รู้สึกมีปมด้อยไร้ค่า ต้องการพึ่งผู้อื่นมากกว่าปกติ รู้สึกผิดตลอดเวลามักจะนำไปสู่โรคซึมเศร้า (สุวันทนา, 2524) ซึ่งพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่ก่อให้เกิดผลเสียนำไปสู่ความพ่ายแพ้และทำร้ายตนนั้น Baumeister and Scher (1988) ได้ทำการศึกษาและจัดกลุ่มของพฤติกรรมเรียกว่าพฤติกรรมการยอมแพ้ โดยแบ่งเป็น 3 รูปแบบ คือ รูปแบบที่ 1 การทำร้ายตนเองระยะเริ่มต้น รูปแบบที่ 2 การเลือกแสดงพฤติกรรมการยอมแพ้เพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา และรูปแบบที่ 3 การใช้วิธีที่ทำให้ลดทอนประสิทธิภาพ ซึ่งแต่ละรูปแบบมีลักษณะการแสดงออกเป็นรายด้านต่าง ๆ แตกต่างกันไป และในการศึกษาเกี่ยวกับวัยรุ่น นอกจากจะศึกษาพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแล้วผู้วิจัยให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการเรียนรู้ของวัยรุ่น เนื่องจากพฤติกรรมการเรียนรู้มีความสำคัญจะทำให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ได้รับการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ทักษะ ความสามารถ ถ้าวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการเรียนได้ก็จะพบกับความสำเร็จในชีวิตได้ โดยเป็นการศึกษาลักษณะการกระทำของนักเรียนในกิจกรรมการเรียน โดยเฉพาะศึกษาการกระทำที่มีเหตุจากปัจจัยภายในตนเองของนักเรียน เป็นปัจจัยทางสติปัญญาที่จะทำให้การกระทำหรือพฤติกรรมการแสดงออกอย่างมีจุดมุ่งหมาย คิดอย่างมีเหตุผลมีผล และจัดการกับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมอย่างมีประสิทธิภาพ ปัจจัยภายในนี้จะเป็นทักษะพื้นฐานสำคัญและจำเป็นในการส่งเสริมพฤติกรรมเรียนอย่างเหมาะสมไปสู่การเรียนขั้นสูงให้มีโอกาสเจริญพัฒนาไปในแนวทางที่มีคุณภาพ มีคุณค่าและสร้างสรรค์ ซึ่งปัจจัยทางสติปัญญามีผู้ทำการศึกษาไว้หลายด้าน แต่การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับปัจจัยที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเรียนให้ดีขึ้นเกี่ยวกับปัจจัยภายในที่เป็นทักษะ 5 ด้าน คือ ด้านการตั้งเป้าหมาย ด้านความมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว ด้านการควบคุมตนเอง ด้านความรับผิดชอบ และด้านการใช้เวลา

ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยต้องการจะศึกษาถึงปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น การศึกษา เกรดเฉลี่ย ลำดับการเกิด การศึกษาบิดามารดา รายได้ของครอบครัว ว่ามีส่วนเกี่ยวข้องในการแสดงพฤติกรรมการยอมแพ้เป็นอย่างไรและศึกษาความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการยอมแพ้กับพฤติกรรมเรียน โดยสรุปเป็นกรอบแนวคิดได้ดังนี้

กรอบแนวคิด



สมมุติฐานการวิจัย

1. นักเรียนที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน โดยมีสมมุติฐานย่อย ดังนี้

- 1.1 นักเรียนที่มีเพศแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.2 นักเรียนที่มีอายุแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.3 นักเรียนที่มีระดับชั้นการศึกษาแตกต่างกันมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.4 นักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยแตกต่างกันมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.5 นักเรียนที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกันมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.6 นักเรียนที่บิดามีการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.7 นักเรียนที่มารดาการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน
- 1.8 นักเรียนที่ครอบครัวมีรายได้แตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการยอมแพ้แตกต่างกัน

2. นักเรียนที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน โดยมีสมมุติฐานย่อย ดังนี้

- 2.1 นักเรียนที่มีเพศแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน
- 2.2 นักเรียนที่มีอายุแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน
- 2.3 นักเรียนที่มีระดับชั้นการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน

2.4 นักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน

2.5 นักเรียนที่มีลำดับการเกิดแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน

2.6 นักเรียนที่มีบิดามีการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน

2.7 นักเรียนที่มารดาการศึกษาแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน

2.8 นักเรียนที่ครอบครัวมีรายได้แตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกัน

3. พฤติกรรมการยอมแพ้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเรียน