

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการเผชิญปัญหา และศึกษาความสัมพันธ์เกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยสภาพแวดล้อมรอบรั้วกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสถานการณ์ความรุนแรง 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ในปีการศึกษา 2555 มีแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. สถานการณ์ความรุนแรงจังหวัดชายแดนภาคใต้
2. การเผชิญปัญหาและพฤติกรรมการเผชิญปัญหา
3. ปัจจัยกำหนดพฤติกรรมการเผชิญปัญหา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. สถานการณ์ความรุนแรงจังหวัดชายแดนภาคใต้

เหตุการณ์ความรุนแรงในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ เริ่มต้นมาอย่างยาวนานและต่อเนื่องจนมีระดับความรุนแรงลดลง จนเมื่อวันที่ 4 มกราคม พ.ศ. 2547 เริ่มมีระดับความรุนแรงเพิ่มขึ้นด้วยคดีปล้นปืนจากกองพันพัฒนาที่ 4 ค่ายกรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ หลังจากนั้น ความรุนแรงในพื้นที่ดังกล่าวได้ดำเนินมาอย่างต่อเนื่องยาวนานจนถึงปัจจุบันทั้งนี้เหตุการณ์ความรุนแรงไม่ได้อยู่เพียง 3 จังหวัดชายแดนใต้ คือ ปัตตานี ยะลา นราธิวาสแต่กลับลุกลามไปยังจังหวัดสงขลาใน 4 อำเภอ คือ อำเภอจะนะ อำเภอเทพา อำเภอนาทวี และอำเภอสะบ้าย้อย และจังหวัดสตูลซึ่งเป็นภาคใต้ตอนล่างและเป็นพื้นที่ที่อยู่ในแผนปฏิบัติการพัฒนาจังหวัดชายแดนภาคใต้ปี พ.ศ. 2555 – 2557 (แผนปฏิบัติการพัฒนาจังหวัดชายแดนภาคใต้ปี พ.ศ. 2555)

จากข้อมูลของศูนย์ปฏิบัติการตำรวจจังหวัดชายแดนภาคใต้ (2554) ระบุว่าตั้งแต่วันที่ 4 มกราคม พ.ศ. 2547 จนถึงสิ้นปี พ.ศ.2554 มีเหตุการณ์ความรุนแรงรวมทั้งสิ้น 12,604 ครั้ง โดยเป็นการก่อการร้าย และการก่อความไม่สงบ จำนวน 8,094 ครั้ง ทั้งนี้แยกเป็นการก่อเหตุในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ เหตุยิงด้วยอาวุธปืน จำนวน 6,834 เหตุการณ์ วางระเบิดจำนวน 2,265 เหตุการณ์ วางเพลิง จำนวน 1,489 เหตุการณ์และอื่น ๆ เช่น การทำร้าย การปล้น การฆ่าตัดคอ การประทุ้ง การก่อกวน การทำลายธงชาติ และการจับตัวประกันรวม 2,016 เหตุการณ์ ทั้งนี้จากจำนวน

เหตุการณ์ความไม่สงบกว่า 12,604 ครั้ง ก่อให้เกิดความสูญเสียต่าง ๆ มากมาย จากข้อมูลของศูนย์ปฏิบัติการตำรวจจังหวัดชายแดนภาคใต้ (2554) จิระสุข สุขสวัสดิ์ (2554: 14) ระบุว่าตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 ถึงสิ้นปี พ.ศ. 2554 มีผู้เสียชีวิตรวมทั้งสิ้นจำนวน 5,243 ราย เป็นประชาชนจำนวน 4,215 ราย ทหารจำนวน 351 นาย ตำรวจ จำนวน 280 นาย ครูและบุคลากรการศึกษา จำนวน 148 ราย พระ จำนวน 7 รูป และคนร้ายจำนวน 242 ราย มีผู้ได้รับบาดเจ็บรวมทั้งสิ้นจำนวน 8,941 ราย เป็นประชาชน จำนวน 5,855 ราย ทหารจำนวน 1,712 นาย ตำรวจจำนวน 1,173 นาย ครูและบุคลากรการศึกษา จำนวน 144 ราย พระจำนวน 23 รูป และคนร้ายจำนวน 34 ราย จากเหตุการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้นทำให้เกิดการสูญเสียชีวิตและทรัพย์สินต่าง ๆ มากมาย จากข้อมูลของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ในไตรมาสที่ 3 ของปี พ.ศ. 2554 พบว่ามีเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบทั้งสิ้น จำนวน 4,455 คน และสตรีหม้ายจำนวน 2,295 คน

จากเหตุการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้นสามารถสรุปความรุนแรงในจังหวัดชายแดนภาคใต้ได้ โดยจังหวัดนราธิวาสมีสถิติสูงสุดถึง 3,449 ครั้ง รองลงมาคือจังหวัดยะลาจำนวน 2,993 ครั้ง จังหวัดปัตตานี จำนวน 2,935 ครั้ง และจังหวัดสงขลามีจำนวนเพียง 242 ครั้ง จากจำนวนเหตุการณ์เปรียบเทียบ 6 ปี (2547 – 2553) (ศูนย์เฝ้าระวังเชิงองค์ความรู้สถานการณ์ภาคใต้, 2553) ทั้งนี้เมื่อเทียบสถิติเหตุการณ์ความรุนแรงระหว่างปี พ.ศ. 2553 และปี พ.ศ. 2554 พบว่า ทั้งจำนวนเหตุการณ์และความสูญเสียเพิ่มขึ้นโดยปี พ.ศ. 2553 มีเหตุการณ์ความรุนแรงจำนวน 625 เหตุการณ์ มีผู้สูญเสียชีวิต จำนวน 521 รายและบาดเจ็บจำนวน 941 ราย ในขณะที่ปี พ.ศ. 2554 มีเหตุการณ์ความรุนแรงจำนวน 671 เหตุการณ์ มีผู้สูญเสียชีวิต จำนวน 535 รายและบาดเจ็บสูงถึง 1,049 ราย (ศูนย์เฝ้าระวังเชิงองค์ความรู้สถานการณ์ภาคใต้, 2555)

1.1 ผลกระทบจากสถานการณ์ความรุนแรงในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้

สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีความรุนแรง ส่งผลกระทบต่อร่างกายชีวิตและทรัพย์สินของประชาชนทั้งในระดับบุคคล ครอบครัวและชุมชน รวมถึงนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายซึ่งเป็นกลุ่มวัยรุ่นที่มีอายุในช่วง 15 - 18 ปี เป็นวัยแห่งการเจริญเติบโตมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จากสถานการณ์ความไม่สงบส่งผลกระทบต่อร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณของวัยรุ่น ผลกระทบต่อร่างกายเช่น การได้รับบาดเจ็บหรือเสียชีวิต ผลกระทบทางจิตใจเช่น กลัว เครียด หวาดระแวง วิตกกังวล รู้สึกไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน คณะอนุกรรมการโครงการดูแลเยียวยาผู้ได้รับผลกระทบด้านจิตใจจากสถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้ ได้สรุปลักษณะผลกระทบที่เกิดขึ้น 5 ด้านดังนี้

1) ผลกระทบของสถานการณ์ต่อวิถีชีวิตประจำวันของวัยรุ่น

สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนทุกวัยในพื้นที่ ทั้งวัยเด็ก วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ แต่ละวัยจะได้รับผลกระทบที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะวัยรุ่น ทั้งพุทธและมุสลิม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เคยทำเป็นประจำให้ตรงเวลาได้ มักจะต้องเลื่อนระยะเวลาการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตนเองไปเรื่อยๆตามสถานการณ์ (โรงพยาบาลจิตเวชสงขลานครินทร์, 2551) วัยรุ่นต้องปรับเปลี่ยนเส้นทางเดินทาง ไม่ไปไหนมาไหนคนเดียว เปลี่ยนแปลงเวลาเดินทางไปโรงเรียน หรือออกจากบ้าน โดยเฉพาะในเวลากลางคืน

2) ผลกระทบของสถานการณ์ต่อการศึกษาของวัยรุ่น

เมื่อมีสถานการณ์ความไม่สงบเกิดขึ้น ทำให้โรงเรียนต้องปิดการเรียนการสอน ต้องหยุดชะงักชั่วคราว การปิดโรงเรียนแต่ละครั้ง อาจปิดเป็นระยะเวลาหลายวันตามความรุนแรงของสถานการณ์ ปิดปีละหลายครั้งโดยไม่ใช่เป็นการปิดภาคเรียนตามปกติ เกิดความไม่แน่นอนของการ ปิด เปิดโรงเรียน ทำให้มีเวลาเรียนน้อยลง ไม่บรรลุตามแผนการเรียน ทำให้วัยรุ่นไม่เข้าใจบทเรียน (คณะอนุกรรมการ โครงการดูแลเยียวยาผู้ได้รับผลกระทบด้านจิตใจจากสถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้, 2550) นอกจากนี้สถานการณ์ความไม่สงบทำให้วัยรุ่นไม่มีสมาธิ หลงลืมง่าย ผลการเรียนรู้ลดลง เกิดความเครียด

3) ผลกระทบของสถานการณ์ต่อสังคมและวัฒนธรรมของวัยรุ่น

สถานการณ์ความไม่สงบ ทำให้สังคมและวัฒนธรรมของวัยรุ่นเปลี่ยนไป เช่น การออกจากบ้านเพื่อไปหาเพื่อน หรือสังสรรค์กับเพื่อนลดลง ไม่ได้ออกนอกบ้านหรือสถานที่ที่มีผู้คนมากหรือถ้าจะไปไหนต้องรีบไปรีบกลับ รวมทั้งไม่ออกไปนอกบ้านโดยไม่จำเป็น และหากจำเป็นต้องไปจะอยู่ไม่นาน ทำให้กานคบหาสมาคมกับเพื่อนลดลง ไม่เข้าร่วมกิจกรรมในสังคม เช่น เติบโตความรื่นเริงในชีวิต (โรงพยาบาลจิตเวชสงขลานครินทร์, 2551) นอกจากนี้เวลาในการปฏิบัติเกี่ยวกับศาสนกิจ ประเพณี วัฒนธรรมต่าง ๆ ส่วนใหญ่จะหลีกเลี่ยงการปฏิบัติกิจกรรมในเวลากลางคืน เช่น ร่วมงานแต่งงาน งานศพ การละหมาดในมัสยิดช่วงเวลากลางคืน หรือเข้ามัสยิด (คณะอนุกรรมการ โครงการดูแลเยียวยาผู้ได้รับผลกระทบด้านจิตใจจากสถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้, 2550)

4) ผลกระทบของสถานการณ์ต่อกิจกรรมนันทนาการ

จากสถานการณ์ความไม่สงบส่งผลให้วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงสถานที่ในการออกกำลังกาย เช่น ออกกำลังกายในบ้าน หรือบางคนงดเว้นการออกกำลังกายไปเลย ส่วนเรื่องการพักผ่อนหย่อนใจ มีการพบปะสังสรรค์หรือร่วมงานรื่นเริงน้อยลง (คณะอนุกรรมการ โครงการ

ดูแลเยียวยาผู้ได้รับผลกระทบด้านจิตใจจากสถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้, 2550) จากการศึกษาของเสวตาภรณ์ (2551) ที่ศึกษาพบว่า การแบ่งเวลาสำหรับการพักผ่อนและการออกกำลังกายในช่วงการเกิดเหตุการณ์ไม่สงบ ไม่เหมาะสม ไม่กล้าทำกิจกรรมผ่อนคลายนอกบ้าน เช่น ในแหล่งชุมชนหรือสวนสาธารณะ เป็นต้น

5) ผลกระทบของสถานการณ์ต่อเศรษฐกิจของครอบครัว

การเจ็บป่วยหรือการเสียชีวิตของบุคคลในครอบครัวของวัยรุ่น ทำให้ครอบครัวต้องแบกรับ ภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น ถ้าครอบครัวไม่มีเงินออมหรือรายได้เสริมจะทำให้เกิดปัญหาด้านเศรษฐกิจด้านการเงิน และก่อให้เกิดภาระหนี้สิน โดยเฉพาะวัยรุ่นที่สูญเสียผู้หารายได้หลักของครอบครัวทำให้วัยรุ่นต้องหารายได้เพียงลำพัง เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว ส่งผลให้วัยรุ่นต้องออกจากโรงเรียน ในวัยรุ่นที่ได้รับบาดเจ็บสาหัสหรือมีสมาชิกในครอบครัวได้รับบาดเจ็บจนทำให้เกิดมีความพิการหลงเหลือส่งผลให้ครอบครัวของวัยรุ่นต้องประสบกับปัญหาการเงินเช่นกัน เนื่องจากต้องเสียค่าใช้จ่ายในการมาพบแพทย์เพื่อตรวจตามนัด (โรงพยาบาลจิตเวชสงขลานครินทร์, 2551)

2. การเผชิญปัญหาและพฤติกรรมการเผชิญปัญหา

2.1 ความหมายของการเผชิญปัญหา

บอยด์และจอห์นสัน (Boyd and Johnson 1981 : 7) ได้ให้ความหมายของลักษณะการเผชิญปัญหาไว้ว่าเป็นพฤติกรรมที่บุคคลเลือกนำมาใช้จัดการกับสิ่งแวดล้อม เพื่อทำให้ความขัดแย้งหมดไป การเผชิญปัญหาเป็นวิธีการต่าง ๆ ที่บุคคลพยายามจัดการกับความต้องการ หรืออารมณ์ที่ได้รับความกดดันจากความต้องการ ซึ่งเป็นวิธีที่บุคคลใช้บรรเทา หรือขจัดภาวะความทุกข์โดยการแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมต่าง ๆ และเป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียดของบุคคล ซึ่งมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล (Zeidner & Endler, 1995, cited in Antony et al, 1995 อ้างใน วิภา มิ่งเมือง 2540: 21) ลักษณะการเผชิญปัญหาเป็นพฤติกรรมการเรียนรู้ที่มาจากสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ในอดีตซึ่งบุคคลแต่ละคนจะมีลักษณะการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกัน (สุภาพรณ โคตรจรัส 2531 : 306 – 316) เช่น วิธีการต่อสู้ การหลบหลีก การปฏิเสธ เพื่อช่วยลดความทุกข์ที่เกิดขึ้น ไวส์แมน (Weisman, 1978 : 264 – 265) ได้อธิบายเกี่ยวกับการใช้ลักษณะการเผชิญปัญหาเป็นปฏิกิริยาปกติที่เกิดขึ้นกับทุกคน ทั้งนี้เพื่อรักษาคุณภาพของจิต (Psychic Equilibrium) ดังนั้นการใช้ลักษณะการเผชิญปัญหาของบุคคลจึงเป็นเรื่องสำคัญในการดำเนินชีวิต เพราะลักษณะการเผชิญปัญหานั้นเกิดขึ้นและได้พัฒนาในตัวบุคคลพร้อม ๆ กับพัฒนาการทางด้าน

อื่น ๆ การที่บุคคลได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ หลายด้านก็จะเป็นการพัฒนาความสามารถแยกแยะได้ว่าอะไรคือปัจจัยที่จะช่วยบรรเทาอันตรายจากสิ่งที่คุกคามตนเอง (Lazarus, 1966: 146) ลาซารัส (Lazarus, 1966, cited in Lazarus and Folkman, 1984: 24) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทางปัญญา และพฤติกรรมของบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจัดการกับความต้องการหรือข้อเรียกร้องทั้งจากภายในและภายนอกที่บุคคลประเมินว่าเกินความสามารถที่ตนจะรับได้หรือเป็นภาวะที่คุกคามต่อความเป็นอยู่ของบุคคล

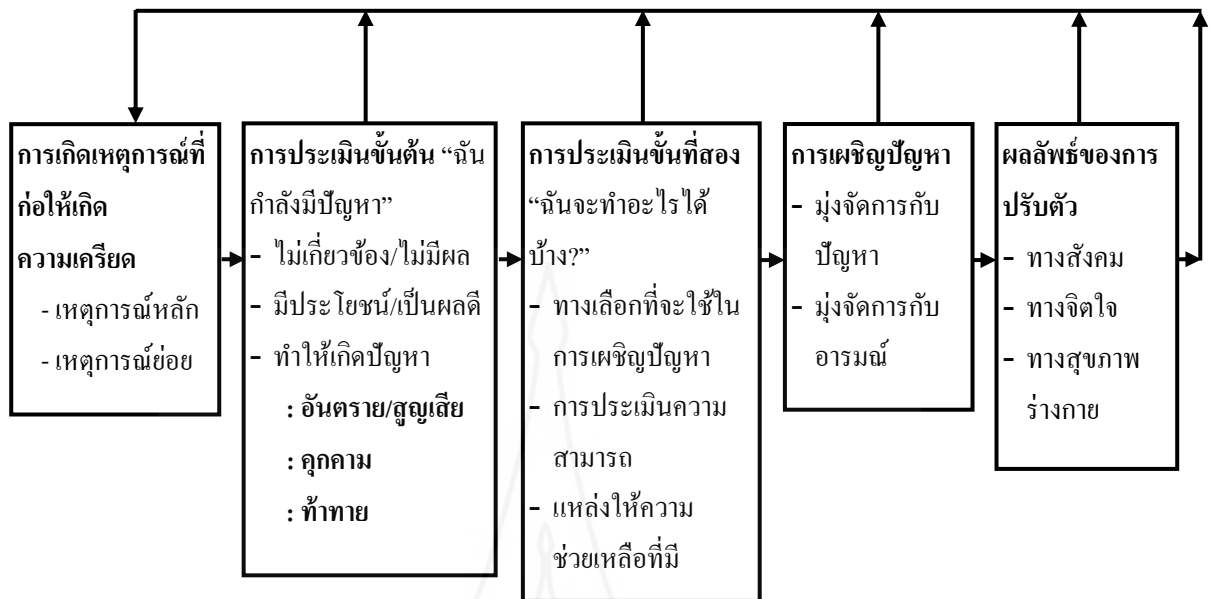
จากนิยามหรือคำจำกัดความของลาซารัส ความหมายหรือคุณค่าของการเผชิญปัญหาตามนิยามนี้ ไม่ได้อยู่ที่ผลที่จะได้รับการจากการเผชิญปัญหา แต่อยู่ที่ความพยายามในการที่จะจัดการกับปัญหาหรือความต้องการ เพราะถือว่าความพยายามจัดการนั้นอาจบรรลุหรือไม่บรรลุจะสำเร็จหรือล้มเหลว ก็ถือเป็นการเผชิญปัญหา

สรุปได้ว่า การเผชิญปัญหา หมายถึง ความพยายามของบุคคลอย่างไม่หยุดยั้งในการที่จะจัดการกับปัญหา หรือสิ่งที่มาคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคล โดยการแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อที่จะทำให้สิ่งที่มาคุกคามนั้นคลี่คลายลง

2.2 รูปแบบของกระบวนการ การเผชิญปัญหา

ลาซารัส (Lazarus, 1966) ได้อธิบายว่า การเผชิญปัญหาเป็นกระบวนการ (process) เพราะเป็นความพยายามที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อตอบสนองต่อความต้องการ หรือข้อเรียกร้องที่บุคคลประเมินว่า คุกคาม หรือเกินความสามารถที่ตนจะรับได้ ดังนั้น พฤติกรรม การเผชิญปัญหาจึงเกิดจากความพยายามของบุคคลในการที่จะได้ตอบสนองสิ่งที่มาคุกคามไม่ได้เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ

กระบวนการนี้จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรับรู้ว่าการเปลี่ยนแปลงของตนเองและสิ่งแวดล้อมรูปแบบของกระบวนการ การเผชิญปัญหาตามแนวคิดของลาซารัส แบ่งเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้



ภาพที่ 2.1 แสดงรูปแบบของกระบวนการ การเผชิญปัญหาตามแนวคิดของลาซารัส
ที่มา: ซาโรจน์ คำรัตน์และคณะ(2544: 8)

2.2.1 ขั้นตอนการเกิดเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด

เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคลถือเป็นสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ เหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับการเกิดภาวะเครียดของบุคคลนั้น พบว่า มักจะเป็นเหตุการณ์ที่แปลกใหม่ เหตุการณ์ที่มีลักษณะไม่แน่นอน และเป็นเหตุการณ์ที่ไม่สามารถทำนายได้ เพราะเหตุการณ์ต่าง ๆ นี้จะทำให้บุคคลไม่สามารถประเมินได้ว่า ตนเองจะควบคุม หรือจัดการกับเหตุการณ์เหล่านี้ได้หรือไม่ นอกจากนี้เหตุการณ์ที่บุคคลเคยประสบมาแล้วว่าเป็นเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายต่อตนเอง เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ใหม่ที่คล้ายคลึงกัน บุคคลก็จะเชื่อมโยงเหตุการณ์ใหม่เข้ากับเหตุการณ์เดิมที่เป็นอันตรายต่อตน เหตุการณ์ใหม่ก็จะก่อให้เกิดภาวะเครียดแก่บุคคลได้เช่นกัน เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด อาจหมายถึง เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอันยิ่งใหญ่ในชีวิต เช่น การตกงาน การหย่าร้าง เป็นต้น หรือเหตุการณ์ย่อย ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น การจราจรติดขัด การทำงานหนัก เป็นต้น เหตุการณ์จะก่อให้เกิดความเครียดเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับกระบวนการประเมินเหตุการณ์ของบุคคล

2.2.2 ขั้นตอนการประเมินทางปัญญาระดับขั้นต้น

เมื่อบุคคลประสบเหตุการณ์ บุคคลก็จะประเมินเหตุการณ์ที่ประสบทั่ว ๆ ไป ไม่เฉพาะเจาะจง เพื่อที่จะตัดสินว่าเหตุการณ์นั้นมีผลคุกคามต่อตนเองหรือไม่ เป็นการประเมินสถานการณ์ว่าเป็นอย่างไร เช่น การถามตนเองว่า “เหตุการณ์นี้เป็นปัญหากับฉันหรือไม่” ในการ

ประเมินขั้นนี้บุคคลจะใช้ทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกมาพิจารณาบุคคลจะประเมินเหตุการณ์ออกมาใน 3 ลักษณะ คือ

- 1) ลักษณะที่ไม่เกี่ยวข้องกับตน
- 2) ลักษณะที่มีประโยชน์และเป็นผลดีกับตน
- 3) ลักษณะที่เต็มไปด้วยความยุ่งยาก หรือความเครียดกับตน

ในเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าไม่เกี่ยวข้องกับตน หรือมีประโยชน์เป็นผลดีกับตน บุคคลจะไม่เกิดความเครียด แต่ถ้าบุคคลประเมินว่าเหตุการณ์นั้นเต็มไปด้วยความยุ่งยาก เหตุการณ์นั้นก็จะก่อให้เกิดความเครียดแก่บุคคล ซึ่งเหตุการณ์ที่จะทำให้เกิดความเครียดแก่บุคคลนั้นเป็นเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินออกมาใน 3 ลักษณะ คือ

(1) อันตรายหรือสูญเสีย (harm/loss) เป็นการประเมินผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้านลบ หลังจากเหตุการณ์ผ่านไปแล้ว ผลของเหตุการณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย หรือเป็นอันตรายต่อบุคคล

(2) ภาวะคุกคาม (threat) เป็นการประเมินเหตุการณ์โดยบุคคลคาดคะเนว่าเหตุการณ์นั้นจะทำให้เกิดอันตรายหรือเป็นการสูญเสียเป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางลบ

(3) ท้าทาย (challenge) เป็นการประเมินเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นโดยการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ว่า ตนจะได้รับประโยชน์หรือเป็นผลดีกับตน ซึ่งเป็นการคาดคะเนผลของเหตุการณ์ในทางบวก

ในเหตุการณ์เพียงเหตุการณ์เดียว บุคคลอาจประเมินผลออกมาได้มากกว่า 1 ลักษณะก็ได้ โดยเหตุการณ์นั้นบุคคลอาจจะรู้สึกได้ว่า คุกคามตน พร้อม ๆ กับความรู้สึกว่าท้าทายความสามารถของตนด้วยก็ได้ ซึ่งหมายถึงการประเมินนั้นมีผลทั้งลบและบวกต่อบุคคล และในเหตุการณ์หนึ่ง ๆ อาจทำให้บุคคลเกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกันได้ หรืออาจจะทำให้บางคนไม่รู้สึกเครียดก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกันของบุคคล การประเมินในขั้นต้นนี้ หากบุคคลประเมินว่าเป็นการท้าทายความสามารถของตนจะทำให้บุคคลเผชิญปัญหาได้ง่ายกว่าเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นภาวะคุกคาม หรือเป็นอันตรายหรือสูญเสีย

2.2.3 ขั้นตอนการประเมินทางปัญญาระดับที่ 2

เมื่อบุคคลประเมินในขั้นต้นแล้วพบว่า เหตุการณ์นั้นก่อให้เกิดอันตราย หรือ สูญเสีย คุกคามหรือท้าทาย ก็จะนำมาสู่การประเมินในขั้นที่ 2 โดยขั้นนี้บุคคลถามตนเองว่า “ฉันสามารถทำอะไรกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้บ้าง” ซึ่งเป็นการประเมินความสามารถของตน รวมทั้งแหล่งทรัพยากรที่จะให้ความช่วยเหลือต่าง ๆ มาพิจารณาร่วมกัน เพื่อเลือกเป็นแนวทางที่จะนำไปใช้ในการเผชิญกับปัญหา การประเมินในขั้นต้นกับการประเมินในขั้นที่ 2 นี้จะมี

ความสัมพันธ์ใกล้ชิดกัน โดยปกติแล้วเมื่อมีการประเมินขั้นต้นเกิดขึ้น ก็จะมีการประเมินขั้นที่ 2 เกิดตามมาอย่างต่อเนื่อง แต่ความต่อเนื่องนี้ก็ไม่จำเป็นจะต้องเกิดทุกครั้ง ในบางครั้งการประเมินครั้งที่ 2 อาจเกิดขึ้นหลังจากที่มีการประเมินในขั้นต้นผ่านไปแล้วช่วงเวลาหนึ่งก็ได้ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการประเมินในแต่ละขั้นอาจจะไม่สอดคล้องกันก็ได้ เช่น การประเมินในขั้นต้นเมื่อบุคคลประเมินเหตุการณ์แล้วพบว่า เป็นเหตุการณ์ที่คุกคามต่อชีวิตตน แต่เมื่อบุคคลเริ่มประเมินในขั้นที่ 2 พบว่า แม้ว่าตนเองจะไม่สามารถจัดการกับเหตุการณ์ด้วยตนเองได้ แต่บุคคลสามารถหาแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ มาแก้ไขได้ การประเมินในขั้นนี้บุคคลอาจเปลี่ยนจากความรู้สึกคุกคามในขั้นแรก มาเป็นความรู้สึกท้าทายแทนได้และการประเมินในขั้นที่ 2 นี้ หากบุคคลประเมินแล้วพบว่ามีความสามารถจำกัด และไม่มีแหล่งสนับสนุนใด ๆ ความเครียดก็ยังคงเกิดขึ้นอยู่ และอาจนำบุคคลไปสู่การประเมินขั้นต้นใหม่ได้อีกครั้ง

2.2.4 ขั้นตอนการเผชิญปัญหา

ในขั้นของการเผชิญปัญหานี้ เป็นขั้นของการดำเนินการเพื่อการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น โพล์คแมน และ ลาซารัส (Lazarus, 1980 อ้างในวีณา มิ่งเมือง 2540: 25) จำแนกวิธีการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 วิธี คือ 1) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem – Focused Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามจัดการกับสภาพการณ์ที่เป็นสาเหตุของปัญหาให้คลี่คลายลง โดยการพยายามทำความเข้าใจปัญหา สาเหตุ และหาทางออกที่เป็นไปได้ กลวิธีที่ใช้จะมุ่งปรับเปลี่ยนหรือแก้ไขที่สถานการณ์ หรืออาจมุ่งปรับเปลี่ยนแก้ไขที่ตัวบุคคลเองการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามีความหมายกว้างกว่า การแก้ปัญห (solving problem) เพราะการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามีความหมายครอบคลุมถึงกระบวนการวิเคราะห์ที่มุ่งเน้นต่อการจัดการกับสถานการณ์ หรือสิ่งแวดล้อมซึ่งเป็นกลวิธีที่อยู่ภายในบุคคลด้วย 2) การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion – Focused Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลใช้กระบวนการทางปัญญา เพื่อจัดการหรือควบคุมอารมณ์ หรือความทุกข์ที่เกิดจากเหตุการณ์ให้คลี่คลายลง วิธีการที่ใช้ อาจจะเป็นการมองปัญหาใหม่ในทางบวก การทำสมาธิ หรือการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น โดยการเผชิญปัญหาที่เป็นผลดีกับบุคคลมากที่สุดก็คือ การใช้กลวิธีทั้ง 2 แบบนี้ ผสมผสานร่วมกันอย่างเหมาะสม โดยใช้ให้เกิดการสนับสนุนซึ่งกันและกันในการจัดการกับปัญหาอย่างแท้จริง

2.2.5 ขั้นตอนผลลัพธ์ของการปรับตัว

ลาซารัส และ โพล์คแมน (Lazarus and Folkman, 1984) จำแนกผลการปรับตัวต่อความเครียด ซึ่งเป็นผลที่ได้จากการเผชิญปัญหาที่ใช้ อาจจะเป็นผลระยะสั้น หรือระยะยาว ไว้ 3 ด้าน คือ

1) ผลทางด้านสังคม (Social Functioning) เป็นผลของการปรับตัวต่อความเครียดของบุคคลซึ่งเกิดจากการตอบสนองตามบทบาทหน้าที่ของตน เช่น บทบาทของพ่อ – แม่ สามี ภรรยา หรือนายจ้าง – ลูกจ้าง ผลการปรับตัวทางด้านสังคม ได้แก่ ความพึงพอใจที่เกิดจากการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น หรือการมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการรักษามบทบาทหน้าที่ของตน หรือรักษาสัมพันธภาพระหว่างตนกับผู้อื่นไว้ได้ เป็นต้น

2) ผลทางด้านจิตใจ (Morale) ผลทางด้านจิตใจเกี่ยวข้องกับเรื่องของบุคคลว่ารู้สึกอย่างไรกับตนเอง และรู้สึกอย่างไรกับสภาพการณ์ชีวิตของตน

3) ผลทางด้านสุขภาพร่างกาย (Somatic illness) อารมณ์ความเครียด และการเผชิญปัญหาเป็นองค์ประกอบที่มีผลต่อสุขภาพร่างกาย โดยเฉพาะกลวิธีในการเผชิญความเครียดมีผลทำให้บุคคลสามารถตอบสนองต่อความต้องการทางด้านร่างกาย หรือมีผลทำให้บุคคลมีสุขภาพร่างกายทรุดโทรม ขึ้นอยู่กับวิธีการเผชิญความเครียดที่บุคคลเลือกใช้

ในกระบวนการของการเผชิญปัญหาทั้ง 5 ขั้นตอนนี้ กระบวนการเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นตามลำดับ หรือเกิดขึ้นเป็นกระแสที่ต่อเนื่องกัน ผลที่เกิดขึ้นในกระบวนการย่อยแต่ละขั้น อาจทำให้บุคคลย้อนกลับไปสู่การประเมินในกระบวนการย่อยที่ผ่านมาอีกครั้งก็ได้ เช่น ในการประเมินขั้นต้น บุคคลเคยประเมินว่า เหตุการณ์นั้นคุกคามต่อชีวิต เมื่อบุคคลเข้าสู่การประเมินขั้นต้นอีกครั้งหนึ่งโดยเปลี่ยนจากเหตุการณ์ที่เคยประเมินว่าคุกคามไปสู่การประเมินใหม่ว่าเหตุการณ์นั้นทำร้ายหรือคุกคามน้อยลงหรือไม่ในกรณีที่บุคคลใช้วิธีการประเมินว่ามีวิธีจัดการกับปัญหาเพียงพอ เมื่อบุคคลใช้วิธีการเผชิญปัญหาไปแล้วพบว่า ไม่ได้ผลไม่สามารถทำให้ปัญหาคเล็ดลอดได้ บุคคลก็อาจย้อนกลับไปประเมินในขั้นต้นอีกครั้ง หรืออาจจะย้อนกลับมาพิจารณาหาวิธีการเผชิญที่เหมาะสมใหม่ ซึ่งวงจรเหล่านี้เป็นวงจรที่เกิดขึ้นซ้ำแล้ว ซ้ำอีก และมีการเปลี่ยนแปลงไม่หยุดยั้งเพื่อจัดการกับปัญหาให้คลี่คลายลง

2.3 รูปแบบของพฤติกรรมในการเผชิญปัญหา สามารถแบ่งเป็น 2 ด้านคือ

2.3.1 พฤติกรรมการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับปัญหา (Problem-focused coping) พฤติกรรมการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับปัญหาคือ พฤติกรรมที่บุคคลพยายามจัดการกับสภาพการณ์ที่เป็นสาเหตุของปัญหาให้คลี่คลายลง โดยการพยายามทำความเข้าใจปัญหา หาสาเหตุ และทางออกที่เป็นไปได้ มีลักษณะคล้ายคลึงกับการแก้ปัญหาตามขั้นตอนทางวิทยาศาสตร์ คือมีการกำหนดปัญหา คิดหาทางเลือกในการแก้ปัญหาหลาย ๆ ทาง พิจารณาถึงผลดีผลเสียของทางเลือก แล้วจึงเลือกวิธีที่เหมาะสมเพื่อนำไปแก้ปัญหา แนวทางการจัดการปัญหาเป็นไปได้อีก 2 ทางคือ

1) *การจัดการกับตนเอง* คือ การกระตุ้น หรือเปลี่ยนแปลงการประเมินค่าทางปัญญา พัฒนาความเข้าใจและความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมหรือเรียนรู้ทักษะและวิธีการใหม่ ๆ

2) *การจัดการกับสิ่งแวดล้อม* คือ การเปลี่ยนแปลงแหล่งประโยชน์ หรือเปลี่ยนแปลงวิธีการ (Lazarus & Folkman, 1984: 109)

โดยทั่วไปแล้วบุคคลจะใช้การเผชิญปัญหาด้านการจัดการปัญหาในกรณีพิจารณาแล้วพบว่าตนสามารถควบคุม หรือจัดการได้

2.3.2 พฤติกรรมการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Emotion-focused coping) พฤติกรรมการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับอารมณ์คือ พฤติกรรมที่บุคคลแสดงโดยการใช้กระบวนการทางปัญญา เพื่อจัดการหรือควบคุมอารมณ์ หรือความทุกข์ที่เกิดจากเหตุการณ์ให้คลี่คลายลง อาจใช้วิธีมองปัญหาใหม่ในทางบวก การทำสมาธิ หรือผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น มักจะถูกใช้ในสถานการณ์ที่ตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้สำหรับกลวิธีการเผชิญปัญหาที่เป็นการแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ มีดังนี้

1) *การยอมรับ (Resigned acceptance)* เป็นการยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เป็นวิธีการที่เหมาะสมในการเผชิญกับปัญหาที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ เช่น การสูญเสียอวัยวะ เป็นต้น

2) *การแสดงออกทางอารมณ์ (Emotion discharge)* เป็นการแสดงอารมณ์และความรู้สึกของตนออกมาเพื่อลดความตึงเครียดจากสถานการณ์ เช่น การร้องตะโกน การร้องไห้ หรือการมองสิ่งที่เกิดขึ้นให้เป็นเรื่องขบขัน

3) *การใช้กระบวนการภายในจิตใจ (Intra-psychic process)* เป็นการใช้กระบวนการทางความคิดในการให้ความหมายใหม่ หรือบิดเบือนการให้ความหมายแก่สถานการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดความเครียด (Sarafino 1994: 142 อ้างในศศลักษณ์ ศิวัญญะ 2544: 19)

แม้จะมีการจำแนกลักษณะของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาเป็นสองด้าน แต่คนส่วนใหญ่มักใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาทั้งสองแบบในการเผชิญปัญหาแต่ละครั้ง เช่น การแสวงหาคำแนะนำอาจเป็นได้ทั้งการแก้ไขปัญหาและการลดอารมณ์ตึงเครียดด้วยเนื่องจากหาทางออกในการแก้ปัญหาได้ อย่างไรก็ตามบุคคลจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาด้านใดหรือมีการปรับตัวต่อปัญหาในลักษณะใดนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายอย่างถ้าใช้กลไกเหมาะสมการปรับตัวจะปกติขจัดปัญหาไปได้ แต่ถ้าใช้กลไกไม่เหมาะสมปัญหาก็จะคงอยู่นานเกิดความผิดปกติด้านร่างกายและจิตใจได้

3. ปัจจัยกำหนดพฤติกรรมและการเผชิญปัญหา

3.1 พฤติกรรม

มีผู้ให้ความหมายของคำว่าพฤติกรรม (Behavior) ไว้มากมายที่น่าสนใจ เช่น เวดและทาวริส (Wade and Tavris 1999: 245) อธิบายว่าพฤติกรรมคือการกระทำของคนเราที่สังเกตได้ ซิมบาร์โดและเกอร์ริก (Zimbardo and Gerrig 1999: 3) อธิบายว่าพฤติกรรมเป็นการกระทำของบุคคลเพื่อปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้และลาเฮย์ (Lahey 2001: 5) กล่าวว่าพฤติกรรมเป็นการประพฤติปฏิบัติของบุคคลที่สามารถสังเกตได้

จากความหมายและคำอธิบายเบื้องต้นดังกล่าวได้ว่าพฤติกรรม (Behavior) คือการกระทำของบุคคลที่สังเกตได้เพื่อปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม

3.1.1 ประเภทของพฤติกรรม

นักจิตวิทยานิยมได้แบ่งพฤติกรรมเป็น 2 ประเภทดังนี้

1) พฤติกรรมภายใน (Covert behavior) เป็นพฤติกรรมที่ตัวเองเท่านั้นที่สามารถรู้ได้ เช่น การรับรู้ การได้ยิน ความฝัน ความคิด การตัดสินใจ เจตคติ จินตนาการ เป็นต้น พฤติกรรมเหล่านี้อาจมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางกายเช่น ไข้ ความวิตกกังวล ฝันร้าย หรือน้ำตาลในกระแสเลือดมีมากซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้วัดได้โดยการใช้เครื่องมือ

2) พฤติกรรมภายนอก (Overt behavior) เป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้ชัดเจน แยกได้เป็น 2 ชนิด คือ พฤติกรรมที่ไม่ต้องใช้เครื่องมือวัด เช่น การพูด การหัวเราะ การร้องไห้ การเคลื่อนไหวของร่างกาย และพฤติกรรมที่ต้องใช้เครื่องมือช่วยวัด เช่น การเปลี่ยนแปลงของปริมาณน้ำตาลในกระแสเลือด การทำงานของกระเพาะอาหารและลำไส้ เป็นต้น ซึ่งพฤติกรรมภายในอาจเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมภายนอก เช่น คนเราย่อมพูดหรือย่อมแสดงกิริยาโดยสอดคล้องกับความรู้สึกนึกคิดภายใน

เป็นที่ทราบกันว่าพฤติกรรมมนุษย์นั้นซับซ้อนมีองค์ประกอบและมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องจำนวนมากด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นที่จะต้องศึกษาทำความเข้าใจถึงเหล่านั้นเพื่อช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ได้ดียิ่งขึ้นซึ่งการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์มีการศึกษาจากหลายมุมมองทั้งมุมมองจากนักวิทยาศาสตร์มุมมองของนักสังคมวิทยาและมุมมองของนักจิตวิทยาโดยมุมมองนักวิทยาศาสตร์ใช้หลักวิทยาศาสตร์ในการวิเคราะห์พฤติกรรมมนุษย์ที่ว่าความสมบูรณ์หรือความปกติของสมองจะมีส่วนสำคัญต่อพฤติกรรมมนุษย์ในด้านความรู้สึกนึกคิดตลอดจนด้านจิตใจหากสมองผิดปกติจะส่งผลให้พฤติกรรมของบุคคลเปลี่ยนแปลงไปด้วยมุมมองของนักสังคมวิทยาที่เชื่อ

ว่าพฤติกรรมมนุษย์ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมหรือสภาวะภายนอกทั้งปวง (External Conditions) ที่อยู่รอบตัวของมนุษย์อาจจะแบ่งประเภทของสิ่งแวดล้อมออกเป็น 3 ประการใหญ่ ๆ คือสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติสิ่งแวดล้อมทางสังคมและสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวซึ่งสิ่งแวดล้อมเหล่านี้มีอิทธิพลต่อมนุษย์ทั้งในแง่ที่ทำให้เกิดผลดีหรือผลร้ายโดยที่มนุษย์ไม่มีทางเลือกหนีและการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์จากมุมมองนักจิตวิทยาซึ่งแบ่งได้เป็นหลายกลุ่มเช่นกลุ่มจิตวิทยาโครงสร้างนิยมมีความเชื่อว่ามนุษย์มีองค์ประกอบเป็น 2 ส่วน คือ กายกับจิตซึ่งทั้งสองส่วนทำงานสัมพันธ์กันคือจิตควบคุมการทำงานของกายและการทำงานของกายเกิดเป็นพฤติกรรมกลุ่มจิตวิทยาหน้าที่นิยมกลุ่มนี้มุ่งศึกษาสิ่งที่จะช่วยให้มนุษย์สามารถปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมหรือแก้ปัญหาได้ดีและเน้นการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์กลุ่มจิตวิทยาจิตวิเคราะห์ที่เน้นความสำคัญของจิตไร้สำนึกว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเป็นต้น

การศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ในปัจจุบันได้พัฒนาก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็วจากการศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ในรูปแบบที่ผสมผสานทั้งทางด้านร่างกายจิตใจและสถานการณ์แวดล้อมหรือที่เรียกกันว่าในรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism model) สำหรับในประเทศไทยจุฑาเดือน พันธุมนาวิน (จุฑาเดือน พันธุมนาวินอ้างในดวงเดือน พันธุมนาวิน 2550: 90) ได้ศึกษา และอธิบายสาเหตุของพฤติกรรมมนุษย์ในรูปแบบของทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม ดังนี้

3.1.2 ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม แบ่งเป็น 4 กลุ่มได้แก่

1) สาเหตุด้านสถานการณ์ (Situational factors) สิ่งที่อยู่รอบตัวบุคคลไม่ว่าจะเป็นสิ่งมีชีวิตหรือไม่มีชีวิตต่างมีอิทธิพลต่อการกระทำของบุคคลซึ่งมักอยู่ในลักษณะที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับสิ่งที่อยู่รอบตัวดีความและแสดงพฤติกรรมเพื่อแสดงปฏิสัมพันธ์กับสิ่งที่อยู่รอบตัวนั้น เช่น การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากคนรอบข้างเมื่อบุคคลรับรู้ดีความแล้วจะแสดงออกถึงพฤติกรรมต่าง ๆ โดยสถานการณ์เหล่านี้มีอยู่ 2 ลักษณะคือสถานการณ์ที่เอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมและสถานการณ์ที่ขัดขวางไม่ให้เกิดพฤติกรรมทฤษฎีในสาขาจิตพฤติกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวข้องเช่นทฤษฎีการเสริมแรงของ Skinner ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura เป็นต้น

2) สาเหตุด้านจิตลักษณะเดิม (Psychological traits) จิตลักษณะเดิมเป็นจิตลักษณะที่เกิดจากการสะสมตั้งแต่เด็กและติดตัวบุคคลมา มีพื้นฐานมาจากการอบรมถ่ายทอดของสถาบันทางสังคมเช่นครอบครัวโรงเรียนหรือประสบการณ์ที่สั่งสมมา

3) สาเหตุที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างจิตลักษณะเดิมและสถานการณ์เป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นจากอิทธิพลร่วมกันระหว่างจิตลักษณะเดิมของบุคคลกับสถานการณ์ที่บุคคลกำลังเผชิญเรียกว่า Mechanical Interaction

4) สาเหตุด้านจิตลักษณะตามสถานการณ์ (Psychological States) เป็นจิตลักษณะอีกประเภทหนึ่งที่เป็นพลวัตรมีความเปลี่ยนแปลงเชิงปริมาณหรือเชิงคุณภาพได้มากอันเป็นผลจากลักษณะจิตเดิมของบุคคลร่วมกับสถานการณ์ปัจจุบันและมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมอย่างใกล้ชิดเช่นความเครียดในเรื่องหนึ่ง ๆ ของบุคคลที่อยู่ในสถานการณ์เดียวกันอาจมีจิตลักษณะตามสถานการณ์ในปริมาณที่ต่างกัน ได้ขึ้นอยู่กับพื้นเพของจิตลักษณะเดิมที่เกี่ยวข้องเช่นนิสัยเครียดของบุคคลทัศนคติสำหรับจิตลักษณะตามสถานการณ์ที่สำคัญตามทฤษฎีที่สำคัญของต่างประเทศเช่นความเชื่อในสมรรถนะแห่งตนการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม เป็นต้น

3.1.3 ปัจจัยเชิงเหตุของการเกิดพฤติกรรม

คูเจื่อน พันธมนาวิน (คูเจื่อน พันธมนาวิน 2550: 87-88) ได้ศึกษาและอธิบายเกี่ยวกับปัจจัยเชิงเหตุของการเกิดพฤติกรรมของบุคคลว่าอาจเกิดได้จาก 4 แนวทางหลัก คือ

1) แนวทางที่หนึ่งศึกษาสาเหตุด้านชีวพันธุกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม (Biological approach) เชื่อว่าความรู้สึกนึกคิดและการกระทำของบุคคลมีมาแต่กำเนิดพฤติกรรมของบุคคลมีอิทธิพลมาจากยีนและระบบการทำงานของร่างกาย

2) แนวทางที่สองศึกษาสาเหตุด้านบุคลิกภาพและจิตใจที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม (Personality approach หรือ Trait approach) เห็นว่าบุคลิกภาพและจิตใจด้านอื่นๆ เช่น แรงจูงใจทัศนคติสติปัญญาของบุคคลมีอิทธิพลสูงสุดต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ

3) แนวทางที่สามศึกษาสาเหตุด้านสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม (Behavioral approach) เน้นการศึกษาพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสาเหตุที่อยู่ภายนอกตัวบุคคล

4) แนวทางที่สี่ศึกษานูรณาการสาเหตุหลายด้านที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรม (Interaction approach) เป็นการศึกษาสาเหตุของพฤติกรรมว่าอาจมีสาเหตุมาจากจิตใจและสถานการณ์ภายนอกผสมผสานกัน

จากที่กล่าวมาเบื้องต้นเป็นการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์โดยทั่วไปในมุมมองของนักจิตวิทยาตามรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยมที่มองว่าพฤติกรรมของมนุษย์สัมพันธ์กับจิตเดิมและสถานการณ์หรือทั้งสองอย่างร่วมกันสำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะลงไปเกี่ยวกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของบุคคลโดยใช้แนวคิดทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัสร่วมกับแนวคิดรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม

3.2 ทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัส

ลาซารัส และคณะได้พัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับความเครียด การประเมินการตัดสินใจ และการเผชิญกับปัญหา ว่า ปัญหาไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลหรือสิ่งแวดล้อม แต่คนกับสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ดังนั้นปัญหาจึงหมายถึงเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่ามีผลกระทบต่อตนเอง

และต้องใช้แหล่งประโยชน์ที่มีอยู่เพื่อใช้ในการปรับตัวอย่างเต็มที่ นั่นคือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจะเป็นปัญหาหรือไม่ขึ้นอยู่กับการประเมินสมดุลระหว่างความต้องการ (Demands) กับแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ (Resources) ของบุคคลนั้น การตัดสินใจว่าปัญหาของบุคคลต้องผ่านกระบวนการความรู้สึกลึกซึ้ง คิด กระบวนการในการเผชิญปัญหาจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรับรู้ว่าการเปลี่ยนแปลงของตนเองและสิ่งแวดล้อม รูปแบบกระบวนการเผชิญปัญหาตามแนวคิดของ Lazarus แบ่งเป็น การประเมินการตัดสินใจ และพฤติกรรมในการเผชิญปัญหา สำหรับการศึกษาครั้งนี้ศึกษาเฉพาะกระบวนการที่สองคือ พฤติกรรมในการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทั้งความคิด และการกระทำที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งความพยายามนี้ต้องใช้แหล่งประโยชน์ที่มากกว่าปกติ ถือเป็นกระบวนการที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา และไม่มีการตัดสินใจว่าวิธีใดมีประสิทธิภาพเพราะขึ้นอยู่กับบริบท (Context) ของแต่ละบุคคล ผู้ที่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ดี คือผู้ที่รู้จักเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมกับแต่ละสถานการณ์ การเผชิญปัญหามี 2 ลักษณะคือ ด้านมุ่งจัดการกับปัญหา และด้านมุ่งจัดการกับอารมณ์ ซึ่งบุคคลมักใช้ทั้ง 2 วิธีร่วมกันการที่บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมแบบใดแบบหนึ่ง หรือหลายรูปแบบซึ่งมีผลให้ปัญหาลดลง หรือหมดไปได้ นั่นขึ้นอยู่กับแหล่งประโยชน์ในการเผชิญปัญหา (Coping resources) ที่มีอยู่ (Lazarus & Folkman 1984: 150-170)

สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาในนักเรียนมัธยมปลายซึ่งเป็นวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเร็วมากทั้งภายนอกและภายในร่างกาย การเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วนี้ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ กับวัยรุ่นมากมาย ทั้งความสับสนทางจิตใจที่มากที่สุดยิ่งกว่าวัยอื่น ๆ Erikson 1968 อ้างในศรีเรือน แก้วกังวาล (2540: 329) การมีอารมณ์ไม่มั่นคง ประเดี๋ยวดีประเดี๋ยวร้าย ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ ปัญหาการแสวงหาอุดมการณ์วัยรุ่น ปัญหาการเลือกอาชีพ ปัญหาช่องว่างระหว่างวัย เป็นต้น ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540:364 – 365) เมื่อเกิดปัญหาขึ้นนักเรียนแต่ละคนก็จะมีพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันออกไป ตามการประเมิน และแหล่งประโยชน์ของนักเรียนแต่ละคนซึ่งมีอยู่ไม่เท่ากัน สำหรับแหล่งประโยชน์ของนักเรียนตามทฤษฎีที่ได้กล่าวแล้วเบื้องต้นนำมาแยกแยะเป็นตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย

3.2.1 ภาวะสุขภาพและพลังกำลังของบุคคล

จากแนวคิดของทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยมที่ว่าจิตลักษณะเดิมและจิตลักษณะตามสถานการณ์มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ ร่วมกับทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัสที่ว่าบุคคลที่มีสุขภาพดีและแข็งแรงย่อมมีความเข้มแข็ง สามารถอดทนต่อภาวะกดดัน หรือภาวะเครียดได้มากกว่าบุคคลที่เจ็บป่วย หรืออ่อนแอ

3.2.2 ความเชื่อทางบวกหรือความเชื่อในทางที่ดี

จากแนวคิดรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ที่ว่าจิตลักษณะเดิมร่วมกับจิตลักษณะตามสถานการณ์มีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลร่วมกับทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัสเกี่ยวกับปัจจัยในการนำแหล่งประโยชน์เรื่องความเชื่อทางบวกหรือความเชื่อในทางที่ดีที่อาจมีผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันไปของแต่ละบุคคลนั้น สำหรับตัวแปรที่น่าปัจจัยเกี่ยวกับแหล่งประโยชน์ของความเชื่อทางบวก หรือความเชื่อในทางที่ดีมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้มี 2 ตัวแปร คือ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง และความเชื่ออำนาจในตน

1) ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง

(1) ความหมายของ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง มีผู้ให้ความหมายไว้หลากหลายดังนี้

โรเจอร์ (Roger 1951: 136) กล่าวว่า ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองเป็นโครงสร้างของการรับรู้ที่บุคคลมีต่อตนเองเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะ ความสามารถ คุณค่าของตนเองและความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม เช่นเดียวกับคำกล่าวของ ไบรน์ (Byrne 1984: 429) ความรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถหรือทักษะที่รับรู้มาจากตนเองและสังคม สอดคล้องกับ กู๊ด (Good 1973: 254) ที่ให้ความหมายของความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองว่า คือการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถ รูปร่างลักษณะ การกระทำของตนเอง ในฐานะเป็นบุคคลหนึ่ง เป็นลักษณะที่เป็นความคิด ทักษะติดต่อตัวเอง

นริศร์ ปรารมภ์ (2539) กล่าวว่า ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองหมายถึงความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในด้านลักษณะรูปร่าง บุคลิกภาพ ด้านอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นและความสามารถในด้านต่าง ๆ ที่จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

สุรางค์ โคว์ตระกูล (2541) ได้ให้ความหมายความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นการรับรู้เกี่ยวกับตนเองในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านสติปัญญา ความคิด ความสามารถ รวมทั้งรูปร่างลักษณะทางร่างกาย

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2544) อธิบายว่า ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองทั้งภาพบวกและลบ ซึ่งพัฒนาจากการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เป็นรากฐานในการพัฒนาตนในวัยต่อมา และการพัฒนาตนในวัยเด็กมีส่วนผลักดันเป็นอย่างยิ่งต่อการสร้างลักษณะเด่นของบุคลิกภาพด้านต่าง ๆ

จากความหมายของความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองดังกล่าว สรุปได้ว่า ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองหมายถึง ความรู้สึก การรับรู้ เกี่ยวกับตนเองในด้านลักษณะ

รูปร่าง บุคลิกภาพ ด้านอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรม ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นและ ความสามารถในการในด้านต่าง ๆ อันเกิดจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ตนเคยมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม และสิ่งแวดล้อมแล้วนำไปสู่การตีความ ที่จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

(2) ความสำคัญของความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง

ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองเป็นตัวแปรทางจิตลักษณะที่เป็นตัว กำหนดให้เกิดการแสดงพฤติกรรมในรูปแบบต่าง ๆ ผู้ที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองใน ทางบวกจะมีความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่ใคร่วิตก กังวลกับสิ่งที่เกิดขึ้น มีความเชื่อมั่นที่จะเผชิญปัญหาในรูปแบบต่าง ๆ สามารถปรับวิธีการเผชิญปัญหา แม้ว่าบางครั้งอาจจะล้มเหลวแต่ก็พร้อมที่จะลุกขึ้นยืน การแสดงพฤติกรรมจะเป็นในทิศทางบวก จึงเป็นที่ยอมรับของคนในสังคมสำหรับผู้ที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางลบจะมี ความรู้สึกต่ำต้อย ผิดหวัง ล้มเหลว และใช้ลักษณะการเผชิญปัญหารูปแบบเข้าสู่ตนเอง คือ กลัวโทษ มุ่งทำร้ายตนเอง คิดว่าตนเองผิดทุกอย่างเกิดเพราะตนเอง (Boyd and Johnson 1981: 9) รูปแบบการเผชิญปัญหาเช่นนี้เกิดจากการได้รับประสบการณ์ในอดีตที่เสริมให้เกิดการมอง ภาพพจน์ของตนเองในทางลบ (Negative self – concept) หรือไม่พอใจตนเอง เด็กกลุ่มนี้จะผ่าน ประสบการณ์ที่พ่อแม่ใช้วิธีดูต่ำ ต่ำหนิ วิพากษ์วิจารณ์ ทำให้เด็กรู้สึกอับอาย รวมทั้งเด็กบางคน ถูกปฏิเสธจากพ่อแม่หรือไม่ได้รับความเอาใจใส่และความรักจากพ่อแม่หรือไม่ได้รับการเอาใจใส่ จากผู้ใหญ่ ทำให้เกิดความกลัวต่อความผิด กลัวถูกปฏิเสธ กลัวเสียหน้า ทำให้เด็กใช้วิธีการเผชิญ ปัญหาในรูปแบบถอยหนี ปฏิเสธหรือหลบเลี่ยงไปเพราะกลัวต่อการถูกลงโทษและการไม่ยอมรับของ ผู้ใหญ่ ที่ทำให้โกรธและลงโทษตนเอง คิดว่าเหตุทั้งหมดเกิดจากตนเอง ดังผลการศึกษาของสมิท และคณะ (Smith and others 1992: บทคัดย่อ) พบว่า ผู้มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนในลักษณะ เด่นชัดจะสามารถเลือกปรับลักษณะการเผชิญปัญหาได้มากกว่า ส่วนผู้ที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับ ตนในลักษณะไม่ชัดเจนมีนิสัยชอบเก็บตัว เงียบเขิน มักใช้ลักษณะการเผชิญปัญหารูปแบบปฏิเสธ ความจริงเสมอ

ที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเป็นการกล่าวให้เห็นถึงความสำคัญของ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนที่มีต่อลักษณะพฤติกรรมการเผชิญปัญหา โดยสรุปได้ว่า ถ้าบุคคลมี ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนในทางบวกก็จะสามารถที่จะปรับใช้ลักษณะการเผชิญปัญหาในลักษณะ ปกติได้มากกว่า ส่วนบุคคลที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนในทางลบก็จะใช้ลักษณะการเผชิญ ปัญหาในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง โดยไม่ปรับรูปแบบอื่นมาใช้ให้เหมาะสม เช่น การใช้รูปแบบมุ่งทำ ร้ายคนอื่นหรือการหลบเลี่ยงหลีกเลี่ยงปัญหาโดยหาเหตุผลเข้าข้างตนเองหรือไม่ก็ปฏิเสธปัญหาอย่าง

สิ้นเชิง การใช้รูปแบบดังกล่าวมากเกินไปถึงขั้นเป็นปัญหาอาจส่งผลต่อการเกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในอนาคตได้

2) ความเชื่ออำนาจในตนความเชื่ออำนาจในตน (Locus of Control)

(1) ความหมายของความเชื่ออำนาจในตน

รอตเตอร์ (Rotter 1966: 1) ซึ่งเป็นเจ้าของแนวคิดเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจในตนและนอกตน ได้อธิบายความหมายของความเชื่อในเชิงความเชื่อและการรับรู้ผลตอบแทนของการกระทำของบุคคลโดยอาศัยฐานทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social learning theory) ว่า “ผลตอบแทนที่ได้จากพฤติกรรมหนึ่งของบุคคลย่อมก่อให้เกิดความคาดหวังว่าจะต้องได้รับผลตอบแทน” โดยอธิบายเป็น 2 ลักษณะดังนี้

ก. ความเชื่ออำนาจในตน (Belief in internal locus of control)

หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่าการกระทำหรือสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลจากการกระทำหรือความสามารถของตนตั้งแต่อดีตและในปัจจุบัน

ข. ความเชื่ออำนาจนอกตน (Belief in external locus of control)

หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่าการกระทำหรือสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เป็นผลจากอิทธิพลอำนาจภายนอกตนที่ไม่สามารถที่จะควบคุมได้ เช่น เคราะห์กรรม โชคชะตา ความบังเอิญหรืออำนาจของผู้อื่น

กล่าวคือลักษณะความเชื่ออำนาจในตนหรือนอกตนนี้ เมื่อบุคคลกระทำพฤติกรรมใดแล้ว เมื่อทราบผลตอบแทนจะคาดหวังว่าเมื่อกระทำพฤติกรรมนั้นซ้ำอีกก็จะได้รับผลตอบแทนเช่นเดียวกัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ว่าสามารถควบคุมได้ แต่เมื่อบุคคลกระทำพฤติกรรมเช่นนั้นอีกแต่ไม่ได้รับผลตอบแทนเช่นเดียวกัน แต่ได้รับผลตอบแทนที่ต่างออกไปหรือไม่ได้รับอะไรตอบแทนเมื่อกระทำพฤติกรรมเช่นนั้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ว่าตนเองไม่สามารถควบคุมได้จึงเกิดความท้อแท้และหมดหวัง

จึงสรุปได้ว่า ความเชื่ออำนาจในตน หมายถึงการที่บุคคลรับรู้ว่าการกระทำต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเป็นผลมาจากการกระทำของตนเองที่ตนสามารถควบคุมได้ซึ่งมีลักษณะตรงข้ามกับความเชื่ออำนาจนอกตน หมายถึงการที่บุคคลรับรู้ว่าการกระทำต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเป็นผลมาจากอำนาจภายนอก โชคชะตา เคราะห์กรรม ความบังเอิญและอำนาจของผู้อื่น ซึ่งตนไม่สามารถควบคุมได้ ความเชื่อที่แตกต่างกันเป็นผลให้บุคคล 2 ประเภทนี้มีลักษณะการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกัน

(2) ความสำคัญของความเชื่ออำนาจในตน

ความเชื่ออำนาจในตน เป็นภาวะจิตพื้นฐานที่ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมการเผชิญปัญหา (Lazarus and Folkman 1984: 75) ในสถานการณ์ที่เป็นปัญหา บุคคลที่เชื่อในอำนาจตนเองจะสามารถประเมินตนเองว่าสามารถแก้ไขเปลี่ยนแปลงสถานการณ์บางอย่างได้ และจะพยายามค้นหาข้อมูล พิจารณาไตร่ตรองทางเลือก เหตุและผลของการกระทำและตัดสินใจเลือกที่จะแสดงพฤติกรรมเพื่อให้สามารถฝ่าฟันต่ออุปสรรคที่มาขัดขวางจนเป็นผลสำเร็จและเหมาะสมกับเหตุการณ์ (Hollander 1981: 123 ดวงเดือน แซ่ตั้ง 2532: 2 อ้างอิงมาจาก Fishbein 1976) ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่เชื่ออำนาจนอกตนและประเมินตนเองว่าไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขสถานการณ์ได้ เพราะมีความเชื่อว่าผลของการกระทำต่าง ๆ จะเกิดขึ้นได้ไม่ใช่เพราะตนเองเป็นเพราะโชคกลางเคราะห์กรรม อำนาจของผู้อื่น บุคคลประเภทนี้จะไม่กระตือรือร้นที่จะคิดแก้ปัญหาโดยจะแสดงพฤติกรรมวางเฉยนิ่งดูเฉย จะเป็นผู้ที่มีความท้อแท้สิ้นหวัง เป็นอุปสรรคสำคัญในการแก้ไขปัญหา (Williams. 1973: 51 – 65) ดังผลการศึกษาของ ฟอล์คแมน และลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980: 80) ที่พบว่า การประเมินสถานการณ์ของบุคคลมีผลต่อการเผชิญปัญหา คือ สถานการณ์ใดที่บุคคลประเมินว่าตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้บุคคลจะเลือกใช้ลักษณะการเผชิญปัญหาในรูปแบบมุ่งลดอารมณ์มากกว่าสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขบางอย่างได้และในสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าต้องค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อจัดสภาพปัญหา บุคคลจะเลือกใช้ลักษณะการเผชิญในรูปแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้

บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจในตน เมื่อประสบเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์กายทุกข์ใจ จะพยายามค้นหาข้อเท็จจริงและเลือกใช้หรือปรับเปลี่ยนลักษณะการเผชิญปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัว (ภิญญา หนูภักดี 2533: 32 อ้างอิงมาจาก Murray and Huelskooter 1983) ซึ่งผลการวิจัยของ ภิญญา หนูภักดี (2532: บทคัดย่อ) พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจในตน โดยความเชื่ออำนาจในตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเผชิญปัญหารูปแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ จึงกล่าวได้ว่าความเชื่ออำนาจในตนมีความสัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหา

3.2.3 ทักษะในการแก้ปัญหา

ทักษะในการแก้ปัญหาของนักเรียนเป็นการนำแหล่งประโยชน์ในเรื่องทักษะในการแก้ปัญหามาจากทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัส มาศึกษาวิจัยร่วมกับแนวคิดของรูปแบบทฤษฎี ปฏิสัมพันธ์ที่ว่าจิตลักษณะเดิมและจิตลักษณะตามสถานการณ์มีผลต่อพฤติกรรม

ของบุคคล ในชีวิตของมนุษย์ทุกคนต้องประสบกับสถานการณ์ต่างๆ ทั้งดีและไม่ดีอยู่เสมอ การประสบกับสถานการณ์ที่ดีย่อมไม่ก่อให้เกิดปัญหาในชีวิต แต่การประสบกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ไม่สมหวังย่อมทำให้เกิดความยุ่งยากลำบาก และอาจส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตได้ บุคคลบางคนต้องประสบกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ไม่สมหวังในชีวิตเกือบตลอดเวลาแต่สามารถแก้ไขหรือผ่อนหนักเป็นเบาได้ ในขณะที่บางคนแม้ประสบปัญหาชีวิตเพียงเล็กน้อยแต่ก็ไม่สามารถแก้ไข ปัญหาได้ ผู้ที่มีความสามารถในการแสวงหาแนวทางการแก้ไขปัญหา วิเคราะห์และแยกแยะปัญหา หรือคิดหาทางเลือกหลายๆแนวทางในการแก้ไขปัญหา สิ่งต่างๆเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหา และดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ

ทักษะการแก้ปัญหา เป็น ความสามารถทางสติปัญญา หรือความคิด จินตนาการที่นำมาใช้ในการแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว (มานิช ถาอ้าย 2541: 20) เป็นกระบวนการคิด ทำความเข้าใจ แล้วดำเนินการหรือลงมือแก้ปัญหาตามขั้นตอน ซึ่งเป็นวิธีการจัดการกับปัญหาอย่างเป็นระบบ

1) วิธีการแก้ปัญหา

การแก้ปัญหาค้าง ๆ มีหลายรูปแบบ และหลากหลายวิธีการที่แตกต่างกัน ออกไป (มานิช ถาอ้าย 2541: 29) เช่น

(1) การแก้ปัญหาโดยใช้พฤติกรรมแบบเดียว การแก้ปัญหานี้มัก ใช้ในสัตว์ชั้นต่ำอาจเกิดขึ้นได้บ้างในเด็กเล็ก

(2) การแก้ปัญหาแบบลองผิดลองถูกเป็นวิธีที่ทั้งคนและสัตว์ใช้แก้ปัญหา

(3) การแก้ปัญหาโดยการเปลี่ยนแปลงทางความคิด เป็นพฤติกรรม ภายในซึ่งสังเกตได้ยาก โดยทั่วไปนิยมใช้กันมาก คือการหยั่งเห็น ซึ่งขึ้นอยู่กับ การรับรู้และ ประสบการณ์เดิม

(4) วิธีการแก้ปัญหาโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ถือว่าเป็นระดับที่สูงสุด ได้ผลดีที่สุด

2) ขั้นตอนการแก้ปัญหา องค์การอนามัยโลกได้เสนอขั้นตอนของการ แก้ปัญหาไว้ดังนี้ (WHO 1994: 3 อ้างในอัญชลี คำรงค์ไชย 2543: 47)

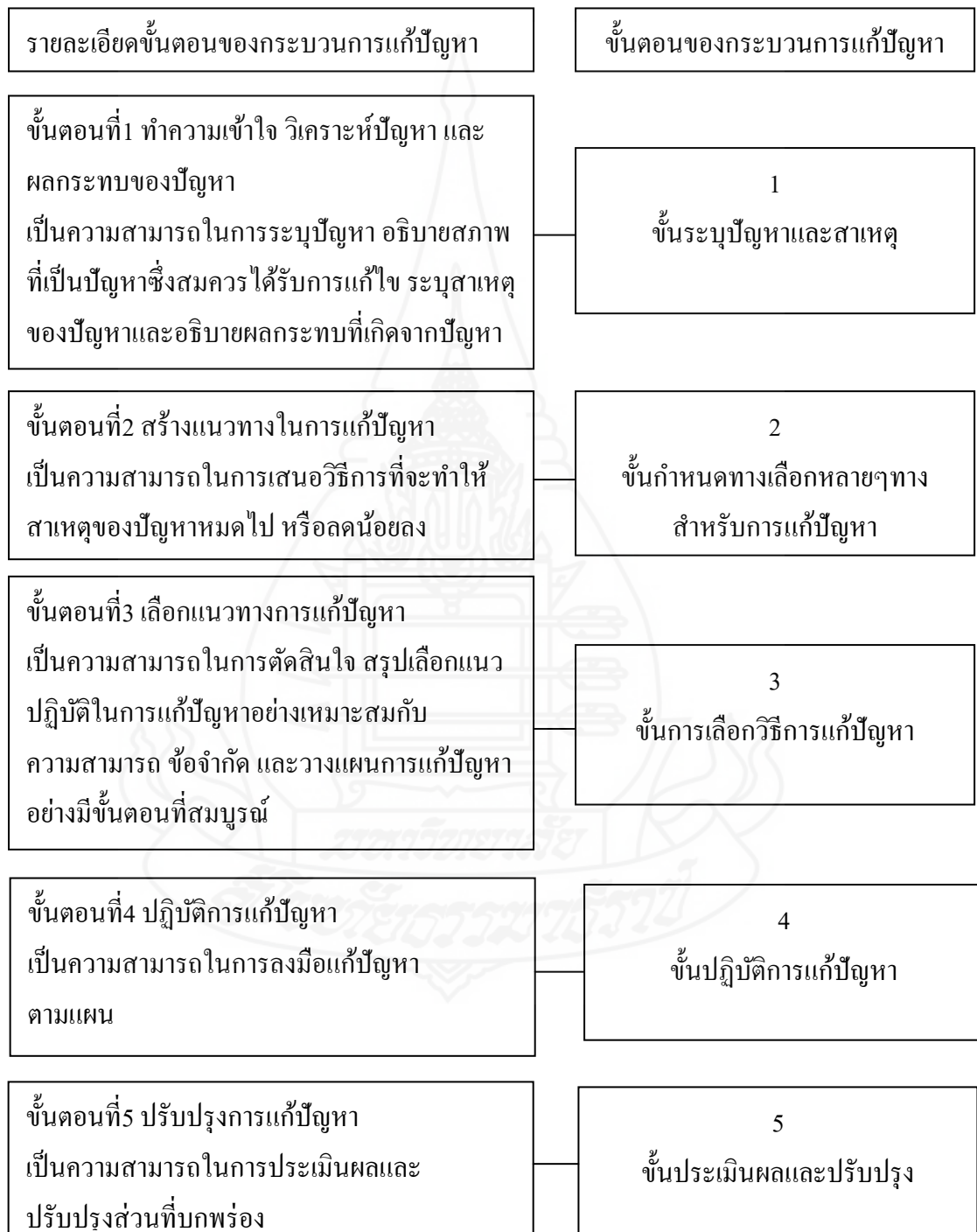
(1) การระบุปัญหา พิจารณาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา ปัญหาหนึ่ง อาจมีมาจากหลาย ๆ สาเหตุได้

(2) การคิดหาวิธีการแก้ปัญหา เมื่อทราบสาเหตุของปัญหาแล้วต้อง พิจารณามีทางแก้ไขปัญหายังไงบ้าง โดยคิดหาทางแก้หลาย ๆ ทาง

(3) ชั่งน้ำหนักข้อดี และข้อเสียของแต่ละวิธี

(4) การตัดสินใจเลือกแนวทางแก้ไขปัญหา เลือกแนวทางที่เห็นว่าดีที่สุด และสามารถนำไปปฏิบัติได้โดยไม่ก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีก

นอกจากนี้มานิช ถาอ้าย (มานิช ถาอ้าย 2541: 26) ได้ศึกษาและอธิบายถึงขั้นตอนของกระบวนการแก้ไขปัญหา ประกอบด้วย



ภาพที่ 2.2 ขั้นตอนของกระบวนการแก้ไขปัญหา

นอกจากขั้นตอนการแก้ไขปัญหาดังกล่าวข้างต้นแล้วยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ที่ช่วยในการแก้ไขปัญห (มานิช ถาอ้าย 2541: 22) ประกอบด้วย ระดับสติปัญญาอารมณ์ และแรงจูงใจองค์ประกอบทางสภาพแวดล้อม เช่น การอบรมสั่งสอน การเลี้ยงดู โอกาส ประสบการณ์การเรียนรู้รวมทั้ง สังคม และสื่อมวลชนนอกจากนี้ สาโรช บัวศรี (สาโรช บัวศรี อ้างในสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ 2540: 201-202) ได้ศึกษาแนวทางการแก้ปัญหา และหลักอริยสัจ 4 มาเปรียบเทียบไว้ ดังนี้

โครงสร้างหรือขั้นตอนในอริยสัจสี่	โครงสร้างหรือขั้นตอนในการแก้ปัญหา
1. ทุกข์ (ความทุกข์) ชีวิตคนเราเต็มไปด้วยความทุกข์	1. สถานการณ์ที่เป็นปัญหา ชีวิตคนเต็มไปด้วยความทุกข์ และปัญหา
2. สมุทัย (สาเหตุ) สาเหตุแห่งความทุกข์ คือ ความลุ่มหลง ความโลภ และความอยาก	2. การตั้งสมมติฐาน จากประสบการณ์ในอดีต ความรู้และแหล่งข้อมูลข่าวสารทั้งเก่าและใหม่ ต้องตั้งสมมติฐานต่างๆเพื่อนำไปแก้ปัญหา
3. นิโรจ (การดับ) การดับทุกข์ในที่นี้หมายความว่า เพื่อให้บรรลุการดับทุกข์ ต้องมีการปฏิบัติหรือกระทำจริงตามแผนที่วางไว้	3. การทดลอง นำสมมติฐานทั้งหมดไปปฏิบัติจริง
4. มรรค (หนทาง) การปฏิบัติจริงและทดลองจริง จะได้ข้อสรุปว่าความทุกข์บรรลุได้โดยหนทางใด	4. การวิเคราะห์และการสรุป จากการปฏิบัติทำให้ได้รู้แจ้งแห่งข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้เพื่อการสรุปผลนำไปสู่หนทางหลุดพ้นจากปัญหา

ภาพที่ 2.3 แนวทางการแก้ปัญหาและหลักอริยสัจ 4

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาทักษะที่นักเรียนนำมาใช้ในการแก้ปัญหาโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งประกอบด้วย การระบุปัญหาและสาเหตุ การกำหนดทางเลือกหลาย ๆ ทางสำหรับแก้ปัญหา เลือกรูปแบบการแก้ปัญหา ปฏิบัติการแก้ปัญหา การประเมินผล และการปรับปรุง

3.2.4 ทักษะด้านสังคม

จากทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัส ที่ว่าทักษะทางด้านสังคมเป็นการแสดงความสามารถของบุคคลในการติดต่อสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น ผู้ที่มีทักษะทางด้านนี้ดีจะช่วยเอื้ออำนวยให้บุคคลจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้ดี จากแนวคิดดังกล่าวร่วมกับแนวคิดของรูปแบบ

ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ที่ว่าจิตลักษณะเดิมและสถานการณ์มีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล ทักษะทางสังคม จึงเป็นแหล่งประโยชน์อย่างหนึ่งที่ช่วยในการเผชิญปัญหาของนักเรียน สำหรับตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ มี 2 ตัวแปร คือทักษะทางด้านสังคมของนักเรียน และ สัมพันธภาพในครอบครัว ของนักเรียน

1) *ทักษะทางด้านสังคม ทักษะทางสังคม หรือทักษะชีวิต (Social Skills or Life Skills)* ความสามารถในการใช้ทักษะทางสังคมหรือทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำ กระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันการเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงานและการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของ สังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง และผู้อื่น

(1) ความหมาย

ชินเก และกิลคริสต์ (Schinke and Gilehrst 1984, quoted in Bloom 1996: 69) กล่าวถึง ทักษะทางสังคมหรือทักษะชีวิต (Social of Life Skills) ว่าเป็น ความสามารถที่บุคคลจะหาทางจัดและหลีกเลี่ยงอุปสรรคหรือความขัดแย้ง ความท้าทายที่เกิดขึ้น ในชีวิต หรือการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

จาโรลิเมก (Jarolimiek 1977: 7) กล่าวว่า ทักษะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันและการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น เคารพสิทธิของผู้อื่น เรียนรู้การควบคุมตนเอง ตัดสินใจด้วยตนเอง ร่วมแสดงความเห็นและประสบการณ์กับผู้อื่นได้

จอห์นสัน (Johnson 1980 อ้างถึงใน หรรษา แก้วพูลปกรณ 2541: 20) กล่าวว่า ทักษะทางสังคม หมายถึง ความสามารถในการสื่อสาร ทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน การรู้จักทำงานร่วมกันและยอมรับนับถือกัน เป็นรากฐานของการสร้างบุคลิกภาพให้เกิดความ มุ่งมั่นในการปรับตัวได้ทุกโอกาสและมีความสำเร็จสูงทั้งในปัจจุบันและอนาคต

แฮจิก และแมคคาตัน (Hargic and McCartan 1986 อ้างถึงใน วนิดา เตียวพานิช 2537: 32) กล่าวว่า ทักษะทางสังคม หมายถึง ทักษะที่ใช้เมื่อบุคคลมีการกระทำ ระหว่างกัน ในระดับของการมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

องค์การอนามัยโลก (WHO 1997: 2) ได้ให้ความหมาย ทักษะชีวิตว่า คือความสามารถในการปรับตัวและการมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความ ต้องการกับสิ่งที่ท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง

ประเสริฐ ดันสกุล และคณะ (2538: 4) ให้ความหมาย ทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถและความชำนาญในการประเมินวิเคราะห์สถานการณ์เพื่อการตัดสินใจเลือกทางแก้ไขปัญหาทางพฤติกรรมและสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ถูกต้อง

ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2539: 1) ได้ให้ความหมาย ทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถอันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและการเตรียมพร้อมสำหรับการปฏิบัติตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัวและสุขภาพ อิทธิพลของสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรม และปัญหาทางสังคม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2540: 16) กล่าวว่า ทักษะทางสังคม คือความสามารถของบุคคลในการที่จะปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกรักของตนเองตามสิทธิและความพึงพอใจ ตลอดจนทำให้ความต้องการแห่งตนสามารถบรรลุได้โดยไม่ละเมิดสิทธิและความพึงพอใจของบุคคลอื่น

โดยสรุป ทักษะทางสังคมหรือทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการสื่อสารกับบุคคลอื่น ๆ โดยสามารถแสดงออกถึงความต้องการของตนเอง ควบคุมพฤติกรรมตนเองรวมทั้งสามารถประเมิน วิเคราะห์สถานการณ์และหาทางเลือกที่จะจัดการกับปัญหา และสิ่งท้าทายที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างเหมาะสม

(2) ความสำคัญของทักษะทางสังคม

ทักษะทางสังคมเป็นทักษะพื้นฐานที่ทำให้มนุษย์แต่ละคน ซึ่งเป็นหน่วยหนึ่งของสังคม มีความสามารถในการจัดปัญหาและดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข มีผู้ให้ความสำคัญของทักษะทางสังคมไว้ดังนี้

เทียมจันทร์ พิมพ์วงศ์ (2541: 21) กล่าวว่า ทักษะทางสังคมเป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญต่อมนุษย์ เพราะมนุษย์ไม่สามารถอยู่ตามลำพังได้ ต้องมีเพื่อน มีกลุ่มสังคมที่จะดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันตั้งแต่สังคม ครอบครัวขยายออกไปจนเป็นสังคมใหญ่ ทุกสังคมต้องมีการติดต่อสัมพันธ์กันจึงมีความจำเป็นต้องอาศัยทักษะทางสังคมทั้งสิ้น ทักษะทางสังคมมีความสำคัญดังนี้

(1) ความสำคัญด้านส่วนบุคคล ช่วยให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ยิ่งสภาพสังคมเปลี่ยนแปลงมาก ทักษะทางสังคมยิ่งมีความจำเป็นมากเท่านั้น บุคคลต้องสามารถปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น สื่อความหมายทำงานร่วมกัน แก้ปัญหาของตนเองและสังคมได้ สามารถปรับตัวได้ทุกสภาพแวดล้อม สิ่งเหล่านี้เป็นทักษะที่ช่วยให้มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

(2) ความสำคัญทางด้านสังคม สังคมใดมีสมาชิกที่เป็นผู้มีทักษะทางสังคมดี รู้จักเสียสละ ประโยชน์ส่วนตน เพื่อประโยชน์ส่วนรวม มีความคิดสร้างสรรค์ มีความเจริญมั่นคง แต่ถ้าสังคมใดมีในลักษณะตรงกันข้าม สมาชิกจะขาดทักษะทางสังคม ไม่สงบสุขและมีความเสื่อม

นอกจากนี้ทักษะสังคมหรือทักษะชีวิต ยังมีความสำคัญในการส่งเสริมและป้องกันให้แก่บุคคลเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และสามารถนำไปใช้ในโปรแกรมการศึกษาได้อย่างกว้างขวางและมีประสิทธิภาพ เช่น โปรแกรมป้องกันการติดสารเสพติด การป้องกันการตั้งครรภ์ของวัยรุ่น การส่งเสริมให้เกิดความคิด โปรแกรมการสอนทักษะชีวิตได้พัฒนาเพื่อนำไปใช้ในการป้องกันโรคเอดส์ การศึกษาเพื่อสันติภาพ การลดความรุนแรง การจัดส่งเสริมความเชื่อมั่นและการรู้สึกภาคภูมิใจต่อตนเอง (WHO 1994: 3-4 อ้างถึงใน ฌฐพงษ์ พุดหาล้า 2541: 23) ได้แสดงแนวคิดเกี่ยวกับบทบาทของทักษะสังคมหรือทักษะชีวิตในการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโดยทักษะสังคมสามารถประยุกต์ใช้ในการวิเคราะห์อิทธิพลจากสื่อต่าง ๆ อิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน ใช้ในการประเมินความเสี่ยง รวมทั้งการใช้เครือข่ายทางสังคมให้เกิดประโยชน์

จะเห็นได้ว่า ทักษะสังคมหรือทักษะชีวิตมีความสำคัญและจำเป็นในชีวิตประจำวันเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นการส่งเสริมและพัฒนาให้วัยรุ่นมีทักษะทางสังคม จะสามารถทำให้เกิดการแสวงหาความรู้ รับรู้การสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี รู้จักการจัดการกับปัญหา สามารถแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม สามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองและสามารถใช้แรงสนับสนุนทางสังคมให้เกิดประโยชน์ ทักษะสังคมเหล่านี้จะทำให้วัยรุ่นเกิดความเชื่อมั่นในตัวเอง และ เกิดความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตัวเอง

(3) องค์ประกอบของทักษะทางสังคม

มีผู้กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะทางสังคมไว้ต่าง ๆ กันดังนี้ องค์การอนามัยโลก (WHO 1994: 1-3, อ้างถึงใน ฌฐพงษ์ พุดหาล้า 2541: 37-39) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 องค์ประกอบ

1) การตัดสินใจ (Decision making) หมายถึง สิ่งที่น่าไปสู่การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิต ซึ่งถ้าบุคคลมีการตัดสินใจภายใต้เหตุผลอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางด้านสุขภาพ โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจ เลือกทางเลือกที่ถูกต้องเหมาะสม มีผลต่อสุขภาพอนามัยของบุคคลนั้น ๆ

2) การแก้ปัญหา (Problem Solving) หมายถึง เมื่อบุคคลมีปัญหาเกิดขึ้นไม่ได้สามารถทำการแก้ไขได้ ทำให้เกิดความตึงเครียดต่อร่างกายและทางจิตใจ การมีทักษะการแก้ปัญหจะสามารถช่วยให้บุคคลแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตเขาได้

3) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นส่วนที่สนับสนุนเพื่อการตัดสินใจและแก้ปัญหาจากการค้นหาทางเลือกต่าง ๆ และผลที่เกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก โดยการนำเอาประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม แม้ว่าบางอย่างจะยังไม่มี การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาก็ตาม ความคิดสร้างสรรค์ยังช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้

4) ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลข่าวสาร และประเมินปัจจัยต่าง ๆ จากปัญหาและสถานการณ์ที่อยู่แวดล้อมตัวเรา และปัจจัยแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรม เช่น ความเชื่อ ค่านิยม แรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน และอิทธิพลจากสื่อต่าง ๆ ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล

5) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตัวเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสมต่อขนบธรรมเนียม ประเพณี และสถานการณ์ต่าง ๆ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็น ความต้องการ การขอร้อง การตักเตือน การช่วยเหลือและการปฏิเสธ

6) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ (Interpersonal relationship skills) เป็นความสามารถของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันได้อย่างเหมาะสม สามารถที่จะรักษาหรือดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์ที่ดี นำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุขและรวมถึงแรงสนับสนุนทางสังคมที่ได้จากการรักษาสัมพันธภาพที่ดีของบุคคลในครอบครัว

7) ความตระหนักในตนเอง (Self-awareness) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการเข้าใจจุดดีและจุดด้อยของตนเอง อะไรที่ตนเองต้องการและไม่ต้องการ การเข้าใจในความแตกต่างของบุคคล ไม่ว่าจะเป็นในแง่ของความสามารถ เพศ วัยและระดับการศึกษา หรืออาชีพ เป็นต้น นอกจากนี้ยังส่งผลต่อการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอีกด้วย

8) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการเข้าใจถึงความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ถึงแม้จะไม่คุ้นเคยก็จะช่วยให้เราเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างของบุคคลอื่น ไม่ว่าในแง่ความสามารถ เพศ วัย ระดับ

การศึกษา และอาชีพ เป็นต้น โดยเฉพาะบุคคลที่ต้องการได้รับความช่วยเหลือและการดูแลเป็นพิเศษจากสังคม เช่น ผู้ป่วยเอดส์ ผู้ป่วยที่มีความบกพร่องทางจิต

9) การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น อีกทั้งรู้วิธีการจัดการกับอารมณ์ ซึ่งจะทำให้สามารถตอบสนองและแสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

10) การจัดการกับความเครียด (Coping with stress) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียดและแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องและเหมาะสม เพื่อการลดปัญหาต่าง ๆ ทางด้านสุขภาพ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (อึ้งในจุลพิร ดัดงาม 2554: 5-9) ได้กำหนดองค์ประกอบทักษะชีวิตที่สำคัญที่จะสร้างและพัฒนาเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้กับเด็กและเยาวชน ในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับอนาคตไว้ 4 องค์ประกอบ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง การรู้จักความถนัด ความสามารถ จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคล รู้จักตนเอง ยอมรับเห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่นมีเป้าหมายในชีวิตและมีความรับผิดชอบต่อสังคม

องค์ประกอบที่ 2 การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง การแยกแยะ ข้อมูลข่าวสารปัญหาและสถานการณ์รอบตัว วิพากษ์วิจารณ์และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ต้องรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์

องค์ประกอบที่ 3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง ความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ ของบุคคล รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเลียงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ไปในทางที่ดี

องค์ประกอบที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจ มุมมอง อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น ใช้ภาษาพูดและภาษากายเพื่อสื่อสาร ความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ความรู้สึกนึกคิดและความต้องการของผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ ใช้การสื่อสารที่สร้าง สัมพันธภาพที่ดีสร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2) สัมพันธภาพในครอบครัว

(1) ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัว

โสภพรณ เวียงเพิ่ม (2541: 9) ได้ให้ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้อย่างน่าสนใจไว้ว่า หมายถึง ลักษณะทางพฤติกรรมภายในครอบครัว โดยการแสดงออกด้านความสัมพันธ์ของบิดามารดา ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตร และการมีส่วนร่วมในครอบครัว

ทศดาว ลิ้มพะสุด (2543: 5) ได้ให้ความหมายไว้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัวหมายถึง ความสัมพันธ์ของบิดามารดาและบุตร อันประกอบด้วย การพักผ่อนหย่อนใจร่วมกันของครอบครัว การที่สมาชิกมีเวลาอยู่ร่วมกันในครอบครัว การติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว ความคล้ายคลึงกันในด้านความคิดเห็น การรับรู้ปัญหา และการแก้ไขปัญหา ร่วมกัน การใช้เหตุผลในครอบครัว การมีศรัทธาต่อศาสนาและความขัดแย้งในครอบครัว

สุพัชรีย์ หนูใหญ่ (2544: 3) ได้ให้ความหมายไว้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัวนั้นหมายถึง ความผูกพัน รักใคร่ ความสามัคคีในครอบครัว สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจและช่วยเหลือกัน ได้ทำกิจกรรมที่พึงพอใจร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารที่ดีระหว่างสมาชิก บิดามารดาเลี้ยงดูบุตรโดยให้อิสระทางความคิด และการแสดงออก ไม่คอยควบคุมหรือบังคับบุตรมากเกินไป เลี้ยงดูแบบมีเหตุมีผล มีความผาสุกในครอบครัว และมีความมั่นคงในชีวิต สมรส

อัญมณี สมด้วง (2544: 5) ได้ให้ความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้ว่า หมายถึง ความสัมพันธ์ที่ราบรื่นระหว่างบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นระหว่างพ่อแม่ลูกหรือผู้ปกครองก็ตามซึ่งอาจจะเป็นพ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ได้แก่ ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา ทั้งผู้ที่มีสถานภาพสมรสเป็นผู้สมรส หรืออาจจะเป็นโสดก็ได้ โดยความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวนั้นจะต้องเป็นสัมพันธที่ดี มีความเชื่อและไว้วางใจกัน รักใคร่ ผูกพันกัน มีเวลาให้แก่งานและกัน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน

จากความหมายของสัมพันธภาพในครอบครัวที่ได้กล่าวมาข้างต้น นั้นก็พอจะสรุปได้ว่า สัมพันธภาพในครอบครัวนั้น หมายถึง การที่สมาชิกในครอบครัวสามารถสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นระหว่างพ่อแม่ลูกหรือผู้ปกครอง ซึ่งอาจจะเป็นพ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ได้แก่ ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา ด้วยความรักใคร่ผูกพัน สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจและช่วยเหลือกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว มีความเชื่อและไว้วางใจกัน

(2) ลักษณะของสัมพันธภาพในครอบครัว

ได้มีผู้สรุปลักษณะของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้หลายคน ดังนี้
 กิตติพัฒน์ นนทปัทมะกุล (2530: 5) ได้กล่าวถึงลักษณะของ
 ครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดี สรุปได้ลักษณะ 6 ประการ คือ

1. การชื่นชมคุณค่าของคนในครอบครัว ความพึงพอใจ ชื่นชมและ
เห็นคุณค่าของและกันในครอบครัว ควรจะได้มีการแสดงออกมาอย่างชัดเจน
2. การมีเวลาอยู่ร่วมกัน การที่ทุกคนในครอบครัวได้ร่วมทำ
กิจกรรมหลายอย่างร่วมกันและเป็นกิจกรรมที่ทุกคนพอใจจะทำร่วมกัน
3. การมีพันธะต่อความสุขของสวัสดิภาพของครอบครัวร่วมกัน
สมาชิกในครอบครัวที่มีสัมพันธ์กันอย่างมีคุณภาพมักจะมีพันธะดังกล่าวนี้อยู่ในระดับสูง ห่วงใย
กันและกันอย่างแท้จริง
4. การติดต่อสื่อสารระหว่างกันเป็นอย่างดี ย่อมมีเวลาสำหรับการ
พูดคุยกันเสมอ โดยจะพูดคุยรับรู้เรื่องราวกันโดยตรงไปปกปิด ไม่เก็บไว้ในใจหรือไม่จำเป็นต้อง
รับรู้เรื่องราวของบุคคลอื่นในครอบครัว โดยอาศัยบุคคลที่ 3 หรือบุคคลนอกครอบครัวเป็นสื่อ
5. การมีศรัทธาต่อศาสนาอย่างแรงกล้าและอย่างเต็มไปด้วยความ
เลื่อมใส บุคคลครอบครัวมักจะมีกิจกรรมทางศาสนาด้วยกัน
6. การมีสมรรถนะจัดการกับวิกฤตการณ์ในครอบครัวได้อย่างดี
ทุกคนในครอบครัวจะร่วมกันต่อสู้กับปัญหาให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และร่วมกันคลี่คลายปัญหา
ให้ได้ในที่สุด

(3) ความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว

ความสัมพันธภาพในครอบครัวระหว่างพ่อแม่และลูก จำเป็นที่ต้อง
มีการเปลี่ยนแปลงให้เหมาะสมกับการเจริญเติบโตและความต้องการของเด็ก โดยเฉพาะในปี
แรก ๆ ของชีวิต ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกควรมีลักษณะของการป้องกันคุ้มครอง เพราะ
เด็กไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ต้องพึ่งพาอาศัยพ่อแม่ทุกอย่าง เมื่อเด็กมีวุฒิภาวะเพิ่มมากยิ่งขึ้น
เด็กก็จำเป็นที่จะต้องเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองได้ สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูกจึง
อยู่ในลักษณะที่พ่อแม่ต้องสั่งสอนลูกของตน และเมื่อเด็กสามารถพึ่งตนเองได้มีวุฒิภาวะที่ใกล้เคียง
กับพ่อแม่ เด็กก็ต้องการความเป็นเพื่อน ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่และลูกต้องเปลี่ยนไป
ตามลักษณะของการยอมรับความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความพึงพอใจและมีความรัก
ไว้วางใจในตัวลูก จึงทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกดำเนินไปด้วยดีเพราะพ่อแม่ได้ทำ
การสนองความต้องการของลูกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม (เสาวภา เบ็ญจพันธุ์ทวี 2540: 25)

นอกจากนี้ สัมพันธภาพภายในครอบครัวยังมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะครอบครัวที่มีความสุข คือ ครอบครัวที่มีความรักใคร่ ผูกพันกัน และมีความเข้าใจซึ่งกัน และกันซึ่งแสดงถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีภายในครอบครัว ในทางตรงกันข้ามถ้าครอบครัวที่มี วิกฤติการณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้นภายในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นปัญหาความขัดแย้ง ปัญหาการนอกใจของ คู่สมรส ปัญหาการหย่าร้าง ปัญหาความตึงเครียดหรือปัญหาอื่นใดก็ตามก็ย่อมจะส่งผลทำให้ ครอบครัวไม่มีความสุข ซึ่งสาเหตุเกิดจากสัมพันธภาพที่ไม่ดีภายในครอบครัวก่อนที่จะให้เกิด ความไม่เข้าใจต่อกัน และส่งผลทำให้ความรักกลายเป็นความริษยาได้ (โพธิพันธ์ พานิช 2544: 30-32) ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ฝน แสงสิงแก้ว (2543: 5) ที่ได้กล่าวถึงความสำคัญของ สัมพันธภาพในครอบครัวไว้ด้วยว่า ความผูกพันรักใคร่ในครอบครัวเป็นรากฐานของความสุขแห่ง ชีวิตเป็นรากฐานของความเป็นปึกแผ่นของสังคมของบ้านเมืองของประเทศชาติบ้านเมือง และของ โลกในที่สุด ชีวิตสังคมย่อมตั้งต้นมาจากครอบครัว ถ้าครอบครัวแตกแยกหรือครอบครัวขาดความ รักใคร่ต่อกัน ชีวิตในสังคมจะแตกแยกประดุจเงาตามตัว ครอบครัวที่เป็นสุขเป็นครอบครัวที่มี ความอบอุ่นในครอบครัวและมีความเข้าใจระหว่างสมาชิกในครอบครัวดี จะช่วยส่งเสริมสุขภาพ ทั้งร่างกายและจิตใจของบุคคลในครอบครัว แต่ถ้าครอบครัวไม่สงบสุข ขาดความรัก ความอบอุ่น ในครอบครัว จะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของบุคคลทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนหน้าที่การ งานต่าง ๆ ที่ตามมาจะแปรปรวนไปในทางที่ไม่ดีด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นสิ่งที่ สำคัญอีกประการหนึ่งที่จะช่วยให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นคนที่มีคุณภาพของสังคมและ ประเทศชาติได้ เพราะครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดี เด็กจะได้รับความรักความอบอุ่น มีความ มั่นคงทางจิตใจ มีวุฒิภาวะทางอารมณ์อันมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพและคุณภาพชีวิตของเด็ก ยังจะช่วยในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในครอบครัวได้เป็นอย่างดี แม้ปัญหานั้น ๆ จะหนักหนาสาหัส เพียงไร ส่วนครอบครัวที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ไม่ค่อยดีนั้น ปัญหาต่าง ๆ ในครอบครัวไม่ สามารถแก้ไขได้ แม้ว่าปัญหานั้น ๆ จะเป็นปัญหาเล็กน้อยก็ตามจะกลับกลายเป็นปัญหาที่รุนแรง ถึงขั้นทำให้ครอบครัวแตกสลายได้

3.2.5 การสนับสนุนทางสังคม

จากทฤษฎีการเผชิญความเครียดของลาซารัสเกี่ยวกับแหล่งประโยชน์ที่ เกี่ยวข้องในการเผชิญปัญหาของบุคคลที่ว่าการสนับสนุนทางสังคมเป็นแหล่งประโยชน์หนึ่งที่จะ ช่วยส่งผลให้บุคคลมีกำลังใจที่จะต่อสู้และจัดการกับปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับกับแนวคิดตามรูปแบบ ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ที่ว่าสาเหตุด้านสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวบุคคลมีอิทธิพลต่อการกระทำของบุคคล และแสดงพฤติกรรมเพื่อแสดงปฏิสัมพันธ์กับสิ่งที่อยู่รอบตัวนั้น บุคคลที่ได้รับการสนับสนุน หรือ

ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ๆ จะช่วยให้บุคคลสามารถที่จะจัดการกับปัญหาได้มากขึ้น สำหรับตัวแปรที่นำมาใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ การสนับสนุนทางสังคมของนักเรียน และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน

1) การสนับสนุนทางสังคม

บุคคลมีความต้องการพื้นฐานทางสังคม ได้แก่ ความต้องการความรัก การยอมรับยกย่อง การเห็นคุณค่า การเป็นเจ้าของ ความมีชื่อเสียง และความปลอดภัย (Thoits 1982: 146) ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคม คือ การที่ได้รับความใกล้ชิด การได้รับการช่วยเหลือ โดยได้รับสิ่งของ แรงงาน คำแนะนำ ข้อมูลข่าวสาร การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการมีส่วนร่วมทางสังคมจากบุคคลอื่น (Berrara 1982: 70) รวมถึงการที่บุคคลรับรู้ว่ามีคนที่สามารถพึ่งพาได้ แสดงความเอื้ออาทร เห็นคุณค่าและให้ความรัก (Sarason ; & others 1990: 127)

การสนับสนุนทางสังคม เกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่และความสัมพันธ์ของมนุษย์ในสังคม มีลักษณะเป็นเครือข่ายที่ต้องการการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีการช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกต่าง ๆ ซึ่งกันและกันเพื่อให้บรรลุความต้องการของตนในด้านสรีระวิทยา และเกิดความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจ รู้สึกว่าตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลในสังคม ซึ่งจะทำให้มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขและมีความหมาย นอกจากนี้การสนับสนุนทางสังคมยังช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญกับความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยช่วยให้ความเหนื่อยหน่ายและความเครียดจากการทำงานลดลงได้ในลักษณะของการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือระบายปัญหาความคับข้องใจ และช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจปัญหาหรือความกดดันที่กำลังเผชิญอยู่และพัฒนากลไกการต่อสู้ได้ดีขึ้น (ยศวรณ นิพัฒน์ศิริผล 2541: 38 อ้างอิงจาก Norbeck 1985: 225-227) และการสนับสนุนทางสังคม ยังเป็นการที่บุคคลมีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม ได้รับการสนองตอบต่อความต้องการด้านความรัก ความเอาใจใส่ ความเห็นอกเห็นใจ การได้รับคำแนะนำ การยอมรับยกย่องและการมองเห็นคุณค่า เป็นส่วนหนึ่งของสังคม และการช่วยเหลือต่าง ๆ เช่น ข่าวสารข้อมูล สิ่งของและอื่น ๆ ในสถานการณ์หนึ่ง ๆ ที่เพียงพอที่จะบรรเทา หรือลดความรุนแรงของปัญหา ลดความเครียดและป้องกันมิให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ที่ไม่พึงปรารถนา (พจน์ จิรบุลกิจ 2541: 28)

ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคม จึงหมายถึง การที่บุคคลมีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ ในสังคม โดยรู้สึกหรือรับรู้ว่ามีแหล่งหรือบุคคลที่จะให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ เมื่อตนเองต้องการหรือเมื่อพบปัญหาเพื่อแก้ปัญหาหรือบรรเทาความรุนแรงของปัญหา ลดความเครียดหรือผลกระทบต่าง ๆ

การสนับสนุนทางสังคมแบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

(1) การสนับสนุนทางอารมณ์ (Emotion support) หมายถึง การได้รับความสนิทสนม คั่นเคย หรือการยืนยันความมั่นใจ (นริศว์ ปรารมภ์ 2539: 38) ได้แก่ การได้รับความรัก ความเห็นอกเห็นใจ การดูแลเอาใจใส่ ความเข้าใจ การได้รับการยอมรับ การเห็นคุณค่าจากบุคคลอื่นเป็นที่รักและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Thoits 1982: 147 - 148)

(2) การสนับสนุนที่ชัดเจน (Tangible support) หมายถึง การได้รับการช่วยเหลือ หรือได้รับการบริการโดยตรงตามความต้องการ (นริศว์ ปรารมภ์ 2539: 38 อ้างอิงจาก Schaefer ; & others 1891: 381 – 406) ได้แก่ การได้รับการช่วยเหลือด้านวัสดุ อุปกรณ์ สิ่งของ เงินทอง หรือบริการ ที่จะทำให้นุคคลที่ได้รับการสนับสนุนนั้นสามารถดำรงชีวิตได้ปกติ

(3) การสนับสนุนด้านข้อมูล (Information support) หมายถึง การให้ข้อมูลข่าวสาร ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคล รวมทั้งคำแนะนำและแนวทางการแก้ปัญหาต่าง ๆ

การสนับสนุนทางสังคมเป็นได้ทั้งสิ่งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม โดยความช่วยเหลือที่เป็นรูปธรรม เช่น ความช่วยเหลือที่เป็นสิ่งของ ทุนทรัพย์ และความช่วยเหลือที่เป็นนามธรรม เช่น การยอมรับ ความเข้าใจ (วิลาวัณย์ ภูมั่ง 2539: 23 อ้างอิงจาก Dean ; & Lin 1977) การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลในหน่วยงาน และจากสมาชิกในครอบครัวจะส่งผลกระทบต่อจิตใจของบุคคล และส่งผลต่อเนื่องถึงพฤติกรรมของบุคคลโดยตรง (ณัฐสุดา สุจินันท์กุล 2541)

ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจึงมีความสำคัญที่จะทำให้นุคคลอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมเกี่ยวข้องกับการแสดงพฤติกรรมของบุคคล โดยการได้รับการสนับสนุนจากสังคมของบุคคลจะเป็นส่วนช่วยผลักดันให้นุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และประสบความสำเร็จ ในทางตรงกันข้ามถ้าหากบุคคลไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมบุคคลก็อาจแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกมา

จากการศึกษาความหมายและองค์ประกอบ และความสำคัญของการสนับสนุนทางสังคมข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม โดยรู้สึกหรือรับรู้ว่ามีแหล่งหรือบุคคลที่จะให้ความช่วยเหลือในด้านข้อมูล ข่าวสาร วัตถุสิ่งของที่สามารถจับต้องได้ การได้รับการบริการตามที่ต้องการ รวมถึงการได้รับการเอาใจใส่ ได้รับความรัก และได้รับกำลังใจจากบุคคลรอบตัวอื่นๆที่นอกเหนือจากพ่อ แม่ และพี่น้องในครอบครัว คือ ญาติ ครู เพื่อนบ้าน และคนที่รู้จัก

2) การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน

ครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่สอนให้เด็กรู้จักความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยการถ่ายทอดความเชื่อ ค่านิยม เจตคติ และลักษณะนิสัยให้กับเด็ก โดยวิธีการอบรมเลี้ยงดูซึ่งเป็นกระบวนการที่ส่งผลต่อลักษณะจิตใจและแบบแผนพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นและยังมีผลต่อการกระทำในอนาคตอีกด้วยจึงกล่าวได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูมีอิทธิพลในการอธิบายลักษณะจิตใจและพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี การอบรมเลี้ยงดูเป็นความสัมพันธ์ทางอารมณ์ระหว่างพ่อแม่ หรือผู้ใกล้ชิดกับเด็ก โดยแสดงออกในลักษณะคำพูด ท่าทางการกระทำในรูปแบบของการเสริมแรง การลงโทษ การเป็นตัวแทน ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูคือการที่พ่อแม่ หรือผู้ใกล้ชิดแสดงท่าทาง ทางคำพูด การกระทำ ความรู้สึก และอารมณ์ต่อเด็กซึ่ง การถ่ายทอดความรู้สึก การรับรู้ และพฤติกรรมต่าง ๆ นั้นพ่อแม่ หรือผู้ใกล้ชิดจะมีการถ่ายทอดที่มีลักษณะเฉพาะก่อให้เกิดเป็นรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู (นริศว์ ปารมภ์ 2539: 30 - 31)

การอบรมเลี้ยงดูแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างพ่อแม่ กับบุตร ซึ่งหมายรวมถึง การแสดงออก ความสนใจ ควบคุมไปกับการฝึกพฤติกรรมต่าง ๆ การอบรมเลี้ยงดูเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องทุกขณะที่เด็กใช้ชีวิตอยู่กับพ่อแม่ ส่งผลต่อพฤติกรรมในปัจจุบันและสะสมต่อไปเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกในอนาคต (ทัศนาก ทอภักดี 2539: 6) โดยพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดูสามารถให้รางวัลหรือลงโทษในการกระทำต่าง ๆ ของเด็กได้ (สุภารัตน์ แซ่ตั้ง 2547: 5) เพื่อส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการทั้งทางด้านอารมณ์ สังคม และสติปัญญา ตามวัยอันเหมาะสม (รติชน พริยสค์ 2543: 60) การอบรมเลี้ยงดูจึงเป็นพฤติกรรมที่พ่อแม่ หรือผู้ใกล้ชิดปฏิบัติต่อเด็กซึ่งแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักสนับสนุน แบบให้เหตุผล ซึ่งแต่ละแบบจะมีอิทธิพลต่อแบบแผนพฤติกรรมของเด็กโดยเฉพาะกับกลุ่มเด็กวัยรุ่น (คุชฎี โยเหลา 2535: 45)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่พ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดูเด็กปฏิบัติต่อเด็กในลักษณะต่าง ๆ โดยการปฏิบัติต่อเด็กนั้นมีอิทธิพลกับการแสดงพฤติกรรมของเด็ก โดยในการศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาได้ทำการศึกษาการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน ซึ่งเป็นลักษณะการเลี้ยงดูที่พ่อแม่ มีปฏิบัติต่อบุตรโดยแสดงความรักใคร่เอาใจใส่สนใจสุขทุกข์ของบุตร มีความใกล้ชิดกับบุตร โดยได้กระทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับบุตร ส่งผลให้เด็กมีพฤติกรรมตามที่สังคมพึงปรารถนา นอกจากนี้ยังเกี่ยวข้องกับการสนับสนุนช่วยเหลือสนับสนุนเด็ก การให้ความสำคัญกับเด็กทำให้เด็กได้ในสิ่งที่ต้องการจนเกิดความรัก ไว้วางใจพ่อแม่ หรือผู้ใกล้ชิด เมื่อโตขึ้นจะแผ่ขยายความรู้สึกรักใคร่ไว้วางใจให้ผู้อื่น และสภาพแวดล้อมแปลกใหม่ ทำให้เด็กสามารถปรับตัวได้ดีในระยะต่อมา และเกี่ยวข้องกับการมีสุขภาพจิตดี (ดวงเดือน พันธุมนาวิน 2528: 5) ดังนั้น

การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน จึงหมายถึง การปฏิบัติของพ่อ แม่ ต่อบุตร โดยให้ความ
ใกล้ชิดสนิทสนม ด้วยความรัก ช่วยเหลือสนับสนุน และยอมรับในตัวบุตร

จากการที่ พ่อ แม่ หรือผู้ใกล้ชิด ใช้วิธีการอบรมเลี้ยงดูในลักษณะให้ความรัก
ความเอาใจใส่ ให้ความอบอุ่น และความเข้าใจในตัวเด็ก ทำให้เด็กที่เป็นสมาชิกของครอบครัวนั้น
มีความเชื่อมั่นในตนเองกล้าคิด กล้าแสดงออก มีเหตุผล มีความสามารถในการตัดสินใจพิจารณา
ข้อดี ข้อเสียก่อนลงมือกระทำหรือตัดสินใจ (Moos & Moos 1986: 1) เมื่อเกิดสภาพปัญหาที่จะมี
เหตุผลเสมอในการฝ่าฟันปัญหา และอุปสรรคที่เกิดขึ้น การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักสร้าง
บรรยากาศในการยอมรับ บุตรธิดา เป็นองค์ประกอบสำคัญ ยังช่วยให้เกิดความไว้วางใจตนเอง
และผู้อื่นมีความเป็นตัวของตัวเอง รู้จักรักและเอื้ออาทรคนอื่น ซึ่งเป็นลักษณะบุคลิกภาพที่จะ
ส่งผลให้เด็กเรียนรู้ที่จะใช้ลักษณะการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม (อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา
สุขารมณ 2532: 17)

3.2.6 ทฤษฎีทางจิตวิทยา

จากแนวคิดทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัสและฟอล์คแมนเกี่ยวกับ
ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของบุคคล แหล่งประโยชน์ในเรื่องทฤษฎีทางจิต
วิทยาคือปัจจัยหนึ่งที่คาดว่าจะมีผลดังกล่าว บุคคลที่มีทรัพยากรเงินทองหรือสิ่งของต่าง ๆ
มากกว่าย่อมมีทางเลือกมากกว่าบุคคลที่มีน้อยกว่า และอาจทำให้มีการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันไป
ด้วย

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหา

จากการทบทวนวรรณกรรม การศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาของนักเรียน
วัยรุ่นและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาของนักเรียนวัยรุ่นซึ่งมีนักวิจัยหลายท่านศึกษาไว้
ดังนี้

นริศว์ ประมณ (2539) ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาของนักเรียน
วัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกองการมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2538 จำนวน 367 คน ผลการวิจัยพบว่า

1) ปัจจัยทางด้านภูมิหลังของครอบครัวและลักษณะทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ มี
ความสัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาแบบโจมตีผู้อื่น (E.At) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ
.01 ลำดับการเกิดกับลักษณะการเผชิญปัญหาแบบโจมตีผู้อื่น (E.At) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 สถานภาพสมรสของบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาแบบโจมตีผู้อื่น (E.At) และแบบทำร้ายตนเอง (I.At) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามลำดับ รายได้ ผู้ปกครองมีความสัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาแบบโจมตีผู้อื่น (E.At) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีความสัมพันธ์กับลักษณะการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงโดยโทษตนเอง (I.Av) และแบบปฏิเสธสิ้นเชิง (I.D) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) เปรียบเทียบลักษณะการเผชิญปัญหากับปัจจัยต่าง ๆ พบว่า

2.1) นักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะการเผชิญปัญหาแบบโจมตีผู้อื่น (E.At) ในระดับปกติและในระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา มีความเชื่ออำนาจในตน ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน แบบใช้เหตุผล และการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.2) นักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงโดยกล่าวโทษผู้อื่น (E.Av) ในระดับปกติและในระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา มีความเชื่ออำนาจในตน ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนแบบใช้เหตุผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.3) นักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะการเผชิญปัญหาแบบปฏิเสธไม่รับรู้โดยโทษผู้อื่น (E.D) ในระดับปกติและในระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา มีความรู้สึกลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเอง ความเชื่ออำนาจในตน และการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.4) นักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะการเผชิญปัญหาแบบทำร้ายตนเอง (I.At) ในระดับปกติและในระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา มีความรู้สึกลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเอง ความเชื่ออำนาจในตน ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนแบบใช้เหตุผล และการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.5) นักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงโดยโทษตนเอง (I.Av) ในระดับปกติและในระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา มีความรู้สึกลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเอง ความเชื่ออำนาจในตน ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน และการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.6) นักเรียนวัยรุ่นที่มีลักษณะการเผชิญปัญหาแบบปฏิเสธสิ้นเชิง (I.D) ในระดับปกติและในระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหา มีความเชื่ออำนาจในตน ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนแบบใช้เหตุผล และการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3) การวิเคราะห์จำแนกประเภท (Discriminant Analysis) พบว่า ปัจจัยด้านจิตลักษณะและการรับรู้สภาพแวดล้อม สามารถจำแนกและทำนายการเผชิญปัญหาแต่ละรูปแบบของนักเรียนวัยรุ่นที่ ลักษณะการเผชิญปัญหาระดับปกติและ ลักษณะการเผชิญปัญหาระดับที่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหาได้

วิภา มิ่งเมือง (2540) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โรงเรียนสตรีวัดอัมพรสวรรค์ จำนวน 16 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยพิจารณาจากผู้ที่มีคะแนนวิธีการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองและการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ ต่ำกว่าค่ากลางคือ ต่ำกว่า 52.5 และ 22.5 คะแนนตามลำดับ และมีคะแนนวิธีการเผชิญปัญหาด้านหลีกเลี่ยงปัญหาสูงกว่าค่ากลางคือสูงกว่า 70 คะแนนและสุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ทั้งหมด 12 ครั้ง เป็นระยะเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ถึง 2 ครั้ง ๆ ละ 1.30 – 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า

1) หลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองและการเผชิญปัญหาด้านมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มและสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2) หลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาลดต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มและต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

สาโรจน์ คำรัตน์และคณะ (2544) ศึกษาการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี ปีการศึกษา 2542 ภาคเรียนที่1 จำนวน 9 โรงเรียน สุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นได้จำนวนตัวอย่าง 1,720 ราย ผลการวิจัยพบว่า

1) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี ส่วนมากใช้วิธีการเผชิญปัญหด้วยตนเอง

2) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย – เก็บตัวอยู่ในระดับปกติมากที่สุด ร้อยละ 81.5 และมีบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลอ่อนไหวง่าย – มั่นคงอยู่ในระดับปกติมากที่สุด ร้อยละ 60.3

3) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี มีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเท่ากับ 46.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.36

4) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี มีคะแนนเฉลี่ยความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวเท่ากับ 53.84 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 13.92

5) เพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานีมีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .010$)

6) บุคลิกภาพแบบเปิดเผย – เก็บตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานีไม่มีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหา

7) บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลอ่อนไหวง่าย – มั่นคงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานีมีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .000$)

8) การรับรู้ความสามารถของตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานีมีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .000$)

9) ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวของตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานีมีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P = .000$)

นิศานาถ เกื่อนแก้ว (2546) ศึกษาความเครียดและวิธีการปรับแก้ของเด็กวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดน่าน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 165 คน ผลการศึกษาพบว่าเด็กนักเรียนวัยรุ่นในสถานศึกษา มีความเครียดในระดับปานกลางร้อยละ 88.48 และเลือกใช้วิธีการปรับแก้ทั้ง 3 ด้าน โดยใช้วิธีการปรับแก้ด้านการจัดการกับอารมณ์ร้อยละ 71.92 ใช้วิธีการปรับแก้ด้านการจัดการกับปัญหาทางอ้อม ร้อยละ 20.25 และใช้การปรับแก้ด้านการจัดการกับปัญหาเพียงร้อยละ 7.53 ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่มีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติร้อยละ 9.1 เลือกใช้ด้านจัดการกับอารมณ์ทั้งหมด

รอฮานี เจอะอาแซ (2548) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการจัดการความเครียดของวัยรุ่นไทยมุสลิมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้กลุ่มตัวอย่างนักเรียนจำนวน

272 คน ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการจัดการความเครียดของวัยรุ่นไทยมุสลิมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้โดยรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยด้านการรับรู้ความสามารถของตน พฤติกรรมเดิมในอดีตและการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาร่วมกัน มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการจัดการความเครียดของวัยรุ่นไทยมุสลิมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยอธิบายความแปรปรวนของการปฏิบัติกิจกรรมการจัดการความเครียดได้ร้อยละ 48 ทั้งนี้การรับรู้ความสามารถของตนเป็นปัจจัยทำนายพฤติกรรมการจัดการความเครียดได้มากที่สุด ส่วนอิทธิพลสถานการณ์และการรับรู้ความเครียดไม่สามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการจัดการความเครียดในวัยรุ่นไทยมุสลิมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้

ธัญญามาศ คำมาตา (2551) ศึกษา ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรค ของนักเรียนอาชีวศึกษาในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ คือ นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ในกรุงเทพมหานครปีการศึกษา 2550 จำนวน 393 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนที่มีลักษณะชีวสังคม ได้แก่ เพศ และสาขาวิชาที่เรียนแตกต่างกันมี ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ลักษณะทางจิต ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ลักษณะมุ่งอนาคต ภาวะผู้นำ และ ประสบการณ์ความสำเร็จในชีวิต มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับความสามารถในการเผชิญปัญหา และฟื้นฟูอุปสรรคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ลักษณะทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม และการอบรมเลี้ยงดูแบบรัก สนิบสนุน มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ตัวแปรแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ภาวะผู้นำ และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน สามารถร่วมกันทำนายความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคโดยรวม ได้ร้อยละ 59.9 โดยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นตัวทำนายความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคมาก ที่สุด รองลงมาคือ ภาวะผู้นำ และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน ตามลำดับ

รอมือเลาะ มูนิ๊ะ (2553) ศึกษาการดูแลตนเองด้านจิตใจของนักเรียนวัยรุ่นมุสลิมที่ สูญเสียสมาชิกครอบครัวจากสถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนใต้ กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนวัยรุ่นมุสลิมที่กำลังศึกษาในโรงเรียนของรัฐที่มีอายุ 12 – 19 ปี ใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ ได้แก่ จังหวัด ปัตตานี ยะลา และนราธิวาส ที่สูญเสีย พ่อ แม่ พี่ น้อง และญาติที่เป็นสมาชิก ครอบครัวเดียวกันจากสถานการณ์ความไม่สงบ จำนวน 90 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมี ระดับการดูแลตนเองด้านจิตใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($M = 3.09$, $SD = 0.35$) เมื่อพิจารณารายด้าน

พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยการดูแลตนเองด้านจิตใจอยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ ด้านพัฒนาการรู้จักตนเอง ($M = 3.35$, $SD = 0.54$) รองลงมาคือด้านการดูแลตนเองทั่วไป ($M = 3.08$, $SD = 3.08$) ส่วนด้านการเผชิญปัญหามีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ($M = 3.01$, $SD = 0.55$)

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มต่าง ๆ รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาทั้งปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมครอบครัว พบว่าส่วนใหญ่ใช้แนวคิดทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัสและฟอล์คแมนเป็นแนวทางในการศึกษา ซึ่งในงานวิจัยแต่ละงานกลุ่มตัวอย่างมีระดับการเผชิญปัญหาที่แตกต่างกันไป โดยพฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่ใช้พบว่ามีทั้งด้านมุ่งจัดการกับปัญหา มุ่งจัดการกับอารมณ์ หรือใช้ทั้ง 2 ด้านร่วมกัน แต่จะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบใดนั้นขึ้นอยู่กับบริบทของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา รวมทั้งจากการประเมินสถานการณ์ ประสบการณ์และแหล่งประโยชน์ต่าง ๆ ของแต่ละกลุ่มว่าจะเลือกใช้วิธีการใดเพื่อเปลี่ยนแปลงปัญหาหรือลดปัญหาลง สำหรับจากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหานั้นพบว่าปัจจัยต่างๆที่ศึกษามีทั้งสัมพันธ์และไม่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาไม่มีปัจจัยด้านใดที่ยืนยันได้แน่นอนว่าจะมีความสัมพันธ์หรือไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหา

จากการศึกษาและทบทวนวรรณกรรมดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า มีปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยสภาพแวดล้อมครอบครัว ปัจจัยใดบ้างที่อาจมีส่วนช่วยในการเผชิญปัญหาในนักเรียนมัธยมปลายในจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ที่ศึกษาว่า พฤติกรรมมนุษย์มาจาก 4 กลุ่ม คือจากสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวบุคคลซึ่งมีอิทธิพลต่อการกระทำของบุคคลจากจิตลักษณะเดิมที่เกิดจากการสะสมตั้งแต่เด็กและติดตัวบุคคลมา จากปฏิสัมพันธ์ระหว่างจิตลักษณะเดิมและสถานการณ์ และสาเหตุด้านจิตลักษณะตามสถานการณ์ ร่วมกับทฤษฎีการเผชิญปัญหาของลาซารัสและฟอล์คแมนที่ว่า การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทั้งความคิดและการกระทำที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น และต้องใช้แหล่งประโยชน์ที่มากกว่าปกติ โดยพฤติกรรมการเผชิญปัญหามี 2 ด้าน คือด้านมุ่งจัดการกับปัญหา และด้านมุ่งจัดการกับอารมณ์ สำหรับตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้มีจำนวน 7 ตัวแปร ประกอบด้วย ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ความเชื่ออำนาจในตน ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะทางสังคม การสนับสนุนทางสังคม สัมพันธภาพในครอบครัว และ การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน