

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อต่อไปนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับอัตตา
2. ทฤษฎีเกี่ยวกับตน
3. ความหมายของอัตมโนทัศน์
4. ทฤษฎีเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์
5. ความสำคัญของอัตมโนทัศน์
6. ประเภทของอัตมโนทัศน์
7. องค์ประกอบของอัตมโนทัศน์
8. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์
9. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้กับอัตมโนทัศน์
10. การพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์
11. บทบาทของครูกับการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียน
12. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับอัตตา

ซูซีย์ สมิททิกอร์ (2538, หน้า 32) อธิบายแนวคิดเกี่ยวกับอัตตา ในทัศนะของ โรเจอร์ส (Rogers) ไว้ดังต่อไปนี้

- 1) บุคคลต่างมีชีวิตอยู่ในโลกแห่งประสบการณ์ของตนเอง และมีฉัน หรือ ของฉัน หรือ ตัวฉัน เป็นศูนย์กลาง
- 2) บุคคลต่างมีความต้องการที่จะพัฒนาตนเอง ต่อสู้ฝ่าฟันอุปสรรคให้ตนเองเจริญถึงขีดสูงสุดตามศักยภาพของแต่ละบุคคล มีความต้องการที่จะเข้าใจและยอมรับความสามารถของตนเอง (Self-Actualization Needs) รวมทั้งต้องการปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้เป็นไปตามมาตรฐานของสังคม

3) บุคคลจะแสดงกิริยาตอบโต้ประสบการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆ ในลักษณะที่สอดคล้องกับประสบการณ์ของตน คือ สอดคล้องกับความเป็นจริง ตามที่บุคคลรับรู้และเข้าใจ รวมทั้งความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง

4) ประสบการณ์ใดที่ขัดกับโครงสร้างแห่งตนของบุคคล บุคคลจะรับรู้ว่าเป็นสิ่งคุกคาม (Threat) สำหรับตัวเอง มีผลทำให้บุคคลจำกัดพฤติกรรมของตนเอง หรือเกิดการต่อต้านประสบการณ์นั้น เพื่อรักษาโครงสร้างของตน

5) บุคคลมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเอง ไปสู่ความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย และจิตใจ มีความพยายามที่จะเป็นตัวของตัวเอง สามารถที่จะดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมกับสภาพการณ์ พร้อมทั้งแสดงพฤติกรรมได้อย่างมีเหตุผลและสร้างสรรค์ ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต ตามแนวคิดของโรเจอร์ส เชื่อว่า มนุษย์เกิดมาพร้อมกับความดีใฝ่หาความเจริญให้กับตนเอง ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกมาเกิดจากการตอบสนองความต้องการที่สอดคล้องเหมาะสมกับการรับรู้ของตน และพฤติกรรมนั้นได้รับการยอมรับจากกลุ่มหรือบุคคลที่ใกล้ชิด ซึ่งจะเป็แรงเสริมให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเดิมอีก หากประสบการณ์ใดที่ขัดแย้งกับตน บุคคลก็พยายามที่จะหลีกเลี่ยง หรือจำกัดการกระทำของตนลง ดังนั้น จะเห็นว่า อัตมโนทัศน์เป็นสิ่งกำหนดพฤติกรรมของบุคคล อัตมโนทัศน์เป็นส่วนสำคัญที่เกิดจากอัตตาที่พัฒนามาจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม มีการเปลี่ยนแปลงโดยอาศัยวุฒิภาวะ และการเรียนรู้ซึ่งเกิดจากประสบการณ์ที่บุคคลได้ตอบสนองความต้องการของตนเอง เพื่อให้ตนเองอยู่ในสภาวะที่สมดุล การตอบสนองนี้ทำให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางวัตถุและสังคม ตามที่ตนเองคิดว่าเหมาะสม นอกจากนี้เกิดจากบุคคลประเมินผลการกระทำของตนเองโดยการเปรียบเทียบกับบรรทัดฐานของสังคมและบุคคลอื่น

ทฤษฎีเกี่ยวกับตน

ในการที่จะพัฒนาอัตมโนทัศน์ของบุคคลแต่ละคนนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรู้ถึงความหมายที่เกี่ยวกับตนให้ชัดเจนเสียก่อน ทฤษฎีเกี่ยวกับตนจากนักทฤษฎี หลายท่าน เช่น ซัลลิแวน โคมบี้และสติก ไคมอนด์ คูลีย์ ฟรอยด์ มิด (Sullivan, 1989 ; Comb and Snygg, 1949 ; Diamond, 1981 ; Cooley, 1981 ; Freud, 1971; Mead, 1980 ; อ้างมาจาก สมศรี ฉัตรวัฒนา, 2534, หน้า 14-18)

1. ทฤษฎีของซัลลิแวน

ซัลลิแวน (Sullivan) เป็นนักจิตแพทย์ผู้ย้ถึงความสำคัญในเรื่อง วิธีการที่เด็กรับรู้สิ่งแวดล้อมและนำความรู้้นั้นมาปรับใช้กับตนเอง สิ่งที่สำคัญที่สุดในการพัฒนา “ตน” ของซัลลิแวนก็คือ การชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ขั้นต้น ระหว่างเด็กกับมารดาหรือบุคคลใกล้ชิดที่มี

ความสำคัญต่อการเลี้ยงดูเด็กพวกเหล่านี้จะเป็นผู้สร้างเสริมความมั่นคงทางจิตใจให้แก่เด็กอย่างมาก และถ้าเด็กคนไหน “ขาด” สิ่งที่จะช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองในวัยเด็กไปแล้ว จะไม่สามารถหาสิ่งใดมาทดแทนได้ในการพัฒนาขึ้นไป กล่าวโดยสรุป ทฤษฎีนี้เชื่อถึงความสัมพันธ์ของเด็กที่มีต่อสิ่งแวดล้อมและสังคมว่าจะมีอิทธิพลต่อการพัฒนาทางจิตใจมาก

2. ทฤษฎีของโคมบ์และสไนก

โคมบ์และสไนก (Comb and Snygg) เป็นนักจิตวิทยาที่อาจเรียกได้ว่าอยู่ในสกุลฟิโนเมโนโลยี (Phenomenology) กล่าวคือ เน้นในความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมของคน สิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมให้เป็นไปตามต้องการ และการรับรู้ที่สำคัญที่สุดคือการรับรู้ในแง่ที่เป็นความคิดเห็นของบุคคลนั้น ดังนั้นบุคคลทุกคนกล่าวได้ว่าจะกระทำพฤติกรรมที่เขาคิดว่าดีที่สุดสำหรับเขา โดยการมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมหรือติดต่อกับบุคคลอื่น

3. ทฤษฎีของไดมอนด์

ไดมอนด์ (Dimond) กล่าวว่า บุคลิกภาพของบุคคลนั้นเกิดจากที่ “ตน” พยายามเรียนรู้หรือเข้าใจตนเองให้มากที่สุด และในขณะเดียวกันก็พยายามป้องกันตนเองจากความกดดันต่าง ๆ หรือจากความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งลักษณะ 2 ประการนี้จะเกิดกับบุคคลตลอดเวลาในทุกช่วงของการมีชีวิตอยู่ กล่าวคือ บุคคลจะต้องค้นพบลักษณะหรือความรู้ที่เกี่ยวกับตนเองใหม่ ๆ อยู่เสมอ และจากความรู้ใหม่ ๆ เกี่ยวกับ “ตน” นี้เองจะก่อให้เกิดปฏิกิริยาที่ “ตน” อาจต่อต้านสิ่งนั้นเพื่อดำรง “ตน” เอาไว้

ความเชื่อของไดมอนด์นั้นสิ่งที่จะช่วยเสริมสร้างการเรียนรู้หรือเข้าใจตนเอง “ตน” นั้นมีอยู่

2 วิธีคือ

- 1) จากรูปร่างหรือสรีรวิทยาของผู้นั้น
- 2) จากการลอกเลียนแบบหรือเลียนแบบบุคคลที่ตนบูชา

การเรียนรู้หรือเข้าใจตนเองจากรูปร่างลักษณะภายนอกนั้น นับเป็นขบวนการที่เกิดต่อเนื่องกันไปจนตลอดชีวิต นั่นคือเมื่อแรกเกิดทารกจะค่อย ๆ รู้จักอวัยวะต่าง ๆ ที่ประกอบกันขึ้นมาเป็นตัวตนมากขึ้นเรื่อย ๆ เด็กจะเริ่มแยกว่าสิ่งใดเป็น “ของเรา” และสิ่งใดเป็นสิ่งแวดล้อม ลักษณะการเรียนรู้นี้จะเพิ่มมากขึ้น จนเด็กสามารถใช้และเข้าใจคำว่า อะไรคือฉัน เธอ ของฉัน และไม่ใช่ของฉัน เป็นต้น ยิ่งกว่านั้นรูปร่างหน้าตาจะยิ่งทวีความสำคัญมากขึ้น โดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น การปรากฏทางกายจะมีผลกระทบกระเทือนโดยตรงกับ “ตน” ของบุคคลเขาจะรู้สึกตื่นตาตื่นใจในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับเขา ความรู้สึกเป็นสาวหรือเป็นหนุ่มจะมีผลต่อการมองดู “ตน” โดยตรงเมื่อเข้าสู่วัยกลางคนทั้งชายและหญิงจะมีการกระทบกระเทือนทางจิตใจมาก ซึ่งความรู้สึกนี้จะเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาโดยตรง จึงอาจกล่าวได้ว่า บุคคลไม่ว่าจะอยู่

ในวัยเด็ก วัยรุ่น ผู้ใหญ่ หรือวัยชราก็ตาม ลักษณะทางจิตใจหรือ “ตน” จะขึ้นอยู่กับสภาพทางร่างกายของบุคคล นอกจากนั้นการลอกเลียนแบบบุคคลที่เรานิยมชมชื่นก็มีผลให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลง “ตน” อยู่ตลอดเวลา ซึ่งเกิดจากการสังเกตการกระทำของผู้อื่น ที่ทำหน้าที่คล้ายกระจกเงาให้เราเลียนแบบ การเลียนแบบจะเกิดขึ้นตลอดเวลาเช่นเดียวกัน แต่เกิดเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กเล็ก ๆ ที่พยายามเลียนแบบบิดามารดาที่เป็นเพศเดียวกัน

กล่าวโดยสรุป ไคมอนด์มีความเชื่อว่า “ตน” ของบุคคล จะพยายามเรียนรู้หรือเข้าใจตนเอง อาจจะโดยการเรียนรู้เกี่ยวกับสรีรวิทยาของตน หรือเกิดจากการเลียนแบบบุคคลที่ตนนิยมนูชาในขณะเดียวกันก็จะพยายามป้องกันตนเองจากการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดจากการเรียนรู้ของ “ตน”

4. ทฤษฎีของคูลีย์

ตามทัศนะของคูลีย์ (Cooley) “ตน” และสังคมเป็นสิ่งที่เข้ากันได้ เป็นคุณค่าของแต่ละบุคคลที่ได้จากการขัดเกลาทางสังคมที่แสดงออกมาในรูปความคิด (Idea) ทัศนคติ (Attitudes) และความจงรักภักดี (Royaltiea) เป็นมตินึงหนึ่งของ “ตน” ซึ่งเรียกว่า “ตนตามจิตวิสัย” (Subjective Self) เนื่องจาก “ตนตามวัตถุวิสัย” (Objective Self) ได้มาจากคนอื่น ดังนั้น “ตน” จะไม่ขัดแย้งกับระบบสังคมก็ได้

คูลีย์ได้อธิบายความหมายข้างต้น ด้วยการใชแบบความคิดเกี่ยวกับ “ตนตามกระจก” (Looking-glass Self) โดยแสดงให้เห็นถึงกระบวนการสามขั้นที่แต่ละคนจะต้องมีประสบการณ์ในการสร้างมโนภาพแห่งตนจากคนอื่น ๆ ดังต่อไปนี้

1) การจินตนาการว่าคนอื่นเขาคิดเกี่ยวกับตัวอย่างไร ในเรื่องการแต่งกาย อุปนิสัย และความประพฤติ

2) การจินตนาการว่าคนอื่นว่าเขาตัดสินเราจากสิ่งที่เห็นในตัวเป็นใคร อย่งไร ในด้านการแต่งกาย อุปนิสัย และความประพฤติ

3) ความรู้สึกบางชนิด เช่น ภาวภูมิใจ หมกอาลัยต่อชีวิต ตื่นเต้นยินดี ผิดหวัง เป็นสิ่งที่เกิดจากผลของการจินตนาการว่าคนอื่นเขาคิดกับตัวเราอย่างไร

5. ทฤษฎีของฟรอยด์

ฟรอยด์ (Freud) ให้ทัศนะว่า “ตน” ประกอบขึ้นด้วยส่วนประกอบ 3 ด้าน คือส่วนที่เรียกว่า อิด (Id) ซึ่งแก่นของชีววิทยา (Biological Core) ของตนได้แก่ความต้องการหรือแรงผลักดันต่าง ๆ ของบุคคล ส่วนที่สองคือ อีโก้ (Ego) หรือตัวกลาง (Mediator) ที่พยายามปรองดองความต้องการของสังคมกับแรงผลักดันของบุคคล และส่วนที่สามคือ ซุปเปอร์อีโก้ (SuperEgo) หรือมโนธรรมทางสังคม (Social Concious) ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมแรงกระตุ้นต่าง ๆ ที่

เกิดจากแรงผลักดันของความต้องการทั้งหลาย แต่สิ่งที่สำคัญสำหรับทฤษฎีนี้คือสังคมแวดล้อมทางสังคมมักจะขัดแย้งกับความต้องการของตนเอง และเป็นอุปสรรคต่อการแสวงหาความสุขอยู่เสมอ ซึ่งจะเห็นได้ชัดกับเด็ก

6. ทฤษฎีของมิด

มิด (Mead) ได้แบ่ง “ตน” ออกเป็นสองมิติ ส่วนที่เรียกว่า “ฉันเอง” (Me) ซึ่งเป็นส่วนที่รับพิจารณาทัศนคติ และความคิดคนอื่นปนของตนเองที่เพิกเฉย ขาดความกระตือรือร้นต่อการกระทำส่วนที่สอง “ตน” เรียกว่า “ฉัน” (I) เป็นส่วนที่มีบทบาท (Active) เป็นผู้กระทำมี กิจกรรมเสริมสร้างอิทธิพลเหนือคนอื่นแทนที่จะยอมรับอิทธิพลของสังคม

ความเป็น “ตน” จะเกิดขึ้น เมื่อได้เรียนรู้จะปฏิบัติต่อตัวเองตามทัศนคติของกลุ่ม หรือชุมชนตามที่ตนเข้าใจ ในระยะนี้เด็กจะเริ่มแสดงบทบาทของคนอื่น ๆ แล้วเริ่มมองเห็นตัวเองจากมิติใหม่โดยพิจารณาตัวเองจากภายนอก

ความหมายของอัตมโนทัศน์

นักศึกษาและนักจิตวิทยาได้ให้ความหมายของคำว่า อัตมโนทัศน์ (Self -Concept) ในทัศนะต่าง ๆ กันดังนี้

อัตมโนทัศน์ เป็นตัวของบุคคล ที่มาจากประสบการณ์ความคิด เจตคติของตนเอง และการรู้จักตนเองซึ่งทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างบุคคล (Jersild, 1968 อ้างมาจากสมศรี นัตรวัฒนา, 2534, หน้า 12)

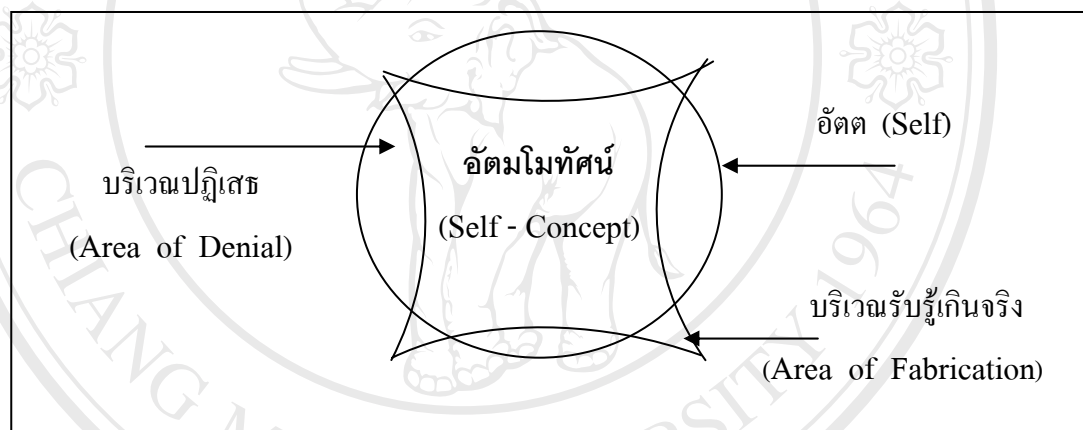
อัตมโนทัศน์เป็นการรับรู้ของบุคคลด้วยตนเอง ซึ่งเป็นการรับรู้ในรูปแบบของประสบการณ์ โดยการประเมินประสบการณ์ด้วยตนเอง จากผู้อื่นที่มีพฤติกรรม (Shavelson, 1980 อ้างมาจาก สมศรี นัตรวัฒนา, 2534, หน้า 12)

อัตมโนทัศน์ เป็นความเชื่อ และความรู้สึกที่คนมีต่อตนเองและสภาพการณ์ต่าง ๆ เนื่องมาจากการรับรู้ (Snygg & Combs, 1985 อ้างมาจาก พรณี ข. เจริญจิต, 2534, หน้า 181)

อัตมโนทัศน์เป็นระบบโครงสร้างของการรับรู้ ทัศนคติ ความเข้าใจ การยอมรับ และการประเมินเกี่ยวกับตนเองของบุคคล จึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญซึ่งพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคล และยังได้สรุปว่า อัตมโนทัศน์เป็นสิ่งที่บุคคลพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็กจนถึงผู้ใหญ่และชรา สามารถเปลี่ยนแปลงได้ทั้งทางดีและไม่ดี ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของแต่ละบุคคล และสิ่งแวดล้อมในสังคมตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งมีผลต่อความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสังคม ตลอดจนการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Roger, 1974 อ้างมาจาก สุสันหา ยิ้มแย้ม, 2533, หน้า 8)

อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความนึกคิด เจตคติที่บุคคลมีต่อตนเอง ทั้งทางร่างกาย ความเชื่อทางศาสนา วัฒนธรรม สังคมหน้าที่การงาน สุขภาพร่างกายและภาพพจน์ (Cook, 1985 อ้างมาจาก ลำเนาวั เรืองยศ, 2535 หน้า 10)

แมค เดวิด และ ฮารารี (Mc David & Harari, 1969 อ้างมาจาก พรณี ช. เจนจิต, 2534, หน้า 180) ได้แยกและเปรียบเทียบความหมายระหว่างคำว่า “อัตต” กับ “อัตมโนทัศน์” ไว้ว่า อัตต คือส่วนรวมของบุคคลทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และความรู้สึกต่าง ๆ ส่วนอัตมโนทัศน์ คือ โครงสร้างของการรับรู้ที่บุคคลมีต่อ “อัตต” อันเป็นผลมาจากประสบการณ์ทั้งในอดีตและปัจจุบัน และได้เสนอแผนภาพที่เกี่ยวกับ “อัตต” และ “อัตมโนทัศน์” ไว้ดังนี้



ภาพ 1 แผนภาพการเปรียบเทียบ “อัตต” กับ “อัตมโนทัศน์”

จากแผนภาพสรุปได้ว่า ส่วนวงกลม คือ ส่วนที่เป็น “อัตต” ทั้งหมดของบุคคลส่วนหนึ่งที่เหลื่อมคือส่วนของ “อัตมโนทัศน์” บริเวณปฏิเสธ (Area of Denial) คือ ส่วนของอัตตที่อัตมโนทัศน์รับรู้ไม่ได้หรือไม่ยอมรับ อาจเป็นได้ทั้งในลักษณะที่ดีและไม่ดี และบริเวณรับรู้เกินจริง (Area of fabrication) คือ ส่วนของอัตมโนทัศน์ที่รับรู้เกินจริงอัตตที่เป็นจริง อาจจะเป็นได้ทั้งในลักษณะที่ดีและไม่ดีเช่นเดียวกัน บริเวณรับรู้เกินจริงก่อให้เกิดการรับรู้อย่างผิดๆและบิดเบือนการรับรู้ได้ ดังนั้น อัตมโนทัศน์จึงไม่จำเป็นต้องตรงกับอัตตที่แท้จริงเสมอไป

(Self) คือ ตัวตนของบุคคล อันประกอบที่สำคัญ คือ (James, 1890 อ้างมาจากพรณี ช. เจนจิต, 2534, หน้า 181)

- 1) อัตตทางวัตถุ คือ สิ่งที่บุคคลนั้นเป็นเจ้าของ เช่น ร่างกาย ทรัพย์สินสมบัติ
- 2) อัตตทางสังคม คือ ความคิดเห็นที่บุคคลอื่นมีต่อตนเอง

3) อัดตทางจิตใจ คือ กระบวนการทางจิต ได้แก่ ความคิด อารมณ์ ความต้องการ
 อัตมโนทัศน์เป็นความคิดเห็นที่มีต่อตนเอง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ทางด้านร่างกาย
 ได้แก่ ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ความเหมาะสมทางเพศ ทางจิตใจ ได้แก่ การมองเห็น
 คุณค่า และความสามารถของตนเอง รวมทั้งสัมพันธภาพและการปรับตัวกับบุคคลอื่น (Hurlock,
 1964 อ้างมาจาก พรณี ช. เจนจิต, หน้า 182)

อัตมโนทัศน์ เป็นการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ซึ่งถูกจัดให้เป็นระบบมากหรือน้อย เป็นผลมาจากการ
 การสังเกตเองทั้งในอดีตและปัจจุบัน มโนภาพแห่งตนเปรียบเหมือนแผนที่ที่บุคคลแต่ละคนใช้
 พิจารณาเพื่อเข้าใจตนเอง (Reimy, 1974 อ้างมาจาก มยุรี สิงโตราช, 2536, หน้า 9)

นักการศึกษาของไทยได้ให้ความหมายของอัตมโนทัศน์ไว้ดังต่อไปนี้

อัตมโนทัศน์ คือ อัตตา (Self) และ จิตรู้สำนึก (Ego) มีความหมายในลักษณะที่เป็น
 เจตคติ ความรู้สึก ความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นสิ่งที่
 กำหนดการสะสมประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผ่านมาตั้งแต่อดีตมีผลต่อการปรับตัวและการกำหนด
 พฤติกรรมของบุคคล (พรณี ช. เจนจิต, 2534, หน้า 182)

อัตมโนทัศน์เป็นการรับรู้และเข้าใจที่บุคคลมีต่อตนเอง ทั้งทางด้านสุขภาพร่างกาย ด้าน
 ลักษณะนิสัยของตนเองซึ่งอาจจะเป็นการรับรู้ทั้งทางที่ดีและไม่ดีนี้ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้หรือ
 ประสบการณ์ที่เขาได้มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น หรือสภาพแวดล้อมตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และ
 อาจคิดเอาไว้ถึงอนาคต ซึ่งมีผลต่อการแสดงพฤติกรรมในตัวเอง (มยุรี สิงโตราช, 2536, หน้า
 11; รัตนา ไกรสีหนาท, 2522, หน้า 19)

อัตมโนทัศน์ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็น
 ผลมาจากประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมที่บุคคลได้รับหรือเกี่ยวข้องทำให้เกิดการรับรู้เกี่ยวกับ
 ตนเอง ความรู้สึกที่มีต่อตนเองของบุคคลนี้ไม่จำเป็นจะต้องเหมือนกับผู้อื่นรู้สึกต่อตน ความรู้สึก
 ความเข้าใจ และความรู้สึกของคนที่เขาเข้าใจว่าตนเองเป็นเช่นนั้น เพราะบุคคลอาจจะมีความคิดเห็น
 หรือรับรู้เกี่ยวกับตนเองที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงได้ (สุริน คล้ายรามัญ, 2528, หน้า 10)

สรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์ เป็นการรับรู้ เจตคติ ความรู้สึก ความเข้าใจ การยอมรับและ
 การประเมินเกี่ยวกับตนเอง ผู้อื่น และสิ่งต่างๆ ของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นผลมาจากการสะสม
 ประสบการณ์ในอดีตจนถึงปัจจุบัน โดยที่การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวส่งผลถึง
 พฤติกรรมที่แสดงออกมาของแต่ละบุคคล

ทฤษฎีเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์

ทฤษฎีเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ของโรเจอร์ส (Rogers's self-Concept Theory)

โรเจอร์ส (Rogers, 1959 อ้างใน พรณี ข. เจริญจิต, 2530, หน้า 183 ; มยุรี สิงโทธา, 2536) ได้เสนอทฤษฎีเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ไว้ว่า อัตมโนทัศน์เป็นส่วนที่กำหนดพฤติกรรม หรือ กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนของ I เป็นส่วนของตัวบุคคลที่เป็นผู้กระทำ และส่วนของ Me เป็นส่วนของบุคคลเป็นผู้ที่ถูกกระทำ Me นี้เองเป็นส่วนที่ทำให้บุคคลประเมินตนเองเกิดเป็นอัตมโนทัศน์ขึ้น แบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ

1) Real Self-Concept หรือ Actual Self เป็นอัตมโนทัศน์ที่บุคคลรับรู้ตนเองอย่างตรงตามสภาพความเป็นจริง คือ ตรงตามที่ตนเองเข้าใจ เช่น บุคคลที่มีทัศนคติความคิดเห็นเกี่ยวกับการรับรู้ของตนเองว่าตนเองเป็นคนอย่างไร เป็นคนดี เป็นคนที่มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่การรับรู้ตนเองนี้เกิดจากการประเมินความคิดเห็นของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง และเกิดจากการประเมินการกระทำของตนเอง หากบุคคลได้ตรวจสอบแล้วสอดคล้องกัน บุคคลจะสรุปได้ว่าการรับรู้ของตนเองตรงกับสภาพความเป็นจริง การประเมินอัตมโนทัศน์มีลักษณะดังนี้

1.1 ด้านค่านิยมเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ (Academic value) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในด้านสติปัญญา นิสัยในการเรียน แรงจูงใจ ทักษะในการอ่าน ค่านิยมทางการแข่งขันเกี่ยวกับความสามารถ และการเลือกอาชีพ

1.2 ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) เป็นความสามารถของตนเองด้านความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

1.3 ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ (Emotional Adjustment) เป็นความรู้สึกต่อตนเองทางด้านความกดดันของอารมณ์ ความวิตกกังวล ความสุข ความเครียด หรือความเหนื่อย

อัตมโนทัศน์ในฐานะที่เป็นทัศนคติ มีลักษณะที่เป็นความคิด ความรู้ ความเชื่อ มีความรู้สึกที่เป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นผลจากการประเมินตนเอง มีปริมาณของ ความรู้สึก มีเป้าหมาย คือ แนวโน้มของการแสดงพฤติกรรมที่สม่ำเสมอต่อตนเอง มีทิศทางของการแสดงพฤติกรรม อัตมโนทัศน์มีทิศทางของความรู้สึกต่อตนเอง 2 ลักษณะ คือ อัตมโนทัศน์ทางบวก และอัตมโนทัศน์ทางลบ

อัตมโนทัศน์ทางบวก (Positive Self-Concept) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในทางที่ดี เช่น คิดว่าตนเองเป็นคนมีความสามารถ ขยันขันแข็ง ฉลาด เป็นต้น

อัตมโนทัศน์ทางลบ (Negative Self-Concept) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในทางที่ไม่ดี เช่น คิดว่าตนเองเป็นคนไม่มีคุณค่า ไม่เป็นที่ต้องการและยอมรับของใคร มีสติปัญญาดำ เกียจคร้าน

2) Ideal Self-Concept หรือ Ideal Self เป็นอัตมโนทัศน์ที่บุคคลปรารถนาจะเป็นตามอุดมคติ รวมทั้งเป็นความรู้สึกที่อยากจะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง ซึ่งเกิดจากความปรารถนาของตนเอง และเกิดจากความปรารถนาของผู้อื่นอยากให้เป็น

ความสำคัญของอัตมโนทัศน์

อัตมโนทัศน์มีความสำคัญในฐานะที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งจะแสดงพฤติกรรมตอบโต้สิ่งแวดล้อม ตามการรับรู้และความรู้สึกของตนเอง ทั้งทางบวกและทางลบ นักจิตวิทยากลุ่มการรับรู้ ได้ให้ความสำคัญกับอัตมโนทัศน์ ในฐานะที่เป็นผู้กำหนดบทบาทสำคัญในการพิจารณาตัดสินใจ ในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ตามการรับรู้ของตนเองและเน้นว่าการรับรู้เกี่ยวกับตนเองมีความสัมพันธ์กับการได้รับการเรียนรู้ การเรียนรู้เนี้เองที่ทำให้อัตมโนทัศน์เปลี่ยนแปลงไป ประกอบกับพัฒนาการตามช่วงอายุ และพันธุกรรม คือ ความสามารถทางสมองนั่นเอง (Wylie, 1961 อ้างมาจาก พรณี ช. เจนจิต, 2534, หน้า 181)

ประเภทของอัตมโนทัศน์

อัตมโนทัศน์ แบ่งตามทิศทางของความรู้สึกต่อตนเอง ได้ 2 ลักษณะ คือ อัตมโนทัศน์ทางบวก และ อัตมโนทัศน์ทางลบ (ชูชัย สมิติไกร, 2530, หน้า 67)

1) อัตมโนทัศน์ทางบวก (Positive Self-Concept) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในทางที่ดี เช่น คิดว่าตนเป็นคนที่มีความสามารถขยันขันแข็ง เป็นต้น

2) อัตมโนทัศน์ทางลบ (Negative Self-Concept) เป็นความรู้สึกต่อตนเองในทางไม่ดี เช่น คิดว่าตนเองเป็นคนไม่มีคุณค่า ไม่เป็นที่ต้องการและยอมรับของใคร ๆ มีสติปัญญาต่ำ เกียจคร้าน เป็นต้น

ประนอม สโรชมาน (2520, หน้า 95) ได้แบ่งอัตมโนทัศน์ออกเป็น 3 ด้าน คือ

1) ด้านค่านิยมเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ (Academic Value) คือ ความรู้สึกต่อตนเองในด้านสติปัญญา นิสัยในการเรียนรู้ แรงจูงใจ ทักษะในการอ่าน แรงกดดันจากทางบ้าน การแข่งขันเกี่ยวกับความสามารถและการอาชีพ

2) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Adjustment) คือความรู้สึกต่อตนเองในด้านที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น ความสามารถในการคบเพื่อน

3) ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ (Emotion Adjustment) คือ ความรู้สึกต่อตนเองทางด้านความกดดันของอารมณ์ ความวิตกกังวล ความสุข ความเครียด หรือความเบื่อหน่าย

อัตมโนทัศน์สามารถแบ่งตามแหล่งที่เกิดได้ดังนี้ คือ (Byrne, 1990 อ้างมาจากพรณี ช. เจนจิต, 2534, หน้า 81)

1) ตนเองตามการรับรู้ของตนเอง (The Cognized Self-Concept) คือ การที่บุคคลรับรู้ความสามารถ สถานภาพและบทบาทของตนตามที่บุคคลคิดว่าตนเองเป็น

2) ตนเองตามการเรียนรู้ของสังคม (The Other Self or Social Self) คือ การที่บุคคลมีความรู้สึกนึกคิดว่าคนอื่นมองตน และประเมินตนอย่างไร

3) ตนในอุดมคติ (The Ideal Self) คือ ลักษณะของตนเอง ที่บุคคลอยากหรือหวังจะเป็น โรเจอร์ ได้กล่าวถึง ประเภทของอัตมโนทัศน์ว่า มี 3 ด้าน คือ (Roger, 1974 อ้างมาจาก สุมาลี เรือนคำ, 2533, หน้า 30)

1) ด้านวิชาการ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดและเจตคติต่อตนเอง เกี่ยวกับ สถิติปัญญา นิัย การเรียน ความคาดหวังจากทางบ้าน การแข่งขันเกี่ยวกับความสามารถ และทักษะในการอ่าน

2) ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ หมายถึง ความรู้สึกและเจตคติต่อตนเอง เกี่ยวกับความกดดันทางอารมณ์ ความวิตกกังวล ความสุข ความเครียด ความขุ่นเคือง และความเบื่อหน่าย

3) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด และเจตคติต่อตนเอง เกี่ยวกับความสามารถในการคบเพื่อน การทำงานร่วมกับคนอื่น และการเข้าสังคม

ฟิทท์ (Fitt, 1971 อ้างมาจาก ลำเนาวิ เรืองยศ, 2535, หน้า 11) ได้แบ่งอัตมโนทัศน์ไว้เป็น 2 ประเภท และแต่ละประเภทจำแนกเป็นด้าน ๆ ดังต่อไปนี้

1) พิจารณาโดยใช้ตนเองเป็นเกณฑ์ ประกอบด้วย

1.1 อัตมโนทัศน์ด้านความเป็นเอกลักษณ์ หมายถึง ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองว่า เป็นอย่างไร เป็นการพิจารณาอัตมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับคำถามว่า ฉันเป็นอะไร

1.2 อัตมโนทัศน์ด้านความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกเกี่ยวกับการยอมรับในตนเอง เป็นการพิจารณาอัตมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับคำถามว่า ฉันรู้สึกเกี่ยวกับตนเองอย่างไร

1.3 อัตมโนทัศน์ด้านพฤติกรรม หมายถึง การรับรู้ และความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติเรื่องต่าง ๆ ของตนเองเป็นการพิจารณาอัตมโนทัศน์ที่เกี่ยวกับคำถามว่า ฉันประพฤติอย่างไร

2) พิจารณาโดยใช้ผู้อื่นเป็นเกณฑ์ ประกอบด้วย

2.1 อัตมโนทัศน์ด้านร่างกาย หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับ รูปร่างลักษณะของร่างกาย เรื่องเพศ สุขภาพ ความสามารถ และ ทักษะ

2.2 อัตมโนทัศน์ด้านศีลธรรมจรรยา หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคลที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับคุณค่าทางศีลธรรม ความรู้สึกเกี่ยวกับการเป็นคนดีหรือคนเลว ความสัมพันธ์ที่มีต่อศาสนา ความพึงพอใจในศาสนาของตน

2.3 อัตมโนทัศน์ด้านส่วนตัว หมายถึง ความคิดเห็นของบุคคล เกี่ยวกับคุณค่าของตนเองความรู้สึกมั่นใจในตนเอง ประเมินค่าบุคลิกภาพของตน โดยไม่รวมลักษณะทางด้านร่างกายและความสัมพันธ์ผู้อื่น

2.4 อัตมโนทัศน์ด้านครอบครัว หมายถึง ความรู้สึกในคุณค่าความพอใจในฐานะที่ตนเองเป็นสมาชิกหนึ่งของครอบครัว เป็นการแสดงถึงการรับรู้ตนเองว่าใกล้ชิดหรือห่างเหินจากครอบครัว

2.5 อัตมโนทัศน์ด้านสังคม หมายถึง ความคิดเห็นที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับ ความมั่นใจ และความเชื่อมั่นในการสัมพันธภาพกับผู้อื่น

องค์ประกอบของอัตมโนทัศน์

อัตมโนทัศน์ แบ่งเป็น องค์ประกอบได้ 7 ลักษณะ ดังนี้ (Jersild, 1968 อ้างมาจาก จูไรรัตน์ เปรมย์เสียร, 2513, หน้า 23)

- 1) อัตมโนทัศน์ด้านพฤติกรรม คือ การรับรู้พฤติกรรมที่ตนเองแสดง ในครอบครัว ในโรงเรียนและการรับรู้ตนเองจากการประเมินการกระทำของตนเอง
- 2) อัตมโนทัศน์ด้านสติปัญญาและสถานภาพ คือ การรับรู้ตนเอง ด้านการเรียน ด้านสถานภาพ เมื่ออยู่ในครอบครัวและที่โรงเรียน
- 3) อัตมโนทัศน์ด้านรูปร่างและคุณลักษณะ คือ การรับรู้ตนเอง เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาความสามารถในการใช้วชิระ ความรู้สึกที่มีต่อลักษณะของตน
- 4) อัตมโนทัศน์ด้านความวิตกกังวล คือ การรับรู้ตนเองเกี่ยวกับเรื่องที่กังวล ด้านสุขภาพการเรียน และสัมพันธภาพกับผู้อื่น
- 5) อัตมโนทัศน์ด้านความเป็นคนน่านิยม คือ การรับรู้ตนเองเกี่ยวกับผู้อื่นได้แสดง ความนิยมชมชอบ

6) อัตมโนทัศน์ด้านความสุขความพึงพอใจ คือ การรับรู้ตนเองเกี่ยวกับการได้มาซึ่งสิ่งที่พึงพอใจ ประทับใจ ภาคภูมิใจและมีความสุขที่ได้รับ

7) อัตมโนทัศน์ด้านรวม คือ การรับรู้ตนทั้ง 6 ลักษณะรวม

เซอร์ล็อก (Herlock, 1964 อ้างมาจาก มยุรี สิงโตราช, 2536, หน้า 13 - 15) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบหลักใหญ่ที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ สรุปได้ดังนี้

- 1) อิทธิพลทางด้านลักษณะของร่างกาย ความเหมาะสมของรูปร่างลักษณะของร่างกาย มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพทั้งทางตรงและทางอ้อม คือเป็นตัวกำหนดความสามารถที่จะทำอะไรๆ ได้

หรือไม่ได้ ซึ่งนักเรียนจะมีเจตคติต่อลักษณะของร่างกายตนเองอย่างไรนั้น เป็นผลสืบเนื่องมาจากการยอมรับของบุคคลรอบๆ ข้าง

2) ข้อบกพร่องของร่างกาย เป็นความบกพร่องของร่างกายที่เกิดขึ้น ซึ่งจะมีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจของนักเรียน และทำให้นักเรียนมีเจตคติต่อตนเองในทางลบ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เช่น แขนหัก ฟันหัก ตาเหล่ เป็นต้น

3) สุขภาพของร่างกาย นักเรียนที่มีสุขภาพดีมักจะเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มได้ดีกว่านักเรียนที่อ่อนแอ หรือนักเรียนที่มีสุขภาพไม่แข็งแรง ดังนั้นสุขภาพของร่างกาย จึงเป็นเสมือนเงื่อนไขของร่างกายที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียน

4) อารมณ์ เป็นความรู้สึก เกี่ยวกับความกดดันทางจิตใจ ความวิตกกังวลใจ อารมณ์เคร่งเครียด ความแปรปรวนต่างๆ ความเหนื่อยอ่อนและความเบื่อหน่ายอันเป็นผลมาจากการปรับตัวทางสังคม ส่วนความสุขและความพึงพอใจ เป็นผลมาจากการยอมรับและเข้าใจ ที่บุคคลมีต่อตนเอง และสภาพแวดล้อม

5) เครื่องแต่งกาย เป็นสิ่งที่สามารถจะบ่งบอกถึงสถานภาพของบุคคล ซึ่งถ้าการแต่งกายนั้นได้รับการยอมรับจากสังคม ก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความรู้สึกว่าคุณค่า

6) ชื่อจริง ชื่อเล่น เป็นสิ่งที่แสดงถึงความเป็นเอกลักษณ์ ของบุคคล มีความเชื่อมั่น และเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เช่น เมื่อชื่อของตนมีความคล้ายคลึงหรือสอดคล้องกับชื่อบุคคลที่มีชื่อเสียง

7) สถิติปัญญา เป็นสิ่งหนึ่งที่บ่งบอกถึงความสามารถ ซึ่งบุคคลจะเกิดการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นอยู่เสมอ และผู้ที่สถิติปัญญาดำก็จะทำให้ตนเองเกิดความรู้สึกด้อยในตนเอง

8) ระดับความทะเยอทะยาน เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อมโนภาพแห่งตนของบุคคลมาก ซึ่งเกิดขึ้นจากการประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลว บุคคลที่ประสบความสำเร็จจะเกิดความรู้สึกที่ภาคภูมิใจและตั้งใจที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายที่สูงๆ ขึ้นไป ซึ่งแตกต่างไปจากบุคคลที่ประสบความล้มเหลวที่มีแต่ความรู้สึกท้อถอย

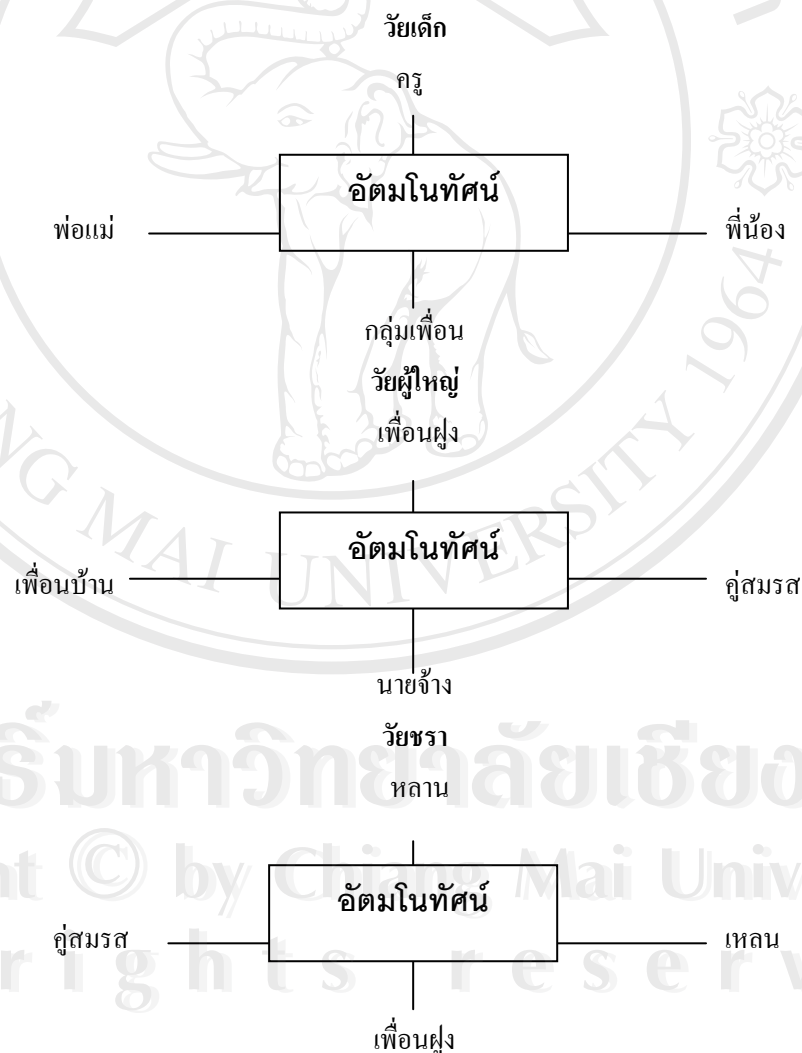
9) รูปแบบของวัฒนธรรม จึงมีผลต่อการกำหนดรูปแบบของพฤติกรรม ที่บุคคลแสดงออกซึ่ง ถ้าพฤติกรรมมีความสอดคล้องกับรูปแบบพฤติกรรมของกลุ่มนั้น ก็จะได้รับ การยอมรับจากกลุ่มชนนั้น

10) อิทธิพลในสถานศึกษา เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อ อัตมโนทัศน์ของบุคคลไม่น้อยเช่นกัน ได้แก่ ความโอ้อำของอาคารสถานที่ ครู ผลการเรียน เป็นต้น เพราะสิ่งเหล่านี้มีผลต่อความเชื่อมั่นและความภาคภูมิใจของบุคคล

11) สถานภาพทางสังคม สิ่งนี้มีอิทธิพลทำให้บุคคลมีความต้องการที่จะพัฒนาบุคลิกภาพให้เป็นที่ยอมรับ เพราะการยอมรับหรือการเป็นที่นิยม (Popularity) ของกลุ่มจะทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ และเป็นการเพิ่มระดับการยอมรับตนเอง

12) อิทธิพลในครอบครัว เนื่องจากครอบครัวเป็นสังคมแรก ที่นักเรียนจะได้เรียนรู้ ดังนั้นเจตคติและพฤติกรรมที่ บิดา มารดา แสดงออก จึงมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนมากและมีผลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนอีกด้วย

นอกจากองค์ประกอบหลักใหญ่ๆ ที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น 12 ประการ (Hurlock, 1964 อ้างมาจาก ราชัน เหล่ารักผล, 2540, หน้า 22) ยังได้เขียนโครงสร้างขององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ของบุคคลวัยต่างๆ ได้ดังแผนภูมิ



ภาพ 2 แผนภูมิโครงสร้างองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อมโนภาพแห่งตนของบุคคลวัยต่างๆ

จากแผนภูมิ สรุปได้ว่า การพัฒนาอัตมโนทัศน์ของบุคคลในวัยต่างๆ จะมีองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ที่เหมือนกันและแตกต่างกัน คือ สิ่งที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ในวัยเด็ก ได้แก่ พ่อแม่ ครู พี่น้อง และกลุ่มเพื่อน ซึ่งในวัยผู้ใหญ่ได้แก่ เพื่อนบ้าน กลุ่มสมรส เพื่อนฝูง และนายจ้าง ส่วนในวัยชรา ได้แก่ เพื่อนฝูง กลุ่มสมรส หลานและเหลน เป็นสิ่งที่น่าสังเกตว่าเพื่อนมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ในทุกวัย ทั้งนี้เพราะบุคคลได้มีโอกาสปฏิสัมพันธ์ และอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นเพื่อนมาก จึงทำให้บุคคลเกิดการเปรียบเทียบซึ่งกันและกัน จึงกล่าวได้ว่า เพื่อนมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ตลอดชีวิตของบุคคลแต่ละคน

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อมโนทัศน์

ปัจจัยที่มีผลต่ออัตมโนทัศน์ มี ดังต่อไปนี้ (พรรณี ช. เจนจิต, 2534, หน้า 203 - 205)

1) ประสบการณ์ในช่วงแรกของชีวิต ความบกพร่อง ของประสบการณ์ในช่วงแรกของชีวิตซึ่งจะทำให้เป็นคนเปิดเผย แสดงออกดังประสบการณ์ในช่วงแรก ความทรงจำต่างๆ ในอดีต เป็นสิ่งที่ฝังใจและมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์

2) อิทธิพลทางวัฒนธรรม บุคคลในทุกวัฒนธรรมจะพัฒนาบุคลิกภาพขึ้นมา เพื่อให้เป็นไปตามมาตรฐานของสังคมนั้นๆ ดังนั้นในช่วงของการอบรมเลี้ยงดู ตั้งแต่เริ่มแรก เด็กอาจจะได้รับการอบรมสั่งสอนให้มีบุคลิกภาพเป็นไปตามความต้องการของสังคมนั้นๆ ค่านิยมทางวัฒนธรรมจะสะท้อนให้เห็นได้จากการอบรมเลี้ยงดู ถ้าสังคมใดเด็กได้รับการฝึกให้เป็นคนทำอะไรโดยนึกถึงครอบครัว จะทำให้เด็กเป็นคนที่มีลักษณะซื่อสัตย์ ให้ความร่วมมืออุทิศตน ในทางตรงกันข้ามถ้าสังคมใดเลี้ยงดูในลักษณะที่คำนึงถึงตนเองเป็นใหญ่ ทำให้เด็กเป็นคนที่ทำอะไรตามความต้องการของตนเอง ไม่คำนึงเรื่องสิทธิและเสรีภาพ มีความต้องการที่จะช่วยตนเองมากกว่าช่วยผู้อื่น

3) ร่างกาย มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ ทั้งทางตรงและทางอ้อม ทางตรง คือ เป็นตัวกำหนดความสามารถที่เด็กจะทำอะไรได้หรือไม่ได้ ทางอ้อม คือ เด็กคิดอย่างไรเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากการที่เด็กคิดว่าคนรอบๆ ข้าง คิดอย่างไรกับตน

4) สถิติปัญญา เด็กที่เฉลียวฉลาดมากๆ มักชอบทำอะไรแปลกๆ การที่เด็กมีอัตมโนทัศน์ว่า ตัวเองต่างจากผู้อื่น ทำให้เด็กที่ฉลาดทำตัวไม่ใคร่ถูกในเวลาเข้ากลุ่ม ซึ่งเป็นผลทำให้เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ ไม่มั่นใจในตนเองในการคบเพื่อน ส่วนเด็กที่มีอัตมโนทัศน์ว่าตัวเองไม่ฉลาดเท่าเพื่อน ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นคนวงนอก จะทำให้เด็กพัฒนาความรู้สึกน้อย เด็กพวกนี้จะมีประสบการณ์แคบ ซึ่งเป็นผลทำให้ไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเท่าที่ควร

5) ความสำเร็จและความล้มเหลว ความล้มเหลวไม่เพียงแต่จะเป็นสิ่งทำลายอัตมโนทัศน์เท่านั้นแต่ยังส่งผลถึงการปรับตัวในสังคมอีกด้วยส่วนความสำเร็จจะนำไปสู่การพัฒนาอัตมโนทัศน์ช่วยส่งผลไปสู่การปรับตัวของเด็กในสังคมต่อไป

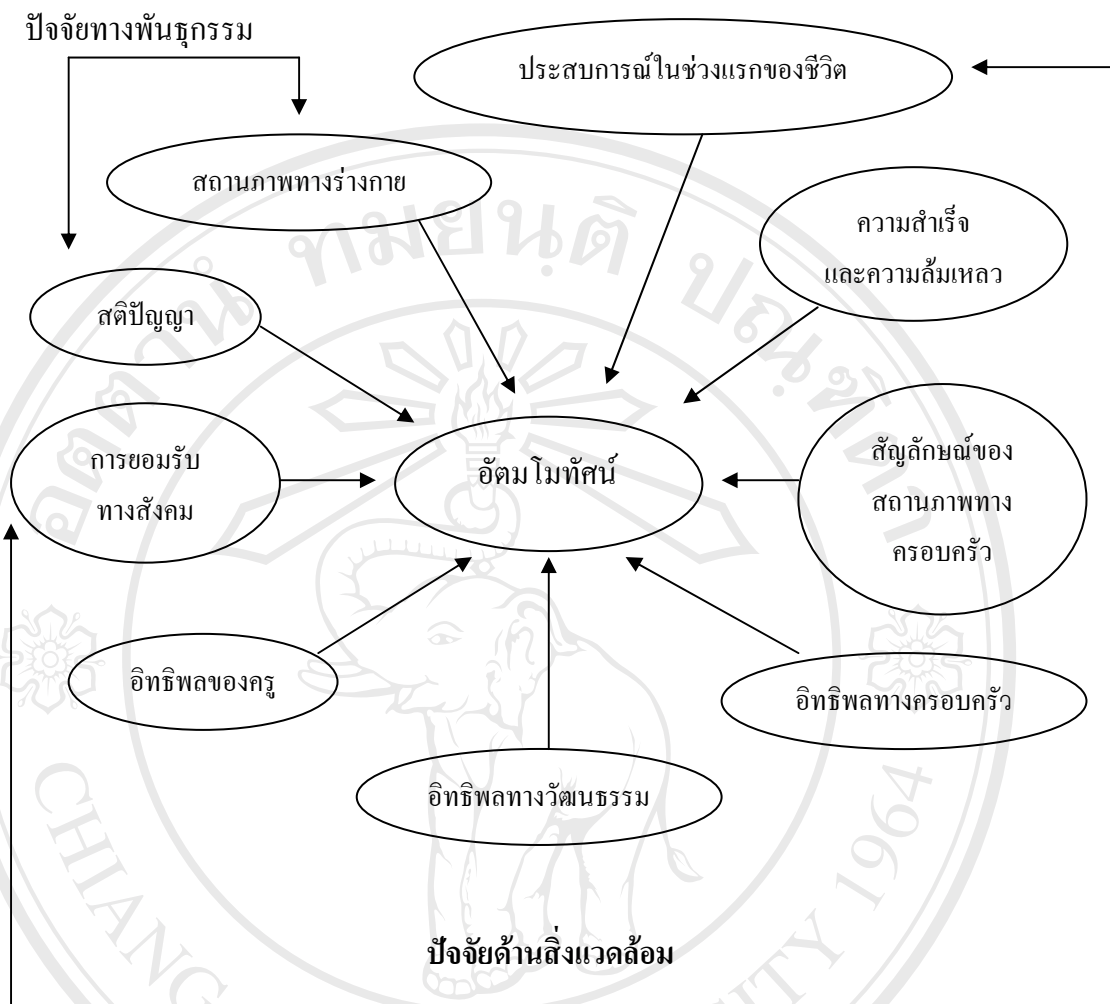
6) การยอมรับทางสังคม เด็กที่ได้รับในกลุ่มเพื่อนในฐานะผู้นำ จะทำให้เด็กพัฒนาความมั่นใจในตนเอง มีลักษณะมั่นคง มีความภาคภูมิใจ เด็กที่เป็นมิตรและมีความมั่นใจในตนเองจะมีเพื่อนมาก ยิ่งเด็กกว้างขวางในหมู่เพื่อนเท่าใด ก็ยิ่งทำให้เด็กพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นเท่านั้นในทางตรงกันข้าม สำหรับเด็กที่ไม่ใคร่กว้างขวางในหมู่เพื่อนฝูง เด็กจะเกิดความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ มีอารมณ์ขุ่นมัว หงุดหงิด และรู้สึกว้าเหว่เพื่อนๆ ไม่เป็นมิตรกับตน

7) สัญลักษณ์ของสถานภาพทางครอบครัว สัญลักษณ์ที่แสดงสถานภาพของครอบครัว ได้แก่ เสื้อผ้าเครื่องใช้ ซึ่งเด็กจะเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งต่างๆ เหล่านี้ได้ดีมาก เพราะเป็นเครื่องหมายที่แสดงให้เห็นถึงการยอมรับหรือไม่ยอมรับจากกลุ่ม

8) อิทธิพลของครู ครูจะต้องมีเจตคติในการยอมรับผู้อื่นให้ความอบอุ่นและเป็นกันเอง

9) อิทธิพลทางครอบครัว ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กมากที่สุด เพราะบ้านเป็นสังคมแรกที่เด็กเรียนรู้แบบต่างๆ เด็กจะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับบ้านมากกว่าสังคมอื่นๆ เจตคติของพ่อแม่ที่มีต่อตัวเด็ก ถ้าเต็มไปด้วยความรัก ความเข้าใจ และความสนใจจะช่วยช่วยให้เด็กปรับตัวได้ดี สำหรับเด็กที่ปรับตัวไม่ได้ เพราะอยู่กับพ่อแม่ที่มีอารมณ์ปฏิเสธ ขาดความรักความอบอุ่น มีความรู้สึกที่เกลียดชัง ตลอดจนความเข้มงวดกวดขันในพฤติกรรมของเด็ก

จากปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ ดังที่ได้กล่าวมา มีทั้งส่วนที่เป็นเรื่องของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ดังแผนภาพ



ภาพ 3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์

สิ่งที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์ในแต่ละบุคคลมี 3 ประการดังนี้ (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2541, หน้า 41 - 43)

- 1) ประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล
- 2) การอบรมเลี้ยงดู
- 3) ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมในสังคมนั้น

บุคคลจะสะสมลักษณะต่างๆ ดังกล่าวจนเกิดเป็นความคิดที่มีต่อตนเองนั้น บางครั้งก็มองตนเองอย่างละเอียดถี่ถ้วน มองถูกต้องตามความเป็นจริง (Real Self) แต่บางครั้งก็มองตนเองดีเกินความจริงไปมาก ซึ่งเรียกตนเองในอุดมคติ (Ideal Self) ทำให้แบ่งความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่มีต่อตนเองแตกต่างกันออกไป ดังนี้

1) ความรู้สึกว่า ตนเองดีเด่นกว่าผู้อื่น มักพบในนักเรียนที่รับการตามใจโดยได้รับทุกสิ่งทุกอย่างตามที่ตนต้องการ ลักษณะการมองเช่นนี้ อาจเป็นผลเสียทำให้นักเรียนเกิดความประมาท และอาจขาดความอดทน เมื่อพบกับความผิดหวังที่เกิดขึ้น

2) มีความรู้สึกว่า ตนเองด้อยกว่าผู้อื่น เป็นการมองตรงกันข้ามกับประเภทแรก มักพบในนักเรียนที่ถูกบิดา มารดาทอดทิ้ง ขาดความรักความอบอุ่นจากบิดา มารดา ผลเสียที่ตามมา คือ จะขาดความไว้วางใจบุคคลที่เขาเกี่ยวข้อง เป็นคนหวาดระแวง ขาดความสุข และทำลายบุคลิกภาพของตนเองไป

3) มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีคุณค่า มักพบมากในนักเรียนที่ได้รับการยกย่องจากผู้ใหญ่ เช่น บิดา มารดา ครูอาจารย์ นักเรียนจะรู้สึกภูมิใจในตนเองเพราะผู้ใหญ่มองตนอย่างยกย่องและเห็นว่าตนมีคุณค่า ลักษณะการมองตน ดังกล่าวช่วยให้นักเรียนมองโลกในแง่ดี มีความสุขในสังคม

4) มีความรู้สึกเกลียดชังตนเอง มักพบในนักเรียนที่ถูกพ่อแม่ ฆาตกรรม หรือทำทารุณต่างๆ หรือนักเรียนที่มีพ่อเลี้ยง แม่เลี้ยง ที่ขาดความรับผิดชอบในตัวนักเรียน ขาดการอบรมเลี้ยงดูที่อบอุ่น ทำให้เติบโตไปพร้อมกับความอาฆาตพยาบาท

แหล่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่ออัตมโนทัศน์มีดังนี้ คือ (พรรณี ชูทัย, 2530 อ้างใน สมศรี จัตราวัฒนา, 2534, หน้า 22)

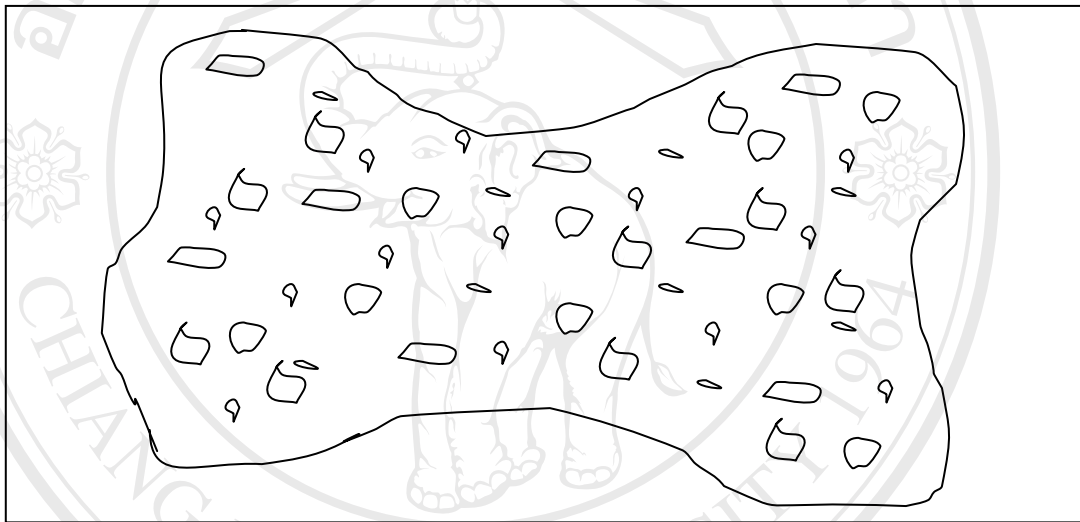
1) ครอบครัว จุดเริ่มต้นของการพัฒนาอัตมโนทัศน์ เริ่มมาจากครอบครัว บุคคลรอบข้างซึ่งมีความสำคัญต่อเด็ก (Significant Others) ล้วนมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ทั้งสิ้น การที่บุคคลเหล่านี้มีทำอย่างไร ประพฤติเช่นไรกับเด็ก จะมีอิทธิพลต่อทัศนคติที่เด็กมีต่อตนเอง ไม่ว่าจะเป็นทางบวกหรือทางลบ

2) สิ่งแวดล้อม บุคคลสำคัญรอบๆ ตัวเด็ก เช่น ครู เพื่อน ต่างก็มีส่วนสำคัญ ในการสร้างอัตมโนทัศน์ทั้งสิ้น ยิ่งเติบโตเป็นวัยรุ่น อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมก็มีมากตามไปด้วย ซึ่งจะรวมทั้งค่านิยมทางสังคมและทัศนคติ

สรุปว่า ปัจจัยมีผลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ คือ พันธุกรรมเป็นสิ่งที่กำหนดศักยภาพพื้นฐาน สิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งที่บุคคลจะต้องเรียนรู้และปรับตัวให้ชีวิตของตนอยู่ในสภาพที่สมดุล การปรับตัวนั้นต้องสอดคล้องเหมาะสมกับการเรียนรู้ตนเองและสภาพการณ์ และช่วงของชีวิตคือ พัฒนาการของบุคคลในวัยต่าง ๆ ที่ได้สะสมประสบการณ์การเรียนรู้และสามารถที่จะเลือกประสบการณ์เหล่านี้ มาแสดงพฤติกรรมได้ตอบกับสิ่งแวดล้อมหรือสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสมกับการเรียนรู้ตนเอง

ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้กับอัตมโนทัศน์

ความสามารถในการรับรู้ เป็นผลมาจากการผสมผสานกันระหว่างวุฒิภาวะและประสบการณ์ของบุคคล เป็นกระบวนการที่เริ่มมาตั้งแต่อยู่ในวัยทารก (พรณี ช.เจนจิต, 2534, หน้า 183 -184) การที่ทารกเริ่ม แยกคน แยกสิ่งของ หรือ ตนเองกับผู้อื่น ถือเป็นสัญญาณของการพัฒนาการรับรู้ตนเอง จากการสังเกตปฏิกิริยาที่ผู้อื่นมีต่อตนเอง ทำให้เกิดการรับรู้ว่าเป็นคนดี หรือมีความสามารถมากน้อยเพียงใด ผลของการรับรู้ลักษณะต่างๆ ของตนเองทั้งจากการตีความหมายด้วยตนเอง หรือจากการประเมินของผู้อื่น จนทำให้เกิดเป็นความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง คือ อัตมโนทัศน์ ซึ่งสามารถแสดงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้กับอัตมโนทัศน์ได้ดังนี้

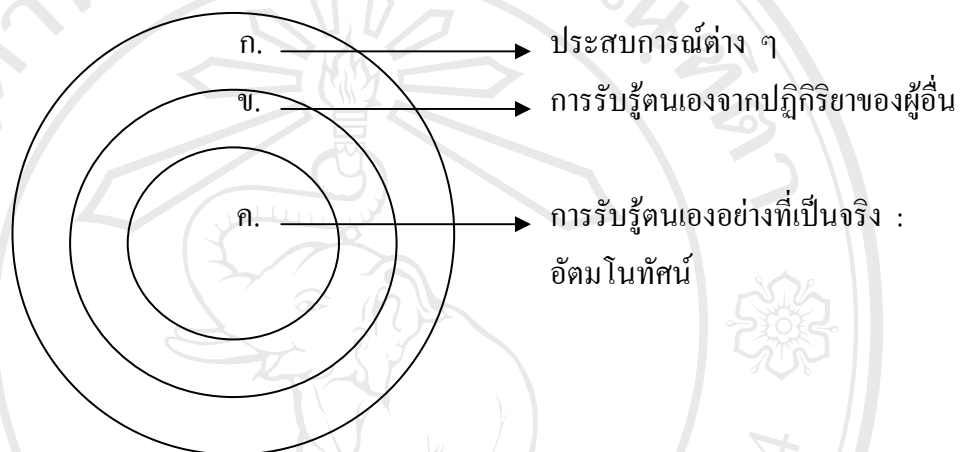


ภาพ 4 แผนภาพแสดงการรับรู้และอัตมโนทัศน์ของพรณี ช.เจนจิต

จากแผนภาพ อัตมโนทัศน์ของบุคคลประกอบไปด้วยความรู้สึกนึกคิดย่อย ๆ เกี่ยวกับตนเองมากมาย จุดเล็กจุดน้อยต่างๆ เปรียบเสมือนความเชื่อของบุคคล ประสบการณ์ทั้งหลายที่ทำให้ข่าวสารเกี่ยวกับตนเอง เช่น ความรู้สึก ความคิดเห็น การรับรู้ และการมองตนเอง จากภาพ บางจุดเล็ก บางจุดใหญ่ บางจุดใกล้ศูนย์กลาง บางจุดอยู่ไกลออกไป ซึ่งเปรียบได้กับความสำคัญของความรู้สึกนึกคิดนั้นๆ ส่วนย่อยต่างๆ เหล่านี้ จะประกอบกันเป็นส่วนรวม ซึ่งมีแบบหรือลักษณะเป็นเอกลักษณ์เฉพาะบุคคล จึงสามารถเคลื่อนที่ยืดหยุ่นและไหลได้เหมือนกับของเหลว การรับรู้จึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กแต่ละคน ดังนี้

- 1) การรับรู้ว่าคุณเองได้รับการยอมรับด้วยความจริงใจจากบุคคลที่มีความสำคัญ
- 2) การรับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถและทำงานที่ได้รับมอบหมายได้สำเร็จ
- 3) การรับรู้ว่าคุณประพฤติปฏิบัติดีตามมาตรฐานของสังคม
- 4) การรับรู้ว่าคุณเองสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้

การแสดงพฤติกรรม เป็นผลเนื่องมาจากการที่บุคคลนั้นรับรู้สภาพการณ์ต่างๆ ตลอดจนรับรู้ตนเองว่าเป็นอย่างไร อัดดาในฐานะที่เป็นกระบวนการ เพราะประสบการณ์ต่างๆ ที่แต่ละคนจะรับรู้ นั้นจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม การแสดงพฤติกรรมเนื่องมาจากการรับรู้สิ่งแวดล้อม ประกอบด้วยประสบการณ์เป็นเรื่องเฉพาะตัวและการรับรู้ตนเองอย่างที่เป็นอยู่จริง (Snygg & Combs, 1949 อ้างมาจาก พรณี ช.เจนจิต, 2534, หน้า 194) แสดงตามแผนภาพ



ภาพ 5 แผนภาพแสดงการรับรู้และอัตมโนทัศน์ของนิคส์และโคมบส์

การแสดงพฤติกรรมจะขึ้นอยู่กับอัตมโนทัศน์ และเป็นผลผลิตของการรับรู้ของแต่ละบุคคล อัตมโนทัศน์เป็นทั้งการรับรู้และความคิดรวบยอดเกี่ยวกับค่านิยมต่างๆ ทางสังคม (Rogers, 1974 อ้างมาจาก พรณี ช.เจนจิต, 2534, หน้า 195)

การพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์

พัฒนาการของอัตมโนทัศน์เริ่มตั้งแต่แรกเกิดไปจนตาย ในช่วงแรกของชีวิต เด็กยังแยกไม่ออกว่าอะไร คือ ตนเอง และไม่ใช่อันอื่น แต่จะพัฒนาขึ้นจากประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งจะคงที่เมื่ออยู่ในวัยผู้ใหญ่ แล้วจะลดลงในวัยชรา (สุสันหา ยิ้มแย้ม และกอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล, 2534 หน้า 13) การพัฒนาอัตมโนทัศน์ นอกจากการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมภายนอกแล้ว พันธุกรรมก็มีอิทธิพลในการใช้สติปัญญา ในการตีความหมายเกี่ยวกับปฏิกิริยา ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อตนเอง และเป็นตัวกำหนดทิศทางของอัตมโนทัศน์ มีลักษณะที่เป็นทั้งทางบวกและทางลบ ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมว่า มีลักษณะของความเชื่อมั่นในตนเอง อัตมโนทัศน์จะพัฒนาไปตามช่วง

วัยต่าง ๆ ตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน (Erikson, 1974 อ้างมาจากประสาท อิศระปรีดา, 2538, หน้า 79 - 86; พรรณี ช. เจริญจิต, 2530, หน้า 197 - 202)

เด็กวัยทารก อายุแรกเกิดถึง 2 ปี การได้รับการเลี้ยงดูที่เหมาะสม ได้รับความรักความเอาใจใส่เป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาอัตมโนทัศน์ทางบวก และรับรู้ว่าเป็นบุคคลสำคัญ หากวัยนี้ไม่ได้รับการเอาใจใส่จากการเลี้ยงดู ได้รับการสัมผัสที่กระแทกกระแทก ทำให้รับรู้ตนเองว่าไม่เป็นที่ต้องการของใคร เกิดความรู้สึกกระแวงสงสัยไม่แน่ใจกับสิ่งแวดล้อม เด็กจึงเกิดการรับรู้โลกนี้ไม่น่าอยู่ไม่ไว้วางใจใครได้ความรู้สึกเหล่านี้เองทำให้เกิดอัตมโนทัศน์ทางลบ

เด็กวัยก่อนเข้าโรงเรียน อายุประมาณ 2 ถึง 4 ปี จะมีพัฒนาการของกล้ามเนื้อที่แข็งแรงขึ้น มักลองความสามารถของตนเองด้วยการทำกิจกรรมต่าง ๆ และเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ พร้อมกับเรียนรู้การปฏิบัติตามมารยาททางสังคม ตามการอบรมสั่งสอนของพ่อแม่ พ่อแม่ต้องให้การเสริมแรงแก่เด็ก เพื่อสะท้อนให้เห็นว่า สิ่ง que เด็กทำหรือปฏิบัติ นั้นถูกต้องเหมาะสมกับปทัสถานของสังคม พร้อมทั้งสร้างความมั่นใจให้แก่เด็ก ในทางตรงกันข้ามสิ่งที่เด็กทำแล้วผู้ใหญ่ตำหนิ วิจารณ์ แนะนำให้ปฏิบัติตามอย่างเข้มงวด มีผลทำให้เด็กสงสัยไม่แน่ใจในความสามารถ เกิดความไม่มั่นใจในตนเองนำไปสู่การรับรู้ว่าเป็นคนไม่มีความสามารถ

เด็กวัยเข้าโรงเรียนระดับอนุบาล อายุประมาณ 4 ถึง 6 ปี เด็กวัยนี้มีความสามารถที่จะควบคุมสิ่งแวดล้อม คิดสร้างสรรค์ทำกิจกรรมต่าง ๆ พยายามที่จะทำให้สำเร็จเฉพาะอย่างและพึงพอใจที่ได้รับการเสริมแรงจากครู ได้รับการยอมรับจากเพื่อน จากการได้รับผลสำเร็จนี้เอง นำไปสู่การประเมินผลการกระทำ และเกิดการรับรู้ตนเองในทางที่ดี หากกิจกรรมที่เด็กทำแล้วไม่ประสบผลสำเร็จได้รับการเสริมแรงทางลบ คือ การตำหนิ วิจารณ์ การลงโทษ มีผลทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ ด้วยการแยกตัวออกไปเล่นคนเดียวนำไปสู่การรับรู้ตนเองในทางลบ

เด็กในวัยเข้าโรงเรียนระดับประถมศึกษา อายุประมาณ 6 ถึง 12 ปี เด็กวัยนี้มีพัฒนาการของร่างกายเจริญขึ้นมาก ต้องการใช้พลังในการทำกิจกรรม พัฒนาการทางด้านสติปัญญาเจริญขึ้นมาก มีความสามารถในการคิดที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นนามธรรมมากขึ้น เด็กจึงต้องได้รับการฝึกฝนทักษะในวิชาเรียนต่าง ๆ รวมทั้งทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น การที่เด็กมีทักษะเหล่านี้ดี จะส่งผลทำให้เกิดความขยันขันแข็ง ในการทำงานและเกิดการรับรู้ตนเองในทางที่ดี ในทางตรงกันข้าม หากเด็กไม่สามารถประสบผลสำเร็จในการทำกิจกรรมดังกล่าว รวมทั้งไม่สามารถปรับตัวและทำงานร่วมกับกลุ่มเพื่อนได้ก็จะเกิดความรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าคนอื่น

อ่ำไพ ศิริพิพัฒน์ (2515, หน้า 98) ได้กล่าวว่า นักทฤษฎีเรื่องตนเชื่อว่า อัตมโนทัศน์ เกิดจากการเรียนรู้ จากประสบการณ์ จากการสังเกตในภาวะหรือสถานการณ์ต่างๆ และจาก

ปฏิกิริยาของผู้อื่นที่มีต่อตนเองด้วย อัตมโนทัศน์นี้จะพัฒนาไปได้เรื่อยๆ ไม่มีขอบเขตและเวลามาจำกัดซึ่งสอดคล้องกับ ลำเนาวิ เรื่องยศ (2535, หน้า 14) ซึ่งได้กล่าวไว้ในลักษณะเดียวกัน

จากคำกล่าวข้างต้นทำให้เห็นว่า อัตมโนทัศน์จะมีการพัฒนาตั้งแต่วัยเด็กไปจนถึงช่วงวัยชราหรืออาจจะกล่าวได้ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงไปได้ตลอดชีวิตของบุคคลนั่นเอง

บทบาทของครูกับการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียน

พรณี ข. เจริญ (2534, หน้า 185 - 187) กล่าวถึง บทบาทของครูที่มีต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนดังนี้

1) ความคาดหวังของครู เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ทางบวก ซึ่งมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนไม่ขึ้นอยู่กับความสามารถของนักเรียนแต่อย่างใด ความคาดหวังของครูและพฤติกรรมของครูที่แสดงต่อนักเรียนแต่ละคนจะมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ครูจึงควรทำให้เป็นกลาง และสร้างสัมพันธที่ดีกับนักเรียนทุกคน และสนับสนุนให้นักเรียนที่เรียนอ่อน มีความพยายามรู้สึกว่าคุณเองยังมีความหวัง ครูควรช่วยให้นักเรียนที่เรียนอ่อนให้ตั้งเป้าหมายของการเรียนรู้ที่เหมาะสม และ ทำทนายให้เกิดความพยายาม

2) การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หมายถึง ความสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคล 2 คน หรือ 2 ฝ่าย โดยต่างฝ่ายต่างมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน การมีปฏิสัมพันธ์ที่สำคัญที่สุดในชั้นเรียน คือ การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูและนักเรียน ซึ่งส่งผลต่อการเรียนรู้และบุคลิกภาพที่สัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์ของผู้เรียน

สรุปแนวความเชื่อเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์จัดว่าเป็นสิ่งที่บุคคลรับรู้ เกี่ยวกับตนเองในลักษณะต่าง ๆ และเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้ ถ้าหากนักเรียนได้มีโอกาสสำรวจประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผ่านมาในอดีต ได้วิเคราะห์พิจารณาถึงความรู้สึกนึกคิด ทั้งลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกซึ่งมีทั้งลักษณะที่ดี ทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในตนเอง เกิดเป็นแรงเสริมภายในให้กับตนเอง ส่วนลักษณะพฤติกรรมหรือความรู้สึกที่ไม่ดี ก็ให้การช่วยเหลือให้สามารถพิจารณาทางเลือกที่เหมาะสมในการปรับปรุงตนเอง สิ่งสำคัญที่ทำให้นักเรียนพัฒนาอัตมโนทัศน์ได้คือ การยอมรับจุดดี จุดด้อยของตนเองและผู้อื่น ดังนั้นการสำรวจตนเองเป็นการฝึกให้นักเรียนรู้จักการควบคุมตนเอง เพราะมนุษย์เราต่างเกิดมาอยู่ภายใต้การช่วยเหลือและการควบคุมของบุคคลอื่น เมื่อเริ่มเติบโตจะค่อย ๆ พัฒนาความสามารถที่จะควบคุมตนเองได้ในที่สุด คือ นักเรียนจะต้องรู้จักและเข้าใจตนเองเสียก่อน การเข้าใจตนเองยังก่อให้เกิดการเข้าใจผู้อื่นด้วยและการเข้าใจผู้อื่นนำมาซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาอ้อมโนทัศน์นักเรียนชั้นประถมศึกษา (ราชัน เหล่ารักผล, 2540) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนา และใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาอ้อมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสมาคมพยาบาลไทย กิ่งอำเภอสองแคว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ประจำปี 2539 จำนวน 38 คน ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรม และยังเปรียบเทียบอ้อมโนทัศน์ของนักเรียนที่ได้รับการฝึกและไม่ได้รับการฝึกจากชุดกิจกรรม ผลการวิจัย ได้ชุดกิจกรรมจำนวน 2 ชุด คือชุดกิจกรรมพัฒนาอ้อมโนทัศน์ทางด้านร่างกาย และชุดกิจกรรมพัฒนาอ้อมโนทัศน์ทางด้านสติปัญญา พบว่า คะแนนเฉลี่ยอ้อมโนทัศน์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ทั้งทางด้านร่างกายและด้านสติปัญญาหลังการทดลองสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยอ้อมโนทัศน์ก่อนการทดลอง และยังสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกจาก ชุดกิจกรรมพัฒนาอ้อมโนทัศน์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การวิจัยเพื่อเปรียบเทียบความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาตามตัวแปร เพศ ชั้นปี สาขาวิชา และหาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและการปรับตัวทางสังคม (ชลิดานนท์ สะชาโต, 2546) กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาหลักสูตรการศึกษาต่อเนื่องชั้นปีที่ 3 และ 4 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 จำนวน 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและการปรับตัวทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาต่อเนื่องมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองอยู่ในระดับปานกลาง นักศึกษาชายและนักศึกษานหญิงมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองไม่แตกต่างกัน นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ ชั้นปีที่ 4 มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และนักศึกษาทั้ง 5 สาขาวิชามีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองไม่แตกต่างกัน

2. นักศึกษาต่อเนื่องมีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง นักศึกษาชายและหญิงมีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 มีการปรับตัวไม่แตกต่างกัน นักศึกษาสาขาวิชาบริหารธุรกิจและสุขศึกษา มีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและการปรับตัวทางสังคมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การศึกษาเปรียบเทียบอ้อมโนทัศน์ ของนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเทิงวิทยาคม จังหวัดเชียงราย (เสาวนีย์ บุญสูง, 2542) ประชากรในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเทิงวิทยาคม จังหวัดเชียงราย ประจำปีภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2541 จำนวน 426 คน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การทดสอบค่า (t - test) ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีอัตมโนทัศน์ทางบวก
2. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีองค์ประกอบอัตมโนทัศน์ด้านพฤติกรรมและด้านความเป็นคนน่านิยมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีอัตมโนทัศน์แตกต่างกัน ในองค์ประกอบด้านสติปัญญาและสถานภาพ ด้านร่างกายและคุณลักษณะ ด้านความวิตกกังวล ด้านความเป็นคนน่านิยม ด้านความสุขความพอใจ และลักษณะส่วนรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การศึกษาอัตมโนทัศน์และความก้าวหน้าในการเรียนของนักเรียนที่ได้รับการประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงาน (นิสากร ภูมิระภูติ, 2542) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2542 โรงเรียนเทศบาลวัดเกตการาม สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 25 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. การพัฒนาแผนการสอนที่มีการประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงาน จำนวน 19 แผน ประกอบด้วยสาระสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรม กิจกรรมการเรียนการสอนได้ยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลาง โดยครูเป็นผู้ชี้แนะด้วยการถามคำถามให้วิเคราะห์และแก้ปัญหาในเนื้อหาที่เรียน สื่อการเรียนการสอนที่หลากหลาย การวัดและการประเมินผล ครูต้องกำหนดจุดประสงค์และประเภทของแฟ้มสะสมงานเป็นขั้นตอนแรก เมื่อถึงขั้นการเลือกชิ้นงานชิ้นแรกส่ง ผู้วิจัยเป็นผู้ตรวจชิ้นงานของนักเรียนในกลุ่มทักษะวิชาคณิตศาสตร์ และวิชาภาษาไทย กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ส่วนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัยนักเรียนจะเป็นผู้ตรวจชิ้นงานด้วยตนเอง หากนักเรียนยังไม่พอใจในชิ้นงานของตนเองสามารถสร้างสรรค์ชิ้นงานจนเป็นที่น่าพอใจ ในการสร้างสรรค์ชิ้นงานครูจะมีส่วนสำคัญในการกระตุ้นให้กำลังใจนักเรียน ในกรณีที่นักเรียนไม่สามารถในการแก้ปัญหาในการทำงานได้ เมื่อแฟ้มสะสมงานของนักเรียนเสร็จสมบูรณ์ นักเรียนต้องสะท้อนความรู้สึกรู้สึกที่มีต่อชิ้นงาน และจัดแสดงนิทรรศการแสดงผลงานนักเรียน

2. นักเรียนที่ได้รับการประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงาน มีอัตมโนทัศน์สูงกว่าก่อนได้รับการประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. นักเรียนที่ได้รับการประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงานมีความก้าวหน้าในการเรียน
4. ความคิดเห็นของนักเรียนที่ได้รับการประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงาน พบว่า อยู่ในระดับเห็นด้วยนักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนการสอนและประโยชน์ของการเรียน ที่มีการประเมินผลโดยใช้แฟ้มสะสมงานโดยภาพรวมอยู่ในระดับเห็นด้วย เช่น การเรียนที่มีโดยใช้แฟ้มสะสมงานเป็นสิ่งที่สนุกสนาน ทำให้นักเรียนได้พัฒนาผลงานของตนเองมากกว่าการแข่งขันกับเพื่อน ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น

การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ของนิสิตที่มีความสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงและนิสิตที่มีความสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำและนิสิตที่เลือกเรียนวิชาประเภทวิทยาศาสตร์ กับนิสิตที่เลือกเรียนวิชาประเภทอักษรศาสตร์ (พันทิวา รุจิพร, 2512) มีกลุ่มตัวอย่างประชากรเป็น นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะครุศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2511 จำนวน 120 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง (The Adjective Check list) ของกัฟและไฮบูร์น (Gough & Heilbrun) สำหรับวิธีการทางสถิติใช้ t - test ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ กลุ่มที่เรียนวิชาประเภทวิทยาศาสตร์ กับ กลุ่มที่เรียนวิชาประเภทอักษรศาสตร์ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

การศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองของเด็กวัยรุ่นที่มีจากครอบครัวชนชั้นกลางกับเด็กวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวชนชั้นต่ำ (ไฉน มีริยะเกิด, 2514) ตัวอย่างประชากรวัยรุ่นชายหญิงจากโรงเรียนสหศึกษา 4 แห่ง เด็กวัยรุ่นจากครอบครัวชนชั้นกลาง 100 คน ชาย 50 คน หญิง 50 คน และวัยรุ่นจากครอบครัวชั้นต่ำ 100 คน ชาย 50 คน หญิง 50 คน รวมทั้งหมด 200 คน ใช้แบบวัดความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองของปีเตอร์และแฮร์ริส (The Piers - Harris Children's Self - Concept Scale) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การทดสอบค่าที (t - test) ผลการศึกษาพบว่า

1. เด็กวัยรุ่นจากครอบครัวชั้นกลาง และเด็กหญิงวัยรุ่นจากครอบครัวชั้นกลาง มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในลักษณะที่เกี่ยวกับพฤติกรรม และลักษณะที่เกี่ยวกับความวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. เด็กวัยรุ่นจากครอบครัวชั้นต่ำและเด็กหญิงวัยรุ่นจากครอบครัวชั้นต่ำ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในลักษณะที่เกี่ยวกับพฤติกรรม และลักษณะที่เป็นส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การศึกษาผลของการบำบัดด้วยหนังสือที่มีต่อมโนทัศน์แห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (อภิชาติ ประสารศรี, 2534) โรงเรียนวัชรวิทยา อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชรจำนวน 20 คน ซึ่งในจำนวนนี้เป็นนักเรียนที่มีระดับมโนทัศน์แห่งตนต่ำจำนวน 10 คน และเป็นนักเรียนที่มีระดับมโนทัศน์แห่งตนสูงจำนวน 10 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน โดยแต่ละกลุ่มมีนักเรียนที่มีมโนทัศน์แห่งตนสูงและต่ำจำนวนกลุ่มละ 5 คน นักเรียนในกลุ่มทดลองจะได้รับการบำบัดด้วยหนังสือสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-1.30 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือ มีมโนทัศน์แห่งตนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการบำบัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 นักเรียนที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือ มีมโนทัศน์แห่งตนภายหลังจากการบำบัดสูงกว่า ก่อนได้รับการบำบัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมโนภาพแห่งตนกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนตามการรับรู้ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2535 (มยุรี สิงโทรราช, 2536) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2535 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า มโนภาพแห่งตนกับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนตามการรับรู้ของนักเรียน มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีมโนภาพแห่งตนด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียนรูปร่างลักษณะด้านความเป็นคนที่น่านิยม และด้านรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนขนาดแตกต่างกัน มีมโนภาพแห่งตนด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียนด้านรูปร่างลักษณะ คุณลักษณะความเป็นคนที่น่านิยมและด้านความสุขความพอใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในเรื่องของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและขนาดของโรงเรียนไม่มีปฏิสัมพันธ์ต่อมโนภาพแห่งตนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05