

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิทของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลพบุรี เขต 2 ผู้วิจัยขอนำเสนอสาระสำคัญตามลำดับดังนี้

1. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
 - 1.1 วิสัยทัศน์
 - 1.2 หลักการ
 - 1.3 จุดหมาย
 - 1.4 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน
 - 1.5 คุณลักษณะอันพึงประสงค์
 - 1.6 สาระการเรียนรู้
 - 1.7 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
2. การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.2 ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.3 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.4 องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.5 ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.6 การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.7 การวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง
3. กิจกรรมแนะแนว
 - 3.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.2 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.3 องค์ประกอบของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.4 จัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิท
 - 3.5 กิจกรรมแนะแนวแบบปกติ
4. เจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว
 - 4.1 ความหมายของเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว
 - 4.2 องค์ประกอบของเจตคติ
 - 4.3 ประโยชน์ของเจตคติ
 - 4.4 การวัดเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

กระทรวงศึกษาธิการ (2551, หน้า 3 - 5) ได้กำหนดวิสัยทัศน์ หลักการ จุดหมาย สมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียนและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ดังต่อไปนี้

1. วิสัยทัศน์

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคน ซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็นต่อการศึกษา การประกอบอาชีพ และการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพ

2. หลักการ

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหลักการที่สำคัญ ดังนี้

- 2.1 เป็นหลักสูตรการศึกษาเพื่อความเป็นเอกภาพของชาติ มีจุดหมายและมาตรฐานการเรียนรู้เป็นเป้าหมายสำหรับพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณธรรมบนพื้นฐานของความเป็นไทยควบคู่กับความเป็นสากล
- 2.2 เป็นหลักสูตรการศึกษาเพื่อปวงชน ที่ประชาชนทุกคนมีโอกาสได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาค และมีคุณภาพ
- 2.3 เป็นหลักสูตรการศึกษาที่สนองการกระจายอำนาจ ให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาให้สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของท้องถิ่น
- 2.4 เป็นหลักสูตรการศึกษาที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระการเรียนรู้ เวลาและการจัดการเรียนรู้
- 2.5 เป็นหลักสูตรการศึกษาที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
- 2.6 เป็นหลักสูตรการศึกษาสำหรับการศึกษาในระบบ นอกกระบบและตามอัธยาศัย ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย สามารถเทียบโอนผลการเรียนรู้ และประสบการณ์

3. จุดหมาย

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข มีศักยภาพในการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพ จึงกำหนดเป็นจุดหมายเพื่อให้เกิดกับผู้เรียน เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้

3.1 มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัย และปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ ยึดหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง

3.2 มีความรู้ ความสามารถในการสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้เทคโนโลยี และมีทักษะชีวิต

3.3 มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย

3.4 มีความรักชาติ มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในวิถี ชีวิตและการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

3.5 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย การอนุรักษ์และพัฒนา สิ่งแวดล้อม มีจิตสาธารณะที่มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งที่ดีงามในสังคม และอยู่ร่วมกันใน สังคมอย่างมีความสุข ในการพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งเน้น พัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญและ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ดังนี้

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานมุ่งให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญ 5 ประการ ดังนี้

4.1 ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสามารถในการรับและส่งสารมีวัฒนธรรม ในการใช้ภาษาถ่ายทอดความคิด ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึก และทัศนะของตนเอง เพื่อ แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูล ข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ โดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคม

4.2 ความสามารถในการคิด เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณและการคิดเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างองค์ ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสม

4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรค ต่าง ๆ ที่เผชิญได้อย่างถูกต้องเหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูล สารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสังคม แสวงหา ความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาและมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ โดยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่องการทำงานและ การอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและ

ความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี เป็นความสามารถในการเลือก และใช้เทคโนโลยีด้านต่าง ๆ และมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเองและสังคมด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การทำงาน การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ถูกต้องเหมาะสมและมีคุณธรรม

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ในฐานะเป็นพลเมืองไทยและพลโลกดังนี้

1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
2. ซื่อสัตย์สุจริต
3. มีวินัย
4. ใฝ่เรียนรู้
5. อยู่อย่างพอเพียง
6. มุ่งมั่นในการทำงาน
7. รักความเป็นไทย
8. มีจิตสาธารณะ

นอกจากนี้ สถานศึกษาสามารถกำหนดคุณลักษณะอันพึงประสงค์เพิ่มเติมให้สอดคล้องตามบริบทและจุดเน้นของตนเอง

6. สาระการเรียนรู้

การพัฒนาผู้เรียนให้เกิดความสมดุลต้องคำนึงถึงหลักพัฒนาการทางสมองและพหุปัญญา หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงกำหนดให้ผู้เรียนเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ดังนี้

1. ภาษาไทย
2. คณิตศาสตร์
3. วิทยาศาสตร์
4. สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
5. สุขศึกษาและพลศึกษา
6. ศิลปะ
7. การงานอาชีพและเทคโนโลยี
8. ภาษาต่างประเทศ

ในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้เป็นเป้าหมายสำคัญของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน มาตรฐานการเรียนรู้ระบุสิ่งที่ผู้เรียนพึงรู้ ปฏิบัติได้ มีคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์เมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน นอกจากนี้มาตรฐานการเรียนรู้ยังเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนพัฒนาการศึกษาทั้งระบบ เพราะมาตรฐานการเรียนรู้จะ

สะท้อนให้ทราบว่าการอะไร จะสอนอย่างไร และประเมินอย่างไร รวมทั้งเป็นเครื่องมือในการตรวจสอบเพื่อการประเมินคุณภาพภายในและการประเมินคุณภาพภายนอก ซึ่งรวมถึงการทดสอบระดับเขตพื้นที่การศึกษา และการทดสอบระดับชาติ ระบบการตรวจสอบเพื่อประกันคุณภาพดังกล่าวเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยสะท้อนภาพการจัดการศึกษาว่าสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้ที่กำหนดเพียงใด (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551, หน้า 5)

7. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนาอย่างรอบด้านเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เสริมสร้างให้เป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรม มีระเบียบวินัย ปลูกฝังและสร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข แบ่งเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

7.1 กิจกรรมแนะแนว

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียน และอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน

7.2 กิจกรรมนักเรียน

เป็นกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาความมีระเบียบวินัย ความเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี ความรับผิดชอบ การทำงานร่วมกัน การรู้จักแก้ปัญหา การตัดสินใจที่เหมาะสม ความมีเหตุผล การช่วยเหลือแบ่งปันกัน เอื้ออาทร และสมานฉันท์ โดยจัดให้สอดคล้องกับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของผู้เรียน ให้ได้ปฏิบัติด้วยตนเองในทุกขั้นตอน ได้แก่ การศึกษาวิเคราะห์ วางแผน ปฏิบัติตามแผน ประเมินและปรับปรุงการทำงาน เน้นการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม ตามความเหมาะสมและสอดคล้องกับวุฒิภาวะของผู้เรียน บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น กิจกรรมนักเรียนประกอบด้วย กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ยุวกาชาด ผู้บำเพ็ญประโยชน์ และนักศึกษาวิชาทหาร กิจกรรมชุมนุม ชมรม

7.3 กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ชุมชน และท้องถิ่นตามความสนใจในลักษณะอาสาสมัคร เพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบ ความดีงาม ความเสียสละต่อสังคม มีจิตสาธารณะ เช่น กิจกรรมอาสาพัฒนาต่าง ๆ กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่กำหนดไว้ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีละ 120 ชั่วโมงและชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 จำนวน 360 ชั่วโมงนั้นเป็นเวลาสำหรับปฏิบัติกิจกรรมแนะแนว กิจกรรมนักเรียน และกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ในส่วนของกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ให้สถานศึกษาจัดสรรเวลาให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติกิจกรรมดังนี้

ระดับประถมศึกษา (ป.1 - 6)

รวม 6 ปี

จำนวน 60 ชั่วโมง

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.1 – 3)	รวม 3 ปี	จำนวน 45 ชั่วโมง
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.4 – 6)	รวม 3 ปี	จำนวน 60 ชั่วโมง

(กระทรวงศึกษาธิการ, 2551, หน้า 19 - 25)

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดให้สถานศึกษาที่จัดการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายจัดชั่วโมงเรียนให้กับกิจกรรมแนะแนวและกิจกรรมนักเรียนปีละ 120 ชั่วโมงโดยแบ่งเป็นกิจกรรมแนะแนว 40 ชั่วโมงต่อปีและกิจกรรมนักเรียน 80 ชั่วโมงต่อปี สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการทดลองจัดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติตามชั่วโมงที่มีอยู่ในตารางเรียนและจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิทในชั่วโมงกิจกรรมนักเรียน

การเห็นคุณค่าในตนเอง

1. ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง (self – esteem) ของบุคคลเป็นการตัดสินคุณค่าของตน (self) และการแสดงออกในรูปของทัศนคติที่บุคคลนั้นมีต่อตนเอง (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539, หน้า 6) ซึ่งเป็นผลมาจากการที่บุคคลได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่งเชิงประเมินจากผู้อื่น โครงสร้างของตนจึงค่อยพัฒนาขึ้นเป็นภาพอันเกิดจากการรวมตัวของความคิด ความเชื่อ ประสบการณ์ของบุคคล ทำให้บุคคลมีมโนภาพหรือความคิดต่อตนเองแล้วประเมินวัดมโนภาพเหล่านั้น โดยอาศัยกระบวนการตัดสินคุณค่าของตนเองจากผลงานความสามารถคุณลักษณะต่าง ๆ ตามมาตรฐานของค่านิยมส่วนตัว ในที่สุดจึงพัฒนามาเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองหรือการเห็นคุณค่าในตน (self – esteem) การเห็นคุณค่าในตนเองนี้ อาจใช้ ในความหมายอื่น เช่น การเคารพนับถือตนเอง การยอมรับตนเองภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเองความรู้สึกถึงคุณค่าต่อตนเองหรือความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและมีผู้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองไว้หลากหลายดังนี้

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543, หน้า 11) ได้ให้คำจำกัดความของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าหมายถึง ความคิดของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนเป็นคนที่มีความค่า มีความหมาย และมีสิ่งที่ดีอยู่ภายในมีความพึงพอใจในตนเอง รักตนเอง รู้ว่าตนสามารถทำสิ่งที่ดีมีประโยชน์ได้ ไม่อิจฉาริษยา ไม่รู้สึกด้อยค่า มองว่าตนเองเก่ง มีความสามารถ ดังนั้นเขาจะมีความเชื่อมั่น ถ้าคิดกล้าทำ กล้าเผชิญกับปัญหา ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

ประดินันท์ อุปรมัย (2544, หน้า 83) กล่าวไว้ว่า อัตมโนทัศน์ (self – concept) เป็นชุดของความเชื่อที่บุคคลใช้สร้างแนวคิดหรือความเข้าใจเกี่ยวกับตน ส่วนอัตคุณทัศน์ (self – esteem) เป็นการเห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวกับตนเอง ซึ่งรวมถึงความรู้ ผลสัมฤทธิ์ ความเป็นอยู่ที่ดีและสุขภาพ ซึ่งเกิดการประเมินตนเองโดยเทียบกับการให้คุณค่าในสิ่งตนประสบความสำเร็จและค่านิยมของครอบครัว ของเพื่อน และของสังคม

กรมวิชาการ (2545, หน้า 5) ให้ความหมายการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่ดีที่มีต่อตนเองจากการสำรวจ วิเคราะห์ ประเมินตนเองในทุกๆ ด้านตามอุดมคติ เกี่ยวกับภาพลักษณ์โดยรวมของตนเองตามความเป็นจริง จนกระทั่งรู้จัก เข้าใจ ยอมรับ ควบคุมและพัฒนาตนเอง รวมทั้งมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รู้ว่าคนมีความสามารถมีคุณค่า สามารถสร้างสรรค์สิ่งดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัว สังคม และดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

กระทรวงศึกษาธิการ (2545, หน้า 25) ให้ความหมายการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็นการประเมินค่าความแตกต่างระหว่างภาพลักษณ์ของตัวคน กับตัวคนในอุดมคติของแต่ละคน

แซสซี (Sasse, 1978, p.48) ให้ความหมายไว้ว่า เป็นความรู้สึกของบุคคลว่าตนเองมีความสำคัญและมีคุณค่า มีความต้องการได้รับความเชื่อมั่น การยอมรับนับถือโดยได้รับการสนับสนุนหรือยอมรับ นับถือจากผู้อื่นเพื่อที่จะได้เกิดความรู้สึกภูมิใจและนับถือตนเอง

แบรนเดน (Branden, 1981, pp.110 -125) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึง เป็นลักษณะของความเชื่อมั่นและการนับถือตนเอง มีความมั่นใจในคุณค่าและความสามารถของตนที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จได้ตามความพอใจ

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981, p.5) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ว่า หมายถึง การที่บุคคลเชื่อว่าตนเองมีความสามารถ มีความสำคัญ ได้รับความสำเร็จ และมีคุณค่าเป็นการตัดสินคุณค่าของตนเองที่แสดงออกมาในรูปแบบของเจตคติต่อตนเองที่แสดงออกเป็นคำพูด และการกระทำอื่นๆ ที่แสดงถึงการยอมรับไม่ยอมรับตนเอง

พาลาดิโน (Palladino, 1994, p.3) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกและความคิดที่มีต่อตนเอง เป็นการเชื่อมโยงระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนเองและการแสดงออกของตนเองการเห็นคุณค่าในตนเองมีคำอื่นๆ ที่ให้ความหมายคล้ายคลึงกันได้แก่ ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองหรือการรับรู้คุณค่าตนเอง (self - worth) การเคารพนับถือตนเอง (self - respect)

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดี มีความเชื่อมั่นในตน ยอมรับตน รู้สึกว่าตนเองมีความหมาย ความสำคัญ มีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของผู้อื่นและสังคม สามารถทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของตนได้

2. ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์ สังคม และการเรียนรู้สำหรับเด็ก การเห็นคุณค่าในตนเองนับว่ามีคุณค่าสูงยิ่ง เพราะเป็นพื้นฐานการมองชีวิตความสามารถทางด้านสังคมและอารมณ์ เกิดจากการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต สามารถยอมรับสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวัง และท้อแท้ใจด้วยความเชื่อมั่นในตนเองจากการศึกษาพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญต่อนักการศึกษาได้กล่าวไว้ดังต่อไปนี้

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543, หน้า 17) ได้กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ชีวิตมีความสุขและประสบความสำเร็จ การเห็นคุณค่าในตนเองเปรียบได้กับภูมิคุ้มกันของร่างกาย ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความเข้มแข็ง สามารถแก้ปัญหาได้ดี จัดการกับความกังวลและความเครียดที่เกิดขึ้นได้หากพบกับความล้มเหลวก็ไม่ท้อแท้ มีพลังต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ อันเข้ามาในชีวิตได้ หากมีความทุกข์เกิดขึ้นก็จะไม่จมอยู่ในความทุกข์นั้นนานเกินไป ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักจะแก้ปัญหาได้ไม่ดี ล้มเหลว ลุกขึ้นยาก ขาดพลังที่จะต่อสู้ เมื่อมีความทุกข์ ความกังวล ความเศร้าจะจมอยู่กับความรู้สึกดังกล่าวนาน ฟิ้นตัวได้ยาก

กรมวิชาการ (2544, หน้า 4 – 5) ได้ระบุว่าบุคคลที่รู้จักและเห็นคุณค่าในตนเองมีลักษณะดังนี้ 1) รู้ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ค่านิยม อารมณ์ และบุคลิกภาพของตนเอง 2) มีสติ รับผิดชอบต่อความต้องการของตนเอง 3) รู้และยอมรับสภาพของตนเองและครอบครัว 4) ควบคุมตัวเองได้ 5) แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และการกระทำได้อย่างเหมาะสมและสัมพันธ์กัน 6) รู้แลภาคภูมิใจในความสามารถของตน 7) ตัดสินใจกระทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม 8) มั่นใจในศักยภาพของตนเอง 9) พัฒนาและใช้ศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม 10) มีสุขภาพจิตดี

อารี พันธุ์ณี (2546, หน้า 96 – 97) ได้กล่าวไว้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญต่อการอบรมเลี้ยงดูเด็กในช่วงวัยเด็ก ซึ่งทำให้เด็กเกิดความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในตนเองรู้ว่าตนเองมีความสำคัญมีความมั่นใจและมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเป็นการวางรากฐานบุคลิกภาพที่มีผลต่อชีวิตเด็กเพื่อเป็นการหลีกเลี่ยงปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นได้

มาสโลว์ (Maslow, 1970, p.24) ได้ให้ทัศนะว่า โดยปกติแล้วบุคคลในสังคมทุกคนต้องการหรือปรารถนาที่จะเคารพตนเอง (self – respect) หรือเห็นคุณค่าในตนเอง (self – esteem) และนอกจากเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว ยังต้องการได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่นอีกด้วย

1. ความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง (self – esteem) เป็นความต้องการของบุคคลที่อยากให้ตนเองเป็นผู้เข้มแข็ง ประสบความสำเร็จ มีความพอเพียง มีความเชี่ยวชาญและมีความเชื่อมั่นที่จะเผชิญกับสิ่งต่างๆ ในโลก

2. ความต้องการเห็นคุณค่าจากผู้อื่น (esteem from other people) เป็นความต้องการของบุคคลที่อยากให้อื่นยอมรับตนเองว่าเป็นผู้มีเกียรติ มีตำแหน่ง มีชื่อเสียง มีอำนาจเหนือผู้อื่น มีอิสรภาพ ไม่ขึ้นกับใคร เป็นผู้ที่มีความสำคัญ เป็นที่รู้จัก เป็นที่น่าสนใจและเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

นิวแมน (Newman, 1986, pp.281 – 286) ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลที่รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีคนรัก ได้รับการยกย่องหรือประสบความสำเร็จมักจะประเมินตนเองในด้านดีเห็นคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าบุคคลใดมีความรู้สึกที่ไม่มีใครสนใจ ไม่ได้รับการยอมรับ ถูกเหยียดหยามหรือไม่ประสบความสำเร็จจะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า ซึ่งความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้

บุคคลนั้นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ฉะนั้นความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล

จากที่กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีความสำคัญต่อบุคคลในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข สามารถกระทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง จะเห็นว่าตนเองมีความสำคัญ มีความสามารถ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีการนับถือตนเองและผู้อื่น มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ทำให้มีสุขภาพจิตดีและมีบุคลิกภาพที่ดี สามารถปรับตัวได้ดี ดังนั้นสมควรที่จะต้องปลูกฝังความรู้สึกเหล่านี้ให้เกิดขึ้นกับเด็กตั้งแต่เยาว์วัย ซึ่งเป็นการวางรากฐานทางบุคลิกภาพให้เด็กได้ตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง เสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถเผชิญกับปัญหา และอุปสรรคได้เป็นอย่างดี ซึ่งความรู้สึกที่ดีต่อตนเองนี้จะส่งผลต่อผู้อื่นในทางที่ดีด้วย

3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

แนวคิดเชิงชีววิทยาและพื้นฐานทางอารมณ์ (biologic – temperament) มักจะพบกับคำถามที่ถามอยู่เสมอว่าทำไมเด็กและวัยรุ่นบางคนจึงมีพัฒนาการ การเห็นคุณค่าในตนเองสูงในขณะที่เด็กและวัยรุ่นบางกลุ่มมีลักษณะไม่มั่นคง (insecure) และสงสัยเกี่ยวกับตนเอง (doubt) ซึ่งคำตอบนั้นมาจากสาเหตุดังนี้ (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2539, หน้า 9 – 14)

1. อิทธิพลด้านชีววิทยาและพื้นฐานทางอารมณ์ (biologic – temperament influences)

การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองจะเกิดขึ้นภายใต้การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์ของเด็ก และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่ตอบสนองต่อเด็กจากผลงานของเซสส์และโทมัส (Chess and Thomas) ได้ชี้ให้เห็นว่าเด็กทารกมีความแตกต่างกันตั้งแต่เกิด เด็กบางคนมีการเคลื่อนไหวมาก บางคนเคลื่อนไหวน้อย และบางคนมีความรู้สึกไวมากในการที่จะรับรู้สิ่งต่างๆ และตอบสนองต่อบุคคลที่เข้ามาสัมพันธ์ด้วย เด็กบางคนดูเหมือนจะระมัดระวังมาก บางคนมีลักษณะมีความพึงพอใจง่าย ในขณะที่เด็กบางคนดูจะมีลักษณะไม่มีความสุข ซึ่งเกิดจากรูปแบบพื้นฐานทางอารมณ์ที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งเซสส์และโทมัสได้จำแนกเด็กออกเป็น 3 กลุ่มคือ เด็กเลี้ยงง่าย (the easy child) เด็กเอาใจยาก (the slow – to warm – up child) และเด็กเลี้ยงยาก (the difficult child) เขาให้ความเห็นว่าการตั้งแต่วัยเด็กบางคนอาจจะมีความยากลำบากในการพัฒนาภาพพจน์แห่งตน (self – image) โดยตั้งสาเหตุมาจากลักษณะพื้นบนทางอารมณ์ของตัวเองซึ่งเรียกว่า “เด็กเลี้ยงยาก” และท้าทายต่อการที่จะช่วยพัฒนาและให้ การศึกษาเด็กเหล่านี้มักจะตอบสนองต่อสถานการณ์มากเกินไป และพบว่ามีความพึงพอใจต่อผลงานได้รับค่อนข้างน้อยออกไป และยากที่จะสนองความต้องการและรู้สึกของตนเองไม่สนใจหรือตอบสนองต่อผู้อื่นในด้านดี พบว่าเด็กที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเมื่อโตขึ้นมักจะมีลักษณะที่สืบเนื่องมาจากพื้นฐานทางอารมณ์ตั้งแต่วัยทารก

กุมารแพทย์และบุคคลที่ทำงานด้านเด็กเป็นบุคคลแรกที่จะพบกับบิดา มารดา ตลอดจนทารกและสามารถส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับทารกโดยการให้ความรู้

เกี่ยวกับความแตกต่างในลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์ของทารกให้บิดามารดาได้มีความเข้าใจว่า เด็กมีสาเหตุของเด็กเลี้ยงยากจะไม่สามารถแก้ไขได้แต่ต้องเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเลี้ยงดูของบิดามารดาซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมากในการที่จะพัฒนาเด็กหญิงมากกว่าเด็กเพศชาย กล่าวโดยสรุป บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพไม่น่าพึงพอใจ

2. ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและผลงาน (general capacity ability and performance) องค์ประกอบทั้ง 3 ด้านนี้มีความสัมพันธ์ระหว่างกันและกัน และมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล โดยแต่ละด้านจะแสดงถึงศักยภาพของการประสบความสำเร็จของบุคคลทั้งในขณะที่อยู่ในระบบโรงเรียนและเมื่ออยู่ในสังคม ขณะเดียวกันจะมีเรื่องของสติปัญญาเป็นตัวเสริมความสามารถทางวิชาการ และความสามารถทางวิชาการนี้นับว่าเป็นเกณฑ์ที่สำคัญในการตัดสินประสิทธิผลทางการเรียนสูง เป็นผู้เห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ประสบความสำเร็จในการเรียนต่ำ

ผลของความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการเรียนนี้เกี่ยวกับหลายสาเหตุ นอกจากวัตถุประสงค์การเรียนรู้ การสอนแล้วยังรวมถึงปัจจัยอื่นๆ เช่น ครูผู้สอน พ่อแม่และเพื่อนซึ่งเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการทำให้บุคคลมีความสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนและสามารถใช้เป็นตัวบ่งบอกถึงการประสบความสำเร็จได้ค่อนข้างชัดเจน สัมฤทธิ์ผลทางการเรียนจึงใช้เป็นพื้นฐานการทดสอบความสำเร็จในอนาคตของบุคคลและเป็นตัวบ่งบอกถึงการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลด้วย

3. ภาวะทางอารมณ์ (affective states) ภาวะทางอารมณ์เกิดจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น แล้วประเมินตนเองโดยที่บุคคลอาจประเมินตนเองในทางบวกซึ่งส่งผลให้บุคคลมองตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีความสามารถประสบความสำเร็จแล้วเกิดความรู้สึกพอใจ ความสุข ฯลฯ เป็นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง ส่วนผู้ที่ประเมินตนเองในด้านลบ จะมองตนเองว่าไร้ความสามารถหรือไร้สมรรถภาพจะรู้สึกด้วยวิตกกังวล การคิดเช่นนั้นนอกจากเป็นการลดความสุขในชีวิตปัจจุบันแล้ว ยังเป็นการทำลายความหวังในอนาคตอีกด้วย

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสำคัญใน 2 แง่ด้วยกันคือ เป็นสิ่งบ่งบอกถึงคุณสมบัติของบุคคลและบ่งบอกถึงคุณค่าของบุคคลประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการคือ ความมั่นใจในตนเองและความเคารพนับถือตนเอง ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจึงเป็นความเชื่อมั่นที่บุคคลเชื่อว่าตนเองมีคุณสมบัติในการทำงานอย่างเพียงพอและมีคุณสมบัติเพียงพอในการดำรงชีวิต แบรินแดน (Branden) มีความเชื่อว่าโดยธรรมชาติแล้ว มนุษย์โดยทั่วไปมีความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่บุคคลอาจไม่มีความรู้ว่าจะทำอย่างไรเพื่อสนองความต้องการนี้และไม่รู้ว่ามีความรู้ว่าการวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองนี้อย่างไร ดังนั้นจึงมีอิทธิพลต่างๆ เข้ามาเกี่ยวข้อง

4. อิทธิพลด้านสิ่งแวดล้อม (environmental Influence) การอยู่ใกล้ชิดกับเด็ก โดยเฉพาะบิดามารดา มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความรู้สึกของเด็กเมื่อพ่อแม่ ครู หรือผู้ที่เกี่ยวข้อง

กับเด็กรู้สึกอยู่ในใจว่าเด็กผู้นั้นเป็นเด็กเลี้ยงยาก และอาจยังไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับเด็ก ลักษณะดังกล่าว ลักษณะพื้นฐานทางอารมณ์ และความคาดหวังของผู้ใหญ่ย่อมส่งผลต่อ ปฏิกริยาของคนที่มีต่อเด็ก เช่น บิดา มารดา ที่กระตือรือร้นมากมักจะเกิดความคับข้องใจ และความตึงเครียดต่อเด็กที่มีลักษณะระมัดระวังตัวเองมากและตอบสนองช้า บิดามารดาที่มุ่งผล ความสำเร็จมากมักจะยุ่งยากที่จะเข้าใจเด็กที่มีปัญหาเรื่องสมาธิ ความสนใจและการเรียนรู้ และมี แนวโน้มจะตำหนิลูกของตัวเองว่าเป็นคนโง่และเชื่องช้า แม้ว่าเด็กได้พยายามใช้พลังอย่างมาก ในการที่จะทำให้สำเร็จ เนื่องจากมีพัฒนาการล่าช้า ความไม่สอดคล้อง(mismatches) ระหว่าง บิดามารดา (ครู ผู้ใหญ่) และเด็กคือจุดกำเนิดของความโกรธและความผิดหวังในสถานการณ์ แบบนี้ไม่แปลกเลยที่จะพบเด็กมีความรู้สึกที่ไม่ดี เมื่อล้มเหลวหรือผิดพลาดและรู้สึกว่าบุคคลอื่น ไม่ชอบตัวเอง มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (low self – esteem) ในขณะที่บิดามารดาที่เข้าใจ และรู้สึกถึงผลกระทบของการไม่สอดคล้องกันนี้และมีความเห็นอกเห็นใจเด็ก (empathic) เข้าใจ (understanding) และชื่นชม (appreciating) ในเอกลักษณ์ของเด็กและเข้าใจความต้องการของ เด็กโดยปรับความคาดหวังให้เหมาะสมกับลักษณะของเด็กย่อมช่วยให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเองสูง ลักษณะเฉพาะของเด็กจะเกิดขึ้นตั้งแต่เด็กยังไม่เกิด นอกจากการได้รับการตอบสนองจากบุคคล อื่นเด็กยังรับรู้การตอบสนองที่ผู้อื่นมีต่อตน เช่น เด็กบางคนจะมองพฤติกรรมการตอบสนองของ ผู้อื่นไปในทางบวกในขณะที่บางคนจะมองในแง่ลบภาพของการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็ก กับสิ่งแวดล้อมจะช่วยส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กโดยเฉพาะการยินยอม การนับถือ และการยอมรับของผู้ใหญ่ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, p.5) กล่าวว่า การยอมรับนั้นไม่ได้ หมายความว่า การที่บิดามารดา ครู ยอมรับทุกอย่าง อย่างที่เป็นตัวเด็กแต่หมายความว่า ครู หรือ บิดา มารดา สามารถที่จะเห็นและเข้าใจเด็กว่าเขาเป็นอย่างไรโดยไม่สับสน การไม่ยอมรับในตัวเด็กเมื่อเกิดความรู้สึกไม่พึงพอใจและต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงเด็ก จะทำให้เด็กไม่สามารถ ค้นพบจุดเด่นของตนเอง เปรียบเสมือนกับการมีข้อจำกัด (limited) เด็กจะพัฒนาตนเองให้ พร้อมและจะปฏิเสธจนกว่าเขาจะพร้อม การขาดการยอมรับทำให้เด็กไม่ได้รับการสนับสนุน ทางอารมณ์ที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมและจะไม่พยายามสร้างพฤติกรรมใหม่

ทฤษฎีจิตสังคมของอิริคสัน (Psychosocial theory) กุลยา ตันติผลาชีวะ (2542, หน้า 29 – 30) จำแนกความต้องการจำเป็นของเด็กแต่ละวัย เริ่มจากความต้องการความมั่นใจ ในทารกความเป็นตัวเองของเด็กวัยหัดเดิน ความคิดริเริ่มของเด็กวัยก่อนเรียน ความอึดสาหะ ของเด็กวัยเรียนซึ่งจุดเด่นที่สำคัญคือ พัฒนาการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม โดยแจ้งให้เห็นถึงขั้น พัฒนาการของคนตั้งแต่แรกเกิดจนตายว่า มีความขัดแย้งในทุกช่วงวัยจำแนกได้ดังนี้

1. ชั้นความไว้วางใจกับไม่ไว้วางใจ (trust vs. mistrust) เด็กขวบแรก พัฒนาการความไว้วางใจจากสัมผัสของผู้คนรอบข้าง ถ้าเด็กได้รับความรักและการยอมรับเด็กจะยิ้มเล่นหัวอย่าง สบายใจและมีความไว้วางใจ ในทางตรงกันข้ามถ้าไม่มีความรักเด็กจะขาดความไว้วางใจเมื่อโต ขึ้นจะมีพฤติกรรมแยกตัว อยู่ไม่สุข อาจมีอาการซึมเศร้า พัฒนาการขั้นนี้พ่อแม่เป็นศูนย์กลาง

ของการสร้างความไว้วางใจ เด็กต้องการสิ่งแวดล้อมที่มั่นคงและเหมือนเดิมการเลี้ยงดูที่ดีจะทำให้เกิดความไว้วางใจที่ดีด้วย

2. ชั้นความเป็นตัวเองกับความละอายและสงสัย (autonomy vs. doubt) เมื่อเด็กอายุ 2 ขวบเด็กเริ่มเรียนรู้ที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง เป็นระยะของความพยายามที่ยืนเดินด้วยตนเองต้องการควบคุมตนเอง เห็นตนเองมีค่าเมื่อแสดงว่าตนทำได้ เช่น แต่งตัวได้เอง การได้รับการยอมรับและตอบสนองที่ดีจะทำให้เด็กมีการเห็นคุณค่าในตน แต่หากเด็กไม่ได้รับการตอบสนอง เด็กจะขาดการเห็นคุณค่าในตน อาจ ไม่กล้า จะมีผลทำให้เมื่อโตขึ้นมีปัญหาทางสุขภาพจิตได้ง่าย

3. ชั้นความคิดริเริ่มกับความรู้สึกผิด (initiative vs. guilt) เด็กก่อนวัยเรียนอายุ 3 – 5 ปี เป็นวัยที่มีความมุ่งมั่น มีความคิดมีความตั้งใจที่จะทำงานให้สำเร็จด้วยตนเองมากขึ้น สามารถเรียนรู้และสนุกที่จะทำความเข้าใจ มีความคิดริเริ่มที่เป็นตัวของตัวเองสนใจค้นคว้าสร้างสรรค์ความสามารถในการทำกิจกรรมได้หลายอย่างใครที่จะค้นคว้าหาความรู้ การสนับสนุนพัฒนาการในช่วงนี้ของเด็กคือการให้เล่นแบบสร้างสรรค์ ให้กำลังใจ ให้รู้ผิดรู้ถูก ต้องระวังการทำให้เด็กรู้สึกคับข้องใจเพราะเด็กกลัวล้มเหลว กลัวการถูกลงโทษ การตอบสนองที่ไม่ดีจะทำให้ความรู้สึกผิดติดอยู่ในตัวเด็ก เมื่อโตขึ้นจะไม่กล้าเข้าสังคม

4. ชั้นมีผลงานกับปมด้อย (industry vs. inferiority) เป็นช่วงเด็กวัยตอนกลางอายุประมาณ 6 ปีถึงวัยรุ่น ถ้าเด็กผ่านช่วงวัยของความไว้วางใจความเป็นตัวเองและความคิดริเริ่มมาด้วยดีในช่วงนี้เด็กจะเริ่มมีผลงานเป็นของตัวเอง เริ่มประเมินและติดตามผลสัมฤทธิ์ของตน ปัญหาของวัยนี้คือเด็กมีพฤติกรรมแข่งขันมากเกินไป หรือไม่ก็รู้สึกมีปมด้อยทำไม่สำเร็จอย่างหวังซึ่งมีผลต่อเจตคติที่ไม่ดีต่อชีวิตไปจนตาย

ตามทฤษฎีของอีริกสัน เด็กจะพัฒนาได้ติดตามขั้นพัฒนาการทางสังคมหรือไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ที่เด็กได้รับ เด็กอยู่ในช่วงที่กำลังสนใจสิ่งแวดล้อมอยากเห็นและเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว การส่งเสริมโดยการเปิดโอกาสให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเองในการกระทำสิ่งต่างๆ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมตามขั้นพัฒนาการ

ทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of needs)

มาสโลว์ (Maslow, 1970 pp.80 – 97) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์ โดยกล่าวว่ามนุษย์ทุกคนมีความต้องการ และความต้องการนั้นเริ่มจากความต้องการซึ่งอยู่ในระดับที่ต่ำที่สุดจนไปถึงความต้องการในระดับที่สูงสุด ซึ่งแบ่งความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ออกเป็น 5 ชั้นคือ

1. ความต้องการทางสรีระหรือความต้องการทางร่างกาย (physiological need) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของร่างกาย เป็นความต้องการที่จำเป็นสำหรับมีชีวิตอยู่โดยคนมีกิจกรรมและชวนชวายเป็นจะสนองความต้องการ

2. ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยและสวัสดิภาพ (safety needs) เป็นความต้องการความมั่นคงปลอดภัยทั้งทางร่างกายและจิตใจ เป็นอิสระจากความกลัว ขู่มขู่บังคับจากผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมเป็นความต้องการที่จะได้รับการปกป้องคุ้มกัน ความต้องการประเภทนี้เริ่มตั้งแต่วัยทารกจนกระทั่งวัยชราความต้องการที่จะมีงานทำเป็นหลักแหล่งก็เป็นความต้องการเพื่อสวัสดิภาพของผู้ใหญ่อย่างหนึ่ง

3. ความต้องการความรักและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (love and belonging needs) มนุษย์ทุกคนมีความปรารถนาจะให้เป็นที่รักของผู้อื่น และต้องการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นและเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะให้ทุกคนยอมรับตนเป็นสมาชิก

4. ความต้องการที่จะรู้สึกว่าคุณค่า (esteem needs) ความต้องการประเภทนี้ประกอบด้วย ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ มีความสามารถที่จะให้ผู้อื่นเห็นว่าตนมีความสามารถ มีคุณค่าและมีเกียรติต้องการได้รับความยกย่องนับถือจากผู้อื่น ผู้ที่สมปรารถนาในความต้องการนี้จะเป็นผู้ที่มีความมั่นใจในตนเอง เป็นคนมีประโยชน์และมีค่าตรงกันข้ามกับผู้ที่ขาดความต้องการประเภทนี้ จะรู้สึกตนว่าไม่มีความสามารถและมีปมด้อยมองโลกในแง่ร้าย

5. ความต้องการรู้จักตนเองอย่างแท้จริงและพัฒนาตนเองที่ตามศักยภาพของตน (need for self actualization) เป็นความต้องการที่จะรู้จักตนเองตามสภาพที่แท้จริงของตนเองกล้าที่จะตัดสินใจเลือกทางเดินทางชีวิต รู้จักถ้อยนิยามของตนเอง มีความจริงใจต่อตนเอง ปรารถนาที่จะเป็นคนดีที่สุดเท่าที่จะมีความสามารถทำได้ ทั้งทางด้านสติปัญญา ทักษะและอารมณ์ความรู้สึกยอมรับตนเองทั้ง ส่วนดี ส่วนเสียเปิดโอกาสให้ตนเองเผชิญกับความจริงของชีวิตเผชิญกับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ

ความต้องการทั้ง 5 ชั้นของมาสโลว์ (Maslow) ได้ถูกจัดลำดับความสำคัญโดยเริ่มจากความต้องการในระดับที่ต่ำสุดไปจนถึงระดับสูงสุด ความต้องการสูงสุดจะไม่มีมีความสำคัญหรือไม่ปรากฏจนกว่าจะได้รับความพึงพอใจในขั้นที่ต่ำกว่าเมื่อความต้องการในระดับต่ำ ได้รับความพึงพอใจแล้วความต้องการในระดับที่สูงขึ้นไปจะตามมา ดังนั้นผู้ที่จะมีบทบาทสำคัญในการตอบสนองความต้องการทั้ง 4 ชั้นแรกก่อนจึงจะสามารถพัฒนาเด็กให้เต็มตามศักยภาพได้

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984, p.5) ได้กล่าวไว้ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการตัดสินใจเห็นคุณค่าของตนเอง ซึ่งแสดงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเองเป็นการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเองและแสดงถึงขอบเขตความเชื่อที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญความสำเร็จและค่าของตนเอง จากคำจำกัดความข้างต้น สรุปได้ว่าความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินหรือตัดสินใจคุณค่าของตนเอง จากความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านต่างๆ ซึ่งความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองนี้ หากบุคคลได้รับจะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าคุณค่าความสามารถ ทำให้บุคคลมีการพัฒนาไปสู่ขั้นการบรรลุจัดการแห่งตน

จากทฤษฎีที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นซึ่งเป็นผลมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ อันมีพื้นฐานมากจากการอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็กจาก

ครอบครัวที่อบอุ่น มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี และจากการมองตนเองในแง่ดี มีความมั่นใจในตนเอง เป็นความรู้สึกที่เกิดจากการประเมินตนเองจากประสบการณ์ที่ผ่านมาซึ่งทุกคนปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จในตนเองถ้าบุคคลได้ประสบผลสำเร็จในสิ่งที่ตนคาดหวังไว้บ่อย ๆ ก็ทำให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่า ผู้ที่ไม่ค่อยประสบความสำเร็จในชีวิต

4. องค์ประกอบของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

มาสโลว์ (Maslow, 1970, pp.45 - 46) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบคือ

1. การยอมรับนับถือและการประเมินคุณค่าในตนเอง ได้แก่ การมีจุดเด่น (strength) ความสำเร็จ (achievement) ความเชื่อมั่น (adequacy) การพึ่งพาตนเองอย่างมีอิสระ (independence and freedom)

2. การได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น การมีชื่อเสียง การมีเกียรติยศ ตำแหน่ง ความรุ่งเรือง การยอมรับ ความสำคัญ การมีศักดิ์ศรีหรือเป็นที่น่าชมเชย

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981, pp.118 - 119) ได้ทำการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองพบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาสโลว์ คือ องค์ประกอบภายในบุคคล ซึ่งเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองจากตนเอง และองค์ประกอบภายนอกบุคคล ซึ่งเกี่ยวข้องกับการได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่นดังนี้

1. องค์ประกอบภายในบุคคล หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกันได้แก่

1.1 ลักษณะทางกายภาพ ลักษณะทางกายภาพบางลักษณะมีส่วนร่วมช่วยให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตัวเองเพิ่มขึ้น เช่น ความงาม มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเพศหญิง ส่วนความแข็งแรง ความรวดเร็ว มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเพศชาย

1.2 ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและการกระทำความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและการกระทำมีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จของบุคคลทั้งในโรงเรียนและสังคมโดยเฉพาะในวัยเรียน การประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.3 ภาวะทางอารมณ์ เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงความพอใจความเป็นสุข ความวิตกกังวลซึ่งเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเองบุคคลที่ประเมินตนเองไปในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพึงพอใจในตนเองและมีภาวะอารมณ์ด้านบวก ส่วนบุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ไม่ดีจะมีความพึงพอใจในภาวะปัจจุบันของตนเองและมองว่าตนเองไม่สามารถที่จะประสบผลสำเร็จในอนาคตได้

1.4 ค่านิยมส่วนตัว บุคคลจะประเมินตนเองกับสิ่งที่ตนให้คุณค่าและความสำคัญบุคคลที่ให้คุณค่าแก่ความสำเร็จทางการเรียนถ้าเขาประสบความล้มเหลว เขาจะ

ประเมินค่าของตนเองต่ำลง การให้คุณค่าของบุคคลแก่สิ่งหนึ่งสิ่งใดจะสอดคล้องกับสิ่งที่สังคมให้คุณค่า ถ้ามีความสอดคล้อง การเห็นคุณค่าในตนเองจะสูงขึ้น แต่ถ้าค่านิยมส่วนตัวของคุณไม่สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมบุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง

1.5 ความทะเยอทะยานหรือระดับความมุ่งหวัง การตัดสินคุณค่าของบุคคลอยู่บนพื้นฐานของการเปรียบเทียบผลงานและความสามารถของตนกับมาตรฐานส่วนตนที่ตั้งไว้ บุคคลจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้บุคคลจะรู้สึกว่าคุณค่าตนเองล้มเหลว ซึ่งจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของคุณ

2. องค์ประกอบภายนอกบุคคล หมายถึง สภาพแวดล้อมที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ประกอบด้วย

2.1 ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวหรือพ่อแม่ ประสบการณ์ที่บุคคลได้รับจากความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญในชีวิตของบุคคล เด็กที่ได้รับความอบอุ่น การดูแลสนับสนุนให้กำลังใจ การให้เสรีภาพเด็กในการกระทำ ความคาดหวังต่างๆ และรวมถึงการดูแลและเบี่ยงกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่ใช้ปกครองลูก และการจัดการดูแลให้เด็กมีอิสระในการปฏิบัติตามที่พ่อแม่กำหนดไว้ โดยมีการกำหนดและจำกัดขอบเขตการกระทำไว้อย่างชัดเจนการที่พ่อแม่ยอมรับเด็กอย่างมีเงื่อนไข สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.2 โรงเรียนและการศึกษา โรงเรียนเป็นสถานที่พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กสืบต่อจากที่บ้าน กิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นเป็นไปเพื่อตอบสนองความต้องการของเด็ก เพื่อพัฒนาความคิด เพื่อการได้ตระหนักรู้ในตนเอง นอกจากนี้ครูจะมีบทบาทที่สำคัญต่อการเรียนรู้และการรับรู้ของเด็ก ครูสามารถทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณค่าหรือความสำคัญได้ เนื่องจากครูเป็นผู้ประเมินการกระทำของเด็กในด้านต่างๆ ที่โรงเรียน ซึ่งมีผลให้เด็กมีทัศนคติต่อตนเองจากการประเมินนั้น การที่ครูมีความคาดหวังในตัวเด็กจะทำให้เด็กพัฒนาความสามารถศักยภาพของตนแล้วสามารถประสบความสำเร็จในด้านการศึกษาตามที่ครูคาดหวัง จึงเห็นได้ว่าโรงเรียนเป็นสถาบันที่สำคัญที่จะช่วยพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.3 สังคมและกลุ่มเพื่อน นับเป็นกลุ่มบุคคลที่มีความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่จะรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจากการเปรียบเทียบตนเองกับกลุ่มเพื่อนในด้านทักษะความสามารถ ความถนัด สัมฤทธิ์ผล หากบุคคลมีสิ่งดังกล่าวนี้สูงกว่าเพื่อนๆ หรือได้รับการยอมรับเป็นที่นิยมชมชอบ ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม บุคคลก็จะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง

ศรีเรือน แก้วกังวาน (2545, หน้า 357 - 358) ได้กล่าวว่า วิกฤติการณ์ในการค้นหา "คน" เพื่อพบตนเองของวัยรุ่นนี้จะเข้าใจถึงสิ่งที่มีอิทธิพลและวิธีการค้นหาคนซึ่งมีความคาบเกี่ยวต่อกันและกันได้แก่

1. บุคลิกภาพของพ่อแม่ วิธีปฏิบัติต่อกันและกันของบุคคลในครอบครัว

ทัศนคติค่านิยมของครอบครัวเป็นแบบฉบับในการหล่อหลอม “คน” ซึ่งค่อยๆ สั่งสม วิเคราะห์ สังเคราะห์ ตั้งแต่ในวัยทารกจนกระทั่งถึงวัยรุ่น หากภาพของคนที่ได้สั่งสม มานี้มีโครงร่างมั่นคงตั้งแต่ต้น มีลักษณะตรงต่อความเป็นจริง ตรงต่อความคาดหวังของบุคคล อื่นๆ ในสังคมนอกบ้าน เช่น เพื่อน ครู ค่านิยมของชนส่วนใหญ่ทั่วๆ ไป การค้นหาตนเองและ พบตนเองก็ไม่ก่อให้เกิดประเด็นปัญหามากมายนัก

2. การเลียนแบบ

การค้นหาตนเองนั้น วิธีหนึ่งซึ่งเด็กมักนำมาใช้คือการเลียนแบบบุคคลที่น่านิยม ทั้งบุคคลในบ้านและนอกบ้าน ทั้งผู้สูงวัยกว่าและเพื่อนร่วมวัย ปัญหาและข้อบกพร่องในการ เลียนแบบจะเกิดขึ้นในสถานการณ์ต่อไปนี้

2.1 บุคคลที่ได้รับการประเมินในขั้นแรกว่าเป็นคนที่น่านิยมนั้น ไม่มีคุณสมบัติ เป็นคนดีที่น่านิยมจริงๆ แต่เป็นคนเด่นในกลุ่มเท่านั้น

2.2 เด็กไม่ได้ใกล้ชิดผู้ใหญ่ที่น่านิยม จึงไม่มีโอกาสเลียนแบบคุณสมบัติของ ความเป็นผู้ใหญ่ที่ดี

2.3 เด็กไม่มีโอกาสได้พบเห็นและเลียนแบบบทบาททางเพศจากผู้ใหญ่ตามเพศ ของตน ทำให้เกิดข้อขัดแย้งเกี่ยวกับบทบาททางเพศและความสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม

2.4 เด็กมีชีวิตอยู่ในกลุ่มเพื่อนซึ่งเป็นบุคคลที่มีปัญหา เช่น ขาดความรับผิดชอบ สูญเสีย สูญหาย มั่วสุมทางเพศและเด็กที่เลียนแบบบุคคลเหล่านี้เพราะอยู่ใต้อิทธิพลของเขา

2.5 อุดมคติ ค่านิยม ทัศนคติ ความเชื่อของคนสูงวัยกว่าวัยรุ่นแตกต่างจาก วัยรุ่นปัจจุบัน ชีวิตของคนรุ่นพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย แตกต่างจากคนวัยรุ่นอย่างมาก ทำให้ไม่เกิด การเลียนแบบผู้สูงวัยกว่า การวางแผนความประพฤติการปฏิบัติและการพบตนเองตามความ เป็นจริงในสมัยของวัยรุ่นปัจจุบันเต็มไปด้วยความสับสน

3. สื่อมวลชนและการเอาอย่าง

สื่อมวลชนในรูปแบบต่างๆ เช่น ภาพยนตร์ โทรทัศน์ หนังสือ การโฆษณา หนังสือการ์ตูน มีบทบาทและอิทธิพลต่อการค้นหาตนเองและพบตนเองของเด็กเป็นอย่างยิ่ง ข่าวสารจาก สื่อมวลชนบางลักษณะไม่เหมาะสมสำหรับการสร้าง “คน” และ “การค้นหาตนเอง” เนื่องจากสื่อมวลชน เสนอสารพัดเรื่องต่อสาธารณชนในวงกว้างๆ สำหรับคนทุกชั้นทุกวัย เด็กวัยรุ่นจึงได้รับทราบ และซึมซับองค์ประกอบในการสร้างคน และค้นหาตนเองในแง่มุมซึ่งไม่เหมาะสมตามวัยของตน ได้ เช่น การคดโกง การยิง การทำร้ายผู้อื่น ทำให้เกิดทัศนคติว่า บทบาทเหล่านั้นเป็นของดี ทำได้ในชีวิต

วัยรุ่นที่จะผ่านภาวะวิกฤติในการค้นหาตนเองและค้นพบตนเอง ได้แก่

1. วัยรุ่นผู้ใช้ปัญญาเผชิญเหตุการณ์ของชีวิตมากกว่าใช้อารมณ์
2. วัยรุ่นผู้สุ่มปัญหามากกว่าที่จะยอมหนีปัญหา
3. วัยรุ่นผู้รู้เท่าทันธรรมชาติของตน

4. วัยรุ่นผู้เห็นว่าตนเองมีค่า "มีผู้ใหญ่" เป็นที่พิศพิงได้ในบางครั้งบางคราว

วัยรุ่นที่มีความรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีค่า จะเข้าใจตนเองตามสภาพที่แท้จริง และยอมที่จะสามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี แม้ในสภาวะการณ์ที่คับขัน ซึ่งจำเป็นต้องเลือกปฏิบัติในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ถ้ามีเพื่อนชวนให้ลองใช้ยาเสพติด วัยรุ่นที่มีความรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีค่า ก็จะสามารถปฏิเสธคำชวนของเพื่อนได้ทันที เพราะทราบและเข้าใจดีว่ายาเสพติดเป็นสิ่งที่ไม่ดี ความรักและภูมิใจตัวเอง เป็นที่แน่นอนว่าวัยรุ่นจะไม่ยอมให้สิ่งที่ไม่ดีเข้ามายุ่งเกี่ยวกับตัวเขาเองแม้แต่น้อย

จากแนวคิดและทฤษฎีของนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความเห็นสอดคล้องกันว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลและส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลนั้นเกิดจากกระบวนการเรียนรู้ของบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบด้าน ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้องค์ประกอบเป็นข้อมูลในการวิเคราะห์ผลการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย 4 ด้านดังนี้

1. ด้านตนเองโดยทั่วไป เป็นความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกมาในรูปของความเชื่อมั่น การยอมรับในความสามารถ ความมีคุณค่าและความสำคัญต่อตนเอง ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าแสดงออก เป็นที่พึ่งของตนเองและผู้อื่นได้และมีความพอใจในชีวิตปัจจุบันของตน

2. ด้านครอบครัว เป็นความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกมาในรูปของความเชื่อมั่น การยอมรับในความสามารถ ความมีคุณค่าและความสำคัญต่อตนเองเกี่ยวกับการมีสัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัว ได้แก่ การได้รับความรักและการยอมรับจากพ่อแม่ บุคคลในครอบครัว ความพึงพอใจกับบรรยากาศภายในครอบครัว เป็นที่ภาคภูมิใจและสามารถปฏิบัติตนได้ตามความปรารถนาของครอบครัว

3. ด้านโรงเรียนและการศึกษา เป็นความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกมาในรูปของความเชื่อมั่น การยอมรับในความสามารถ ความมีคุณค่าและความสำคัญต่อตนเองเกี่ยวกับการประสบความสำเร็จ ความพึงพอใจในผลการเรียนและการได้รับการยอมรับจากครู

4. ด้านสังคมและเพื่อน เป็นความรู้สึกของบุคคลที่แสดงออกมาในรูปของความเชื่อมั่น การยอมรับในความสามารถ ความมีคุณค่าและความสำคัญต่อตนเองเกี่ยวกับการมีสัมพันธภาพกับเพื่อนและบุคคลอื่นในสังคม ได้แก่ การเป็นที่นิยมชมชอบ เป็นบุคคลสำคัญต่อคนรับข้างและได้รับการยอมรับจากเพื่อนและบุคคลอื่นในสังคม

5. ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง

ประสิทธิ์ ทองอุ่น, และคนอื่นๆ, (2542, หน้า, 38) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองพอสรุปได้ว่า ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถพัฒนาตนเองบรรลุไปสู่เป้าหมายที่ใฝ่หาได้ และจะต้องประกอบไปด้วยลักษณะของความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้องตามที่เป็นจริง สามารถวิเคราะห์วิจารณ์ตนเอง ตลอดจนยอมรับคำวิจารณ์คนอื่นได้ โดยไม่

หลอกตนเองและไม่เข้าข้างตนเอง นอกจากนี้ยังทำให้เป็นผู้ที่มีลักษณะมั่นใจ ซึ่งถือว่าเป็นความเจริญงอกงามที่เกิดขึ้นภายในใจ “ตน” และจะช่วยส่งเสริมให้เกิดการแสวงหาการเปลี่ยนแปลง

อารี พันธุ์ณี (2546, หน้า 105) ได้กล่าวไว้ว่าเด็กที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะเกิดความมั่นใจการเห็นคุณค่า และอยากทำทุกอย่างให้สมกับคุณค่าของตน ดังคำกล่าวที่ว่า “บุคคลที่รู้ตัวเองมีคุณค่า ก็พร้อมที่จะเพิ่มคุณค่าให้กับตนเองยิ่งขึ้น” นั่นคือ เด็กจะมีความคิดเป็นของตนเองตัดสินใจด้วยเหตุผล และเรียนรู้การควบคุมตนเอง

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543, หน้า 50 – 55) ได้กล่าวว่า พัฒนาการการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีปัจจัยหลายอย่างที่มีอิทธิพล เช่น

1. ปัจจัยภายใน คือ ปัจจัยที่เกี่ยวกับตัวบุคคล เช่น เด็กที่มีรูปร่างหน้าตาดีก็มักจะมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ส่วนเด็กที่มีร่างกายพิการหรือเจ็บป่วยบ่อย ๆ จะเห็นคุณค่าต่ำ เด็กที่มีบุคลิกภาพหรือพื้นอารมณ์ที่หนักแน่น ไม่มีความรู้สึกอ่อนไหวง่าย มักจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองที่สูง เด็กที่เคยประสบความสำเร็จ จะมีความเชื่อในประสิทธิภาพของตน และมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กที่ประสบความสำเร็จล้มเหลว

2. ปัจจัยภายนอก คือ สิ่งที่อยู่แวดล้อมตัวเด็ก เช่น ครอบครัว เพื่อนฝูง ครู ข้อมูลย้อนกลับ (feedback) ที่เด็กได้รับจากผู้อื่นจะเป็นสิ่งที่กำหนดการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก เช่น เด็กที่พ่อแม่กล่าวคำชมมากกว่าคำตำหนิก็มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง เด็กที่เพื่อน ๆ ชอบเล่นด้วยก็มีความรู้สึกดีกับตนเอง แต่เด็กที่เพื่อนไม่ชอบเล่นด้วยก็มีความรู้สึกแย่ ข้อมูลย้อนกลับที่เด็กได้รับจากคนรอบข้างจะถูกประมวลเข้าไว้ในภาพแห่งตนเป็นความคิดว่าตนเองมีค่าหรือไร้ค่า เมื่อเด็กมองดูตนเอง ภาพที่เขามองเห็นจะเป็นผลรวมของทัศนคติ ความเชื่อ ความคิด และมุมมองต่าง ๆ ที่สะท้อนมาจากผู้อื่น ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเห็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลตระหนักว่าตนเองเป็นผู้ที่มีคุณค่าและมีความหมาย ในวัยเด็กการเห็นคุณค่าในตนเองจะก่อขึ้นอย่างมั่นคงได้ต่อเมื่อได้รับความรักและการประคับประคองจากครอบครัว เมื่อเด็กยังเล็กความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้มีค่าเกิดจากปฏิสัมพันธ์แห่งความรักระหว่างเด็กกับพ่อแม่ เด็กจะเรียนรู้ว่าพฤติกรรมใดที่พ่อแม่ชอบหรือไม่ชอบ เด็กพยายามเลือกพฤติกรรมที่พ่อแม่ชอบเพื่อให้เกิดการยอมรับ พยายามเข้าร่วมกลุ่มเพื่อสร้างความรู้สึกว่าตนมีคุณค่า ส่วนประสบการณ์แห่งความสำเร็จเมื่อเด็กทำบางสิ่งบางอย่างได้สำเร็จ เด็กจะเกิดความรู้สึกพอใจเพราะเขาได้ค้นพบว่าภายในตัวเขามีความเก่งซ่อนอยู่และความเก่งนั้นสามารถปรากฏออกมาสู่สายตาผู้อื่น ความรู้สึกถึงคุณค่าแห่งตนและความเชื่อมั่นในตนเองจะมั่นคงขึ้นเรื่อย ๆ การที่พ่อแม่เห็นคุณค่าในความสำเร็จของตัวเด็กจึงเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อเด็กรู้ว่าพ่อแม่มองเห็นความสำเร็จและความสามารถในตัวเขาเด็กจะเกิดความคาดหวังในตนเอง จะมีความพยายามมากขึ้น

กรมวิชาการ (2544, หน้า 4 – 5) ได้ระบุว่าบุคคลที่รู้จักและเห็นคุณค่าในตนเองมีลักษณะดังนี้

2. รู้ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ค่านิยม อารมณ์ และบุคลิกภาพของตนเอง

1. มีสติ รู้ปัญหาและความต้องการของตนเอง
2. รู้และยอมรับสภาพของตนเองและครอบครัว
3. ควบคุมตัวเองได้
4. แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และการกระทำได้อย่างเหมาะสมและสัมพันธ์กัน
5. รู้และภาคภูมิใจในความสามารถของตน
6. ตัดสินใจกระทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
7. มั่นใจในศักยภาพของตนเอง
8. พัฒนาและใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม
9. มีสุขภาพจิตดี

ศรีเรือน แก้วกังวาน (2545, หน้า 356 - 357) อธิบายลักษณะของวัยรุ่นที่จะเริ่มมีลักษณะค้นหาตัวเอง จึงทำให้เกิดปัญหาทางด้านอารมณ์ การปรับตัวทางสังคมและปัญหาทางด้านบุคลิกภาพ

ลักษณะปัญหาที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นเกี่ยวกับการค้นหา "ตน" ได้แก่

1. ไม่ทราบว่าจะค้นหาตัวเอง
2. ค้นหาตนเองไม่พบ
3. ตนเองที่พบไม่ใช่ตนเองที่แท้จริง เช่น เป็นตนเองในความคิดฝัน เป็นตนเองในรูปแบบที่เพื่อนคาดหวัง หรือภาพลักษณ์ขวัญใจวัยรุ่นที่ตนนิยม
4. มีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองที่สับสน
5. ภาพตนเองที่พบเป็นภาพที่ต้อยศักดิ์ศรี และเต็มไปด้วยความน้อยเนื้อต่ำใจ
6. ค้นหาภาพพจน์ของตนเองอย่างผิดวิธี
7. สิ่งแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจ ครอบครัว ไม่ช่วยให้เด็กวัยรุ่นค้นหาตนเอง และพบ "ตนของตนเอง" ที่มั่นคงและมั่นใจในตัวเอง ในชีวิตและอนาคต

ลักษณะของเด็กที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คือ มีการเห็นคุณค่าในความสำเร็จของตนทำงานได้อย่างอิสระ ไม่ต้องพึ่งพิงผู้อื่น มีความรับผิดชอบ และยอมรับได้ง่าย มีความอดทนต่อความคับข้องใจได้อย่างดี ทำงานใหม่ๆ ได้ด้วยความกระตือรือร้น มีความสามารถในการโน้มน้าวจิตใจผู้อื่นได้ สามารถแสดงความรู้สึกและอารมณ์ได้หลากหลายลักษณะ

ลักษณะของเด็กที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ คือ พยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล ชอบถูกดูถูกความสามารถของตนเอง ประเมินความสามารถของตนต่ำกว่าความเป็นจริง มีความรู้สึกว่าผู้อื่นไม่เห็นคุณค่าหรือความสำคัญของตน เมื่อตนทำผิดพลาดมักตำหนิผู้อื่น ถูกชักจูงได้ง่าย ชอบปกป้องตัวเอง และรู้สึกไม่พอใจอะไรๆ มีความรู้สึกว่าตนเองไม่มีบารมี ไม่มีความสามารถ ไม่ค่อยแสดงออกถึงอารมณ์และความรู้สึก

แมคเนล (McNeil, 1975, pp.106 -107) กล่าวว่า พื้นฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองพัฒนามาจากความรักและการยอมรับในตัวเด็กของพ่อแม่ เป็นรากฐานหลักในการสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเองและคาดหวังให้ผู้อื่นรักตน ต่อมาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กจะขยายความรัก ความเอาใจใส่ของพ่อแม่ออกมาสู่บุคคลอื่นในครอบครัวและขยายกว้างออกมา สู่เพื่อนซึ่งช่วงการเห็นคุณค่าในตนเองจะขึ้นกับการได้รับผลสำเร็จตามเป้าหมาย โดยแรกสุดเด็กจะปฏิบัติตนให้พ่อแม่พอใจ และต่อเป้าหมายจะค่อย ๆ ขยายมาอยู่บนพื้นฐานของมาตรฐานกลุ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ เด็กจะมีความต้องการการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยวิธีการที่เด็กเรียนรู้ตนเองที่วัดได้จากสิ่งที่เพื่อนคิดต่อตัวเรา เด็กจะเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะทางสังคมและความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดคิดเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มเพื่อที่นิยมชมชอบการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กจะพัฒนาขึ้น

กูร์เน (Gurney, 1988, pp.17 - 24) กล่าวว่า พัฒนาการความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเป็นส่วนที่ได้รับการพัฒนามาจากมโนภาพแห่งตนของเด็กพัฒนาการซึ่งแบ่งขั้นตอนตามวัยดังนี้

ขั้นที่ 1 ระยะก่อนรู้สำนึกตนเอง (existential or per self awareness) 0 - 2 ปีเป็นขั้นพื้นฐานที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยในวัยเริ่มแรกเด็กจะให้ความสนใจมารดา ต่อมาเด็กจะสนใจตนเองโดยมองภาพของตนเองจากกระจก ซึ่งเป็นการช่วยให้เด็กสามารถแยกแยะตนเอง และพูดในส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับตนเอง

ขั้นที่ 2 ตนตามภายนอก (exterior self) 2 - 13 ปี ในขั้นนี้เด็กรวบรวมรายละเอียดจากข้อมูลต่างๆ มีการประเมินความรู้สึกในการบวกและลบ ซึ่งเป็นระยะที่สำคัญมากต่อเด็ก เนื่องจากการที่เด็กได้รับข้อมูล ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว รวมทั้งข้อวิพากษ์วิจารณ์จากผู้ใหญ่เป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาความรู้สึกที่ดีต่อตนเองอย่างยิ่งในการช่วยให้เด็กเกิดความรู้สึกว่าตนมีคุณค่ามากขึ้นทั้งปัจจุบันและอนาคต ดังนั้นในขั้นนี้เด็กเริ่มเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองในรูปทางกายภาพเมื่ออายุ 8 ปีเด็กเริ่มแบ่งแยกจิตใจกับร่างกาย และยอมรับในส่วนที่เป็นกระบวนการภายใน

เบิร์ก (Berk, 1989, pp.469 - 472) กล่าวว่า จุดเริ่มต้นของความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง จะเริ่มมีในวัยก่อนเข้าเรียน โดยเด็กมองเห็นความแตกต่างของตนเองจากการรับรู้ในเรื่องของสติปัญญาความพร้อมทางการเรียน การได้รับการยอมรับจากพ่อแม่และเพื่อนๆ และลักษณะทางกาย ซึ่งพัฒนาการความรู้สึกที่ดีต่อตนเองของเด็กแต่ละคน จะพัฒนาไปช้าๆทีละด้านในลักษณะของการจัดระบบ เช่น สวยหรือไม่สวย ต่อมาจะเป็นการนำมาบูรณาการผสมผสานและนำไปสู่การสร้างภาพพจน์เกี่ยวกับตน จนสามารถประเมินคุณค่าของตนได้

อิเชล (Citing Eshel, 1981, p.474) เห็นว่า พัฒนาการความรู้สึกที่ดีต่อตนเองในเด็กก่อนประถมศึกษามีการเปลี่ยนแปลงขึ้นลงอยู่เสมอ ซึ่งเกิดการหยุดชะงักได้เมื่อเข้าสู่วัยประถมต้น ทั้งนี้เนื่องจากเด็กได้ประเมินคุณค่าของตนไว้สูงในระยะแรกประกอบกับการประสบความล้มเหลวในการเรียนคณิตศาสตร์หรือได้รับการตำหนิจากผู้อื่นนอกจากนี้ เด็กในวัย

ประถมศึกษา มักจะประเมินค่าของตน โดยการเปรียบเทียบตนกับเพื่อนในเรื่องเกี่ยวกับรูปลักษณ์ภายนอก เรื่องของความสวยงาม ความฉลาดหรือความเป็นที่นิยมของเพื่อน ซึ่งเด็กที่เล็กกว่าไม่สามารถที่จะกระทำได้

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, pp.118 - 119) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับพฤติกรรมของบิดามารดา การกำหนดกฎเกณฑ์การดูแล ให้เด็กปฏิบัติตามสิ่งที่บิดามารดา กำหนดไว้ โดยการกำหนดและจำกัดขอบเขตพฤติกรรมของลูกแล้ว การสนับสนุนให้เด็กมีความต้องการด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความสามารถ เป็นเลิศในด้านต่างๆ ครอบครัวที่ตั้งกฎเกณฑ์กำหนดแนวปฏิบัติอย่างชัดเจนจะใช้วิธีการลงโทษ ที่รุนแรงน้อยกว่าครอบครัวที่ไม่มีกฎเกณฑ์ซึ่งจะให้เด็กมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง และถ้า บิดามารดามีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงก็จะมีทัศนคติที่ดีต่อเด็กให้การยอมรับเด็กและมีการ ยึดหยุ่นในข้อกำหนดที่ตั้งไว้ด้วย

จากข้อมูลทั้งหมดที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นพัฒนามาจาก การอบรมเลี้ยงดูของบิดา มารดา หรือสถาบันครอบครัว ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้น ตามมาด้วย สภาพแวดล้อมต่างๆ รวมถึงการได้รับความรัก ความไว้วางใจของบิดา มารดา สมาชิกใน ครอบครัว กลุ่มเพื่อนทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน คุณครูจะช่วยสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของ การรักตนเอง มีมโนทัศน์ที่ดีเกี่ยวกับตนเอง เด็กก็จะได้เห็นคุณค่าในตนเองจากนั้นก็ขยาย ความรัก ความเอาใจใส่ที่บิดามารดา มีต่อตนขยายไปสู่บุคคลในครอบครัว และขยายกว้าง ออกไปยังกลุ่มเพื่อนและบุคคลต่างๆ ในสังคมต่อไป

6. การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้ เปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้เกิดขึ้น ได้จากประสบการณ์ที่บุคคลได้รับได้แต่เยาว์วัย ได้มีผู้เสนอแนวทางในการพัฒนาและ เสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองดังต่อไปนี้

บรูโน (Bruno, 1983, pp.363 -365) กล่าวถึงการพัฒนาเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้ คือ ให้เสนอข้อเสนอนะหรือข้อคิดโดยตรง ซึ่งการเสนอนะนี้อาจเป็นการเสนอนะจากผู้อื่น หรือตนเองแนะนำตนเอง วิธีนี้เป็นการให้ข้อมูลซึ่งมีผลให้บุคคลเกิดกำลังใจ และสร้าง ความภาคภูมิใจได้ สร้างความสำเร็จให้กับตนเองมากขึ้น ความพยายามที่จะสร้างความสำเร็จจะเป็น วิธีเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่อย่างไรก็ตามการประสบความสำเร็จแต่เพียงอย่างเดียวไม่ เพียงพอ สิ่งที่สำคัญอีกอย่างคือการทำให้บุคคลมีความสุขในชีวิต การลดความคาดหวังลงบ้าง แต่ก็ยังคงปรารถนาในสิ่งที่ตนต้องการไว้บ้าง ซึ่งจะเป็นแนวทางที่จะช่วยทำให้บุคคลลดความ สูญเสียหรือความเศร้าโศกลงได้เลิกประเมินค่าตนเอง เพราะการมีชีวิตอยู่ก็มีค่ามากพอแล้ว เมื่อบุคคลเลิกประเมินค่าของตนแล้วการเห็นคุณค่าในตนเองก็จะเพิ่มมากขึ้น

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, pp.142 - 148) กล่าวว่า ในการสร้างให้บุคคลมี การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นมี 4 ประการคือ 1) การได้รับการยอมรับนับถือ ความสนใจใส่ใจ

จากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตของเขา 2) การประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์โดยปัจจัยที่จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จ คือ การมีความสามารถมีความสำคัญ มีอำนาจในตัวเอง และการมีคุณความดี 3) การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนา 4) การไม่ใส่ใจต่อสิ่งที่ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดลง เช่น การไม่สนใจต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ของผู้อื่น

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543, หน้า 73) กล่าวว่า สิ่งที่สำคัญมากที่สุดในการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองแก่เด็กคือ ความสัมพันธ์ที่มีต่อกันภายในครอบครัว ความสัมพันธ์ที่จะช่วยเด็กพัฒนาความรู้สึกดี ๆ กับตนเองมีลักษณะดังนี้ 1) พ่อแม่ให้การพุ่มพักเลี้ยงดูอย่างเหมาะสมกับความรักที่ไม่มีเงื่อนไข 2) เด็กได้รับการปฏิบัติด้วยความยอมรับนับถือในความคิดความรู้สึก และคุณค่าในฐานะเป็นบุคคลคนหนึ่ง 3) พ่อแม่ช่วยให้เด็กเติบโตอย่างเป็นตัวของตัวเอง 4) พ่อแม่มีความคาดหวังที่เหมาะสมกับตัวเด็ก 5) ครอบครัวมีกฎระเบียบที่ชัดเจน

ข้อแนะนำในการที่จะสร้างเสริมให้เด็กมีทัศนคติต่อตนเองในทางบวกดังนี้ 1) ให้การเสริมแรงในทางบวกเพื่อจัดความรู้สึกต่ำต้อยในตนเอง 2) พยายามลดการเน้นความสำคัญโดยการวัดเพียงความสำเร็จเพียงแค່ภายนอก 3) พยายามลดพฤติกรรมการบ่นและพึมพำของเด็ก ๆ ออกไป 4) ส่งเสริมให้เด็กได้เลือกด้วยตนเองมากกว่าที่จะต้องอยู่ภายใต้ความคิดของคนอื่น 5) สอนเด็ก ๆ ว่าอย่าคอยแต่ตำหนิและตัดสินคนอื่น 6) ส่งเสริมให้เด็กซื้อสัตย์ต่อตนเอง 7) พ่อแม่ต้องสัมผัส โอบกอด แสดงออกถึงความรักที่มีต่อลูกสม่ำเสมอ 8) เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็กในทุก ๆ ด้าน 9) ฟังคำพูดของเด็กอย่างตั้งใจ 10) มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่สัมพันธ์กับอายุของเด็ก 11) ส่งเสริมพวกเขาต่อการมีเพื่อนมาเที่ยวบ้าน 12) สอนให้รู้จักหลีกเลี่ยงการทำลายตนเองและการพูดถึงตนเองในแง่ร้าย

ความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเป็นมโนทัศน์ที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้และยังมีความสัมพันธ์กับจิตใต้สำนึกแห่งคนของแต่ละคน และในการช่วยเหลือให้เด็กได้ประสบความสำเร็จในการพัฒนาตนไปสู่การมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และสามารถมองเห็นความมีคุณค่าของตนเองได้ จะต้องขึ้นอยู่กับประสบการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เด็กได้สัมผัสและพบเจอ จะส่งผลต่อการพัฒนาการทางบุคลิกภาพของแต่ละคนด้วย

สรุปได้ว่า การเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับเด็ก สามารถทำได้โดยเป็นแบบอย่างที่ดี กำลังใจและความรักจากครู พ่อแม่ เพื่อนและสังคมรอบข้างเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยผลักดันและส่งเสริมให้เด็กเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเปิดโอกาสให้เด็กได้ตัดสินใจ แสดงความคิดเห็น ตัดสินใจ แก้ปัญหาและให้เด็กประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองโดยมีพ่อแม่ ครู และเพื่อนคอยให้การสนับสนุนด้วยความจริงใจ

7. การวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความนึกคิดที่บุคคลมีความรู้สึกพึงพอใจตนเอง การวัดความรู้สึกพึงพอใจในตนเองของบุคคลจะกระทำได้ค่อนข้างยาก อย่างไรก็ตามผู้ที่สร้างแบบวัดความรู้เห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้วิธีการรายงานตนเอง (self - report) ไว้หลายแบบ เช่น

แบบวัด Tennessee self – concept scale (Fitts, 1964) แบบวัด self – esteem scale (Rosenberg, 1965) และแบบวัด self – esteem inventory (Coopersmith, 1984) เป็นต้น เนื่องจากมีการศึกษาที่แสดงให้เห็นถึงการรายงานตนเองให้ข้อมูลที่ถูกต้องกว่าวิธีอื่นๆ นอกจากนี้โรบินสัน (Robinson, 1967, pp.46 – 58) ได้แสดงความคิดเห็นไว้ว่า ในการพัฒนาแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยวิธีการรายงานตนเองอย่างมีมาตรฐานนั้นผู้สร้างควรกำหนดให้มีสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงไว้ในแบบวัดของตน เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ตอบแบบวัดตอบในลักษณะที่ทำให้ตนเองเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นๆ นอกจากนี้ควรมีการศึกษาว่าวิธีการรายงานของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีความสอดคล้องกับการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลต่างๆ เช่น นักจิตวิทยา พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู ตลอดจนเพื่อนหรือไม่ ในแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยทั่วไปมักขาดคุณสมบัติดังกล่าว ซึ่งรวมถึงแบบวัด Tennessee self – concept scale ซึ่งมีเฉพาะสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง ส่วนแบบวัด self – esteem scale ไม่มีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่นในขณะที่แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984) นั้นมีคุณสมบัติทั้ง 2 ลักษณะคือมีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่น

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984, pp.5 - 6) ได้สร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith self – esteem inventory 1984) โดยใช้รูปแบบของการรายงานตนเองเขาได้สร้างแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง 3 ฉบับคือ ฉบับนักเรียน (school form) ฉบับสั้น (school short form) และฉบับผู้ใหญ่ (adult form) แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนเหมาะสมกับเด็กอายุ 8 – 15 ปี ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความที่เป็นการรายงานตนเอง 50 ข้อแบ่งออกเป็นด้านต่างๆ คือ ด้านตนเองโดยทั่วไป ด้านครอบครัว - ผู้ปกครอง ด้านโรงเรียนและการศึกษา ด้านสถานภาพทางสังคม ด้านกลุ่มเพื่อน และการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง จากนั้นคูเปอร์สมิธได้นำแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนมาดัดแปลงและสร้างเป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น ซึ่งประกอบด้วยข้อความ 25 ข้อ ต่อมามีการดัดแปลงภาษาและสถานการณ์ในข้อความของแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้นเป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป

การวัดการเห็นคุณค่าในตนเองในครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองตามวิธีการของลิเคิร์ต (Likert's Scale) ซึ่งพิชิต ฤทธิ์จรูญ (2549, หน้า 223) ได้อธิบายไว้ว่าเป็นการวัดพฤติกรรมด้านจิตพิสัย (affective domain) ประกอบด้วยชุดของข้อความที่เป็นการรายงานตนเองเกี่ยวกับความรู้สึก ความเชื่อ ความศรัทธาของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆ ลักษณะสำคัญของแบบวัดนี้กำหนดช่วงความรู้สึกของคนเป็น 5 ช่วงหรือ 5 ระดับคือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด หรือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด

จากที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นข้อคำถาม เกี่ยวกับการถามความรู้สึกการเห็นคุณค่าของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับตนเอง เกี่ยวข้องกับบุคคลรอบข้างซึ่งข้อคำถามเป็นการรายงานตนเองในด้านความรู้สึกและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นทั้งด้านบวกและด้านลบ ซึ่งผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984, pp.5 - 8) ฉบับนักเรียนตามวิธีการของลิเคิร์ต (Likert) 5 ระดับซึ่งจำแนกข้อคำถามออกเป็น 4 ด้านคือ 1) ด้านตนเองโดยทั่วไป 2) ด้านครอบครัว 3) ด้านโรงเรียนและการศึกษา 4) ด้านสังคมและเพื่อน

จากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองดังที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความจำเป็นพื้นฐานสำหรับบุคคล สามารถทำให้บุคคลประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวได้ ซึ่งความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่บุคคลแสดงออกในชีวิตประจำวันนั้น ล้วนขึ้นอยู่กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลทั้งสิ้น เมื่อบุคคลเห็นคุณค่าในตนเองและมีความเคารพในเอกลักษณ์ของตนเองมากขึ้น ความรู้สึกนี้จะแผ่ขยายไปสู่ผู้อื่นด้วย โดยจะรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น เป็นบุคคลที่มองโลกในแง่ดี ตลอดจนมีความรู้สึกเชื่อมั่น มั่นใจและมีกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าต่อไปอย่างไม่ย่อถอย มีความคิดสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคมตลอดเวลา

กิจกรรมแนะแนว

1. ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2544, หน้า 6) ได้ให้คำอธิบายถึงกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง กระบวนการพัฒนาและส่งเสริมผู้เรียนด้วยการจัดบริการและ กิจกรรมที่หลากหลายทั้งเป็นรายบุคคล รายกลุ่ม โดยมุ่งส่งเสริมพัฒนาบุคลิกภาพและทักษะชีวิตพื้นฐานโดยมีความเชื่อว่าทุกคนมีความแตกต่างกัน ทุกคนมีค่า สามารถพัฒนาตนเองให้เจริญงอกงามได้และเติมเต็มให้ผู้เรียนสามารถจัดการชีวิตของตนได้ตามความสนใจ ความถนัด และสามารถเต็มศักยภาพของแต่ละบุคคล

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2544, หน้า 154) ได้ให้ความหมายกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เป็นการพัฒนานักเรียนให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขในภาวะของสังคมในยุคปัจจุบันการจัดการศึกษาในโรงเรียน จึงจำเป็นต้องช่วยเหลือนักเรียนนักศึกษาให้รู้จักปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม กระบวนการแนะแนวจะเป็นกลไกสำคัญและสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป้าหมายของการจัดกิจกรรมแนะแนวคือทำให้ผู้สามารถรับผิดชอบ ตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างฉลาดเหมาะสมกับตนเองและสามารถปรับตัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม กระบวนการแนะแนว จะช่วยให้ผู้สอนได้ทราบถึงความสามารถของผู้เรียนแต่ละคนจะทำให้ผู้สอนพัฒนาผู้เรียนได้ตรงกับความสามารถที่มีอยู่ทำให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ การจัด

บริการแนะแนวของสถานศึกษา จึงมีความสำคัญและความจำเป็นอย่างยิ่งในการจัดการศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน สถานศึกษาต้องจัดให้ครูผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษาทุกคนทำหน้าที่แนะแนวเบื้องต้นแก่นักเรียน

กรมวิชาการ (2545, หน้า 1) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า หมายถึง กระบวนการส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมกับความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน เสริมสร้างทักษะชีวิต ภูมิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี

กระทรวงศึกษาธิการ (2551, หน้า 16) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิด ตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทางด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูได้รู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครอง ในการมีส่วนร่วมพัฒนานักเรียน

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง กิจกรรมแนะแนวที่ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รู้จักคิด รู้จักตัดสินใจ รู้วิธีการแก้ปัญหาและมีทักษะที่จำเป็นต่อการปรับตัวเพื่อการเรียน การประกอบอาชีพและการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ

2. ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว

ปัจจุบัน การจัดกิจกรรมแนะแนวในสถานศึกษา มีความจำเป็นมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้เพราะ สภาพแวดล้อมทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี และระบบข้อมูลข่าวสารต่างๆ เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วส่งผลต่อการปรับตัวและการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างมาก

กระทรวงศึกษาธิการ (2551, หน้า 16) ได้กล่าวเน้นถึงความสำคัญของกิจกรรมแนะแนวว่า "การที่จะช่วยให้นักเรียนมีคุณสมบัติตามที่หลักสูตรต้องการนั้น ครูจะต้องมีความเข้าใจในตัวนักเรียนและช่วยให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง ซึ่งกิจกรรมที่จะช่วยให้บังเกิดผลดังกล่าวได้ คือ กิจกรรมแนะแนว"

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554) ได้ชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการปรับเปลี่ยนจุดเน้นในการพัฒนาคุณภาพคนในสังคมไทยให้มีคุณธรรมและมีความรอบรู้อย่างเท่าทันให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และศีลธรรม สามารถก้าวทันการเปลี่ยนแปลงเพื่อนำไปสู่สังคมฐานความรู้ได้อย่างมั่นคง แนวทางการพัฒนาคนดังกล่าวมุ่งเตรียมเด็กและเยาวชนให้มีพื้นฐานจิตใจที่ดีงาม มีจิตสาธารณะ พร้อมทั้งมีสมรรถนะ และทักษะที่จำเป็นในการดำรงชีวิต อันจะส่งผลต่อการพัฒนาประเทศแบบยั่งยืนซึ่งแนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการในการพัฒนาเยาวชนของชาติ เข้าสู่โลกศตวรรษที่ 21 โดยมุ่งส่งเสริมผู้เรียนมีคุณธรรม รักความเป็นไทย ให้มีทักษะการคิดสร้างสรรค์ มีทักษะด้านเทคโนโลยี สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมโลกได้อย่างสันติ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551, หน้า 1) การพัฒนาบุคคลให้สามารถ

ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก จำเป็นต้องอาศัยสติปัญญาและข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการเลือก การตัดสินใจ การแก้ปัญหาและการปรับตัว วิธีหนึ่งที่มนุษย์ปัจจุบันนำมาใช้และได้ผลดียิ่ง คือ วิธีการของการแนะแนว เนื่องด้วยวิธีการนี้มุ่งเน้นที่จะที่จะให้บุคคลสามารถช่วยเหลือตนเองได้ และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ตามควรแก่ศักยภาพ บุคคลที่ได้รับการแนะแนวจะเพิ่มคุณสมบัติเด่นชัดในเรื่องการรู้จักตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจเลือกได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และการปรับตัวได้ดีในทุกสถานการณ์ จึงกล่าวได้ว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการช่วยพัฒนามนุษย์ เพื่อความเจริญของมนุษย์เองและสังคมที่มนุษย์ดำรงอยู่

สรุปความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว ทำให้คนมีหลักในการดำเนินชีวิต รู้จักตั้งเป้าหมายของตนเอง รู้จักวางแผนในการดำเนินชีวิต รู้จักคิด รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ รู้จักเอาชนะใจตนเองสร้างกำลังใจให้กับตนเอง เป็นผู้นำในชีวิตของตนเองเป็นคนมีเหตุผล สามารถรับต่อสถานการณ์รอบด้านได้ สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ ทำคนให้สังคมยอมรับ มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ทำในสิ่งที่ตนเองและสังคมปรารถนา

3. องค์ประกอบของกิจกรรมแนะแนว

3.1 วัตถุประสงค์

กรมวิชาการ (2546, หน้า 24) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมไว้ดังนี้

- 1) เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถ ความสนใจของตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
- 2) เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการแสวงหาความรู้จากข้อมูล ข่าวสาร แหล่งเรียนรู้ ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัว สังคม เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพได้เหมาะสมสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง
- 3) เพื่อให้ผู้เรียน ได้พัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขเพื่อให้ผู้เรียน มีความรู้ มีทักษะมีความคิดสร้างสรรค์ในงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต
- 4) เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ
- 5) เพื่อให้ผู้เรียนมีค่านิยมที่ดีงามในการดำเนินชีวิต เสริมสร้างวินัย คุณธรรม และจริยธรรมแก่ผู้เรียน

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2552, หน้า 22) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมไว้ดังนี้

- 1) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ รู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
- 2) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สามารถวางแผนการเรียนรู้รวมทั้งการดำเนิน

ชีวิตและสังคม

3) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

3.2 หลักการ

กรมวิชาการ (2546, หน้า 24) และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2552, หน้า 22) ได้กำหนดหลักการจัดกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

- 1) จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการ ความสนใจและธรรมชาติของผู้เรียน
- 2) จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาที่ต้องสนองตอบจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
- 3) จัดกิจกรรมเพื่อผู้เรียนทุกคนโดยครอบคลุมการศึกษา การงานและอาชีพ ชีวิตและสังคม
- 4) จัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยผู้เรียนมีอิสระในการคิดและตัดสินใจ
- 5) จัดกิจกรรมที่เน้นให้ผู้เรียน เรียนรู้ด้วยตนเองให้มากที่สุด ด้วยการปฏิบัติจนเกิดทักษะหรือการเรียนรู้
- 6) ให้ครูทุกคนมีส่วนในการร่วมกิจกรรม โดยมีครูแนะแนวทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงและประสานงาน

3.3 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว

- 1) การจัดกิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองในด้านการเรียนอย่างเต็มศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียน การศึกษาต่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีเทคนิค วิธีการและทักษะการเรียนรู้ มีนิสัยใฝ่รู้ ใฝ่เรียนและสามารถวางแผนการเรียน การศึกษาต่อได้อย่างเหมาะสมกับตนเอง
- 2) การจัดกิจกรรมแนะแนวด้าน การงานและอาชีพ มุ่งให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในทุกด้านรู้โลกของงานอาชีพอย่างหลากหลาย มีเจตคติที่ดีและทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในอาชีพ มีการเตรียมตัวสู่อาชีพตลอดจนมีการพัฒนาอาชีพตามที่ตนเองถนัดและสนใจ
- 3) การจัดกิจกรรมด้านชีวิตและสังคม มุ่งให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเองรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดีมีคุณภาพ มีทักษะในการดำเนินชีวิตและสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

3.4 ลักษณะของกิจกรรม

กรมวิชาการ (2545, หน้า 7) ได้กำหนดลักษณะของกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

- 1) การจัดกิจกรรมแนะแนวด้วยกระบวนการทางจิตวิทยาให้แก่ผู้เรียนเพื่อส่งเสริมและป้องกันปัญหาของผู้เรียนทุกคน พัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตในด้านต่างๆ เช่น การเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นมีทักษะการคิดและการตัดสินใจ ทักษะการปรับตัว การวางแผนชีวิตที่เหมาะสม

2) การจัดบริการเพื่อให้ผู้เรียนได้สำรวจตนเองและรู้จักตนเองในทุกด้านให้ข้อมูลข่าวสาร สารสนเทศที่จำเป็นและทันสมัย ทั้งทางด้านการศึกษา อาชีพ และการพัฒนาบุคลิกภาพตนเอง สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเอง ตลอดจนช่วยเหลือแก้ไขและฝึกฝนประสบการณ์ที่เหมาะสมสำหรับผู้เรียนได้ใช้เป็นแนวทางในการวางแผนด้านการศึกษาและชีวิตตลอดไป

3) การบูรณาการแนะแนวในการเรียนการสอน เป็นการนำเทคนิควิธีการทางจิตวิทยาและการแนะแนวมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับธรรมชาติของผู้เรียน กรมวิชาการ (2546, หน้า 25) ได้กำหนดลักษณะของกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

- 1) เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ค้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจของผู้เรียน
- 2) สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษาการงานอาชีพชีวิตและสังคม เพื่อใช้ในการวางแผนการเรียน การศึกษาต่อ อาชีพ ที่เหมาะกับตนเอง
- 3) เสริมสร้างทักษะต่าง ๆ ให้ผู้เรียนพัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข
- 4) เสริมสร้างค่านิยมที่ดี มีวินัย คุณธรรม และจริยธรรม
- 5) เพิ่มพูนประสบการณ์เพื่อเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้และทักษะในวิชาการต่าง ๆ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีนิสัยรักการทำงานและสามารถเลือกอาชีพได้เหมาะสมกับตนเอง
- 6) จัดกลุ่มผู้เรียนเพื่อทำกิจกรรมหรือครูเป็นผู้ริเริ่ม เป็นที่ปรึกษา โดยอยู่บนพื้นฐานความต้องการของผู้เรียน เพื่อทำกิจกรรมที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ และแก้ปัญหาผู้เรียนได้
- 7) จัดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริม พัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน
- 8) เป็นกิจกรรมที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการแต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง
- 9) วัดและประเมินผลในแต่ละกิจกรรม โดยมีการประเมินผลจากการเข้าร่วมกิจกรรม การผ่านจุดประสงค์ของกิจกรรมที่แสดงถึงพัฒนาการของผู้เรียนเพื่อนำไปใช้ในการผ่านช่วงชั้น
- 10) สรุปการประเมินผลพัฒนาการของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดและนำเสนอผู้เกี่ยวข้อง

3.5 แนวการจัดกิจกรรมแนะแนว

กรมวิชาการ (2546, หน้า 26) ได้กำหนดกระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

- 1) สำรวจสภาพปัญหา ความต้องการและความสนใจของผู้เรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลกำหนดแนวทางและวางแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว

2) สํารวจเพื่อทราบปัญหา ความต้องการและความสนใจ นำไปกำหนดสาระ และรายละเอียดของกิจกรรมแนะแนว

3) กำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรมในแต่ละด้าน ครอบคลุมด้านการศึกษา การงานและอาชีพ ชีวิตและสังคม ให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม โดยยึดสภาพปัญหา ความต้องการ และความสนใจตลอดจนธรรมชาติและผู้เรียนเป็นหลัก ทั้งนี้ครูและผู้เรียนมีส่วนร่วมในการจัดสาระ การเรียนรู้ของกิจกรรม

4) กำหนดแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว เมื่อกำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรม ในแต่ละด้านแล้วว่าแต่ละภาคเรียนจะต้องจัดกิจกรรมแนะแนวในสาระด้านใด จำนวนกี่ชั่วโมง ต่อมาจะต้องกำหนดรายละเอียดของแต่ละด้านไว้ให้ชัดเจนว่าควรมีเรื่องอะไรบ้าง เพื่อจะได้ จัดทำเป็นรายละเอียดของแต่ละกิจกรรมย่อยต่อไป

5) การจัดทำรายละเอียดของแต่ละกิจกรรม เริ่มตั้งแต่กำหนดชื่อกิจกรรม จุดประสงค์เวลาเนื้อหา/สาระ วิธีดำเนินกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล

6) ปฏิบัติตามแผน วัดและประเมินผล และสรุปรายงาน

3.6 การประเมินผลกิจกรรมแนะแนว

กรมวิชาการ (2546, หน้า 28) และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2552, หน้า 23 - 24) ได้กำหนดการประเมินผลครูผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรมแนะแนวผู้เรียนและผู้ปกครองมีภารกิจที่ต้องรับผิดชอบร่วมกันดังนี้

1) ครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว

(1) จัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดคุณลักษณะตามวัตถุประสงค์และ สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ที่สถานศึกษากำหนดและตามสภาพความต้องการปัญหาของผู้เรียน

(2) รายงานเวลาและพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม

(3) ศึกษาติดตามและพัฒนาผู้เรียน ในกรณีที่ผู้เรียนไม่เข้าร่วมกิจกรรม

(4) ประเมินผลผู้เรียนโดยดูการพัฒนาการของผู้เรียนเป็นสำคัญในกรณีที่ ผลการประเมินยังไม่ผ่านให้ครู ผู้จัดกิจกรรมดำเนินการให้ผู้เรียนปฏิบัติกิจกรรมซ้ำหรือเพิ่มเติม จนกระทั่งผู้เรียนเกิดคุณลักษณะตามวัตถุประสงค์ที่สถานศึกษากำหนด

(5) บันทึกผลการติดตามและประเมินผลของผู้เรียนไว้เป็นหลักฐาน

2) ผู้เรียน

(1) มีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดโดยมี หลักฐานแสดงเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม

(2) ปฏิบัติกิจกรรมเพิ่มเติมตามที่ครูผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรมมอบหมาย ถ้าไม่เกิดคุณลักษณะตามวัตถุประสงค์ที่สถานศึกษากำหนด

3) ผู้ปกครอง

ผู้ปกครองควรมีส่วนร่วมในการประเมินผลพัฒนาการของผู้เรียนมีการบันทึกสรุปพัฒนาการและการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียน

จากที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวจะต้องยึดแนวการจัดกิจกรรมของสำนักมาตรฐานวิชาการและมาตรฐานการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการเป็นหลัก ซึ่งข้อจำกัดของการจัดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ เหมาะสำหรับกิจกรรมบางกิจกรรมเท่านั้น ครูผู้จัดมักเน้นเนื้อหามากกว่าพัฒนาการที่เกิดกับเด็กไม่คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ผู้เรียน มักเป็นผู้ติดตาม และเป็นการจัดกิจกรรมตามกรอบของหลักสูตรเท่านั้น ขาดการประยุกต์กิจกรรมเพื่อความเหมาะสมของสถานการณ์ปัจจุบัน และใช้วิธีการวัดและประเมินผลเหมือนกันหมด

4. กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิธ

4.1 ความหมายกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิธ

กระทรวงศึกษาธิการ (2545, หน้า 1) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์การเรียนรู้ทางพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธที่ดี

สมร ทองดี, และปราณี รามสูตร (2545, หน้า 11) ให้ความหมายกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคนแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนาสร้างเสริม ป้องกันปัญหา และแก้ปัญหาทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2546, หน้า 92) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า กิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเอง รู้จักคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาและมีทักษะ เจตคติที่จำเป็นในการปรับตัวหรือเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อการเรียน การประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีประสิทธิภาพ

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิธ หมายถึง การจัดการเรียนรู้โดยใช้มวลประสบการณ์แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันด้วยการอภิปราย แสดงความคิดเห็นของตนเองและกลุ่ม เพื่อช่วยให้นักเรียนเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมโยงสิ่งที่ทำกิจกรรมเข้ากับชีวิตจริง ส่งผลให้เกิดการยอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่นและเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป กระบวนการจัดกิจกรรมมี 4 ขั้นตอนประกอบด้วย 1) ขั้นตอนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ 2) ขั้นตอนอ่อนความรู้สึก 3) ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต 4) ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ

4.2 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิธ

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2545, หน้า 93) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการแนะแนวไว้ดังนี้

- 1) กิจกรรมแนะแนวช่วยให้การจัดการศึกษาและการจัดกิจกรรมทางจิตวิทยา การแนะแนวในสถานศึกษาหรือแหล่งบริการการศึกษาต่างๆ สมบูรณ์ขึ้น เพราะลักษณะการจัดกิจกรรมเป็นการฝึก ที่เน้นการปฏิบัติทางกาย ทางจิตปัญญา และสังคม
- 2) กิจกรรมแนะแนวเป็นการให้บริการทางจิตวิทยาเชิงรุก คือการเข้าถึง ผู้รับบริการทุกคนโดยมีหลักประกันว่าผู้ผ่านกิจกรรมจะได้รับการพัฒนาให้มีเจตคติ และทักษะที่จำเป็นเพียงพอในการคุ้มครอง จัดการกับชีวิตของตนเองอย่างฉลาด ไม่ตกเป็นเหยื่อของการหลอกลวง การชักจูงไปในทางเสื่อมทรามได้โดยง่าย
- 3) กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนเลือกวิชาเรียนหรือสาระการเรียนรู้ และเลือก กิจกรรมนักเรียนได้เหมาะสมกับตนเอง และขณะเดียวกันเจตคติและทักษะที่ได้รับการฝึกฝนจาก กิจกรรมแนะแนวจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้และการปฏิบัติที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ
- 4) กิจกรรมแนะแนวช่วยให้ครูได้รู้จักใกล้ชิดนักเรียนอย่างลึกซึ้งมากขึ้น และช่วย ในการป้องกัน แก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ทันทั่วทั้ง เพราะจากกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้เด็กแสดงออก อย่างอิสระจะทำให้ทราบปัญหาและความต้องการได้ง่ายและชัดเจนยิ่งขึ้น

การพัฒนาให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง ของสังคมโลก จำเป็นต้องอาศัยสติปัญญาและข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการเลือก การตัดสินใจ การแก้ปัญหาและการปรับตัว วิธีหนึ่งที่มีมนุษย์ปัจจุบันนำมาใช้และได้ผลดียิ่งคือ การแนะแนว เนื่องด้วยวิธีการนี้เน้นที่จะให้บุคคลสามารถช่วยเหลือตนเองได้ และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขตามควรแก่อัตภาพ บุคคลที่ได้รับการแนะแนวจะเพิ่มคุณสมบัติเด่นชัดในเรื่องการรู้จักตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจเลือกได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และการปรับตัวได้ดี ในทุกสถานการณ์ จึงกล่าวได้ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการช่วยพัฒนามนุษย์เพื่อความเจริญของมนุษย์เองและสังคมที่มนุษย์ดำรงอยู่

4.3 รูปแบบกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิด คูเปอร์สมิธ

สมร ทองดี, และปราณี รามสูต (2545, หน้า 49) ได้เสนอรูปแบบการจัด กิจกรรมแนะแนวด้วยการเน้นการจัดกิจกรรมโดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participation learning) ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) และการเรียนรู้ ด้วยกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้เป็นวงจรการเรียนรู้ (four phases of the learning cycle) คือ ขั้นตอนที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ขั้นตอนที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้ ขั้นตอนที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิตและขั้นตอนที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ หากผู้จัดกิจกรรม ประสบการณ์สูงก็จะดำเนินกิจกรรมได้อย่างคล่องตัวและต่อเนื่องอย่างราบรื่นและบางครั้งจะพบ ความต่อเนื่องของกิจกรรมจนดูว่าแต่ละขั้นตอนมีความคาบเกี่ยวกันจนแยกไม่ออก นอกจากนั้น

ยังพบว่าการสลับขั้นตอนของกิจกรรมบางขั้นตอนและได้ผลในแง่ปฏิบัติเช่นเดียวกัน เช่นอาจจัดกิจกรรมนำเสนอสาระการเรียนรู้หรือองค์ความรู้ก่อน จากนั้นเป็นขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และประยุกต์ใช้ ซึ่งเป็นขั้นตอนที่สำคัญในการจัดกิจกรรม และเมื่อถึงขั้นคิดและนำไปปฏิบัติแล้ว อาจกลับเข้าสู่การแลกเปลี่ยนประสบการณ์เป็นวงจรต่อไปใหม่ เพื่อเป็นการเสริมสร้างการเรียนรู้ให้มั่นคงยิ่งขึ้น สามารถนำไปปฏิบัติได้เป็นอย่างดีและเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ต่อเนื่องกันต่อไปได้อีก

พรพิมล พรพิรชนม์ (2550, หน้า 17 - 19) ได้นำรูปแบบการเรียนรู้ตามทฤษฎีการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของโคลบ (Kolb, 1984, pp.23 - 25) มาปรับใช้โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ตรง (concrete experience) (CE)เป็นการเข้าไปเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นในสถานการณ์ต่างๆ แต่ละวัน มักยึดความรู้สึกของตนเองเป็นหลักมากกว่าใช้แนวคิดอย่างมีระบบในการจัดการปัญหาต่างๆ

ขั้นที่ 2 ลักษณะการไตร่ตรองสังเกตกิริยาโต้ตอบหรือสังเกตผลสะท้อนกลับ (reflective observation) (RO) เป็นการทำความเข้าใจประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้พบด้วยการสังเกตและไตร่ตรองจากหลายๆ แง่มุมเป็นการเรียนรู้จากการเฝ้าดูและการฟัง (learning by watching and listening)

ขั้นที่ 3 ลักษณะการสร้างความคิดรวบยอดสรุปเป็นหลักการนามธรรม (abstract conceptualization) (AC) เป็นการใช้เหตุผลและความคิดมากกว่า การใช้ความรู้สึกทำความเข้าใจปัญหาและสถานการณ์ที่พบ สามารถสร้างความคิดรวบยอดใหม่ๆ ซึ่งบูรณาการสิ่งที่สังเกตได้เข้าไปในทฤษฎี ยึดการวางแผนอย่างมีระบบ และพัฒนาทฤษฎีและความคิดมาช่วยแก้ปัญหาเป็นการเรียนรู้ด้วยการคิด (learning by thinking)

ขั้นที่ 4 ลักษณะการทดลองปฏิบัติจริง (active experience) (AE) เป็นการนำเอาแนวคิดทฤษฎีที่สรุปได้ไปใช้ในการตัดสินใจและแก้ปัญหาเป็นการแก้ปัญหาในเชิงปฏิบัติและคำนึงถึงเฉพาะสิ่งที่ทำไปแล้วได้ผลจริงจึงเป็นการเรียนรู้จากการกระทำ (learning by doing)

ทิตนา แชมมณี (2551, หน้า 280 - 281) ได้นำรูปแบบการเรียนการสอนกระบวนการคิดเป็นเพื่อการดำรงชีวิตในสังคมไทย โดยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษารูปแบบนี้ช่วยพัฒนากระบวนการคิด ให้ผู้เรียนสามารถคิดเป็น คือคิดโดยพิจารณาข้อมูล 3 ด้าน ได้แก่ ข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง ข้อมูลเกี่ยวกับสังคมและสิ่งแวดล้อม และข้อมูลทางวิชาการเพื่อประโยชน์ในการดำรงชีวิตในสังคมไทยอย่างมีความสุข กระบวนการเรียนการสอนของรูปแบบแบ่งออกเป็น 5 ขั้นคือ

ขั้นที่ 1 ขั้นสืบค้นปัญหาเผชิญสถานการณ์ในวิถีการดำรงชีวิต

ผู้สอนอาจนำเสนอสถานการณ์ให้ผู้เรียนสืบค้นปัญหาหรืออาจใช้สถานการณ์และปัญหาจริงที่ผู้เรียนประสบมาในชีวิตของตนเอง หรือผู้สอนอาจจัดเป็นสถานการณ์จำลอง หรือนำผู้เรียนไปเผชิญสถานการณ์นอกห้องเรียนก็ได้ สถานการณ์ที่ใช้ในการศึกษา อาจเป็นสถานการณ์เกี่ยวกับตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม หรือหลักวิชาการก็ได้

เช่นสถานการณ์เกี่ยวกับเศรษฐกิจ วัฒนธรรม สังคม ครอบครัว การเรียน การทำงานและสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ขั้นรวบรวมข้อมูลและผสมผสานข้อมูล 3 ด้าน

เมื่อค้นพบปัญหาแล้วให้นักเรียนศึกษาข้อมูลความรู้ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์นั้นโดยรวบรวมข้อมูลให้ครบทั้ง 3 ด้านคือ ด้านที่เกี่ยวกับตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม และด้านหลักวิชาการ

ขั้นที่ 3 ขั้นการตัดสินใจอย่างมีเป้าหมาย

เมื่อมีข้อมูลพร้อมแล้วให้ผู้เรียนแสวงหาทางเลือกในการแก้ปัญหาพิจารณาได้ตรงถึงผลที่จะเกิดขึ้นทั้งกับตนเอง ผู้อื่น และสังคมโดยส่วนรวม และสนใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดคือทางเลือกที่เป็นไปเพื่อการเกื้อกูลต่อชีวิตทั้งหลาย

ขั้นที่ 4 ขั้นปฏิบัติและตรวจสอบ

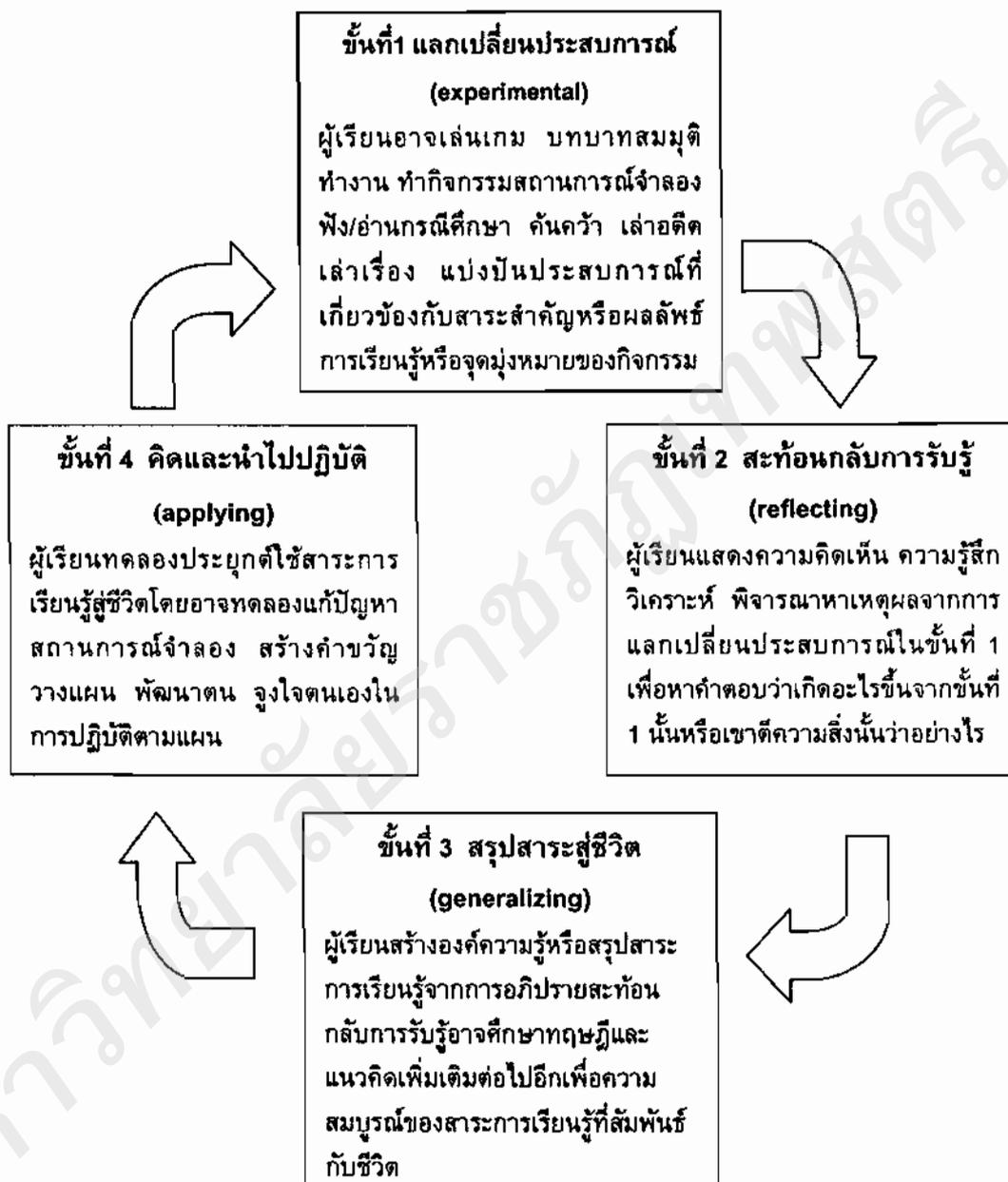
เมื่อตัดสินใจเลือกแนวทางปฏิบัติได้แล้ว ให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเองหรือร่วมมือกับกลุ่มตามแผนงานที่กำหนดไว้อย่างพากเพียร ไม่ห่อถอย

ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินผลและวางแผนพัฒนา

เมื่อปฏิบัติตามแผนงานที่กำหนดไว้แล้วเสร็จแล้ว ให้ผู้เรียนประเมินผลการปฏิบัติว่าประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงใด มีปัญหา อุปสรรคอะไร และเกิดผลดีผลเสียอย่างไรบ้าง และวางแผนงานที่จะพัฒนาปรับปรุงการปฏิบัตินั้นให้ได้ผลสมบูรณ์ขึ้นหรือวางแผนงานในการพัฒนาเรื่องใหม่ต่อไป

จากที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีวิธีดำเนินกิจกรรมที่เป็นระบบ มีขั้นตอนที่สอดคล้องและต่อเนื่องกัน ถ้าผู้จัดกิจกรรมมีความชำนาญจะทำให้กิจกรรมดำเนินไปอย่างราบรื่น ผู้เรียนจะเกิดความสนใจให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นอย่างดี ซึ่งการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิท ผู้วิจัยได้ยึดรูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (participation learning) ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (experiential learning) และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่มของสมร ทองดี, และปราณี รามสูต ซึ่งนักการศึกษาส่วนใหญ่ยอมรับเพราะจะเป็นการเสริมสร้างให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ทนด้วยการคิดและปฏิบัติด้วยตนเองดังภาพ

ขั้นตอนและวงจรกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์



ภาพ 2 แสดงขั้นตอนและวงจรกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์
 ที่มา: สมร ทองดี, และปราณี งามสุด (2545, หน้า 50)

จากที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า แนวการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิท เน้นการเรียนรู้ เชิงประสบการณ์โดยการนำเอากรณีตัวอย่างเรื่องราวปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริงหรือมีส่วนใกล้เคียงกับชีวิตประจำวันมาปรับในส่วน of ตัวบุคคล เหตุการณ์ สิ่งแวดล้อม เสนอเป็นตัวอย่างให้นักเรียนได้ศึกษา โดยมีครูผู้จัด

กิจกรรมตั้งประเด็นปัญหาให้นักเรียนได้อภิปรายแสดงความคิดเห็นร่วมกันเป็นการเสริมสร้างให้นักเรียนเกิดทักษะในการคิด ตัดสินใจ ให้เหตุผลและ แนวทางแก้ไขปัญหา ซึ่งนักเรียนสามารถนำทักษะที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

4.4 การประเมินผลการจัดกิจกรรมและแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิท

พรพิมล พรพิรชนม์ (2550, หน้า 208 – 209) ได้กำหนดแนวทางการประเมินกระบวนการจัดการเรียนรู้ไว้ 4 แนวทางคือ 1) การประเมินตามสภาพจริง 2) การประเมินการปฏิบัติ 3) การใช้แฟ้มสะสมงาน 4) การประเมินโดยใช้ศูนย์การประเมิน สำหรับกิจกรรมและแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิท ผู้วิจัยได้ยึดรูปแบบการประเมินตามสภาพจริง (authentic assessment) เป็นกระบวนการตัดสินความรู้ความสามารถ และทักษะต่างๆ ของผู้เรียนในสภาพที่สอดคล้องกับชีวิตจริง โดยใช้เรื่องราว เหตุการณ์สภาพจริงหรือคล้ายจริงที่ประสบในชีวิตประจำวัน เป็นสิ่งเร้าให้ผู้เรียนตอบสนองโดยการแสดงออก ลงมือกระทำ หรือผลิต การประเมินตามสภาพจริงจะไม่เน้นการประเมินเฉพาะทักษะพื้นฐาน แต่จะเน้นประเมินทักษะการคิดที่ซับซ้อนในการทำงาน ความสามารถในการแก้ปัญหาและการแสดงออกที่เกิดจากการปฏิบัติในสภาพจริงในการจัดการเรียนการสอน โดยที่ผู้เรียนจะเป็นผู้ค้นพบ ผลิตความรู้ และได้ฝึกปฏิบัติจริง รวมทั้งเน้นพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน เพื่อสนองจุดประสงค์ของหลักสูตรและความต้องการของสังคม นอกจากนี้ การประเมินผลจากสภาพที่เป็นจริงจะมีความต่อเนื่องในการให้ข้อมูลในเชิงคุณภาพที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สอนเพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคล และเป็นการประเมินเชิงคุณภาพอย่างต่อเนื่องในด้านความรู้ ความคิด พฤติกรรม วิธีปฏิบัติและผลการปฏิบัติของผู้เรียน วิธีที่ใช้ประเมินได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ บันทึก จากผู้เกี่ยวข้อง การทดสอบภาคปฏิบัติ การรายงานตนเอง และแฟ้มสะสมงาน เป็นต้น



ภาพ 3 กรอบแนวคิดการประเมินตามสภาพจริง
ที่มา: พรพิมล พรพิรชนม์ (2550, หน้า 209)

5. กิจกรรมแนะแนวแบบปกติ

5.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ

ซอลัดดา ขวัญเมือง (2541, หน้า 223) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวที่จัดขึ้นในรูปของสื่อประสมสำหรับหน่วยการเรียนรู้ตามหัวข้อ เนื้อหา และประสบการณ์ของแต่ละหน่วย ประกอบด้วยส่วนสำคัญคือ คู่มือครู เนื้อหา แผนการจัดกิจกรรม บัตรรายการต่างๆ แบบฝึกหัด และแบบประเมินผลบรรจรรวมไว้ในกล่องเป็นชุด อาจใช้ศึกษาเป็นรายบุคคลหรือเป็นรายกลุ่ม แบบศูนย์การเรียนรู้ หรือใช้ประกอบการบรรยายของครู

กรมวิชาการ (2545 ก, หน้า 26) กล่าวว่า การแนะแนวแบบเป็นกระบวนการที่ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเองสามารถเลือกและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม มีทักษะในการจัดการชีวิตตลอดจนสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551, หน้า 21) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวหมายถึง การจัดกิจกรรมที่มุ่งส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้พัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น พึ่งตนเอง มีทักษะในการเลือกแนวทางในการศึกษา การงานอาชีพ ชีวิตและสังคม มีสุขภาพจิตที่ดี และมีจิตสำนึกในการทำประโยชน์ต่อครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

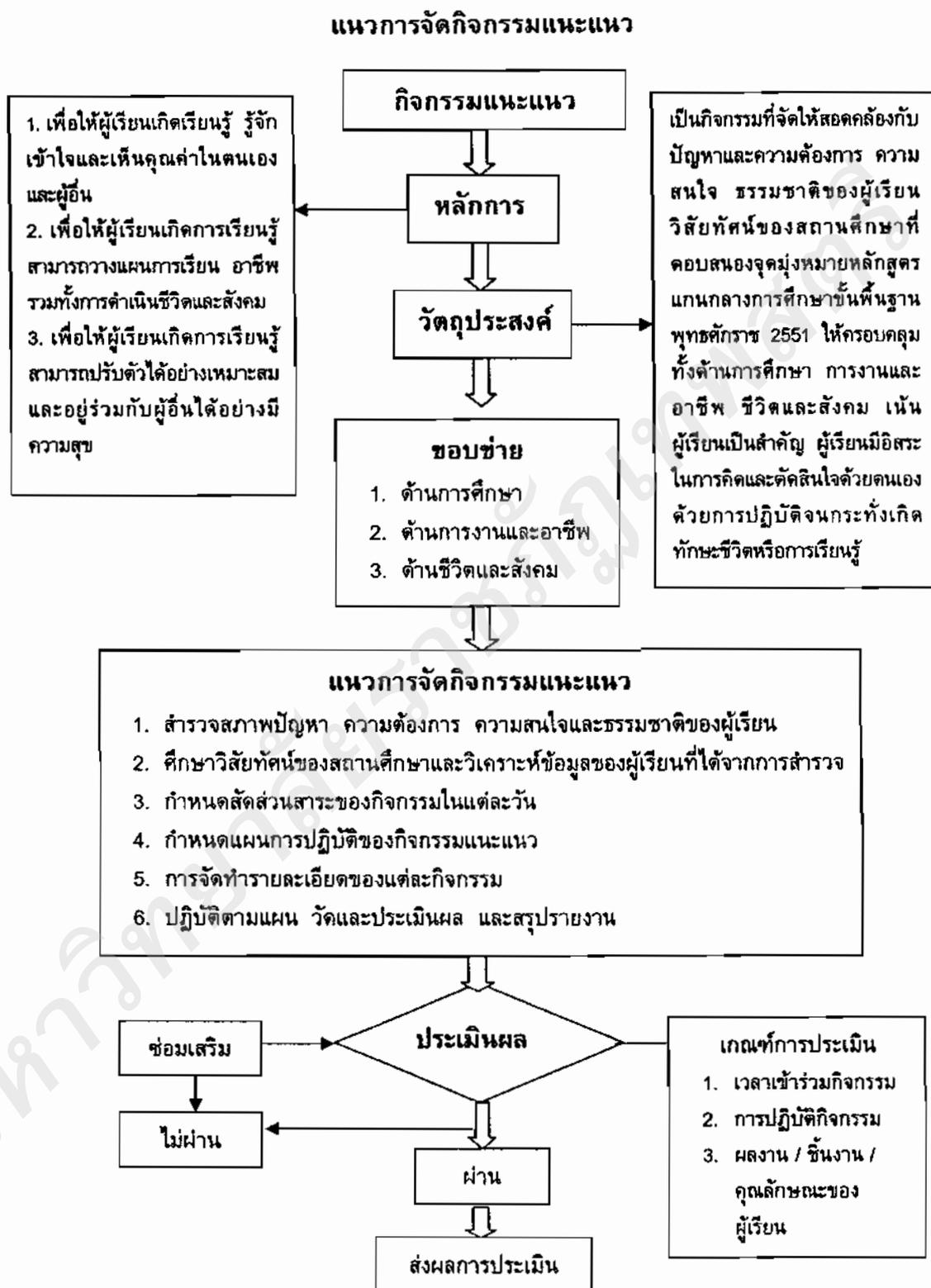
จากที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนวแบบปกติหมายถึง กิจกรรมที่จัดเพื่อให้ความรู้แก่นักเรียนทางด้านจิตวิทยา ที่จะช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง เลือกและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม มีทักษะในการจัดการชีวิตตลอดจนสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5.2 แนวการจัดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ

โอ้ เอี่ยมวิไลย์ (2547, หน้า 73) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการสอนแบบปกติไว้ 3 ขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูใช้กิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น เกม ชักถาม เพลง การพูดคุยเป็นการนำเข้าสู่บทเรียน
2. ขั้นจัดกิจกรรม ครูนำเสนอเนื้อหาใหม่โดยใช้สื่อประกอบการอธิบาย ชักถาม การบรรยาย ได้แก่ ใบความรู้ หนังสือแบบเรียน ภาพประกอบใบงาน เป็นต้น
3. ขั้นสรุป ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาสาระที่เรียนมาแล้ว ด้วยวิธีการอภิปราย ชักถามหรือทำแบบฝึกหัด

จากแนวคิดดังกล่าวสรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ เป็นการจัดกิจกรรมตามคู่มือการจัดการกิจกรรมแนะแนวของกรมวิชาการเพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้โดยครูเป็นผู้เตรียมความรู้ในเรื่องที่จะจัดกิจกรรมจากสาระการเรียนรู้ จากตำรา แล้วรวบรวมเรื่องราวทั้งหมดมาถ่ายทอดให้กับนักเรียนด้วยการบรรยาย การสาธิต การใช้สื่อ ซึ่งมีครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย สรุปเนื้อเรื่องประกอบด้วย 3 ขั้นตอนคือ ขั้นนำ ขั้นจัดกิจกรรม ขั้นสรุป



ภาพ 3 แนวการจัดกิจกรรมแนะแนว

ที่มา: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2552, หน้า 20)

เจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว

1. ความหมายของเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว

เจตคติเป็นองค์ประกอบสำคัญด้านหนึ่งในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมนุษย์ได้มีผู้ให้ความหมายของเจตคติ ไว้ต่างๆ กันดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2542, หน้า 321) ได้บัญญัติศัพท์ว่า เจตคติ หมายถึง ท่าทีหรือความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

ล้วน สายยศ, และอังคณา สายยศ (2543, หน้า 54) กล่าวว่า เจตคติเป็นความรู้สึกเชื่อ ศรัทธาต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดจนเกิดความพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมออกมา ซึ่งอาจเป็นไปในทางที่ดีหรือไม่ดีก็ได้เจตคดียังไม่เป็นพฤติกรรมแต่เป็นตัวการที่ทำให้เกิดพฤติกรรม

พิภพ ช้างเงิน (2547, หน้า 407) กล่าวว่า เจตคติ ตรงกับภาษาอังกฤษว่า attitude มาจากคำว่า aptus ในภาษาละติน บางครั้งแปลคำนี้ว่า ทักษะ หรือท่าที และให้ความหมายของเจตคติไว้ว่า หมายถึง สิ่งที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคลที่จะตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง เราสามารถรู้ได้โดยดูจากพฤติกรรมของบุคคลว่าจะตอบสนองต่อสิ่งเร้าอย่างไร

นิตยา เตโซ (2547, หน้า 45 – 46) กล่าวว่า เจตคติเป็นแนวโน้มที่บุคคลจะต้องตอบสนองในทางที่พอใจ ไม่พอใจต่อสถานการณ์ต่างๆ มีความหมายสรุปได้ดังนี้

1. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆ หลังจากที่บุคคลได้มีประสบการณ์ในสิ่งนั้น ความรู้สึกนี้จึงแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

1.1. ความรู้สึกในทางบวก เป็นการแสดงออกในลักษณะความพึงพอใจเห็นด้วย เห็นชอบด้วยและสนับสนุน

1.2 ความรู้สึกในทางลบ เป็นการแสดงออกในลักษณะไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย และไม่สนับสนุน

1.3 ความรู้สึกที่เป็นกลางคือ ไม่มีความรู้สึกใด ๆ

2. บุคคลแสดงความรู้สึกทางด้านพฤติกรรม ซึ่งแบ่งพฤติกรรมเป็น 2 ลักษณะดังนี้

2.1 พฤติกรรมภายนอก เป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้ มีการกล่าวถึง สนับสนุน ทำทาง หน้าตา บอกความพึงพอใจ

2.2 พฤติกรรมภายใน เป็นพฤติกรรมที่สังเกตไม่ได้ ชอบหรือไม่ชอบก็ไม่แสดงออก หรือความรู้สึกที่เป็นกลาง

กู๊ด (Good, 1973, p.59) ให้ความหมายของเจตคติว่า หมายถึง ความเอนเอียงหรือความชอบของบุคคลที่แสดงผลเฉพาะไปสู่วัตถุ สิ่งของ สถานการณ์หรือคุณค่าตามปกติจะประกอบด้วยความรู้สึกและอารมณ์

ไอเคน (Aiken, 1985, p.290) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ความโน้มเอียงที่เกิดจากการเรียนรู้ในการตอบสนองเชิงบวกหรือเชิงลบ ต่อวัตถุ สถานการณ์ สถาบันหรือบุคคล

บารอน (Baron, 1993, p.642) ให้ความหมายของเจตคติหมายถึง ความรู้สึก ความเชื่อ และพฤติกรรมที่มีต่อสิ่งของ คน เรื่องราว และกลุ่มต่างๆ ในทางบวกหรือทางลบ

เทอร์สโตน (Thurstone, 1995, p.531) ให้ความหมายของเจตคติหมายถึง ผลรวมเกี่ยวกับความรู้สึก อคติ ความกลัวต่อบางสิ่งบางอย่าง การแสดงออกทางการพูดเป็นความคิด อย่างใดอย่างหนึ่งและความคิดนี้เป็นสัญลักษณ์ของเจตคติ

จากแนวคิดของนักการศึกษาและนักจิตวิทยาที่กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า เจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว หมายถึง ความรู้สึกหรือความศรัทธาที่นักเรียนมีต่อกิจกรรมแนะแนวจนอาจส่งผลให้เกิดการกระทำและการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ในทางที่ชอบหรือไม่ชอบและช่วยให้นักเรียนสามารถตัดสินใจได้ว่าตนเองจะเลือกและปฏิบัติอย่างไรจึงจะถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบวัดเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. องค์ประกอบของเจตคติ

สร้อยตระกูล อรรถมานะ (2542, หน้า 64 – 65) อธิบายว่า เจตคติมีองค์ประกอบ 3 ประกอบคือ

1. องค์ประกอบด้านความคิดความเข้าใจ (cognitive component) ความคิด ความเข้าใจนี้จะเป็นการแสดงออกซึ่งความรู้หรือความเชื่อซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้ในประสบการณ์ต่างๆ จากสภาพแวดล้อมอันเป็นเรื่องของปัญหาในระดับที่สูงขึ้น อาทิ นักบริหารหรือผู้บังคับบัญชาที่มีความคิดหรือความเชื่อที่ผู้บังคับบัญชาของเขานั้นมีลักษณะของความเป็นผู้ใหญ่สามารถปกครองตนเองได้ ดังนั้น เขาจึงได้ความเป็นอิสระในการทำงานแก่ผู้บังคับบัญชา หรือเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการทำการวินิจฉัยสั่งการ

2. องค์ประกอบด้านความรู้สึก (affective component) องค์ประกอบด้านความรู้สึกนี้จะ เป็นสภาพทางอารมณ์ (emotion) ประกอบกับการประเมิน (evaluation) ในสิ่งนั้น ๆ อันเป็นผลที่เกิดจากการเรียนรู้ในอดีต ดังนั้น จึงเป็นการแสดงออกซึ่งความรู้สึกอันเป็นการยอมรับ อาทิ ชอบ ถูกใจสนุก หรือปฏิเสธต่อสิ่งนั้น อาทิ เกลียด โกรธ ก็ได้ ความรู้สึกนี้อาจทำให้บุคคลเกิดความยึดมั่นและอาจแสดงปฏิกิริยาตอบโต้หากมีสิ่งขัดกับความรู้สึกดังกล่าว

3. องค์ประกอบด้านแนวโน้มของพฤติกรรม (behavioral component) หมายถึง แนวโน้มของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมหรือปฏิบัติต่อสิ่งที่ตนชอบหรือเกลียดอันเป็นการตอบสนองหรือการกระทำในทางใดทางหนึ่ง ซึ่งเป็นผลมาจากความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเรานั้นๆ อาทิ บุคคลนั้นมีทัศนคติที่ดีต่อระบอบประชาธิปไตย หรือมีความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกที่ดีต่อระบอบประชาธิปไตย บุคคลผู้นั้นก็มีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมแบบเข้าหาหรือแสวงหา (seek contact) ตรงกันข้ามหากมีทัศนคติต่อสิ่งนั้นๆ ไม่ดี ก็จะทำให้เกิดพฤติกรรมในการถอยหนีหรือหลีกเลี่ยง (avoiding contact)

ไทแอนดิส (Triandis, 1971, p.3) ได้สรุปองค์ประกอบของเจตคติไว้ 3 ประการ คือ

1. องค์ประกอบทางด้านพุทธิปัญญา (cognitive component) เป็นองค์ประกอบทางด้านความรู้และความเข้าใจของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้านั้นๆ เพื่อเป็นเหตุผลในการที่จะสรุปรวมเป็นความเชื่อหรือช่วยประเมินผลสิ่งเร้านั้นๆ

2. องค์ประกอบทางด้านท่าทีและความรู้สึก (affective component) จัดเป็นองค์ประกอบทางด้านอารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งจะเป็นตัวเร้า "ความคิด" อีกต่อหนึ่ง ถ้าบุคคลมีภาวะความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดี ขณะที่คิดถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งแสดงว่าบุคคลนั้นมีความรู้สึกในด้านบวกและลบตามลำดับ

3. องค์ประกอบทางด้านปฏิบัติ (behavioral component) คือความพร้อมหรือความโน้มเอียงเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าในทิศทางที่สนับสนุนหรือคัดค้าน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเชื่อหรือความรู้สึกที่ได้จากการประเมินผล

กล่าวโดยสรุปได้ว่า องค์ประกอบของเจตคติมี 3 ประการคือ องค์ประกอบด้านความรู้ ความเข้าใจ องค์ประกอบด้านความรู้สึกและองค์ประกอบด้านพฤติกรรม ซึ่งองค์ประกอบทั้งสามด้านจะมีความสัมพันธ์กันที่แสดงออกต่อสิ่งเร้าในทิศทางที่เป็นการสนับสนุนหรือเห็นด้วย และในทิศทางที่ไม่สนับสนุนหรือไม่เห็นด้วยของบุคคล

3. ประโยชน์ของเจตคติ

นพมาศ ชีระเวคิน (2542, หน้า 130) มองว่าเจตคติมีประโยชน์และหน้าที่ คือ

1. เป็นเครื่องมือ ปรับตัว และเป็นประโยชน์ในการใช้เพื่อทำการต่างๆ
2. ทำประโยชน์โดยการไว้ป้องกัน สภาวะจิตใจ หรือปกป้องสภาวะจิตใจของบุคคล (ego defensive function) เพราะความคิด หรือความเชื่อบางอย่าง สามารถทำให้ผู้เชื่อ หรือคิดสบายใจ ส่วนจะผิดจะถูกเป็นอีกเรื่องหนึ่ง
3. เจตคติทำหน้าที่แสดงค่านิยม ให้คนเห็นหรือรับรู้ (value expressive function)
4. มีประโยชน์หรือให้คุณประโยชน์ทางความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับผู้คนและสิ่งต่างๆ
5. ช่วยให้บุคคลมีหลักการและกฎเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมหรือช่วยพัฒนาค่านิยมให้กับบุคคล การที่บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคล สถานการณ์ต่างๆ ในสังคมจะเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถประเมินและตัดสินใจได้ว่าควรที่จะเลือกประพฤติอย่างไรจึงจะเหมาะสมและดีงาม

สุวิมล ภูละคร (2547, หน้า 83 – 84) กล่าวถึงประโยชน์ของเจตคติไว้ดังนี้

1. เป็นส่วนช่วยให้บุคคลได้บรรลุเป้าหมายบางอย่างที่ต้องการ จะต้องได้จากกรณีเราต้องการจะทำงานชิ้นหนึ่งให้สำเร็จด้วยดีมีประสิทธิภาพก็จะต้องสร้างเจตคติเชิงนิมิตองงานชิ้นนั้น จึงจะมีโอกาสทำงานได้สำเร็จตามความประสงค์ ดังนั้นเจตคติบางอย่างจึงมีประโยชน์ในการช่วยให้บุคคลปรับตัวเข้ากับกลุ่มและสถานการณ์ได้

2. ช่วยให้บุคคลมีหลักการ และมีกฎเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมหรือกล่าวได้ว่าเจตคติช่วยพัฒนาค่านิยมให้กับบุคคล การที่บุคคลมีเจตคติดีต่อผู้คน เหตุการณ์ สถานการณ์ และสิ่งต่าง ๆ ในสังคม จะเป็นสิ่งช่วยให้บุคคลสามารถประเมินและตัดสินใจได้ว่าคนจะเลือก

และยึดถือหลักการประพฤติปฏิบัติตนอย่างไร จึงจะเป็นสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสมเป็นประโยชน์ต่อตนและผู้อื่น

3. เป็นสื่อหรือช่องทางที่จะช่วยให้บุคคลได้พัฒนาความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับผู้คนและสิ่งต่าง ๆ ถ้าเราไม่มีเจตคติต่อผู้คน เหตุการณ์หรือสถานการณ์ใด ๆ เราก็มักจะไม่ใส่ใจกับผู้คนเหตุการณ์หรือสถานการณ์นั้นๆ เมื่อไม่ได้ใส่ใจก็ไม่ได้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสิ่งนั้นๆ

จากความสำคัญดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ประโยชน์ของเจตคติมีส่วนช่วยให้บุคคลเตรียมความพร้อมในการที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้บรรลุเป้าหมาย ช่วยให้บุคคลสามารถประเมินและตัดสินใจเลือกและยึดถือหลักการประพฤติปฏิบัติตนในสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

4. การวัดเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว

เจตคติ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ ความรู้สึก และอารมณ์ ในการวัดเจตคตินั้นมีนักจิตวิทยาหลายท่านได้สร้างเครื่องมือวัดเจตคติไว้หลายแบบด้วยกัน แบบวัดเจตคติที่นิยมใช้กันมี 3 ประเภท คือ แบบวัดเจตคติตามวิธีของลิเคอร์ท แบบวัดเจตคติตามวิธีของออสกูดและแบบวัดเจตคติตามวิธีของเทอร์สโตน

การวัดเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนวในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้แบบวัดเจตคติตามวิธีการของ ลิเคอร์ท (Likert's Scale) ซึ่งพิชิต ฤทธิ์จรูญ (2549, หน้า 224 - 226) ได้อธิบายลำดับขั้นตอนการสร้างไว้โดยใช้หลักการวัดค่ารวม (summative scale) ลักษณะสำคัญของแบบวัดนี้คือ กำหนดช่วงความรู้สึกของคนเป็น 5 ช่วงหรือ 5 ระดับคือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การสร้างแบบวัดเจตคติตามวิธีของลิเคอร์ทมีขั้นตอนดังนี้

1. กำหนดเป้าเจตคติ ที่ต้องการจะศึกษาหรือต้องการจะวัด ซึ่งอาจจะเป็นคนวัดผู้สังเกตการณ์ สถาบัน อาชีพ วิชา นโยบาย เป็นต้น เช่น เจตคติต่อวิชาชีพนักการเมือง เจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว เจตคติต่อโรงเรียน เป็นต้น

2. ให้ความหมายหรือระบุขอบข่ายของเป้าเจตคติ ที่ต้องการจะวัดให้ชัดเจนว่าประกอบด้วยคุณลักษณะใดบ้าง เพื่อให้สามารถเขียนข้อความแสดงความรู้สึกต่อเป้าเจตคตินั้นได้อย่างครอบคลุมชัดเจน

3. เขียนข้อความแสดงความรู้สึก ต่อเป้าเจตคติที่ต้องการจะวัดให้ครอบคลุมคุณลักษณะที่สำคัญ ๆ ตามที่กำหนดไว้ในข้อ 2 ให้มีข้อความทั้งทางบวกและทางลบมากพอที่เมื่อวิเคราะห์แล้วเหลือจำนวนข้อความที่ต้องการนำไปใช้วัดเจตคติได้ ข้อความควรมีลักษณะดังนี้

3.1 เป็นข้อความที่แสดงความรู้สึกต่อสิ่งที่ต้องการวัด สามารถโต้แย้งได้ ไม่ใช่ข้อเท็จจริง

3.2 เป็นข้อความที่มีความสมบูรณ์ชี้ชัดประเด็นเดียว

3.3 เป็นข้อความที่มีความแจ่มชัด สั้น กระชับรัด

- 3.4 เป็นข้อความที่ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ไม่ใช่ศัพท์เทคนิคทางวิชาการ
- 3.5 เป็นข้อความง่าย ๆ ไม่ยุ่งยากซับซ้อน
- 3.6 หลีกเลี่ยงการใช้คำคุณศัพท์หรือคำกริยาวิเศษณ์ เช่น เสมอๆ บ่อยๆ ไม่ค่อยไม่มีเลย ทั้งหมด เป็นต้น
- 3.7 ไม่ควรใช้ประโยคปฏิเสธหรือปฏิเสธซ้อน เพราะอาจทำให้ผู้ตอบเข้าใจได้ยากหรือสับสน

4. ตรวจสอบข้อความที่เขียนไว้ โดยตรวจสอบด้วยตนเองหรือให้ผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนั้นๆ ตรวจสอบโดยพิจารณาในเรื่องของความครบถ้วนของคุณลักษณะของสิ่งที่ศึกษา ความถูกต้องเหมาะสมการใช้ภาษา ความสอดคล้องกันกับรูปแบบการตอบที่กำหนดไว้ว่าควรใช้รูปแบบของการตอบรูปแบบใด เช่น เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หรือ ชอบมากที่สุด ชอบมาก ปานกลาง ชอบน้อย ชอบน้อยที่สุด

5. ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้น โดยการทดลองใช้แบบวัดเจตคติกับกลุ่มตัวอย่างจำนวนหนึ่งเพื่อตรวจสอบความชัดเจนของข้อความและภาษาที่ใช้ รวมทั้งการตรวจสอบคุณภาพด้านอื่นๆ ได้แก่ ความเที่ยงตรง ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเจตคติทั้งฉบับด้วย

6. กำหนดการให้คะแนนการตอบของแต่ละตัวเลือก โดยทั่วไปนิยมใช้กำหนดคะแนนเป็น 5 4 3 2 1 (หรือ 4 3 2 1 0) สำหรับข้อความทางบวกเป็น 1 2 3 4 5 (หรือ 0 1 2 3 4) สำหรับข้อความทางลบ การกำหนดคะแนนลักษณะนี้เรียกว่า วิธีวัดค่าน้ำหนักตามความสำคัญ arbitrary weighting method

7. จัดชุดแบบวัดเจตคติ เมื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดแล้วให้จัดชุดแบบวัดเจตคติซึ่งโดยทั่วไปจะมีจำนวนข้อความตั้งแต่ 20 ข้อขึ้นไป เพราะถ้าแบบวัดมีจำนวนน้อยข้อความเชื่อมั่นมักจะมีค่าน้อย ความเที่ยงตรงก็ไม่ดี (พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2549, หน้า 224 – 226)

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การวัดเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนวเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลาเพราะเจตคติเป็นความรู้สึกนึกคิด เป็นสภาพทางจิตใจ ซึ่งไม่สามารถวัดได้โดยตรง การวัดเจตคตินิยมวัดกันออกมาในรูปของทางบวกและทางลบ ทางบวกหมายถึงเจตคติในด้านดี ส่วนทางลบหมายถึงการมีเจตคติในด้านไม่ดีต่อสิ่งนั้นๆ สำหรับแบบวัดเจตคติที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้วัดความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิธและกิจกรรมแนะแนวแบบปกติ

ดังที่กล่าวมาแล้วจึงสรุปได้ว่า เจตคติต่อกิจกรรมแนะแนว เป็นความรู้สึกหรือความศรัทธาที่นักเรียนมีต่อกิจกรรมแนะแนวจนส่งผลให้เกิดการกระทำและการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ในทางที่ชอบหรือไม่ชอบ และช่วยให้นักเรียนสามารถตัดสินใจได้ว่าตนเองจะเลือกและปฏิบัติอย่างไรจึงจะถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบวัดเจตคติต่อกิจกรรมแนะแนวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

อังคณา เมตุลา (2546, หน้า 113) ได้ทำการวิจัย ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการรู้จักและเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสหราษฎร์รังสฤษดิ์ จังหวัดนครพนม ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ 2) นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ดีมากกว่า มีการรู้จักตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ด้อยกว่า 3) การฝึกมีผลให้นักเรียนที่มีความเชื่ออำนาจในตนต่ำ มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกและ 4) นักเรียนจากครอบครัวรายได้สูงที่ได้รับการฝึกมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนจากครอบครัวรายได้ต่ำที่ไม่ได้รับการฝึก

มยุรี วิสูตราศัย (2547, หน้า 74 – 76) ได้ทำการวิจัย ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดชาก อำเภอบ้านฉาง จังหวัดระยอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยการตระหนักในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมวิธีปกติหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บัลลัง คาลทอง (2548, หน้า 59 - 60) ได้ทำการศึกษาผลการใช้โปรแกรมวิถีชีวิตตามหลักโยนิโสมนสิการที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์โรงเรียนสิงห์สมุทร อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิถีชีวิตแบบโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนามีการเห็นคุณค่าในตนเองระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญที่ระดับสถิติ สรุปได้ว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิถีชีวิตตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ ได้ปรับเปลี่ยนวิถีคิดใหม่เป็นการคิดอย่างมีเหตุผล มีระเบียบ คิดให้เกิดผลได้ตามเป้าหมาย ได้ฝึกฝนพัฒนาตนเองทั้งทางด้านร่างกายจิตใจและปัญญาตามศักยภาพของตน สามารถนำทักษะและประสบการณ์ที่ได้จากการฝึกไปปรับใช้ได้เหมาะสมและเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

ศศิวรรณ บุญธรรม (2548, หน้า 53) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการตัดสินใจทางการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพไปโรงพยาบาลนพรัตนราชธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลนพรัตนราชธานีจำนวน 228 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบสอบถามวัดการตัดสินใจทางการพยาบาล พบว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองทำให้สามารถรับรู้คุณค่าและ

ศักยภาพของตนเองตามความเป็นจริง สามารถเปิดใจกว้างที่จะยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นและ การเปลี่ยนแปลงต่างๆ ได้ และแสดงพฤติกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้น สามารถทำงานต่างๆ ให้ประสบผลสำเร็จได้ สามารถเปิดเผยตัวเอง เสนอความคิดของตนเอง ต่อบุคคลอื่นรวมทั้งการยอมรับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้อื่น มีความกล้าแสดงออก สามารถสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ สามารถเผชิญอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามา มีความเชื่อมั่น มีความ กล้าหาญและมีความหวัง

สุภาภรณ์ กอเข็ม (2548, หน้า 78) ได้ทำการศึกษาผลการใช้โปรแกรมกิจกรรม และแนวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดชลบุรี พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมกิจกรรมและแนวมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่ม ควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียน กลุ่มฝึกโปรแกรมกิจกรรมและแนวมีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะ ติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มฝึก โปรแกรมกิจกรรมและแนวมีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

พูลสุข บุญก่อเกื้อ (2548, หน้า 60) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้กิจกรรมและแนว ที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฝืนอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัด ชลบุรีผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฝ่าฝืนอุปสรรคของนักเรียนที่ ได้รับโปรแกรมกิจกรรมและแนวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมกิจกรรมและแนวทำให้นักเรียนได้รับข้อมูลและเกิดการ เรียนรู้เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีทักษะในการตัดสินใจทำให้มีความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาและ อุปสรรคในชีวิต กล้าที่จะเผชิญกับปัญหา กล้าตัดสินใจ มองโลกอย่างสร้างสรรค์และสามารถ ปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

พิมพ์พิกาฬ จันทนะโสทธิ (2550, หน้า 96) ได้ทำการวิจัย ปัจจัยป้องกันพฤติกรรม เสี่ยงด้านการเรียนของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคราชบุรี ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่มีการเห็น คุณค่าในตนเองสูง จะมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการเรียน ด้านนิสัยการเรียนไม่ดีต่ำ ทั้งนี้อธิบาย ได้ว่า นักศึกษาที่มีความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถในการทำกิจกรรมหรือการแก้ปัญหา ต่างๆ ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงด้านการเรียน ด้านนิสัยการเรียนไม่ดี เพราะนักศึกษา ประเมินความรู้สึกที่เกิดขึ้นของตนเองในด้านดีเกี่ยวกับความสามารถ การยอมรับ การนับถือ ความภาคภูมิใจ ความสำเร็จ ตลอดจนการยอมรับจากสังคม ดังนั้น การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงด้วย

ลักษณะ สกุลทอง (2550, หน้า 77) ได้ทำการวิจัยการพัฒนาการเห็นคุณค่าใน ตนเองโดยใช้โปรแกรมฝึกวิธีคิดแบบโยนิสมนสิการ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทศบาลวัดกลาง จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2550 จำนวน 20 คน

แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คนพบว่า หลังการใช้โปรแกรมฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จาร์วรรณ นครจรรพงค์ (2551, หน้า 98) ได้ศึกษาผลการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากเอดส์โดยใช้กิจกรรมศิลปะ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากเอดส์ อายุระหว่าง 10 - 12 ปีซึ่งอยู่ที่บ้านเปี่ยมสุข จังหวัดนครปฐม มูลนิธิไว เอ็ม ซี เอ คัดเลือกโดยกรณีศึกษาแบบเจาะจงจำนวน 15 คนระยะเวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ๆ ละ 3 ครั้งๆ ละ 60 นาที รวมเวลาในการทดลอง 10 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย กิจกรรมศิลปะและแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองการศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากเอดส์หลังการใช้กิจกรรมศิลปะเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. งานวิจัยต่างประเทศ

สิง, และ แซนด์ (Leung, & Sand, 1981, pp. 291 - 298) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับวุฒิภาวะทางอารมณ์ในนักศึกษาระดับวิทยาลัยทุกชั้นปีจำนวน 200 คน โดยใช้แบบวัดของคูเปอร์สมิท และวัดวุฒิภาวะทางอารมณ์โดยใช้แบบวัดการปรับตัวทางสังคม ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำในทางกลับกันพบว่านักศึกษาที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงก็จะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้ที่มิวุฒิภาวะทางอารมณ์ต่ำด้วยเช่นกัน

แอบบอร์ท (Abbott, 1989, pp.1253 - 1255) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา กลุ่มตามแนวคิดทฤษฎีการบำบัดแบบพิจารณาเป็นจริงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นเกรด 6 - 8 ไม่มีความสามารถในการเรียนและมีคะแนนในการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม 10 ครั้งๆ ละประมาณ 45 นาที กลุ่มควบคุมได้รับการฝึกฝนทักษะทางด้านกรเรียนซึ่งใช้เวลานานเท่ากับกลุ่มทดลองเครื่องมือที่ใช้คือ แบบสำรวจการเห็นคุณค่าในตนเอง (self - esteem inventory) และแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองด้านพฤติกรรมกรเรียน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเอง และมีพฤติกรรมกรเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่พบความแตกต่างของคะแนนที่ได้ครูประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน

แมกรี, และคนอื่นๆ (McGee et al., 2001, pp.281 - 291) ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และความสิ้นหวังในวัยเด็กและความคิดฆ่าตัวตายในผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า เด็กชายมีรากฐานการฆ่าตัวตายในช่วงวัยเด็ก ซึ่งส่วนมากมาจากการเห็นคุณค่าใน

ตนเองต่ำและนำไปสู่การคิดที่จะทำร้ายตนเอง สำหรับเด็กผู้หญิง มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และมีผลอย่างมีนัยสำคัญในส่วนของความคิดฆ่าตัวตาย ซึ่งจากผลการวิจัยสนับสนุนว่ามีลักษณะส่วนบุคคล เช่นความรู้สึกสิ้นหวังและการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำทำให้เกิดกระบวนการเชื่อมโยง คือการคิดฆ่าตัวตายในวัยรุ่นที่จะเชื่อมโยงไปถึงการคิดฆ่าตัวตายในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

กัทแมน, และโรเบิลส์ - พินา (Guthman, & Robles-Pina, 2002, pp.44 - 45) ศึกษาปัจจัยพื้นฐานและอิทธิพลของการศึกษาต่อ การเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่หย่าร้างและครอบครัวที่สมบูรณ์ในพื้นที่ชนบท กลุ่มตัวอย่างคือวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่หย่าร้างและครอบครัวที่สมบูรณ์ในพื้นที่ชนบท กลุ่มตัวอย่างคือวัยรุ่น 15-18 ปี จำนวน 64 คน ผลการวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าของวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่หย่าร้างและครอบครัวที่สมบูรณ์ ไม่มีความแตกต่างกัน แต่มีความแตกต่างระหว่างเพศ กล่าวคือเพศหญิงมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเพศชายและไม่มีความแตกต่างระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและสถานภาพสมรสของบิดามารดา

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่า กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวคิดคูเปอร์สมิธ เป็นวิธีการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้วิธีฝึกปฏิบัติ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ด้วยการอภิปราย แสดงความคิดเห็นจากแนวคิดและประสบการณ์ของตนเอง สามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ได้ปฏิบัติในกิจกรรมเข้ากับชีวิตจริงได้ เป็นการเสริมสร้างการเรียนรู้ให้มั่นคงถาวรยิ่งขึ้น ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าวิธีดังกล่าวสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ส่งผลให้นักเรียนรู้จักตนเอง รู้จักคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาและมีทักษะ เจตคติที่จำเป็นต่อการปรับตัว การดำรงชีวิตรับรู้ถึงขอบเขตศักยภาพที่ตนมี รู้จักยอมรับตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง สอดคล้องกับแนวคิดของมาสโลว์ (Maslow, 1970, p.21) ที่ได้ให้ทัศนะไว้ว่า โดยปกติแล้วบุคคลในสังคมทุกคนต้องการหรือปรารถนาที่จะเคารพตนเอง (self - respect) หรือเห็นคุณค่าในตนเอง (self - esteem) และนอกจากเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว ยังต้องการได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่นอีกด้วย