

บทที่ 2

วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 บุคลิกภาพ (Personality)

2.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพ มีความหมายกว้างขวาง และเป็นที่เข้าใจได้หลายอย่าง นักวิชาการและนักจิตวิทยาหลายท่าน ได้ศึกษาวิจัยและให้คำนิยามไว้หลายอย่างต่าง ๆ กัน

ออลพอร์ต (Allport, 1967) ได้ให้คำจำกัดความว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะนิสัยต่าง ๆ บอกถึงแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง

เดโช สวนานนท์ (2514) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ผลรวมของการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ของแต่ละชีวิต หรือลักษณะต่าง ๆ ของแต่ละบุคคลที่แสดงออกมา ความหมายของ คำว่า ลักษณะต่าง ๆ นี้หมายถึง ลักษณะที่ถาวร กล่าวคือ เมื่อแสดงลักษณะออกมาอย่างไร ก็เป็นไปอย่างนี้ตลอดไปไม่ได้เป็นอยู่แต่เพียงชั่วคราวชั่วยาม

สุชา จันทน์เฒและสุรางค์ จันทน์เฒ (2521) กล่าวว่า บุคลิกภาพเป็นลักษณะต่าง ๆ ของแต่ละบุคคลที่แสดงออกมา

จุฑา บุรีภักดี (2523) ได้ให้คำจำกัดความว่า บุคลิกภาพหมายถึง ลักษณะอันเป็นสิ่งที่จำเพาะของแต่ละบุคคลซึ่งแสดงออกทางท่าทาง ความรู้สึกนึกคิด ความเฉลียวฉลาด ตลอดจนกิจวิริยารมยาท การแต่งกายสุภาพดูงาม มีอุปนิสัยที่ดี มีความสำรวมอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น มีน้ำใจ และมีความเข้าใจผู้อื่น เป็นผู้วางตนเหมาะสมกับสภาวะการณ์ต่าง ๆ และบุคคล

จากความหมายของบุคลิกภาพดังกล่าว จะเห็นได้ว่าบุคลิกภาพนั้น นอกจากจะหมายถึงลักษณะโครงสร้างร่างกายและพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลที่ปรากฏออก

มาให้สังเกตเห็นได้ และยังหมายความว่ารวมถึง ลักษณะและการจัดระบบในตัวบุคคล ที่มีอิทธิพลต่อลักษณะและพฤติกรรม ที่ปรากฏให้สังเกตได้อีกด้วย โดยลักษณะและพฤติกรรมที่ปรากฏนั้น พิจารณาได้จาก รูปร่างหน้าตา กิริยาท่าทาง การแต่งกาย การพูด การวางตัว การแสดงความคิดเห็น และการปรับตัว

2.2 การปรับตัวทางสังคม (Social adjustment)

2.2.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม

การปรับตัวทางสังคมได้มีผู้ให้ความหมายไว้ พอที่จะนำมากล่าวรายละเอียดได้ดังนี้คือ

เบอร์แทนด์ (Bertand, 1958 อ้างถึงใน สุรัชย์ โกคิยะกุล, 2526) ได้ชี้ให้เห็นว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการสังคมที่เกิดขึ้นกับบุคคลโดยจะรู้ตัวหรือไม่ก็ตาม ในการที่จะเลือกทางเลือกต่าง ๆ เพื่อการปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทางเลือกดังกล่าวนั้นเป็นการหลีกเลี่ยง การทำให้ลดลง หรือการทำให้หมดไป ซึ่งขัดแย้งระหว่างบุคคล หรือกลุ่ม การปรับตัวนี้เกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม มากกว่าจะเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม

มัลย์ และจามิสัน (Malm and Jamison, 1952 อ้างถึงใน นิภา นิษายน, 2530) ได้ให้ความเห็นว่า การปรับตัว หมายถึง วิธีการที่คนเรา ปรับตัวให้เป็นไปตามความต้องการของตนเอง ในสภาพแวดล้อมซึ่งบางครั้งอาจส่งเสริม บางครั้งอาจขัดขวาง บางครั้งสร้างความทุกข์ทรมาน กระบวนการปรับตัวนี้ เกิดขึ้นจากความจริงที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีความต้องการและความสามารถใช้วิธีการแบบต่าง ๆ ในการดำเนินการ เพื่อให้บรรลุความต้องการนั้น ๆ

สุโท เจริญสุข (2520) ได้กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีการปรับตัวทางสังคมไว้ดังนี้คือ บุคคลที่ให้ความร่วมมือกับคนอื่นทั้งในการกระทำและความคิด สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นโดยไม่แสดงอาการเป็นนายหรือไม่หลบหลีกจากหมู่คณะ มีความรับผิดชอบไม่ว่าจะเป็นผู้นำหรือผู้ตามในทุก ๆ โอกาส มีเหตุผลและมีความเป็นอิสระจากความกดดันของหมู่คณะที่จะเลือกเชื่อหรือสนใจอะไร ตามจุดหมายชีวิตของตน

สภาพธรรม โศตรจรัส (2524) ได้กล่าวถึงการปรับตัวตามทฤษฎีของ รอย (Roy Theory) ไว้ว่าการปรับตัวหมายถึง วิธีทางที่จะต้องรักษาไว้ซึ่งความมั่นคงในชีวิต กิจกรรมที่เกิดขึ้นต่อการตอบสนองการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม หรือ สิ่งเร้าจะแสดงออกในรูปของความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ บุคคลจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาความสมดุลย์ของร่างกาย จิตใจและสังคม

ราตรี พัฒนรังสรรค์ (2527) ได้ให้คำจำกัดความว่า การปรับตัวหมายถึง การที่บุคคลพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงพฤติกรรมของตน ให้เข้าสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อระบายความคับข้องใจ เมื่อหาทางตอบสนองต่อความต้องการไม่ได้

โสภา ชูพิกุลชัย (2528) กล่าวว่า การปรับตัวทางสังคม บุคลิกภาพ ส่วนใหญ่เป็นผลสืบเนื่องมาจากสังคม ดังนั้น การปรับตัวใหม่ทางด้านบุคลิกภาพ ทำโดยการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมทางด้านสังคม หรือโดยการนำบุคคลนั้นเข้าไปสู่วิถีทางใหม่

มัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ (2532) ได้กล่าวว่า การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม คือการเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งที่เหมาะสมกับสภาพการณ์ต่าง ๆ ของบุคคล เพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ต้องการและเกิดความพึงพอใจโดยไม่กระทบกระเทือนต่อความรู้สึกนึกคิด หรือความเป็นอยู่ของผู้อื่น ในการเลือกกระทำพฤติกรรม เพื่อความพึงพอใจของบุคคลนั้น หากเป็นพฤติกรรมที่ส่งผลให้ผู้อื่นพึงพอใจด้วย ก็นับว่าเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากที่มีผู้กล่าวถึงความหมายดังกล่าว อาจจะสรุปได้ว่าการปรับตัวทางสังคม หมายถึงกระบวนการที่เป็นไปตามความต้องการจากแรงผลักดันภายในจิตใจ เพื่อให้เกิดความสมดุลย์ทางจิต ลดความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความต้องการต่าง ๆ นอกจากนี้ยังเป็นความต้องการจากแรงผลักดันภายนอก เพื่อให้สามารถอยู่ ในสังคมและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างมีความสุข

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับการปรับตัว เมื่อพิจารณาเรื่องการปรับตัวของคนเรา สามารถกระทำได้ 2 ด้าน คือ พิจารณาจากผลของการปรับตัวว่าผู้ใดสามารถปรับตัวได้สำเร็จมากน้อยเพียงใดกับพิจารณาจากกระบวนการ หรือวิธีการที่บุคคลใช้ในการปรับตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ ในแง่ของบุคลิกภาพ บุคลิกภาพเป็นผลประกอบของกลวิธีหรือกระบวนการปรับตัวที่เปลี่ยนแปลงปรับปรุงจนคงตัวแล้ว จึงสรุปได้ว่า บุคลิกภาพและการปรับตัว มีความเกี่ยวพันกันแยกไม่ออก

2.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ และการปรับตัว

2.3.1 ทฤษฎีจิตสังคม (Psychosocial Theory) อิริคสัน (Erickson, 1950 อ้างถึงใน นิภา นิธยาน, 2530) เป็นนักจิตวิทยาคลินิก นักการศึกษา และนักทฤษฎีจิตวิทยาเป็นบุคคลสำคัญที่มีชื่อเสียงที่สุดคนหนึ่งในกลุ่มจิตวิเคราะห์

แนวความคิดในทัศนะของอิริคสัน คือ การทำความเข้าใจบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลซึ่งแสดงออกมาอย่างไม่รู้ตัวและเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเป็นประจำในชีวิตประจำวัน กระบวนการสำคัญของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ในการเข้าใจพัฒนาการของบุคคลคือ การเข้าใจบุคลิกภาพที่เบี่ยงเบนไปจากปกติซึ่งถือเป็นปัญหาหลักที่จะต้องพิจารณา เพื่อจะได้เข้าใจพัฒนาการของบุคลิกภาพปกติได้ชัดเจน และการวิเคราะห์เป็นรายบุคคล จะต้องพิจารณาบุคคลนั้นในกลุ่มสังคมและวัฒนธรรมของบุคคลด้วย ในด้านคุณค่าพื้นฐานของมนุษย์ อิริคสัน เน้นถึงความสามารถสร้างสรรค์และความสามารถในการปรับตัว ในเรื่องพฤติกรรมของมนุษย์ อิริคสัน ยอมรับในแบบแผนพัฒนาการทางจิตเพศ (Psychosexual) ของ ฟรอยด์ ซึ่งมีความเห็นว่าการที่บุคคลใดจะมีพฤติกรรมใดนั้นก็เนื่องจากพลังที่เรียกว่าแรงขับซึ่งมีมาแต่กำเนิดจะเห็นได้ว่า ความคิดของอิริคสันก็เป็นไปตามหลักทฤษฎีจิตวิเคราะห์ โดยถือว่าแรงขับเกิดจากสัญชาตญาณ (Instincts) และทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจแสดงออกมาร่วมกันเรียกว่า พลังเพศ (Libido) และพลังนี้ได้ทำงานออกมาในระบบ Id Ego และ Superego

การทำงานของ Id และ Superego จะขัดแย้งกันอยู่เสมอโดยมี Ego เป็นตัวกลางที่จะประนีประนอมทั้งสองระบบ ในทัศนะของ อิริคสัน Ego เป็นตัวตัดสินใจในการที่บุคคลจะแสดงพฤติกรรมใดออกมา โดยนำความรู้จากประสบการณ์มาร่วมพิจารณาด้วย Ego จึงเป็นระบบที่มีคุณค่าของมนุษย์ Ego ทำให้มนุษย์มีความสามารถในการปรับตัวและมีความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนี้แล้วในเรื่องสิ่งแวดล้อมซึ่ง ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางกายสังคม วัฒนธรรม และความคิด สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลสำคัญต่อการวางรูปแบบการพัฒนบุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งอิริคสันกล่าวว่า ความแตกต่างของวัฒนธรรมและกลุ่มสังคม มีผลทำให้บุคคลแตกต่างกัน เด็กที่กำลังเจริญเติบโตจะรับรู้ความจริงต่าง ๆ จากประสบการณ์ที่เขาได้รับและเป็นจุดเริ่มต้นของแบบแผนการดำเนินชีวิตของเขาต่อไป และเป็นแรงที่จะกำหนดความ

สามารถในการที่ชีวิตประสบความสำเร็จหรือไม่

จากที่กล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่า ตั้งแต่แรกเกิดเป็นต้นไป บุคคลมีการพัฒนาทางอารมณ์เชิงสังคมและบุคลิกภาพไปจนตลอดชีวิต โดยบุคคลอาจเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้มากน้อยเพียงใด ในช่วงอายุใดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ แต่ที่สำคัญที่สุดคือ ความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมของตนในช่วงนั้น ๆ ฉะนั้นในวัยทารกถึงวัยรุ่น ครอบครัวจึงมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสามารถในการปรับตัว อิริคสัน ได้แบ่งขั้นตอนของ พัฒนาการทางอารมณ์เชิงสังคมของบุคคลออกเป็น 8 ขั้น ซึ่งเริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนอายุ 80 ปี โดย ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2520) ได้กล่าวถึงทฤษฎีอิริคสันในแนวความคิดเกี่ยวกับบุคลิกภาพและแบ่งลำดับขั้นพัฒนาการทั้ง 8 ขั้น นอกจากนี้แล้วอิริคสันยังให้แนวคิดอีกหลายอย่าง เช่น

(1) แนวคิดเกี่ยวกับบุคลิกภาพตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของอิริคสัน อิริคสัน เป็นนักจิตวิเคราะห์แนวใหม่ แม้ว่าอิริคสันจะยอมรับขั้นพัฒนาการตามความต้องการทางเพศของ ซิกมันด์ ฟรอยด์ แต่ได้พิจารณาขั้นพัฒนาการเหล่านั้นในแนวของ ประสบการณ์ทางสังคม โดยเน้นถึงความสำคัญของสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่มีต่อขั้นพัฒนาการขั้นต่าง ๆ ดังนั้น ขั้นพัฒนาการของอิริคสันจึงเป็นขั้นพัฒนาการตามการตอบสนองความต้องการทางจิตสังคม (Psychosocial need Stages)

(2) แนวความคิดเกี่ยวกับลักษณะพัฒนาการของบุคคลของอิริคสัน อิริคสัน ชี้ให้เห็นว่า ลักษณะพัฒนาการของบุคคลประกอบด้วย

- ก. ความสามารถในการเผชิญสิ่งแวดล้อม
- ข. ความสามารถในการควบคุมสิ่งแวดล้อม
- ค. ความสามารถในการรับรู้ตนเอง และโลกตามความเป็นจริง
- ง. ความสามารถในการประสมประสานองค์ประกอบของ

บุคลิกภาพของตนเอง

(3) ขั้นพัฒนาการตามการตอบสนองความต้องการทางสังคมของอิริคสัน อิริคสันได้กล่าวถึง ลักษณะพัฒนาการขั้นต่าง ๆ อยู่ในรูปของความต่อเนื่อง (Continuity) ลักษณะพัฒนาการแต่ละขั้น นอกจากจะประกอบด้วยองค์ประกอบด้านอายุแล้ว ยังประกอบด้วยสิ่งแวดล้อมที่สำคัญ ลักษณะของผู้ประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวในพัฒนาการแต่ละขั้น และผลที่เกิดจากขั้นพัฒนาการนั้น ๆ ตามปกติลักษณะพัฒนาการของบุคคลโดยทั่วไป จะเป็นผลจากความสมดุลระหว่างลักษณะพัฒนาการทั้งสองด้านคือ ด้านความสำเร็จและความล้มเหลว นอกจากนี้

บุคลิกภาพของบุคคลจะพัฒนาตามลำดับขั้น ซึ่งมีผลต่อเนื่องกันคือ พัฒนาการขั้นต้นจะมีผลต่อพัฒนาการขั้นต่อ ๆ ไป และจะเป็นพื้นฐานสำหรับพัฒนาการในขั้นต่อ ๆ ไปด้วย และสำหรับบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีนั้นคือ บุคคลที่สามารถเอาชนะความขัดแย้งทั้งภายในตนเองและสังคมภายนอกได้ โดยบุคคลนั้นจะมีความมั่นคงในตนเองมีการตัดสินใจที่ดี มีสมรรถภาพ และประสบความสำเร็จในชีวิต

ลำดับขั้นพัฒนาการตามการตอบสนองความต้องการทางสังคมของอิริคสันมี 8 ขั้น ดังต่อไปนี้

ขั้นพัฒนาการ	สิ่งแวดล้อมที่สำคัญ	ลักษณะพัฒนาการ ผลความสำเร็จ	ผลความล้มเหลว	ผลที่เกิดจาก ขั้นพัฒนาการ
ขวบปีแรก	มารดาหรือผู้ทำหน้าที่แทนมารดา	มีความเชื่อถือ มีความไว้วางใจ	ไม่มีความเชื่อถือ ไม่มีความไว้วางใจ	มีความหวังและมีพลัง
2-3 ปี	บิดามารดา	มีความเป็นอิสระ มีเสรีภาพในการแสดงออก มีความสามารถในการตัดสินใจ	มีความละอาย มีความสงสัยและไม่แน่ใจ	มีความตั้งใจรู้จักควบคุมตนเอง
4-5 ปี	ครอบครัว	มีความคิดริเริ่ม สามารถพัฒนาความรู้สึกลึกซึ้งชอบชีวิต สามารถควบคุมความคิดริเริ่มของตนเองไม่ให้เป็นอันตรายต่อตนเองและบุคคลอื่น	มีความรู้สึกผิด มีความสับสน มีความหวาดระแวง	มีแนวทางในชีวิตและมีจุดหมายหมายของชีวิต
6-11 ปี	เพื่อนบ้าน เพื่อนที่โรงเรียน	มีความขยันหมั่นเพียร รู้จักหน้าที่ มีวิธีการทำงานร่วม	มีความรู้สึกด้อย สิ้นหวัง ทอดอาลัย	มีวิธีการทำงานที่เหมาะสมและมีความ

ขั้น พัฒนาการ	สิ่งแวดล้อม ที่สำคัญ	ลักษณะพัฒนาการ		ผลที่เกิดจาก ขั้นพัฒนาการ
		ผลความสำเร็จ	ผลความล้มเหลว	
12-20 ปี	กลุ่มเพื่อนใน วัยเดียวกัน บุคคลและสิ่ง ที่ยึดถือเป็น แบบอย่าง	กับบุคคลอื่น มีความสำเร็จ มีความเข้าใจและ รู้จักตนเอง มีความมั่นใจใน ตนเอง เรียนรู้บทบาท ต่าง ๆ ในสังคม มีอุดมคติ	มีนิสัยในการทำ งานไม่เหมาะสม มีความสับสน ไม่เข้าใจใน บทบาทของ ตนเอง	สามารถ มีความซื่อสัตย์ จงรักภักดีและ เสียสละ
วัยรุ่นใหญ่ ตอนต้น	เพื่อนสนิท คู่รักคู่ชีวิต การแข่งขัน ความร่วมมือ	มีความสามารถ ให้ความใกล้ชิด มีความเข้าใจ และรู้จักตนเอง มีความเต็มใจที่จะ ผูกพันกับบุคคลอื่น	มีความโดดเด่น อ้างว้าง ไม่สามารถผูกพัน กับผู้อื่น กลัวการสูญเสีย ความเป็นตัวของ ตัวเองมีพฤติกรรม ที่สับสนไม่มีจุด มุ่งหมาย	มีความผูกพัน รักใคร่และมี ความรัก สามารถที่จะ ให้และรับ ความรักและ สามารถที่จะ ทำงานอย่าง มีประสิทธิภาพ
วัยรุ่นกลางคน	การแบ่ง หน้าที่ความ รับผิดชอบ ในครอบครัว	มีความสามารถใน การสร้างหลักฐาน ความมั่นคงและการ นำชนรุ่นหลัง สามารถทำประโยชน์ ต่อตนเองและผู้อื่น สามารถให้การ ดูแลบุคคลอื่นได้	มีความเฉื่อยชา หมกมุ่นใส่ใจแก่ ตนเองมีความ ผูกพันกับบุคคลอื่น อย่างผิวเผิน เห็นประโยชน์ ของตนเป็นใหญ่ รักหรือหลงตนเอง	ทำประโยชน์ และให้การ ดูแลบุคคลอื่น ได้เป็นอย่างดี เป็นผลสำเร็จ

ขั้น พัฒนาการ	สิ่งแวดล้อม ที่สำคัญ	ลักษณะพัฒนาการ		ผลที่เกิดจาก ขั้นพัฒนาการ
		ผลความสำเร็จ	ผลความล้มเหลว	
วัยสูงอายุ คนในวัย และสถานะ เดียวกัน		อย่างมีความภาคภูมิใจ ใจและพึงพอใจ	อย่างมาก	
		มีความมั่นคงสมบูรณ์ ในตน	มีความหมดหวัง ทอดอาลัยสิ้นหวัง	มีการเสียสละ ตั้งใจได้และมี
		มีบุรณภาพในตน	มีความไม่พอใจ	ความฉลาด
		มีความเชื่อในคุณค่า ของการทำประโยชน์ ให้กับมวลชน	ขาดศรัทธาในตน เองและบุคคลอื่น	รอบรู้
		เห็นความสำคัญของ ชีวิตทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคต	มองไม่เห็นความ หมายในการดำรง ชีวิต	

ความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวของบุคคลนั้น อิริคสัน เห็นว่าส่วนใหญ่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลง ทางร่างกาย ทางความรู้ ความสามารถ และความเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคม โดยสิ่งแวดล้อมจะสามารถช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวได้อย่างราบรื่น หรือทำการขัดขวางหรือผลักดันบุคคลไปในทิศทางที่ทำให้ปรับตัวไม่ได้ก็ได้ เมื่อมาถึงขั้นวัยรุ่น (อายุ 13 - 19 ปี) ตามทฤษฎีของอิริคสัน ในช่วงอายุนี้อะไรก็เกิดขึ้นใหม่อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระคือ ความต้องการทางเพศ และความต้องการความอิสระ ซึ่งทำให้วัยรุ่นดิ้นรนและต่อสู้กับหลักการบังคับทางสังคม ผู้ที่ปรับตัวได้จะเป็นผู้ที่แสดงความสมดุลระหว่างความต้องการของสังคมกับความต้องการส่วนตัว สำหรับผู้ที่ปรับตัวไม่ได้ มักจะมีปัญหาทางจิต หรือมีปัญหาสังคม

2.3.2 ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของ ซัลลิแวน(Sullivan's theory of Interpersonal Relation)

ซัลลิแวน (Sullivan, 1953 อ้างถึงใน นิภา นิธยาชน, 2530) มีความคิดเห็นว่า ตลอดเวลาที่มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่นั้น จำเป็นต้องมีสัมพันธภาพ

ซึ่งกันและกันกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งสิ่งแวดล้อมนี้จะรวมทั้งบุคคลและสภาพการณ์ต่าง ๆ ดังนั้น ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองของแต่ละบุคคลนั้น ส่วนหนึ่งจะเกิดจากการที่บุคคลนั้นรับรู้เกี่ยวกับตน ตามที่บุคคลอื่นมองและเข้าใจ ผลจากการรับรู้ดังกล่าวจะเป็นผลให้บุคคลนั้นรับเอาความคิดทั้งที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง ของบุคคลอื่นมาเป็นของตน บุคคลนั้นก็จะรับรู้ตลอดทั้งเข้าใจตนเองอย่างผิดพลาด

พัฒนาการของบุคลิกภาพตามทัศนะของซิลลิวน

ซิลลิวน กล่าวว่า การพัฒนาในขั้นตอนของชีวิตย่อมขึ้นอยู่กับโอกาสในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ บุคคลใดที่มีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ เป็นอย่างดี และมีโอกาสที่จะสนองตอบตามความต้องการของชีวิตอย่างเหมาะสม ย่อมพัฒนาบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ แต่ในทางตรงข้าม หากในแต่ละขั้นตอนของชีวิตบุคคลนั้นขาดสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ๆ ย่อมพัฒนาบุคลิกภาพที่ไม่พึงประสงค์

2.3.3 กระบวนการปรับตัว

นิภา นิธยาน (2530) กล่าวถึง กระบวนการปรับตัวว่า กระบวนการปรับตัวหมายถึง พฤติกรรมต่าง ๆ ที่คนเรากระทำเพื่อตอบสนองความต้องการทางสรีระ แรงขับและแรงจูงใจต่างๆ ที่รวมเรียกว่า ข้อเรียกร้องภายใน และข้อเรียกร้องภายนอก

แซฟเฟอร์และโซเบน ได้แยกพฤติกรรมการปรับตัวไว้ 5 ประเภท ดังนี้

ก การปรับตัวแบบปกป้องตนเอง (Adjustment by Defense) หรือเรียกอีกนัยหนึ่งว่า การปรับตัวแบบต่อสู้ การปรับตัวแบบนี้เป็นการปรับตัวที่บุคคลพยายามหาหนทางที่จะต่อสู้ หรือเอาชนะอุปสรรคที่ขัดขวางด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง

ข การปรับตัว แบบหลบหนี (Adjustment by Escape) เป็นการปรับตัวที่บุคคลไม่ยอมที่จะเผชิญต่อสู้กับอุปสรรค แต่จะหาหนทางหลีกเลี่ยงไปจากสถานการณ์นั้นเสีย

ค การปรับตัว แบบมีความกลัวแฝงอยู่ (Adjustment by Involving Focal Fears) เป็นการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ไร้เหตุผล ผิดปกติ

ง การปรับตัว แบบมีความกลัวแฝงอยู่ (Adjustment by Ailment) เป็นลักษณะการปรับตัวโดยมีอาการทางกายต่าง ๆ

จ การปรับตัว แบบอยู่ท่ามกลางความวิตกกังวล (Adjustment by Anxiety) เป็นลักษณะที่บุคคลไม่ได้รับความตอบสนองความต้องการให้หมดสิ้น

ทำให้มีความเครียดตกค้างอยู่ ซึ่งจะแสดงออกมาในลักษณะต่าง ๆ เช่น อารมณ์ หงุดหงิด ลังเลใจ

สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว คือ ความต้องการของมนุษย์ทุกคนที่มีความต้องการหลายประการในชีวิต เช่น ความต้องการทางร่างกายได้แก่ ต้องการน้ำ อาหาร อากาศ และสิ่งจำเป็นต่าง ๆ เพื่อการดำรงชีวิต (กันยา สุวรรณแสง, 2533) ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัวมีดังนี้

1. แรงขับและความต้องการ (Drive and Need) ในชีวิตของบุคคลมีความต้องการเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการทางกาย (Physical Need) และ ความต้องการทางจิตวิทยา (Psychological Need) ความต้องการทั้งสองนี้ทำให้เกิดแรงขับ เช่น เกิดความหิวเป็นแรงขับให้มนุษย์ดิ้นรน แสวงหาเพื่อสนองความอยากของตน ถ้าเกิดอุปสรรคมาขัดขวางไม่สามารถที่จะบำบัดความอยากได้ ร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมออกมา ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้คลายความกระวนกระวาย อันเนื่องมาจากความอยาก พฤติกรรมที่แสดงออกมาเพื่อคลายความทุรนทุรายนี้เรียกว่า การปรับตัว

2. แรงกระตุ้นจากสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว หรือการที่มีสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนมีปัญหาในการปรับตัวให้ทันตามสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปมนุษย์อยู่ภายใต้อิทธิพลของสังคมมีปัญหาเข้ามาให้แก่ไขตลอดเวลา ถ้าแก้ไขได้ก็มีความสุข ถ้าแก้ไขไม่ได้ก็เกิดความคับข้องใจและกระวนกระวายใจ จึงหาทางปรับตัวโดยวิธีการต่าง ๆ

3. เจตคติ ความสนใจ จุดมุ่งหมายของตนเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับพฤติกรรม

รอเจอร์ส (Rogers, 1974) กล่าวถึง ลักษณะของการปรับตัวที่ดีว่า การปรับตัวที่ดี คือ การที่บุคคลเข้าใจตนเอง เมื่อบุคคลรู้จักตนเอง รู้จักความสามารถ และทัศนคติที่มีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่นก็จะไม่มีความตึงเครียด ซึ่งเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

กันยา สุวรรณแสง ได้กล่าวถึงหลัก 3 ประการ ในการปรับตัวให้ได้ผลดี ซึ่งมีดังนี้

1. หลักแห่งความจริง (Reality) จะต้องยอมรับและยึดหลักความจริง ก่อนทำต้องพิจารณาให้รอบคอบก่อนว่ามีเหตุผลและเป็นทางที่เป็นไปได้จริงแล้ว จึงจะตัดสินใจกระทำลงไป มิฉะนั้นจะต้องสูญเสียบางประการ

2. หลักแห่งความมีใจกล้า (Commitment) พร้อมทั้งจะเผชิญกับความขัดแย้งตลอดเวลาที่กำลังดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทางที่เราต้องการ ไม่กลัวความยากลำบาก

3. การยอมรับตนเอง (Self - Acceptance) ต้องพิจารณาด้วยตัวเองว่ามีความมุ่งมั่นหวังอะไร มีความสนใจด้านใด ต้องเข้าใจตนเองจะต้องยอมรับทั้งความสำเร็จและความล้มเหลว รู้จักจุดอ่อนของตนเอง รู้ว่าควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดบ้างที่จะนำตนไปสู่ความผิดหวังและเรียนรู้ว่าทำอย่างไรจึงจะอยู่กับผู้อื่นได้ ต้องยอมรับสภาพแห่งความเป็นจริงของตนเอง รู้จักตนเองดีทั้งในด้านความถนัดความสามารถ ความต้องการและจุดอ่อนของตน จะได้ประมาณตนเองได้ว่า ควรจะดำเนินการอย่างไรจึงจะดีที่สุด

นิภา นิธยาชน ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีไว้ดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นและรู้สึกมั่นคง ไม่มีปมด้อย ยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้อื่นกล้าที่จะเผชิญชีวิต
2. มีลักษณะอบอุ่นและเป็นมิตรไม่เห็นแก่ตัว รู้จักเกรงใจและคิดถึงใจผู้อื่น
3. มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ ดำเนินชีวิตแต่ละวันอย่างมีคุณค่า
4. พร้อมทั้งจะรับประสบการณ์ใหม่ ๆ สนใจกิจกรรมรอบตัว ตามความถนัดและความสนใจของตนเอง
5. รู้จักรักษาอนามัยและสุขภาพร่างกายอย่างสม่ำเสมอ
6. มีความกล้าที่จะเผชิญความจริงในชีวิต ทั้งความผิดพลาดโดยไม่ได้กล่าวโทษผู้อื่นและบิดเบือนความจริง
7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคงพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาและอุปสรรคทุกเมื่อ
8. มีความสามารถปรับตัวได้ดี เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวและสังคมได้ง่าย มีมาตรฐานการประพฤติปฏิบัติสูง
9. มีอารมณ์ซึ่งส่งเสริมแทนที่จะขัดขวางสวัสดิภาพของชีวิต
10. ปราศจากสิ่งที่เป็นนิสัยในทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ ไม่ลงโทษตนเองเมื่อทำความผิด แต่จะจำไว้เป็นบทเรียนที่มีค่าแทน

เมื่อพิจารณาลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี สรุปได้ว่าบุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่ เข้าใจตนเอง รู้จักตนเอง พร้อมทั้งจะเผชิญกับความขัดแย้ง

ตลอดเวลาสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ดี ตลอดจนยอมรับสภาพความเป็นจริงของตนเองได้

2.4 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

2.4.1 งานวิจัยต่างประเทศ

บอนเนย์ (Bonney, 1955) ได้ทำการวิจัย เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จากกลุ่มนิสิตมหาวิทยาลัย พบว่านิสิตที่ได้รับคะแนนสูงในสังคมและมีบทบาททางกิจกรรมทางสังคม แนวโน้มจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อยู่ในระดับสูงกว่าพวกที่ได้คะแนนทางสังคมต่ำกว่า แสดงว่านิสิตที่ปรับตัวได้ดีจะมีผลการเรียนดีกว่านิสิตที่ปรับตัวได้ไม่ดี

ดีเซนา (Desena, 1964) ได้ศึกษา เปรียบเทียบการปรับตัวของเด็กที่เรียนดี ปานกลาง และเด็กที่มีผลการเรียนต่ำ กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยเพลซิลวาเนีย จำนวน 1,061 คน ผลปรากฏว่า กลุ่มเด็กที่มีผลการเรียนสูง มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี และรวดเร็วกว่าเด็กที่เรียนในระดับปานกลาง หรือระดับต่ำได้อย่างชัดเจน ซึ่งเป็นการสนับสนุนการศึกษาของ กิลล์ (Gill, 1962) ที่พบว่า เด็กที่เรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่าเด็กที่มีผลการเรียนต่ำ

เบอร์ก (Berge, 1967 อ้างถึงใน ศศิวิมล โสภณพันธ์, 2523) ได้ทำการศึกษาในกลุ่มนิสิตที่ปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี และกลุ่มที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัวเข้ากับสังคม กลุ่มละ 26 คน ผลปรากฏว่า ผู้ที่ปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีจะมีอารมณ์ขัน มีความรู้สึกรอบอ้อม เข้าใจและเห็นใจคนอื่น ฉลาด และมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ รู้จักแก้ไขสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ เป็นคนเปิดเผยซื่อสัตย์ ระลึกในหน้าที่และมีความรับผิดชอบ ปรับตัวเหมาะสมกับสิ่งแวดล้อม

โบเดอร์และบีช (Boder and Beach, 1959 อ้างถึงใน เมตตา จินดารักษ์, 2525) ได้ทำการศึกษา การปรับตัวทางสังคมของเด็กที่อาศัยอยู่ในเขตบ้านเช่า เพื่อต้องการทราบถึง ความแตกต่างของการปรับตัวทางสังคม และองค์ประกอบที่ทำให้เด็กปรับตัวทางสังคมแตกต่างกัน ผลสรุปได้ว่า องค์ประกอบ

ที่ทำให้เด็กปรับตัวแตกต่างกัน คือ เจตคติที่ดีของพ่อแม่ที่มีต่อลูกและความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก นั่นคือ เจตคติที่ดีของพ่อแม่จะทำให้ลูกปรับตัวทางสังคมได้ดี เจตคติที่ไม่เป็นปกติในรูปแบบต่าง ๆ ของพ่อแม่ จะทำให้เกิดปฏิกิริยาเฉพาะอย่างในตัวลูก ส่วนใหญ่แล้วครอบครัวที่มีลูกช้อยาย สงบเสงี่ยมหรือการปรับตัวทางสังคมไม่ดีนั้น แม่มักจะเป็นผู้มีอำนาจเด็ดขาดภายในบ้าน

คาพลอน (Kaplan, 1957 อ้างถึงใน ประทีป บินชัย, 2533) ได้วิจัย พบว่า เด็กเพศหญิง มีปัญหาความคับข้องใจและการปรับตัวทางสังคมมากกว่าเด็กเพศชาย เนื่องจากเด็กเพศหญิงได้รับการปกป้องมาก มีอิสระน้อยกว่าเด็กเพศชาย ต้องทำตามความต้องการของพ่อแม่อย่างใกล้ชิดและยังมีความขัดแย้งในใจ ช้อยาย เก็บความวิตกกังวลและความก้าวร้าว จึงเกิดความคับข้องใจ ส่วนเด็กเพศชายมีอิสระในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ หรือการแสดงออกทางอารมณ์มากกว่า ถูกพร่ำสอนและถูกจู้จี้จากผู้ใหญ่น้อยกว่าเด็กเพศหญิง

2.4.2 งานวิจัยภายในประเทศ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพการปรับตัว มีผู้วิจัยไว้น้อยมาก แต่มีผู้วิจัยเกี่ยวกับบุคลิกภาพไว้มาก ซึ่งในที่นี้ผู้วิจัยขอล่าวถึงงานวิจัยด้านบุคลิกภาพไว้ดังนี้

สมคิด ไชยยันบูรณ์ (2511) วิจัยเรื่องบุคลิกภาพบางด้านของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปรากฏว่านักเรียนที่มีความสามารถในการเรียนสูงมีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความสามารถในการบังคับตนเอง และปรับตัวได้ดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

สมาน กำเนิด (2520) ทำการศึกษา การอบรมเลี้ยงดูกับการปรับตัวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 จังหวัดกาญจนบุรี ผลการวิจัยปรากฏว่า การอบรมเลี้ยงดูทั้ง 3 แบบ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบปล่อยปละละเลย และแบบเข้มงวดกวดขัน มีผลทำให้เด็กปรับตัวแตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติ เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะมีการปรับตัวได้ดีกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และแบบเข้มงวดกวดขัน และยังพบว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยนั้น เด็กเพศหญิงจะปรับได้ดีกว่าเด็กเพศชาย

ปราโมทย์ เดชอัมพร (2522) ได้ทำการวิจัยเรื่องบุคลิกภาพ และพฤติกรรมทางการบริหารของผู้บริหาร มหาวิทยาลัย พบว่า ลักษณะบุคลิกภาพ 4 ด้านคือ การมีอำนาจอิทธิพล ความรับผิดชอบ ความมั่นคงทางอารมณ์ และการเข้าสังคม สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมของการบริหารได้ จากผลการวิจัยดังกล่าว ทำให้สามารถใช้เป็นส่วนหนึ่งของการพิจารณา แนวทางในการพัฒนาตนเองของผู้บริหาร ในลักษณะของพฤติกรรมส่วนตัวเกี่ยวกับการเป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีอิทธิพลในด้านคำพูดหรือคำสั่ง มีความแคล่วคล่องว่องไว มีความมั่นใจในการตัดสินใจ ชอบเป็นผู้นำในการอภิปรายหรือกิจกรรมกลุ่ม ชอบสมาคม ชอบคบเพื่อน ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น เป็นที่พอใจของกลุ่ม มีความรับผิดชอบสูง มีความเพียรพยายาม ตั้งใจในการปฏิบัติงาน ที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จ มีอารมณ์หนักแน่น สุขุม ปราศจากความวิตกกังวล บุคคลที่มีพฤติกรรมเหล่านี้ เป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมทางการบริหารทั้งในด้านมุ่งงานและมุ่งสัมพันธ์ ในระดับสูงด้วย

ไพจิตร ผักเจริญผล (2523) ได้ทำการศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง การปรับตัวและสติปัญญาของนักเรียน ผลปรากฏว่า ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง กับการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันในทางตรงอย่างมีนัยสำคัญที่ .01 นักเรียนที่มีการปรับตัวแตกต่างกัน มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองแตกต่างกัน โดยนักเรียนที่มีการปรับตัวดีมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองสูงกว่า

จรัส ดิษฐ์แก้ว (2525) ได้ทำการศึกษา ผลของตัวแบบที่มีต่อความรู้สึกนึกคิด เกี่ยวกับตนเอง และการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนที่เพื่อนไม่ยอมรับ ประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทำการทดสอบสังคมมิติ คัดเลือกคนที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 20 ลงมา แล้วสุ่มให้ได้กลุ่มตัวอย่างเพียง 60 คน เพื่อใช้ในการทดลอง พบว่า นักเรียนที่มีสถานภาพทางสังคมต่ำ จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง และการประมาณค่า การปรับตัวทางสังคมต่ำกว่า นักเรียนที่มีสถานภาพทางสังคมมิติสูง ส่วนตัวแบบ มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่เพื่อนไม่ยอมรับไปในทางที่ดีขึ้น