



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ตลอดระยะเวลาอันยาวนานที่มนุษย์มีความสงสัยเกี่ยวกับสาเหตุของพฤติกรรมของ
 ตน มนุษย์ได้ตั้งคำถามครั้งแล้วครั้งเล่าเกี่ยวกับตัวการทางจิตใจซึ่งควบคุมพฤติกรรม
 มโนทัศน์ที่กล่าวถึงกันอย่างกว้างขวาง คือ มโนทัศน์แห่ง "ตน" วิลเลียม เจมส์ (1890)
 นักจิตวิทยาชาวอเมริกันก็ได้ให้ความสำคัญแก่มโนทัศน์แห่ง "ตน" มาก ดังปรากฏในข้อเขียน
 ของเขาในหนังสือ Principles of Psychology แต่ครั้งถึงสมัยที่จิตวิทยานำวิธีการ
 ทางวิทยาศาสตร์มาศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์และจิตวิทยาแนวพฤติกรรมนิยมเริ่มมีอิทธิพล
 อย่างกว้างขวาง มโนทัศน์แห่ง "ตน" จึงไม่ได้รับความสนใจไปชั่วระยะหนึ่ง

นักจิตวิทยาเริ่มให้ความสนใจแก่มโนทัศน์แห่ง "ตน" อีกครั้งหนึ่ง เมื่อฟรอยด์
 เสนอทฤษฎีพลังจิต แต่เนื่องจากในระยะแรกฟรอยด์เน้นความสำคัญของจิตใต้สำนึก
 มาก มโนทัศน์แห่ง "ตน" จึงยังไม่ปรากฏความสำคัญเด่นชัดนัก ในระยะหลังฟรอยด์และ
 นักจิตวิทยาที่มีความคิดแนวเดียวกับเขาได้ให้ความสำคัญแก่ "ตน" มากขึ้น ซึ่งเป็นขณะ
 เดียวกันที่นักจิตวิทยาชาวอเมริกันที่สนใจทางคลินิก เริ่มพบว่า วิธีการของนักจิตวิทยาแนว
 พฤติกรรมนิยมนั้นไม่สามารถอธิบายปรากฏการณ์บางอย่างที่พวกเขาได้สังเกตพบจากประสบ-
 การณ์ในการให้คำปรึกษา นักจิตวิทยาคลินิกจึงหันไปสนใจทฤษฎีจิตวิเคราะห์โดยเฉพาะ
 อย่างยิ่งทฤษฎีจิตวิเคราะห์แนวใหม่ และในระยะนี้เองที่นักจิตวิทยา เกสทอลท์ ได้แผ่ขยาย
 อิทธิพลทั้งทางด้านวิธีการศึกษาและทฤษฎี มโนทัศน์แห่ง "ตน" จึงเริ่มมีบทบาทสำคัญและ
 เป็นที่สนใจศึกษากันอย่างกว้างขวางอีกครั้งหนึ่ง

คาร์ล โรเจอร์ส นักจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับ "ตน" ของ เลคกี ซัลดิแวน มาสโลว์ โกลด์สไตน์ และนักจิตวิทยาท่านอื่น ๆ และได้ผสมผสานแนวคิดดังกล่าวเข้ากับประสบการณ์ในการให้คำปรึกษา จนในที่สุดได้กลายมาเป็นทฤษฎีบุคคลิกภาพและพฤติกรรม ซึ่ง "...อัครัมโนทัศน์แห่งตนเป็นภวสันนิษฐานสำหรับใช้อธิบาย ทฤษฎีนี้จินตนาการว่า จุดสุดท้ายของพัฒนาการทางบุคคลิกภาพคือ ความสอดคล้องสัมพันธ์กัน (congruence) ระหว่างประสบการณ์ของอินทรีย์ (phenomenal field of experience) และโครงสร้างของมโนทัศน์แห่งตน (Conceptual structure of the Self) ภาวะนี้ ถ้าหากบรรลุถึงได้ จะทำให้เกิดความเป็นอิสระหลุดพ้นจากความตึงเครียดและความกระวนกระวายใจ ทำให้มีการปรับตัวที่สอดคล้องกับความเป็นจริงมากที่สุด..."¹

ปัจจุบันอัครัมโนทัศน์เป็นเรื่องที่มีผู้สนใจศึกษากันอย่างกว้างขวาง การวิจัยเกี่ยวกับอัครัมโนทัศน์ส่วนใหญ่อาจแบ่งออกได้เป็นสามประเภทคือ ก) การหาความสัมพันธ์ระหว่างอัครัมโนทัศน์และภวสันนิษฐานอื่น เช่น การวิจัยของ กูเปอร์สมิท (1967) เชียร์สและคณะ (1972) เบลคโซและเกริสัน (1962) เป็นต้น ข) การเปรียบเทียบอัครัมโนทัศน์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกัน เช่น การวิจัยของ ฮิชิตี (1969) ซอเวสและซอเวส (1969) เซอร์เคล (1971) ค) การเปลี่ยนแปลงของอัครัมโนทัศน์อันเนื่องมาจากการให้ประสบการณ์บางอย่าง . . . เช่น การวิจัยของแฮบาร์ต เกลแพนค์และฮาร์ตแมน (1969) ลองซิลเลอร์และเฮนเคอร์สัน (1968) เป็นต้น²

¹ Carl Rogers, Client-centered therapy (Boston: Houghton Mifflin Company, 1951), p. 532.

² Richard J. Shavelson, Judith J. Hubner and George C. Stanton, "Self-Concept: Validation of Construct Interpretation," Review of Educational Research 46(Summer 1976): 408.

ในประเทศไทย มีผู้ทำวิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ไปแล้วหลายเรื่องด้วยกัน รูปแบบการวิจัยก็คล้ายคลึงกับการวิจัยในต่างประเทศกล่าวคือ มีการวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์กับภวสันนิษฐานอื่น เช่น การวิจัยของ จรัส พรหมคำตัน (2514) แสดงเดือน บุญไทร (2514) สิทธิโชค วรานุสันติกุล (2514) สมชัย ชินะตระกูล (2517) การวิจัยเปรียบเทียบอัตมโนทัศน์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ต่างกัน เช่น การวิจัยของ พรรณทิภา รุจิพร (2511) ไฉน มีริยะเกิด (2514) และการวิจัยการเปลี่ยนแปลงของอัตมโนทัศน์อันเนื่องมาจากประสบการณ์บางอย่าง เช่น การวิจัยของ ชีระ ประพศิกิจ (2518) จักรกฤษณ์ สำราญใจ (2519) จากการสำรวจงานวิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์เท่าที่มีผู้ศึกษาแล้วนี้ ไม่ปรากฏว่ามีผู้ใดศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์กับการปรับตัวและสติปัญญาเลย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำวิจัยในเรื่องนี้ ด้วยเห็นว่าการวิจัยดังกล่าวน่าจะมีประโยชน์และมีความสำคัญต่อวงการศึกษามาก

นอกจากความสอดคล้องสัมพันธ์กันระหว่างประสบการณ์ของอินทรีย์และโครงสร้างของมโนทัศน์แห่งตน จะมีผลต่อการปรับตัวของบุคคลแล้ว สาเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้ปัญหาสุขภาพจิตหรือปัญหาการปรับตัวของบุคคลในสังคมปัจจุบันมีจำนวนสูงขึ้นคือ ระบบการศึกษาที่ไม่สมดุล ภาย โรเบิร์ตส์ กล่าวว่าการศึกษาดูมากเน้นทางด้านสติปัญญา วิชาการ เทคโนโลยี และพัฒนาการทางร่างกาย มีเพียงส่วนน้อยที่มุ่งพัฒนา "ตน" อันใดแก่ การช่วยสร้างระบบค่านิยมที่เหมาะสม ซึ่งรวมทั้งค่านิยมที่มีต่อตนเองด้วย อัตมโนทัศน์ที่เหมาะสมนี้จะช่วยให้บุคคลมีความสัมพันธ์อันดีซึ่งกันและกัน ได้พบเอกลักษณ์ของตนเอง และความมั่นคงปลอดภัย¹ ระบบการศึกษาของไทยซึ่งจัดขึ้นตามอย่างระบบการศึกษาของประเทศตะวันตกก็คงไม่แตกต่างไปจากที่ ภาย โรเบิร์ตส์ กล่าวไว้นัก และในปัจจุบันนี้ ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตก็กำลังเป็นปัญหาสำคัญของสังคมไทยอีกปัญหาหนึ่ง ผู้วิจัยจึงเห็นว่า การวิจัยเรื่องความสัมพันธ์

¹Guy L. Roberts, Personal Growth and Adjustment (Boston: Holbrook Press Inc., 1968), p. 11.

ระหว่างอัตมโนทัศน์ การปรับตัว และสติปัญญา นี้ น่าจะมีความสำคัญควบเหตุผลดังนี้คือ

- 1) การวิจัยเรื่องนี้จะทำให้เห็นว่า อัตมโนทัศน์ การปรับตัว และสติปัญญา มีความสัมพันธ์กันหรือไม่อย่างไร
- 2) ความรู้ที่ได้จากการวิจัยจะทำให้ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องในวงการศึกษาตระหนักถึงความสำคัญของอัตมโนทัศน์ที่มีต่อการปรับตัว และสติปัญญาของนักเรียน
- 3) ความรู้จากการวิจัย จะช่วยเป็นแนวทางให้แก่ครูและบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาในการจัดประสบการณ์ต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทางบุคลิกภาพและการปรับตัวของนักเรียน

ทฤษฎีและแนวคิดพื้นฐาน

ทฤษฎีบุคลิกภาพของชัลดิแวน¹

ชัลดิแวนเชื่อว่า ความตึงเครียดอันเนื่องมาจากสภาวะทางกาย สังคม และจิตใจ เป็นตัวกำหนดธรรมชาติของบุคลิกภาพ เป้าหมายสำคัญของพฤติกรรมเป็นไปเพื่อลดความตึงเครียดเหล่านี้ ความตึงเครียดเกิดจากสาเหตุสองประการคือ ความต้องการทางร่างกายและความไม่ปลอดภัยทางสังคม

ความต้องการทางร่างกายได้แก่ ความต้องการ อาหาร น้ำ อากาศ การพักผ่อน และความต้องการทางเพศ เมื่อความต้องการเหล่านี้เกิดขึ้น ความเครียดที่มีสาเหตุจากความต้องการ เหล่านี้จะทำให้เกิดพฤติกรรมเพื่อบรรลุดังความพึงพอใจ ซึ่งจะช่วยลดความเครียดได้ในที่สุด วัฏจักรของความต้องการ-พฤติกรรม-ความพึงพอใจ-การผ่อนคลาย จะเกิดขึ้นตลอดชั่วชีวิตของบุคคล

¹Duane Schultz, Theories of Personality (California: Brooks/Cole Publishing Company, 1976), pp. 105-116.

ความไม่มั่นคงปลอดภัยทางสังคม มีสาเหตุจากวัฒนธรรมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป้าหมายของความตึงเครียดประเภทนี้ก็เพื่อให้บรรลุซึ่งความมั่นคงปลอดภัย ชลัทธิแวนเนนความสัมพันธ์ระหว่างมารดาและทารกที่มีต่อความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยของทารก ทั้งนี้เพราะมารดาเป็นแหล่งที่มาของความพึงพอใจ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อความต้องการทางกายได้รับการตอบสนอง พฤติกรรมและความรู้สึกของมารดาที่มีต่อทารกก็มีอิทธิพลต่อความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยของทารกเช่นกัน ถ้ามารดามีอารมณ์เครียด โกรธ หรือไม่สบายใจ ในขณะที่กำลังตอบสนองความต้องการทางกายของทารก ทารกจะรับรู้ความรู้สึกเหล่านั้นและเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่ปลอดภัย เกิดความรู้สึกวิตกกังวลขึ้น ความวิตกกังวลซึ่งเกิดจากความสัมพันธ์กับมารดาในที่สุดก็จะไปเชื่อมโยงกับความสัมพันธ์อื่น ๆ เมื่อโลกของทารกขยายขอบเขตกว้างขวางออกไป

ชลัทธิแวนเบงบุคคลิกภาพออกเป็น 3 ด้าน คือ 1) รูปแบบพฤติกรรมระหว่างบุคคล (Dynamics) 2) การสร้างภาพพจน์ (Personification) และ 3) รูปแบบของประสบการณ์ (Modes of experience)

1. รูปแบบพฤติกรรมระหว่างบุคคล (Dynamics) หมายถึง พฤติกรรมใดก็ตามอาจเป็นพฤติกรรมทางกายหรือทางสมองที่เกิดขึ้นและมีความถาวรคล้ายกันนิสัย รูปแบบพฤติกรรมนี้เป็นผลจากประสบการณ์ในการสัมพันธ์กับผู้อื่น ยังมีประสบการณ์หลายอย่างทางประเภทเท่าไร รูปแบบพฤติกรรมก็ยังมีมากขึ้นเท่านั้น

รูปแบบพฤติกรรมที่สำคัญที่สุดคือ รูปแบบพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับ "ตน" หรือระบบแห่งตน ซึ่งหมายถึง ภาพพจน์ที่บุคคลมีต่อตนเอง ภาพพจน์นี้เกิดจากความสัมพันธ์ที่บุคคลมีต่อบุคคลอื่น มีต้นกำเนิดมาจากความสัมพันธ์ระหว่างมารดาและทารกและได้รับแรงเสริมจากความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย ระบบแห่งตนนี้เป็นระบบการป้องกันตนเอง ซึ่งเกิดจากความพยายามของทารกที่จะทำให้ถูกใจมารดา เพื่อให้ได้ความพึงพอใจและความมั่นคงปลอดภัยตอบแทน ทารกจะประพฤติตนคล้อยตามกฎของสังคมซึ่งมีมารดาเป็นตัวแทนและเริ่มที่จะสามารถแยกแยะได้ระหว่าง "ฉันเป็นคนดี" และ "ฉันเป็นคนเลว" โดยที่ทาง

หนึ่งคนจะได้รับคำชมยกย่อง ส่วนอีกทางหนึ่งคนจะถูกดงโทษ

แม้ว่ารูปแบบพฤติกรรมเกี่ยวกับคนนี้ จำเป็นต้องได้รับการปกป้อง แต่ระบบแห่งคนนี้ก็อาจจะเป็นตัวต่อต้านความจริงออกมาได้ เนื่องจาก "คน" เป็นระบบที่คล้อยตามสังคม ดังนั้น อาจจะไม่ใช่ "คน" ที่แท้จริง แต่เป็นเพียงรูปแบบพฤติกรรมที่บุคคลควรประพฤติซึ่งอาจจะไม่ใช่สิ่งที่บุคคลต้องการจะประพฤติก็ได้

เนื่องจากรูปแบบพฤติกรรมเกี่ยวกับคนนี้ ถ้าหากมีประสิทธิภาพก็จะสามารถลดความวิตกกังวลได้ ฉะนั้นจึงเป็นระบบที่ยากต่อการเปลี่ยนแปลง เพราะการเปลี่ยนแปลงอาจทำให้เกิดความวิตกกังวล ดังนั้น จึงเท่ากับเป็นการให้แรงเสริมแก่การคงไว้ซึ่งรูปแบบแห่งคนนี้ สถานะที่ที่ดีที่สุดก็คือ สถานะที่ "คน" ที่แท้จริงตระหนักถึงกลไกต่าง ๆ ของระบบแห่งคน ถ้า "คน" ที่แท้จริง และระบบแห่งคนมีความแตกต่างกันมาก บุคคลก็จะมีอาการนิคปลกิตทางจิต

2. การสร้างภาพพจน์ (Personification) หมายถึง ภาพพจน์ที่บุคคลมีต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งอาจไม่ใช่ภาพพจน์ที่ตรงกับความเป็นจริง เพราะการรับรู้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของระบบแห่งคนของแต่ละบุคคล

การสร้างภาพพจน์นี้เริ่มตั้งแต่วัยทารกและเกี่ยวข้องกับการป้องกันตนเองจากความวิตกกังวล โดยการรับรู้ผู้อื่นในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง บุคคลก็จะสามารถปฏิบัติต่อบุคคลอื่นในลักษณะที่คงเส้นคงวา เช่น เด็กรับรู้ว่าคุณตนเองเป็นผู้ที่มีลักษณะเห็นมโหฬารและเผด็จการ เมื่อเป็นผู้ใหญ่ เขาก็อาจจะรับรู้ผู้ชายสูงอายุอื่น ๆ ที่มีตำแหน่งและมีอำนาจเหนือเขาในทำนองเดียวกัน และปฏิบัติต่อผู้ชายเหล่านั้นในทำนองเดียวกับที่เขาเคยปฏิบัติต่อพ่อของเขาในวัยเด็ก

3. รูปแบบของประสบการณ์ (Modes of Experience) ประสบการณ์หรือความสัมพันธ์ที่บุคคลมีต่อผู้อื่น อาจแบ่งออกได้สามระดับคือ prototaxic, parataxic และ syntaxic

prototaxic เป็นรูปแบบของประสบการณ์ที่ง่ายและไม่สลับซับซ้อน พบในทารกแรกเกิด เป็นการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ อย่างตรงไปตรงมา โดยไม่มีการเชื่อมโยงหรือตีความ ประสบการณ์เหล่านี้มีลักษณะโดดเดี่ยวไม่เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กัน เป็นประสบการณ์สั้น ๆ ไม่มีการจัดระบบ รับรู้ได้ในขณะหนึ่งและถูกลบเลื่อนไปในเวลาต่อมาโดยประสบการณ์อื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในภายหลัง

parataxic เป็นรูปแบบของประสบการณ์ที่เริ่มมีความหมายมีความสัมพันธ์ต่อกัน เมื่อทารกเจริญวัยขึ้น เขาก็จะเริ่มรู้จักจัดระบบและเรียนรู้ความเป็นไปของสิ่งแวดล้อมรอบตัวเขา ทารกจะเริ่มเข้าใจความสัมพันธ์ที่เป็นเหตุเป็นผลต่อกัน และสามารถที่จะแยกแยะไคร่ระหว่างสิ่งที่เป็น "ฉัน" และ "ไม่ใช่ฉัน" เริ่มสามารถที่จะใช้ภาษาแบบง่าย ๆ เพื่อสื่อความหมายบางอย่าง

syntactic เป็นรูปแบบของประสบการณ์ซึ่งรับรู้โดยผ่านการใช้ภาษา และสัญลักษณ์ต่าง ๆ เด็กเรียนรู้ที่จะใช้ทั้งเสียงและสัญลักษณ์เพื่อสื่อความหมายอันเป็นที่เข้าใจกันได้ในทุกคนที่มีความสัมพันธ์กัน ในรูปแบบของการรับรู้นี้ เด็กเริ่มเรียนความสัมพันธ์ทางตรรกะต่าง ๆ และสามารถทดสอบการรับรู้ของตนเอง โดยเทียบกับการรับรู้ของผู้อื่น

การสร้างกลไกป้องกันตนเอง

การปกป้องตนเองมีความสำคัญต่อการรักษาความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย เริ่มตั้งแต่วัยเด็ก เมื่อบุคคลรู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่ยอมรับ เขาก็จำเป็นจะต้องป้องกันตนเองจากประจักษ์พยานที่แสดงถึงการไม่เป็นที่ยอมรับนั้น บุคคลจำเป็นต้องคงสภาพพจน์ของตนเองไว้ เขาจะไม่ยอมให้สิ่งใดก็ตามที่จะมาทำลายภาพพจน์ของเขาถ้ากรายเข้ามาในความนึกคิด เพราะถ้านั้นถ้ามกรายเข้ามาในภาพพจน์ เขาจะเกิดความวิตกกังวล บุคคลมีวิธีการป้องกันตนเองจากความวิตกกังวล 3 วิธี คือ

1. Dissociation หมายถึง การไม่ยอมรับรู้ พฤติกรรม ทัศนคติ หรือความปรารถนาอันใดที่ขัดต่อระบบแห่งตน

2. Parataxic distortion หมายถึง การบิดเบือนความหมายของประสบการณ์จากที่เป็นจริงให้เป็นดังที่บุคคลต้องการ

3. Sublimation หมายถึง การเปลี่ยนแปลงความรู้สึกหรือแรงกระตุ้นที่ไม่พึงปรารถนาให้กลายเป็นความรู้สึกที่สังคมยอมรับ

ทฤษฎีบุคคลิกภาพของมาสโลว์

มนุษย์มีความต้องการพื้นฐานบางประการ ซึ่งเป็นตัวกระตุ้นและกำหนดทิศทางของพฤติกรรม ความต้องการพื้นฐานนี้เป็นลักษณะเฉพาะของมนุษย์ที่คิดค้นมาแตกำเน็ดมาสโลว์จัดความต้องการเหล่านี้เป็นลำดับขั้น (hierarchy) จากต่ำสุดถึงสูงสุด และอธิบายว่า ความต้องการขั้นต่ำสุดจะคงได้รับการตอบสนองก่อนที่ความต้องการขั้นสูงกว่าจะปรากฏ นอกจากนั้นมาสโลว์ยังได้แบ่งความต้องการเหล่านี้เป็น 2 ประเภทคือ¹

1. ความต้องการพื้นฐาน (basic needs) ซึ่งได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการความปลอดภัย ความรักและความภาคภูมิใจในตนเอง ความต้องการเหล่านี้ถ้าร่างกายไม่ได้รับการตอบสนองก็จะเกิดความเจ็บป่วย การตอบสนองความต้องการเหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นต่อการมีสุขภาพจิตที่ดี

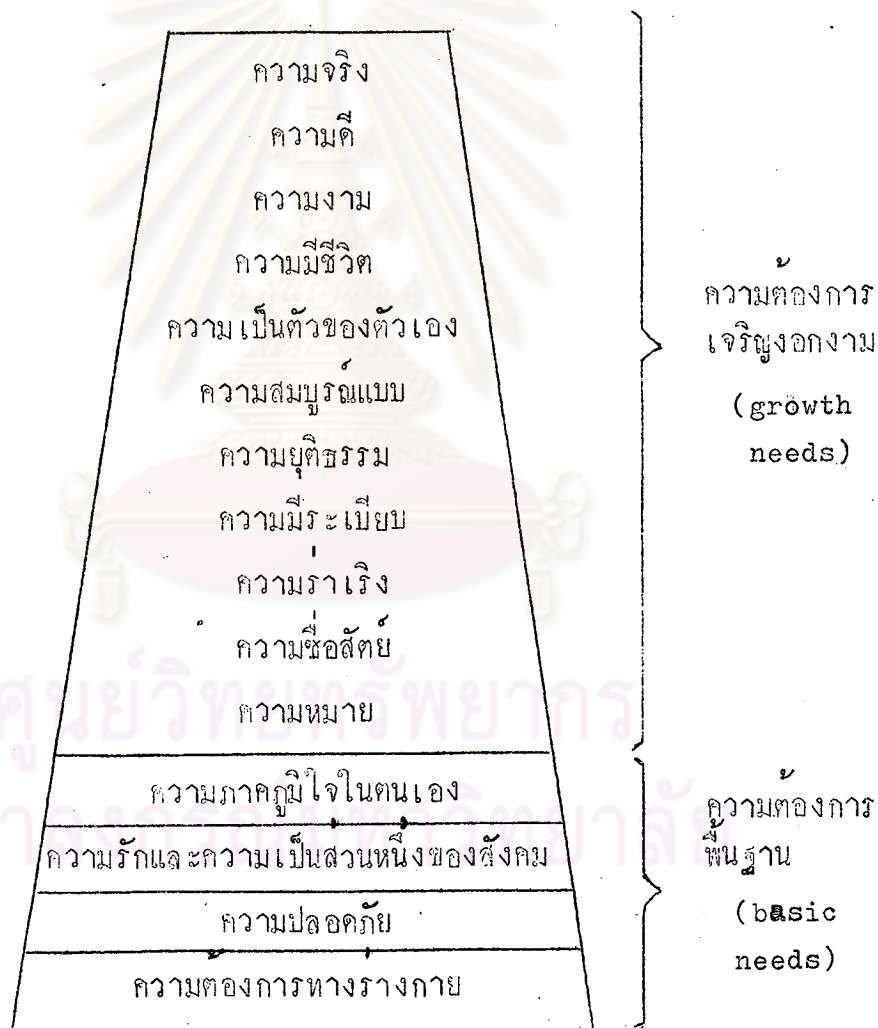
2. ความต้องการที่จะเจริญงอกงาม (growth needs) เป็นความต้องการที่จะเป็นในสิ่งที่คุณมีความสามารถและมีศักยภาพที่จะเป็นได้ ความต้องการประเภทนี้จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการพื้นฐานได้รับการตอบสนองแล้ว การตอบสนองความต้องการ

¹C. N. Cofer and M. H. Appley, Motivation: Theory and Research, (New York: John Wiley & Sons, 1964), pp.

ประเภทนี้จะทำให้บุคคลเจริญงอกงามและมีสุขภาพดี มาสโดว์ได้ทำรายการความต้องการประเภทที่สองไว้ดังนี้คือ ความต้องการความยุติธรรม, ความสมบูรณ์แบบ, ความงาม, ความดี, ความจริง, ความซื่อสัตย์, ความเป็นไท, ความมีระเบียบ, ความหมาย, ความเป็นตัวของตัวเอง, ความเป็นธรรมชาติ, ความมีชีวิต, ความเหมาะสม ฯลฯ

ลำดับชั้นของความต้องการ¹

สัจจการแห่งตน



¹Frank Goble, The Third Force (New York: Pocket Books, 1973), p. 52.

ความต้องการประเภทที่สองนี้ มาสโลว์เรียกว่า ความต้องการที่จะบรรลุซึ่งสัจการแห่งตน การบรรลุซึ่งสัจการแห่งตนนี้มิใช่เป้าหมายที่บุคคลเฝ้าหา แต่เป็นผลที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลทุ่มเทจิตใจ และความสามารถของตนเพื่อให้ได้มาซึ่ง ความจริง ความงาม ความยุติธรรม ฯลฯ ถ้าปราศจากการต่อสู้เพื่อสิ่งเหล่านี้แล้ว ชีวิตของคนเราก็มักจะมีความน่าเบื่อจำเจ¹

มาสโลว์ได้ศึกษาชีวิตของบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี ตามเกณฑ์การบรรลุซึ่งสัจการแห่งตน และได้สรุปลักษณะต่าง ๆ ที่พบโดยสม่ำเสมอในบุคคลที่เขาศึกษา ดังนี้²

1. การรับรู้ความเป็นจริงที่มีประสิทธิภาพมากกว่าและสามารถสัมพันธ์กับความ เป็นจริงได้อย่างสมายกว่าบุคคลโดยทั่วไป บุคคลซึ่งบรรลุสัจการแห่งตนนี้สามารถจับ ความเสแสร้งและความหลอกลวงที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ เขามีชีวิตอยู่ ใกล้ชิดกับความเป็นจริงและธรรมชาติมากกว่าผู้อื่น นอกจากนั้น เขายังชอบที่จะเผชิญกับ ความจริงที่ไม่น่ารื่นรมย์มากกว่าที่จะหลบไปอยู่กับความเพ้อฝัน

2. การยอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่น และยอมรับความเป็นจริงของธรรมชาติ ของมนุษย์ บุคคลเหล่านี้ไม่มีความรู้สึกละเอียดอ่อนที่จะเป็นอย่างที่เขาเป็นอยู่ เขาจะไม่รู้สึก ตกใจ หรือผิดหวังเมื่อใครพบข้อบกพร่องของตนเองหรือของผู้อื่น เขายอมรับตัวเองและ คุณลักษณะของเขาโดยไม่ต้องปกป้องตน (Defense)

3. มีความเป็นธรรมชาติทั้งในความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมมากกว่าบุคคล ธรรมดา

4. มีความสนใจในปัญหาภายนอกตนเอง ไม่ครุ่นคิดถึงแต่ตนเองเพราะบุคคล เหล่านี้ไม่เป็นปัญหากับตนเอง เขาจะอุทิศความสนใจ อุทิศตนเพื่อแก้ปัญหา ซึ่งตัวเขาเห็น

¹Sidney M. Jourard, Healthy Personality (New York: Macmillan Publishing Co., Inc., 1974), p. 24.

²Ibid., pp. 24-26.

ว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำ

5. มีความสามารถที่จะอยู่ตามลำพังได้ บุคคลเหล่านี้ต้องการเวลาที่จะอยู่ตามลำพังเพื่อที่จะมีสมาธิอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เขาสนใจ

6. มีความเป็นตัวของตัวเอง ผู้ที่บรรลุสังจการแห่งตนสามารถคงความเป็นตัวของตัวเองได้ แม้ผู้อื่นจะปฏิเสธไม่นิยมยกย่องเขา เขาก็ยังคงสามารถที่จะปฏิบัติภารกิจของตนได้อย่างไม่หวั่นไหว

7. มีความชื่นชม ขาวซึ่งกับประสบการณ์ธรรมดา ๆ ของชีวิต เช่น ชื่นชมกับพระอาทิตย์ตกดิน ดอกไม้ เด็กอ่อน ฯลฯ

8. มีประสบการณ์นามหัตถ์จรรย ซึ่งให้ความรู้สึกหลุดพ้น กลายเป็นส่วนหนึ่งของมนุษยชาติ และธรรมชาติทั้งมวล

9. มีความรู้สึกเหมือนเป็นพี่น้องหรือญาติสนิทกับมนุษย์ทั้งมวล เขาจะมีความสนใจห่วงใยไม่แต่เพียงสมาชิกในครอบครัวเท่านั้น แต่ยังรวมถึงบุคคลในวัฒนธรรมอื่นที่แตกต่างออกไป

10. มีความสัมพันธ์อันใกล้ชิดและจริงใจกับเพื่อนบางคน หรือกับบุคคลที่เขารัก ผู้ที่บรรลุสังจการแห่งตนนี้ ไม่จำเป็นต้องเป็นที่นิยมกว้างขวาง แต่เขามีความสามารถที่จะสร้างสัมพันธ์อันใกล้ชิดกับผู้อื่นได้

11. มีความเป็นประชาธิปไตย มีความเคารพ และสามารถสัมพันธ์กับผู้อื่นได้โดยไม่คำนึงถึง เชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ หรือฐานะของเขา

12. มีความรู้สึกผิดชอบชั่วดีในระดับสูง แม้วาเกณฑ์การตัดสินผิดถูกอาจจะไม่เหมือนมาตรฐานของสังคมก็ตาม

13. มีอารมณ์ขัน ซึ่งแสดงความมีมิตรไมตรี

14. มีความคิดสร้างสรรค์

15. มีความต้านทานต่อการครอบงำทางวัฒนธรรม สามารถปลดตนเองจากการตกเป็นเหยื่อการล้างสมองหรือการครอบงำทางวัฒนธรรม ทำให้เขามีทัศนคติเชิงวิจาร์ณต่อความอยู่ดีธรรมในสังคมของเขา

ทฤษฎีบุคคลิกภาพและพฤติกรรมของโรเจอร์ส

จากการศึกษาทฤษฎีและแนวคิดของ ซัลลิแวน, มาสโลว์, เลกกี, โกลด์สไตน์, เมารเอร์ และคนอื่น ๆ ผสมผสานกับประสบการณ์ในการให้คำปรึกษา โรเจอร์สได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับบุคคลิกภาพและพฤติกรรม¹ ซึ่งฮอลล์และลินคเชย์ได้สรุปประเด็นส่วนที่เป็นโครงสร้างของบุคคลิกภาพไว้ 3 ประการคือ ประสบการณ์ของอินทรีย์ อັคมโนทัศน์ และความสอดคล้องหรือไม่สอดคล้องระหว่างประสบการณ์ของอินทรีย์และอັคมโนทัศน์²

1. ประสบการณ์ของอินทรีย์ บุคคลแต่ละคนมีชีวิตอยู่ในโลกของประสบการณ์ซึ่งมีตนเองเป็นศูนย์กลาง โลกส่วนตัวของเขานี้ประกอบด้วยประสบการณ์ทั้งหมดของอินทรีย์ ซึ่งบุคคลจะรับรู้หรือไม่ก็ตาม แต่บุคคลผู้นั้นผู้เดียวที่รู้จักอย่างถ่องแท้ ผู้อื่นมีอาจล่วงรู้ได้ อย่างสมบูรณ์ นอกจากต้องอาศัยความเข้าใจตามทัศนะของบุคคลผู้นั้น (empathic understanding) โลกแห่งประสบการณ์คือ ความจริงสำหรับบุคคลผู้นั้น บุคคลมิได้มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อความจริงที่แท้จริง แต่เขาจะมีปฏิกิริยาต่อความจริงตามที่เขารับรู้ โรเจอร์สไม่ได้อธิบายว่า ความจริงแท้เป็นอย่างไร แต่กล่าวว่า บุคคลมีแนวโน้มที่จะตรวจสอบความถูกต้องของประสบการณ์โดยเปรียบเทียบกับประสบการณ์อันอยู่เสมอ ทั้งนี้ เพื่อให้ได้มาซึ่งแนวทางที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม

2. อັคมโนทัศน์ ค่ายอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่งอิทธิพลของพ่อแม่ และผู้ใกล้ชิด ซึ่งเป็นผู้ประเมินค่าพฤติกรรมของเด็ก ส่วนหนึ่งของประสบการณ์จะคอย ๆ ก่อตัวขึ้นเป็นอັคมโนทัศน์ ซึ่งมีลักษณะเป็นหน่วยรวม (Gestalt) ที่มีระบบอันประกอบด้วยการรับรู้คุณลักษณะของสิ่งที่เป็น "ตัวฉัน" และการรับรู้ความสัมพันธ์ที่ "ตัวฉัน" มีกับผู้อื่นและสิ่งอื่น รวมทั้งค่านิยมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับมันโนทัศน์เหล่านี้ อັคมโนทัศน์หรือ

¹Rogers, Client-centered therapy, pp. 481-533.

²Calvin S. Hall and Gardner Lindzey, Theories of Personality (New York: John Wiley & Sons, Inc., 1970), pp. 528-530.

ระบบการรับรู้เกี่ยวกับ "ตน" นี้ จะมีผลต่อการรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ และพฤติกรรมที่บุคคลจะแสดงออก กล่าวคือ บุคคลจะรับรู้ประสบการณ์ที่สอดคล้องและจะปฏิเสธหรือบิดเบือนประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับอัตมโนทัศน์ของตน นอกจากนี้บุคคลยังเลือกแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับอัตมโนทัศน์อีกด้วย

3. ความสอดคล้องและไม่สอดคล้องระหว่างอัตมโนทัศน์และประสบการณ์ของอินทรีย์ เมื่อประสบการณ์ซึ่งผ่านการรับรู้และถูกจัดให้เป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนทัศน์นั้นตรงกันกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับอินทรีย์ บุคคลจะมีการปรับตัวดี มีสุขภาพ และ มีประสิทธิภาพเต็มที่ (fully functioning) บุคคลจะยอมรับประสบการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นโดยปราศจากความหวาดหวั่นหรือวิตกกังวล เขาสามารถที่จะคิดอ่านได้ตรงตามความเป็นจริง ตรงกันข้ามเมื่ออัตมโนทัศน์ไม่สอดคล้องกับประสบการณ์ บุคคลจะเกิดความหวาดหวั่นวิตกกังวล จะมีพฤติกรรมปกป้องตนเอง ความคิดอ่านของเขาจะถูกจำกัดและขาดความยืดหยุ่น ในภาวะที่อัตมโนทัศน์ไม่สอดคล้องกับประสบการณ์ บุคคลจะพยายามปกป้องอัตมโนทัศน์ไว้ด้วยวิธีการบางอย่าง กล่าวคือ ด้วยวิธีปฏิเสธที่จะรับรู้ประสบการณ์บางอย่าง หรือด้วยวิธีการบิดเบือนประสบการณ์นั้นมาให้สอดคล้องกับอัตมโนทัศน์ ทำให้ประสบการณ์ที่สำคัญบางอย่างไม่ได้ถูกจัดรวมเข้าสู่โครงสร้างของ "ตน" สิ่งที่เกิดขึ้นคือความตึงเครียดทางจิต (psychological tensions) เป็นภาวะของการปรับตัวที่ไม่ดี

ตัวการที่เป็นเหตุให้อัตมโนทัศน์และประสบการณ์ของอินทรีย์สอดคล้องหรือไม่สอดคล้องกันคือ การประเมินค่าของผู้อื่น ถ้าหากการประเมินค่านี้เป็นไปในทางบวก หรือที่คาร์ล โรเจอร์ส เรียกว่า การยอมรับอย่างปราศจากเงื่อนไข (unconditional positive regard) อัตมโนทัศน์และประสบการณ์ก็จะไม่คลาดเคลื่อนห่างจากกัน บุคคลจะมีการปรับตัวดี แต่เนื่องจากการประเมินค่าพฤติกรรมของเด็กโดยพ่อแม่และผู้อื่นนั้น บางทีก็เป็นไปในทางบวก บางทีก็ในทางลบ เด็กจึงเรียนรู้ที่จะจำแนกระหว่างการกระทำและความรู้สึกที่ผู้อื่นเห็นชอบด้วยและไม่เห็นชอบด้วย ประสบการณ์ที่ไม่ได้รับการเห็นชอบด้วยจะถูกกำจัดออกไปจากอัตมโนทัศน์ แมว่าประสบการณ์นั้นจะเกิดขึ้นจริงก็ตาม ผลที่เกิดขึ้น

ก็เกิดความไม่สอดคล้องตรงกันระหว่างอัตมโนทัศน์และประสบการณ์¹

วิธีที่จะช่วยให้บุคคลมีอัตมโนทัศน์สอดคล้องกับประสบการณ์ ซึ่งจะทำให้การปรับตัวของเขาคืบหน้าวิธีหนึ่งคือการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ในการให้คำปรึกษาแบบนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะยอมรับทุกสิ่งทุกอย่างที่ผู้รับคำปรึกษาพูดมา ทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่าตนเป็นที่ยอมรับและมีความรู้สึกปลอดภัย ทศนคติที่ผู้ให้คำปรึกษามีต่อผู้รับคำปรึกษาทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกล้าที่จะตรวจสอบความรู้สึกต่าง ๆ ที่อยู่ใต้จิตสำนึก ทำให้ความรู้สึกที่ซ่อนเร้นอยู่ขึ้นมาสู่จิตสำนึก ในความสัมพันธ์อันปลอดภัยนี้ ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เคยทำให้เกิดความหวุ่นวิตกจะถูกนำมาตรวจสอบและผสมกลมกลืนเข้าสู่โครงสร้างของ "ตน" ทำให้อัตมโนทัศน์เปลี่ยนแปลง มีการจัดระบบใหม่ จนเกิดความสอดคล้องกับประสบการณ์ตามที่เป็นจริง²

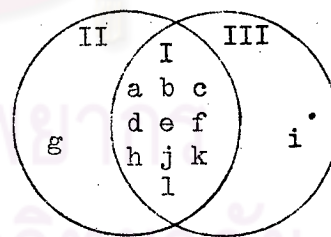
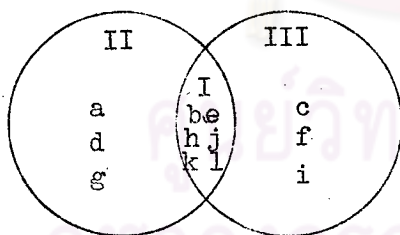
โรเจอร์สได้เสนอแผนภูมิแสดงถึงโครงสร้างของบุคคลิกภาพสองแบบคือ บุคคลิกภาพที่มีความตึงเครียดทางจิต และบุคคลิกภาพภายหลังการให้คำปรึกษาที่ประสบผลสำเร็จ³

รูปที่ 1

โครงสร้างของ "ตน" ประสบการณ์

รูปที่ 2

โครงสร้างของ "ตน" ประสบการณ์



¹Hall and Lindzey, Theories of Personality, p. 532.

²Ibid., pp. 533-534.

³Rogers, Client-centered therapy, pp. 525-530.



คำอธิบายประกอบแผนภูมิ

แผนภูมิทั้งสองรูปนี้แสดงถึงโครงสร้างของบุคคลิกภาพ ในรูปที่ 1 แสดงให้เห็นบุคคลิกภาพที่อยู่ในภาวะความตึงเครียดทางจิต

ประสบการณ์ วงกลมนี้แทนสนามแห่งประสบการณ์ อันได้แก่ประสบการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นในขณะใดขณะหนึ่ง ซึ่งรับรู้ได้โดยผ่านทางประสาทสัมผัสต่าง ๆ

โครงสร้างของ "ตน" วงกลมนี้แทนอัตมโนทัศน์ ซึ่งหมายถึงการรับรู้คุณลักษณะและความสัมพันธ์ต่าง ๆ ของบุคคล รวมทั้งค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะเหล่านี้

พื้นที่ I ในส่วนของสนามแห่งประสบการณ์นี้ อัตมโนทัศน์มีความสอดคล้องกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง

พื้นที่ II หมายถึง ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ซึ่งถูกบิดเบือนและรับรู้เข้าเป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนทัศน์ แนวความคิดและค่านิยมที่ได้รับจากพ่อแม่ และผู้อื่น จะถูกบิดเบือนเสมือนว่าเป็นความคิดและค่านิยมของตนเอง

พื้นที่ III บริเวณนี้แทนประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ถูกปฏิเสธ ไม่ผ่านเข้าสู่จิตสำนึก (awareness) เพราะประสบการณ์เหล่านั้นไม่สอดคล้องกับอัตมโนทัศน์

รูปที่ 1 แสดงถึงบุคคลิกภาพที่มีความไม่สอดคล้องกันระหว่างประสบการณ์และอัตมโนทัศน์ นั่นคือประสบการณ์บางอย่างถูกปฏิเสธไม่รับรู้ และประสบการณ์บางอย่างถูกบิดเบือนและรับไว้ เป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนทัศน์ บุคคลผู้นี้จะรู้สึกว่าตนเองมีการปรับตัวหรือไม่มีค่านิยมอยู่กับสิ่งแวดล้อม ถ้าหากสิ่งแวดล้อมสนับสนุนอัตมโนทัศน์ที่เขาได้อยู่ เขาก็จะมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง แต่ถ้ามสิ่งแวดล้อมทางสังคมบงชี้ให้เขาเห็นถึงความไม่เขารอง เขาจะรอยในโครงสร้างของบุคคลิกภาพของเขา เขาก็จะรู้สึกตึงเครียดและวิตกกังวล

รูปที่ 2 แสดงถึง บุคคลิกภาพที่เปลี่ยนแปลงภายหลังการให้คำปรึกษา อัตมโนทัศน์มีความสอดคล้องกับประสบการณ์มากขึ้น ประสบการณ์ที่เคยถูกปฏิเสธ จะถูกนำกลับมาตรวจสอบและนำเขาเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างของ "ตน" ประสบการณ์ที่ถูกบิดเบือนจะเปลี่ยน

เป็นการรับรู้ที่ตรงกับความเป็นจริง ความตึงเครียด ความวิตกกังวลมีน้อยลง อึดมโนทัศน์ ขยายขอบเขตกว้างขึ้น ยึดหยุ่นมากขึ้น การปกป้องตนเองมีน้อยลง การปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ในชีวิตดีขึ้น เพราะบุคคลมีข้อมูลที่ถูกกรองและสมบูรณ์ขึ้น การบิดเบือนหรือปฏิเสธประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมีน้อยลง ผู้รับคำปรึกษาจะมีความรู้สึกเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น มีความรู้สึกว่าสามารถที่จะเผชิญชีวิตได้มากขึ้น

แนวคิดจากโคมส์และสไนก์

โคมส์และสไนก์ ก็มีความคิดเห็นทำนองเดียวกับ คาร์ล โรเจอร์ส เมื่อเขากล่าวถึง คุณลักษณะของผู้ที่มีบุคลิกภาพอันเหมาะสม (Adequate Personality) ว่าประกอบด้วยคุณลักษณะ 3 ประการคือ 1) การรับรู้ตนเองในทางบวก 2) การยอมรับและผสมผสานการรับรู้ เขาเป็นส่วนหนึ่งของสนามแห่งประสบการณ์ 3) ความสามารถที่จะดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ¹

การรับรู้ตนเองในทางบวก บุคคลที่มีบุคลิกภาพอันเหมาะสมมักพบว่า ตัวเองเป็นที่ยอมรับ เป็นที่ต้องการของผู้อื่น มีความสามารถ และมีคุณค่า บุคคลเหล่านี้รู้สึกว่าตนเองเป็นผู้มีเกียรติมีศักดิ์ศรีและมีประโยชน์ต่อสังคม อึดมโนทัศน์ของเขาส่วนใหญ่จะเป็นไปในทางบวก อย่างไรก็ตามบุคคลที่มีบุคลิกภาพอันเหมาะสมนี้ มิใช่จะมองตนเองไปในทางดีเสียทั้งหมด เขาอาจจะมองตนเองไปทางลบได้เหมือนกัน แต่ส่วนที่มองในทางลบนี้ไม่มากจนทำให้เกิดการบิดเบือน หรือมีอิทธิพลต่อโครงสร้างของ "ตน" อึดมโนทัศน์ซึ่งประกอบด้วยการรับรู้ตนเองในทางบวกเป็นส่วนใหญ่จะเป็นเสมือนพลังที่จะช่วยให้บุคคลเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ของชีวิตด้วยความมั่นใจ

¹ Arthur W. Combs and Donald Snygg, Individual Behavior (New York: Harper & Brothers, 1959), pp. 240-247.

การยอมรับและผสมผสานการรับรู้เข้าเป็นส่วนหนึ่งของสนามแห่งประสบการณ์ โคมส์และสติกก็ยอมรับแนวคิดของโรเจอร์สที่กล่าวว่า บุคคลเมื่อเผชิญกับประสบการณ์ใด ประสบการณ์หนึ่ง เขาอาจจะกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งดังนี้คือ 1) แปลงประสบการณ์เป็น สัญญลักษณ์ รับรู้ และจัดระบบให้สัมพันธ์กับ "ตน" 2) เพิกเฉย ไม่รับรู้ประสบการณ์นั้น เพราะประสบการณ์ดังกล่าวไม่สัมพันธ์กับโครงสร้างของตน 3) บิดเบือนการรับรู้เนื่องจาก ประสบการณ์นั้นไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของตน บุคคลที่มีบุคลิกภาพเหมาะสมจะเลือก กระทำตามข้อหนึ่ง นั่นคือ เขาจะยอมรับประสบการณ์นั้น และเชื่อมโยงประสบการณ์นั้นให้ เข้ากับมโนทัศน์ที่เขามีต่อตนเอง และต่อสิ่งแวดล้อมของเขา

ความสามารถที่จะดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ มนุษย์ไม่สามารถมีชีวิตอยู่อย่างโดดเดี่ยวได้ มนุษย์จำเป็นต้องสัมพันธ์กับผู้อื่นเพื่อตอบสนองความต้องการบางอย่าง อาจเป็นไปได้สำหรับคนบางคนที่จะอยู่ลำพังเพียงผู้เดียว แต่สำหรับคนส่วนมากแล้ว จำเป็นต้องอาศัยการอยู่ร่วมกันเป็นสังคม และการที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้นั้น จำเป็นต้องมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน บุคคลที่มีบุคลิกภาพอันเหมาะสมมีความสามารถที่จะดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

ฮาโรลด์ เบิร์นาร์ด ใต้นิยามการปรับตัวหรือการมีสุขภาพจิตที่ดีว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับตนเองและโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความพึงพอใจ ความแจ่มใส อย่างสูงสุด มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต สุขภาพจิตที่ดีอาจหมายถึงภาวะที่สนับสนุนให้บุคคลสามารถ ประสบความสำเร็จสูงสุดเท่าที่ความสามารถของเขาจะอำนวยให้ ทำให้บังเกิดความพึงพอใจแก่ตนเองและสังคม มีความขัดแย้งและความตึงเครียดน้อยที่สุด¹

¹ Harold W. Bernard, Mental Hygiene for Classroom Teachers.

แมรี ยาโฮดา ได้เสนอคุณลักษณะสำคัญหกประการของการมีสุขภาพจิตที่ดี ต่อคณะกรรมการเกี่ยวกับสุขภาพและความเจ็บป่วยทางจิต คุณลักษณะดังกล่าวมีดังนี้¹

1. ทักษะคิดต่อตนเอง ซึ่งเป็นผลจากการสำรวจตนเอง ทำให้เกิดการยอมรับชอบกพรองและความภาคภูมิใจในข้อดีของตนเอง การรู้จักตนเองอย่างที่เป็นจริงและการยอมรับเอกลักษณ์ของตนเอง เป็นทางนำไปสู่ความมั่นคงแห่งจิตใจ
 2. ความเจริญงอกงามและการพัฒนาตนเองไปสู่ศักยภาพของตน ความพยายามที่จะบรรลุถึงจุดสูงสุดที่ตนเองจะเป็นได้
 3. ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของบุคลิกภาพ มีการมองชีวิตอย่างสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และมีความสามารถที่จะทนต่อความวิตกกังวลและความตึงเครียดต่าง ๆ
 4. ความเป็นตัวของตัวเอง หมายถึง การที่บุคคลกำหนดพฤติกรรมของเขาเอง แทนการกระทำที่ล่องลอยไปตามสิ่งเร้าภายนอก
 5. การรับรู้ตามความเป็นจริง โดยไม่ขึ้นอยู่กับความปรารถนาและความต้องการของตนเอง รวมทั้งการรับรู้และการเอาใจใส่ต่อความเป็นอยู่ของบุคคลอื่นด้วย
 6. ความสามารถที่จะเอาชนะสภาพแวดล้อม โดยมีความสามารถที่จะรัก ความสามารถในการทำงานและการเล่น ความสามารถในการสัมพันธ์กับผู้อื่น ความสามารถที่จะปรับตนเองให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ความสามารถที่จะหาความสุขจากสิ่งแวดล้อมของตนและความตั้งใจที่จะใช้วิธีการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตของตน
- จอร์จ เจ. มูลีย์ กล่าวว่า การปรับตัวที่ดีน่าจะประกอบด้วยลักษณะต่าง ๆ ดังนี้²

¹ Marie Jahoda, a report to the Joint Commission on Mental Illness and Health, quoted in Bernard, Mental Hygiene for Classroom Teachers, p. 13.

² George J. Mouly, Psychology for Effective Teaching, 2d ed. (New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc., 1968),

1. คำนการรับรู้และสติปัญญา การปรับตัวที่นั้น หมายถึง ประสิทธิภาพในการจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ โดยอาศัยความสามารถในการปรับตัว ซึ่งต้องมีการเปลี่ยนแปลงบทบาท และความสามารถที่จะแยกแยะสิ่งสำคัญออกจากที่ไม่สำคัญ การปรับตัวที่นั้นสัมพันธ์โดยตรงกับการรับรู้ตามความเป็นจริง โดยมีการเปิดรับประสบการณ์และการรับรู้ที่ปราศจากการบิดเบือน

2. ทางด้านส่วนตัว บุคคลที่มีการปรับตัวดี จะยอมรับตนเองและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน

3. ด้านสังคม บุคคลที่มีการปรับตัวดีจะมีความไวในการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น เขาจะคล้อยตามสังคม ถ้าการกระทำนั้นส่งเสริมให้เขาบรรลุถึงความสำเร็จของตนเอง เขาตั้งอยู่บนรากฐานของเหตุผลและความถูกต้อง

4. ด้านอารมณ์ บุคคลที่ปรับตัวดีจะมีชีวิตอยู่อย่างสงบสุข มีความชื่นชมกับชีวิต มีความคิดสร้างสรรค์ มีอารมณ์ขัน มีความแจ่มใสเบิกบาน

5. ด้านการบรรลุถึงความสำเร็จแห่งตน บุคคลที่ปรับตัวดีจะมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองและปรับตนเองเพื่อบรรลุถึงความสำเร็จแห่งตนเสมอ

ทฤษฎีเกี่ยวกับสติปัญญา

ทฤษฎีสององค์ประกอบ (Two-factor theory)

ชาร์ล สเปียร์แมน นักจิตวิทยาชาวอังกฤษได้ใช้วิธีวิเคราะห์องค์ประกอบวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดสอบกลุ่มตัวอย่างควยแบบทดสอบทางจิตวิทยาหลายชุด ผลจากการศึกษาครั้งนี้ เขาจึงได้เสนอทฤษฎีทางสติปัญญาที่เรียกว่า ทฤษฎีสององค์ประกอบ องค์ประกอบแรกเรียกว่า องค์ประกอบทั่วไป (general factor) แทนด้วยสัญลักษณ์ 'g' เป็นความสามารถทั่วไปที่เป็นพื้นฐานของความสามารถด้านการใช้เหตุผล องค์ประกอบที่สองคือ ความสามารถเฉพาะ (specific factor) แทนด้วยสัญลักษณ์ 's' เป็นความสามารถของการทำงานแต่ละอย่าง ข้อสรุปจากทฤษฎีนี้สำหรับการวัดสติปัญญาคือ แบบทดสอบวัดสติปัญญา

ที่สุดที่สุด ควรเป็นฉบับที่วัดองค์ประกอบทั่วไปได้มากที่สุด¹

เจ. ซี. ราเวน นักจิตวิทยาชาวอังกฤษ ได้สร้างแบบทดสอบแมทริชส์สี่กวางหนา เพื่อวัดความสามารถของบุคคลในการหาความสัมพันธ์ระหว่างรูปทรงเรขาคณิต เป็นแบบทดสอบประเภทไม่ใช้ถ้อยคำภาษา แบบทดสอบชุดนี้เชื่อกันว่าสามารถวัดองค์ประกอบสติปัญญา โดยทั่วไปตามทฤษฎีของสเปียร์แมนได้ดี ผู้วิจัยจึงเลือกใช้แบบทดสอบชุดนี้เพื่อวัดสติปัญญา

จากทฤษฎีและแนวความคิดต่าง ๆ ดังกล่าวมานี้ จะเห็นว่าอ้อมโนทัศน์และความสอดคล้องระหว่างอ้อมโนทัศน์กับประสบการณ์ของอินทรีย์มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว ส่วนสติปัญญานั้นเป็นภาวนินิฐานที่มีผู้สนใจศึกษากันอย่างกว้างขวาง แม้ว่าจะไม่มีทฤษฎีที่กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างสติปัญญากับภาวนินิฐานอื่น แต่ก็ได้มีผู้ศึกษาวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างสติปัญญากับตัวแปรทางบุคคลิกภาพต่าง ๆ รวมทั้งการวิจัยหาความสัมพันธ์ระหว่างสติปัญญากับอ้อมโนทัศน์และการปรับตัวด้วย (ดังกล่าวไว้ในเอกสารการวิจัยที่เกี่ยวข้อง) ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจและมีความประสงค์ที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอ้อมโนทัศน์ การปรับตัว และสติปัญญา โดยเลือกนักเรียนชั้นมัธยมปีที่ 1 เป็นกลุ่มตัวอย่าง

เอกสารการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. อ้อมโนทัศน์และการปรับตัว

ในการศึกษามโนภาพแห่งตนของวัยรุ่นในนิวยอร์กมากกว่า 1,000 คน โดยใช้มาตราส่วนประเมินค่า 10 ข้อ โรเซนเบอร์ก (1965) พบว่าวัยรุ่นที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง (self-esteem) ต่ำ มีแนวโน้มที่จะแสดงอาการเจ็บป่วยอันเนื่องมาจากสาเหตุทางจิตใจ (psychosomatic symptoms) มีความรู้สึกจำเป็นต้องสวมหน้ากากดู

¹ ชุมพร บงกิตติกุล, เอกสารหมายเลข 7, แผนกวิชาจิตวิทยา หน่วยงานจิต
เอกสาร คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

โลกภายนอก มีความหวังไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์หรือคำกล่าวหา มีความรู้สึกโดดเดี่ยว และว่าเหว มีความลำบากในการผูกมิตร มีศรัทธาในผู้อื่นน้อย มีความขวยอายและไม่กล้า เริ่มต้นการสนทนา¹

มีผลการวิจัยที่คล้ายคลึงกับของโรเซนเบอร์ก คือ การวิจัยของคูเปอร์สมิท (1967) ซึ่งใช้เด็กชายอายุสิบขวบเป็นกลุ่มตัวอย่าง ผลการวิจัยพบว่า ความภาคภูมิใจ (self-esteem) ต่ำ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมซึ่งอาจประเมินว่าเป็นการปรับตัวที่ไม่ดี²

เรคเลสและคณะ (1956) ได้วิจัยพบว่านักเรียนที่มีอัตมโนทัศน์ในทางบวกมีแนวโน้มที่จะไม่กลายเป็นเด็กเกเร และได้ริเริ่มให้ใช้อัตมโนทัศน์เป็นจนวนกันพฤติกรรม พาลเกเร ผลของการวิจัยของเขาสรุปว่า

"เด็กไม่คิดพบว่าตนเองมีแนวโน้มที่จะประสบกับปัญหายุ่งยากในอนาคต ซึ่งแม่และครูของเขาก็มีความเห็นสอดคล้องเช่นนั้น เด็กคิดพบว่าตนเองไม่มีแนวโน้มที่จะประสบกับปัญหา ซึ่งแม่และครูของเขาก็เห็นควยเช่นกัน"³

✓ ขวาทซ์และแทงกรี (1965) ได้ทำการวิจัยกับนักเรียนชายชั้นประถมปีที่หก โดยใช้มาตราส่วนประเมินค่าแบบซีแมนติก คือเฟอเรนเซียล ผลการวิจัยสนับสนุนสมมุติฐานที่ว่า นักเรียนที่ครูประเมินว่า "ดี" มีอัตมโนทัศน์ในทางบวกมากกว่านักเรียนที่ครูประเมิน

¹Barbara Thompson, "Self Concept Among Secondary School Pupils," Educational Research 17(November 1974): 41 quoting M. Rosenberg, Society and the Adolescent Self Image (Princeton University Press, 1965).

²Ibid.

³Ibid.

ว่า "เลว" เมื่อนำคะแนนอัตมโนทัศน์ของเด็กทั้งสองกลุ่มไปหาคาสสัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์ซึ่งประเมินโดยแม่ ครู และเพื่อนของเขา พบว่า อัตมโนทัศน์ของเด็กที่สัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์ที่ประเมินโดยครู ส่วนอัตมโนทัศน์ของเด็กไม่สัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์ที่ประเมินโดยแม่ของเขา¹

บารบารา ทอมป์สัน (1967 - 1970) ได้วิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยม โดยให้นักเรียนจำนวนประมาณ 500 คน ซึ่งครูประเมินว่ามี การปรับตัวดีและไม่ดี ใช้มาตราส่วนประเมินคาแมชชีแมนติก คีฟเฟอเรนเชียล ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนชาย หญิง ที่มีการปรับตัวดีมีอัตมโนทัศน์ในทางบวกมากกว่านักเรียนที่มีการปรับตัวไม่ดี²

จากผลการวิจัยดังกล่าวมาแล้วทั้งหมด ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่าอัตมโนทัศน์และการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันในทางตรง ในระดับปานกลาง

2. การปรับตัวและความสอดคล้องของอัตมโนทัศน์

แคลวินและโธมัสแมน ได้ทำวิจัยกับนักศึกษาชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมหาวิทยาลัย โดยนักศึกษาภายในกลุ่มรู้จักกันเองเป็นอย่างดี ได้ศึกษาที่ให้ความร่วมมือทั้งหมด 79 คน ทุกคนทำแบบวัดบุคลิกภาพ MMPI แล้วแต่ละคนพบกับผู้วิจัย เป็นรายบุคคล เพื่อให้ข้อมูลส่วนตัวและเพื่อประเมินคุณลักษณะต่าง ๆ ของตนเองและของเพื่อน ผู้วิจัยนำคะแนนที่เพื่อนประเมินของนักศึกษาแต่ละคนมาหาคาเฉลี่ยถือเป็นคะแนนอัตมโนทัศน์ที่ประเมินโดยผู้อื่น (inferred self) นักศึกษาที่เพื่อนประเมินว่ามีการปรับตัวดี และนักศึกษาที่ประเมินตนเองสูงกว่าที่เพื่อนประเมิน ได้คะแนนค่าในมาตรา depression, psychasthenia, และ schizophrenia ส่วนนักศึกษาที่ประเมินตนเองต่ำกว่าที่

¹Ibid.

²Ibid.

เพื่อนประเมีนไคคะแนสูงในมาตราดังกล่าว นอกจากนั้นผู้วิจัยยังได้ศึกษาถึงความเมีนย่ำของการประเมีนหรือความสอคคลองของอัทมโนทัศน์ซึ่งไคจากการเปรียบเทียบอัทมโนทัศน์ที่นักศึกษาประเมีนเองและที่เพื่อนประเมีนวาไคไคยงกันมากนอยเพียงไค ผลการวิจัยปรากฏว่า นักศึกษาที่ประเมีนตนเองเมีนย่ำมากไคคะแนในมาตรา hysteria, และ psychopathic deviate ต่ำกว่านักศึกษาที่ประเมีนตนเองเมีนย่ำนอย ผลการวิจัยนี้สอคคลองกับผลการวิจัยของฟริคแมน (1955) และโซโคคอฟ (1954) ซึ่งพบว่าบุคคลที่บรรยายตนเองไคเมีนย่ำมีแนวโนมที่จะปกปองตนเอง (defensive) นอยกว่า¹

โรวาร์ค (1957) ได้ศึกษาอัทมโนทัศน์ของทหาร เกษ 51 คน ในมาตราส่วนประเมีนไค ทหารแต่ละคนจะประเมีนตนเองและเพื่อนเขาอีกอยางนอยสองคนจะประเมีนเขาควย ผู้วิจัยไคคำนวณไคความแตกตางระหวางอัทมโนทัศน์ที่ทหารแต่ละคนประเมีนตนเอง และอัทมโนทัศน์ที่เพื่อนทหารประเมีน นำไคความแตกตางนี้ไปหาไคสอคคองกับการประเมีนพฤติกรรมพาลเกร ไคสอคคองสัมพันธ์เท่ากับ .56 และเมื่อกำจคอิทธิพลของสติปัญญาควยวิธีการทางสถิติ ไคสอคคองสัมพันธ์สูงขึ้นถึง .64 ผลการวิจัยนี้ถือเป็นประจักษ์พยานที่แสดงไคความเมีนย่ำในการรับรู้ตนเองมีไคความสัมพันธ์กับการปรับตัวที่ไคในแง่ที่ว่าผู้ที่ปรับตัวไคไม่พาลเกร²

คูเปอร์สมิธ (1959) ได้ศึกษาอัทมโนทัศน์และการปรับตัวของนักเรียนชั้นประถมปีที่ 5 และ 6 โดยวิธีให้นักเรียนประเมีนตนเอง และครูประเมีนนักเรียนแต่ละคน-ผลการวิจัยพบว่า โดยทั่วไปนักเรียนมีไคความเมีนย่ำในการประเมีนตนเอง โดยไคจากการประเมีนของเขาซึ่งสอคคองกับที่ครูประเมีน จากนักเรียนทั้งหมด 102 คน คูเปอร์สมิธ คัดเลือก

¹Boyd R. McCandles, Children and Adolescents: Behavior and Development (New York: Holt, Rinehart and Winston, 1961), pp. 194-195.

²Ibid.

นักเรียนที่ประเมินตนเองสูงแต่ครูประเมินให้ต่ำ จัดเป็นกลุ่มสูง-ต่ำ และนักเรียนที่ประเมินตนเองต่ำ แต่ครูประเมินให้สูง เป็นกลุ่มต่ำ-สูง ผู้วิจัยเปรียบเทียบนักเรียนสองกลุ่มนี้ พบว่า นักเรียนที่ประเมินตนเองต่ำกว่าที่ครูประเมินนั้น เป็นผู้ที่อยู่ในความนิยมเป็นที่รู้จักกว้างขวาง มีความสำเร็จทางการศึกษา เพื่อนฝูงและครูให้ความนิยมนอกของ แต่นักเรียนเหล่านี้มีความทะเยอทะยานสูงและมักตำหนิหรือลงโทษตนเอง¹

นอกจากนั้น คูเปอร์สมิธ ยังได้คัดเลือกนักเรียนออกมาอีกสองกลุ่มคือ นักเรียนที่ประเมินตนเองสูงและครูก็ประเมินให้สูง เป็นกลุ่มสูง-สูง และนักเรียนที่ประเมินตนเองต่ำและครูประเมินให้ต่ำ เป็นกลุ่มต่ำ-ต่ำ ผู้วิจัยเปรียบเทียบนักเรียนทั้งสองกลุ่มพบว่า กลุ่มต่ำ-ต่ำเป็นที่นิยมและประสบความสำเร็จน้อยกว่า แต่มีความวิตกกังวลมากกว่ากลุ่มสูง-สูง และเมื่อเปรียบเทียบทั้งสองกลุ่ม นักเรียนในกลุ่มต่ำ-สูง มีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จมากกว่านักเรียนในกลุ่มสูง-สูง ส่วนนักเรียนในกลุ่มต่ำ-ต่ำ นับว่าประสบความสำเร็จน้อยที่สุด²

ปี. โซโคคอฟ (1954) ได้ทำการวิจัยกับนักศึกษาชายระดับปริญญาตรี 30 คน ใช้การประเมินแบบ Q-sort โดยใช้นักศึกษาประเมินตนเอง และให้ผู้เชี่ยวชาญซึ่งคุ้นเคยกับผลการทดสอบบุคลิกภาพแบบโปรเจกทีฟของนักศึกษาแต่ละคนประเมินนักศึกษาด้วยวิธี Q-sort เช่นเดียวกัน นำคะแนนอัตมโนทัศน์ทั้งสองชุดมาหาความแตกต่าง ผู้วิจัยใช้การทดสอบแบบโรซาร์ค และการประเมินของผู้เชี่ยวชาญเป็นเครื่องตัดสินการปรับตัว ผลการวิจัยพบว่า ความแม่นยำในการประเมินตนเอง (ได้จากค่าความแตกต่างของคะแนนอัตมโนทัศน์ทั้งสองชุด) สัมพันธ์กับการประเมินการปรับตัว ไคลาสดัมพันธ์ .73 ที่ระดับ

¹Ibid.

²Ibid.

ความมีนัยสำคัญ .01¹

จากผลการวิจัยดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่า ความสอดคล้องระหว่างอัตมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเองและอัตมโนทัศน์ที่ผู้อื่นประเมิน มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในทางตรงในระดับปานกลาง

3. อัตมโนทัศน์และสติปัญญา

ในการสร้างแบบวัดอัตมโนทัศน์ บีแอร์ชและแฮริส ได้ตรวจสอบหาความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์และสติปัญญา พบว่ามีความสัมพันธ์กันในทางบวก สำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 3 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์และ I.Q. เท่ากับ .169 แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองเท่ากับ .251 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01²

สแตนเนอร์และแคนเซนเมเยอร์ (1976) ได้ทำวิจัยกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่หก จำนวน 225 คน โดยใช้แบบทดสอบสติปัญญาสองชุด คือ ชุดหนึ่งใช้ภาษา และอีกชุดหนึ่งไม่ใช้ภาษา แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหกชุด และแบบวัดอัตมโนทัศน์ Self Observation Scales ซึ่งมีส่วนประกอบย่อย ๆ เจ็ดส่วน ผลการวิจัยปรากฏ

¹B. Chodorkoff, "Self-perception, perceptual defense, and adjustment," Journal of Abnormal and Social Psychology 49 (1954): 508-512 quoted in Lawrence A. Pervin, Personality: Theory Assessment and Research (New York: John Wiley & Sons, Inc., 1975), pp. 228-229.

²Ellen V. Piers and Dale B. Harris, "Age and Other Correlates of Self-Concept in Children," Journal of Educational Psychology 55(April 1964): 91-95.

ว่า ร้อยละเจ็ดสิบห้าของคาสสัมพันธ์ทั้งหมด มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ถ้า multiple correlation ระหว่างคะแนนอ้อมโนทัศน์ทั้งเจ็ดกับคะแนนสติปัญญาแบบไม่ใช้ภาษา เท่ากับ .39 และกับคะแนนสติปัญญาแบบใช้ภาษา เท่ากับ .50¹

✓ 1977 แมเรียน เบท ริเวท ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างอ้อมโนทัศน์และองค์ประกอบทางสติปัญญาตามทฤษฎีของกิลฟอร์ด กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนอายุตั้งแต่ 8 - 12 ปี จำนวน 718 คน ใช้แบบวัดอ้อมโนทัศน์ของปีแอร์ชและแฮร์ริส และแบบวัดโครงสร้างทางสติปัญญาของมีคเคอร์ (Meeker's Structure of Intellect Learning Abilities Test-SOI-LA) สำหรับเก็บข้อมูล หากคาสสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทั้งหมด ผลปรากฏว่า คาสสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมจากแบบวัดอ้อมโนทัศน์และคะแนนองค์ประกอบทางสติปัญญาค้นต่าง ๆ มีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัยทำให้ผู้วิจัยสรุปไว้ประเด็นหนึ่งว่า ความสามารถในการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กับอ้อมโนทัศน์² ✓

เจ. บี. ซิมมอนส์ ได้ศึกษาเปรียบเทียบอ้อมโนทัศน์และสติปัญญาของนักศึกษาธรรมดา และนักศึกษาที่ทองโชนูจองจำ ไคหาความสัมพันธ์ระหว่างอ้อมโนทัศน์และสติปัญญาของนักศึกษาที่ถูกจองจำ โดยใช้แบบวัด Tennessee Self-Concept Scale และ Revised Beta Examination เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยปรากฏว่าไม่พบคาสสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างคะแนนอ้อมโนทัศน์และคะแนน

¹A. Jackson Stenner and William G. Katzenmeyer, "Self Concept, Ability, and Achievement in a Sample of Sixth Grade Students," The Journal of Educational Research 69(February 1976): 270-273.

²Marion Bette Rivet, "The Relationship Between Self concept and Factors of the Intellect of Children Ages Eight to Twelve," (Doctoral Dissertation, United States International University, 1977).

สติปัญญาเสป¹

เบิร์ต เซลเลอร์ ได้ศึกษาวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์ทางด้านวิทยาศาสตร์ของนักเรียน และความสามารถทางสติปัญญา โดยใช้ Self Concept in Science Scale ที่เขาได้สร้างขึ้นเพื่อวัดอัตมโนทัศน์และ Otis-Lennon Mental Ability Test, Advanced Form, J. วัดความสามารถทางสติปัญญา ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ว่า อัตมโนทัศน์ทางด้านวิทยาศาสตร์ของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับสติปัญญา²

ผลการวิจัยเท่าที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ส่วนใหญ่พบว่า อัตมโนทัศน์และความสามารถทางสติปัญญาที่มีความสัมพันธ์กันในทางบวกแต่ความสัมพันธ์ที่พบนั้นค่อนข้างต่ำ งานวิจัยบางเรื่องก็ไม่พบความสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญทางสถิติเลย ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่าอัตมโนทัศน์ และสติปัญญาที่มีความสัมพันธ์กันในทางบวกและค่าสหสัมพันธ์ต่ำ

4. ความสอดคล้องของอัตมโนทัศน์และสติปัญญา

จากคำจำกัดความของสติปัญญา ซึ่งมีนิยามไว้หลายประการนั้น การมีสติปัญญาที่ดี หมายถึง ความสามารถในการรับรู้อย่างแม่นยำ และความสามารถที่จะจดจำและระลึก

¹J. B. Simmons, "A Comparison of Self-Concept and Intelligence of Regular College Students and Incarcerated College Students," (Doctoral Dissertation, East Texas State University, 1974).

²Burt A. Sellers, "An Analysis of the Relationship of Students' Self Concept in Science to their Mental Abilities, Sex, and Measures of Achievement in Science" (Doctoral Dissertation, State University of New York at Buffalo, 1975).

ถึงสิ่งที่ใคร่รู้อยู่แล้วเป็นอย่างดี¹ ถ้าหากเรามีความเชื่อว่า อັตมโนทัศน์คือ การรับรู้คุณลักษณะต่าง ๆ ของตัวเราและยอมรับว่า ความสอดคล้องของอັตมโนทัศน์ซึ่งคำนวณได้จากค่าความแตกต่างระหว่างอັตมโนทัศน์ที่เราประเมินเอง และอັตมโนทัศน์ที่ผู้อื่นประเมินนั้น คือความแม่นยำของการรับรู้ ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานว่า ความสอดคล้องของอັตมโนทัศน์และสติปัญญาที่มีความสัมพันธ์กันในทางตรง และคาดสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

5. การปรับตัวและสติปัญญา

เจ. อี. แอนเดอร์สัน ได้วิเคราะห์ผลการวิจัย ซึ่งใช้เวลา 7 ปี เกี่ยวกับการปรับตัว ได้สรุปผลว่า ผลการวิจัยนี้อาจตีความได้สองประการคือ 1) ผลการวิจัยแสดงให้เห็นความยากลำบากในการที่จะแยกองค์ประกอบทางสติปัญญาออกจากคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ ซึ่งเราต้องเกี่ยวข้องของควย เมื่อเราศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัว 2) ผลการวิจัยแสดงให้เห็นความสำคัญของสติปัญญาที่มีต่อขบวนการปรับตัว²

เอ็น. เบเลย์ (1968) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับพัฒนาการทางสติปัญญาและความสัมพันธ์กับอารมณ์ ทิศนคติ และแนวโน้มของคุณลักษณะบางประการ เป็นการวิจัยระยะยาวใช้เวลา 36 ปี กลุ่มตัวอย่างถูกคัดเลือกแบบเจาะจง โดยมีเกณฑ์ว่าต้องเป็นเด็กที่คลอด

¹David Wechsler, "Intelligence: definition, theory and the I.Q.," in Intelligence: genetic and environmental influences, ed. Robert Cancro (New York and London: Grune & Stratton, 1971), p. 52.

²J. E. Anderson, "The Prediction of Adjustment Over Time," in Personality Development in Children, ed. I Iscoe and H Stevenson (Austin: University of Texas Press, 1960), pp. 25-72, quoted in Irwin G. Sarason, Personality: an Objective Approach, 2d ed. (New York: John Wiley & Sons, Inc., 1972).

ตามกำหนด เกิดในโรงพยาบาล พ่อแม่เป็นนิ่วชาวที่พูดภาษาอังกฤษ ได้กลุ่มตัวอย่าง 74 คน การเก็บข้อมูลทำเป็นระยะ ๆ ครั้งสุดท้ายเมื่อครบ 36 ปี เหลือกลุ่มตัวอย่าง 61 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบสติปัญญาของเวซเลอร์ ทั้งที่ใช้ภาษาและไม่ใช้ภาษาสำหรับวัดพัฒนาการทางสติปัญญา และใช้การสัมภาษณ์โดยนักจิตวิทยาแล้วอัดเทปการสัมภาษณ์ไว้เพื่อนำไปประเมินลักษณะพฤติกรรมตามแบบการประเมิน Block Q-set โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศชายที่มีสติปัญญาสูง มักมีลักษณะที่ค่อนข้างซางคิด สนใจในปัญหาต่าง ๆ ความหมาย และค่านิยม เป็นผู้ที่ชอบรับรู้อะไรต่าง ๆ มีความสนใจกว้างขวาง มีแนวโน้มที่จะมีการปรับตัวดี ส่วนเพศชายที่มีสติปัญญาต่ำ มักขาดความอดทน ชอบใช้ความรุนแรง มักโทษผู้อื่น และมีแนวโน้มที่จะปรับตัวไม่ดี¹

เลwis เอ็ม. เทอร์แมน ได้เริ่มต้นการวิจัยระยะยาวกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นเด็กอายุ 11 ขวบ และมีสติปัญญาอยู่ในระดับสูง มี I.Q. ตั้งแต่ 140 ขึ้นไป จำนวน 1,500 คน การวิจัยได้ติดตามพัฒนาการและความสำเร็จของบุคคลกลุ่มนี้ในด้านต่าง ๆ ตั้งแต่ความสำเร็จทางการศึกษา การงาน ความสนใจ งานอดิเรก สถานภาพการสมรส สุขภาพ อัตรการตาย และอื่น ๆ แม้ว่าเทอร์แมนจะตายลงในปี 1956 การวิจัยนี้ก็ยังคงดำเนินต่อไป ผลการวิจัยครั้งรายงานในหนังสือชุดที่ 3 ซึ่งได้ติดตามกลุ่มตัวอย่างมาจนสำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนและบางรายกำลังเริ่มต้นศึกษาระดับวิทยาลัย ผลการวิจัยที่ได้ระยะนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบในระยะ 5 - 6 ปีก่อน คือ ในกลุ่มตัวอย่างนี้ ไม่ปรากฏร่องรอยของความไม่มั่นคงทางอารมณ์ หรือลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดีในรูปแบบใดเลย

¹N. Bayley, "Behavioral Correlates of Mental Growth: birth to thirty-six year," in Readings in Human Intelligence, ed. H. J. Butcher and D. E. Lomax (London: Methuen and Company Ltd., 1972), pp. 265-269.

ใด ๆ เลย¹

ผลการวิจัยดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานว่า การปรับตัวมีความสัมพันธ์ในทางตรง กับสติปัญญา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง อ้อมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเอง กับการปรับตัว และ สติปัญญา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความสอดคล้องของอ้อมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเอง และที่ประเมินโดยผู้อื่น กับการปรับตัวและ สติปัญญา
3. เพื่อเปรียบเทียบอ้อมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเองของนักเรียนที่มีการปรับตัวและ สติปัญญา แตกต่างกัน
4. เพื่อเปรียบเทียบความสอดคล้องของอ้อมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเอง กับอ้อมโนทัศน์ที่ประเมินโดยผู้อื่น ของนักเรียนที่มีการปรับตัวและ สติปัญญา แตกต่างกัน

สมมติฐานในการวิจัย

1. อ้อมโนทัศน์มีความสัมพันธ์ในทางตรงกับการปรับตัว และ สติปัญญา ความสัมพันธ์ระหว่างอ้อมโนทัศน์และการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างอ้อมโนทัศน์และ สติปัญญา อยู่ในระดับต่ำ
2. ความสอดคล้องระหว่างอ้อมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเองและอ้อมโนทัศน์ที่ผู้อื่นประเมิน มีความสัมพันธ์ในทางตรงกับการปรับตัวและ สติปัญญา ความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

¹H. J. Butcher, Human Intelligence: Its nature and Assessment, (London: Methuen & Co. Ltd., 1968), pp. 273-279.

3. การปรับตัวมีความสัมพันธ์ในทางตรงกันกับสติปัญญาในระดับปานกลาง

4. นักเรียนที่มีการปรับตัวและสติปัญญาแตกต่างกัน มีอัตมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเองแตกต่างกัน

5. นักเรียนที่มีการปรับตัวและสติปัญญาแตกต่างกันมีความสอดคล้องของอัตมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเอง และที่ผู้อื่นประเมินแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 233 คน เป็นชาย 119 คน หญิง 114 คน คัดเลือกจากโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร 3 โรงเรียน และโรงเรียนในจังหวัดใกล้เคียง 4 โรงเรียน

ตัวแปรในการศึกษา สติปัญญา และการปรับตัว เป็นตัวแปรอิสระ อัตมโนทัศน์และความสอดคล้องของอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรตาม

ชกทดลองเบื้องต้น

แม้ว่าอัตมโนทัศน์จะเป็นภาวสันนิษฐานที่รู้ได้เฉพาะตน ผู้อื่นมีอาจล่วงรู้ได้ก็ตาม แต่โดยการบอกเล่า และการสื่อสารซึ่งกันและกัน ก็อาจทำให้ล่วงรู้ได้ ฉะนั้นผู้วิจัยจึงเชื่อว่า เราสามารถวัดอัตมโนทัศน์ได้โดยอาศัยคำรายงานของนักเรียน

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านต่าง ๆ วัดออกมาเป็นคะแนนด้วยแบบวัดอัตมโนทัศน์

ความสอดคล้องของอัตมโนทัศน์ หมายถึง ความแตกต่างระหว่างอัตมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเอง และอัตมโนทัศน์ที่ประเมินโดยผู้อื่น ในการวิจัยนี้ได้ใช้คะแนนอัตมโนทัศน์ที่ประเมินด้วยตนเองเป็นตัวตั้ง และคะแนนอัตมโนทัศน์ที่ประเมินโดยผู้อื่นเป็นตัวลบ

การปรับตัว หมายถึง ลักษณะพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงว่า บุคคลมีการปรับตัวดี หรือไม่ดี วัตถุประสงค์ออกมาเป็นคะแนนโดยแบบวัดการปรับตัว

สติปัญญา หมายถึง ความสามารถในการสังเกต และกทริคคอย่างมีเหตุผล วัตถุประสงค์ออกมาเป็นคะแนนโดยแบบทดสอบ(แมทธิซีส)กำหนดให้มีมาตรฐาน

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบว่าอัตมโนทัศน์ การปรับตัว และสติปัญญาของนักเรียนมีความสัมพันธ์กันหรือไม่ ความรู้ที่ได้นี้จะช่วยครูอาจารย์ ตลอดจนพ่อแม่ ผู้ปกครอง ในการอบรมสั่งสอน และส่งเสริมพัฒนาการทางบุคลิกภาพของนักเรียน
2. ทำให้ได้แบบวัดอัตมโนทัศน์ และแบบวัดการปรับตัวสำหรับผู้วิจัยรุ่นหลัง จะได้นำไปปรับปรุง และพัฒนาคุณภาพให้ดีขึ้นต่อไป
3. เป็นพื้นฐานสำหรับการวิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์และการปรับตัว

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย