

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาการรับรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัว และการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรระหว่างบิดา มารดา กับผู้ช่วยวัยรุ่นในโรงพยาบาลจิตเวชนั้น ผู้วิจัยได้ศึกษาจากวรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะเสนอสาระเป็นลำดับดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการการเจริญเติบโตและการปรับตัวของวัยรุ่น
2. ความหมายและมโนคติของการรับรู้
3. แนวคิดและทฤษฎีที่ว่าด้วยสุขภาพจิตและการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น
4. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร

แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการการเจริญเติบโตและการปรับตัวของวัยรุ่น

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งการเจริญเติบโตนี้มิได้มีเฉพาะทางด้านร่างกายเท่านั้น หากยังมีการเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สังคม และสติปัญญาควบคู่ไปด้วย ประมวล ดิศคินสัน (2520 : 66) กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยเร่งทุก ๆ อย่าง เร่งเจริญเติบโต เร่งสร้างนิสัย เร่งทางวิชาการ เร่งปรับตัว เร่งเลือกอาชีพ จากการที่ต้องเร่งพัฒนาในทุก ๆ ด้านนี้ทำให้ชีวิตของวัยรุ่นบางครั้งเต็มไปด้วยความสนุกสนานร่าเริงไร้เดียงสา แต่บางครั้งก็เต็มไปด้วยปัญหาและวิตกกังวล รวมทั้งไม่เป็นที่ชื่นชอบของบุคคลที่ไม่เข้าใจในธรรมชาติของวัยรุ่น (Kaluger and Kaluger 1979 : 273)

คำว่าวัยรุ่น (Adolescent) มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินว่า Adolescence หมายถึงการเจริญเติบโตไปสู่ความมีวุฒิภาวะ (To grow into maturity) ซึ่งศรีเรือน แก้วกังวาล (2521 : 83-84) กล่าวว่า วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางด้านร่างกายจากเด็กมาเป็นหนุ่มสาว มีการเจริญเติบโตของลักษณะทางเพศขั้นที่ 2 (Secondary sex characteristic) ได้แก่ การมีหน้าอก มีไขมันมาเกาะตามแขน สะโพก เสียงแตก และมีขนขึ้นตามรักแร้ ลำตัว

และอวัยวะเพศซึ่งสังเกตเห็นได้ชัดในเพศชาย จากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายนี้ส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงในด้านอื่น ๆ ตามมา เช่น ด้านอารมณ์ ลักษณะสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ความมั่งคั่งทางด้านการศึกษามีความคิดฝัน มีจินตนาการ นึกคิดเกี่ยวกับตนเองมีจุดมุ่งหมายของชีวิต มีทัศนคติค่านิยมต่ออาชีพ เพื่อน คู่ครอง มีความสนใจและความปรารถนาอื่นอีกมากมาย

ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่นโดยทั่วไปหมายถึง บุคคลที่อายุอยู่ระหว่าง 13-19 ปี บางครั้งเรียกว่าวัยทีนเอง (Teen age) เพราะถ้าสังเกตจะพบว่าตัวเลขในภาษาอังกฤษลงท้ายด้วย ทีน (Teen) ทั้งนั้น และวัยนี้ยังเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างเห็นได้ชัด เปลี่ยนจากเด็กมาเป็นหนุ่มสาว

สุชา จันทรเอม (2521 : 20) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่าวัยรุ่นคือวัยที่สิ้นสุดความเป็นเด็ก เป็นวัยที่เป็นสะพานเชื่อมไปหาวัยผู้ใหญ่ ไม่มีเส้นขีดขั้นที่แน่นอนว่าเริ่มเมื่อใดและสิ้นสุดวัยเมื่อใด แต่เรากำหนดเอาความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็นสำคัญ โดยถือเอาตอนที่เด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน และเด็กชายมีการผลิตเซลล์สเปิร์มเป็นครั้งแรก

โรเจอร์ (Roger 1962 : 6-7) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นโดยพิจารณาจากเกณฑ์ทางด้านร่างกาย ช่วงอายุและเกณฑ์ทางสังคม ซึ่งเกณฑ์ทางด้านร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ 2 อย่างคือ เสียงเปลี่ยน โดยเด็กชายจะมีเสียงแตกห้าว เด็กหญิงจะเสียงแหลมขึ้น มีขนขึ้นตามร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายเปลี่ยนแปลงไป เด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน และเด็กชายมีการหลั่งน้ำกามครั้งแรก ส่วนเกณฑ์ตามช่วงอายุอาจจะไม่ตรงกับสภาพความจริงเพราะการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายของเด็กแต่ละคนเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นไม่พร้อมกัน ซึ่ง เฮอร์ล็อก (Hurlock 1973 : 27-28) ได้แบ่งช่วงอายุของวัยรุ่นไว้ดังนี้

วัยก่อนวัยรุ่น (Preadolescent) อายุ 10-12 ปี

วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescent) อายุ 13-16 ปี

วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescent) อายุ 17-21 ปี

สำหรับลูเอลล่า โคล (Luella cole อ้างในสุชา จันทรเอม 2521 : 18-19) ได้แบ่งช่วงอายุไว้ดังนี้

วัยก่อนวัยรุ่น (Preadolescent) หญิงอายุ 10-13 ปี ชายอายุ 13-15 ปี

วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescent) หญิงอายุ 13-15 ปี ชายอายุ 15-17 ปี

วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescent) หญิงอายุ 15-18 ปี ชายอายุ 17-19 ปี

วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescent) หญิงอายุ 18-21 ปี ชายอายุ 19-21 ปี

ส่วนเกณฑ์ทางด้านสังคมนั้น โรเจอร์ กล่าวว่าสังคมแต่ละสังคมจะยอมรับว่าวัยรุ่นเป็นผู้ใหญ่ได้จะต้องอาศัยพื้นฐานทางสังคม วัฒนธรรม ศาสนา จารีต ประเพณี เป็นพื้นฐานเช่นในสังคมไทย มีพิธีโกนจุกให้เด็กที่เติบโตเข้าสู่วัยหนุ่มสาว ในด้านศาสนาเด็กคนโตที่ได้บวชเรียนแล้วก็ถือว่าเป็นผู้ใหญ่ได้ ในด้านฐานะเศรษฐกิจของครอบครัว ครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจและสังคมต่ำจะยอมรับเด็กเป็นผู้ใหญ่เมื่ออายุ 16-17 ปี แต่ครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจและสังคมสูงจะยอมรับเด็กเป็นผู้ใหญ่เมื่ออายุ 21 ปีขึ้นไป ส่วนในแง่ของกฎหมาย กฎหมายครอบครัวและมรดกไทยได้กำหนดเอาไว้ว่าชายหญิงจะสมรสกันได้ก็ต่อเมื่อชายอายุ 17 ปี และหญิงอายุ 15 ปีขึ้นไป

องค์การอนามัยโลกได้ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า วัยรุ่นเป็นผู้มีลักษณะ 3 ประการ คือ มีพัฒนาการทางด้านร่างกายโดยมีวุฒิภาวะทางเพศ มีพัฒนาการทางด้านจิตใจ โดยมีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ และมีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางด้านเศรษฐกิจจากการที่ต้องพึ่งพาครอบครัวมาเป็นบุคคลที่สามารถประกอบอาชีพหารายได้ด้วยตนเอง

ดังนั้นพอสรุปได้ว่าวัยรุ่น หมายถึงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ โดยมีการเจริญเติบโตไปสู่ความมีวุฒิภาวะทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งยึดเอาความพร้อมและวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้น และสิ้นสุดลงเมื่อมีความพร้อมและวุฒิภาวะทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ ซึ่งแบ่งวัยรุ่นออกตามช่วงอายุได้เป็น 3 ระยะ ดังนี้

วัยรุ่นตอนต้น หญิงอายุ 10-12 ปี ชายอายุ 11-13 ปี

วัยรุ่นตอนกลาง หญิงอายุ 13-15 ปี ชายอายุ 14-16 ปี

วัยรุ่นตอนปลาย หญิงอายุ 16-18 ปี ชายอายุ 17-19 ปี

พัฒนาการการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ และการปรับตัวของวัยรุ่น

การรู้จักและเข้าใจถึงพัฒนาการด้านต่าง ๆ ตามธรรมชาติของวัยรุ่นเป็นเรื่องสำคัญ เพราะบิดามารดา ผู้ปกครองหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น จำเป็นจะต้องใช้ความรู้ ความเข้าใจ เหล่านี้เป็นพื้นฐาน ในการที่จะเรียนรู้และเข้าใจพฤติกรรม การแสดงออกของวัยรุ่น ถ้าหากบิดา

มารดา ผู้ปกครองหรือผู้ที่เกี่ยวข้องไม่รู้และไม่เข้าใจถึงพัฒนาการของวัยรุ่นแต่ละด้านแล้วอาจจะก่อให้เกิดปัญหาหรือเกิดช่องว่างขึ้นระหว่างวัย ทั้งยังไม่สามารถให้คำปรึกษา แนะนำ อบรมสั่งสอนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมตามระยะพัฒนาการของวัยรุ่น

โอลสัน (Olson อ้างใน ศรีเรือน แก้วกังวาล 2521 : 84) กล่าวว่าเด็กทุกคนมีแบบแผนหรือกระสวนความเจริญเติบโตต่างกัน บางคนเติบโตอย่างสม่ำเสมอ บางคนเติบโตเร็วในบางวัยและเติบโตช้าในบางวัย พัฒนาการของเด็กไม่ได้ขึ้นอยู่กับอาหารหรือสาเหตุอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว สิ่งที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของ วัยรุ่น ประกอบด้วย (สุชา จักร์เอม 2521 : 11-12)

1. สติปัญญา เด็กที่มีสติปัญญาดีย่อมมีอัตราการพัฒนาดึกว่าเด็กที่มีสติปัญญาต่ำ
2. ความแตกต่างระหว่างเพศ เด็กชายและเด็กหญิงย่อมมีอัตราพัฒนาการต่างกัน โดยเฉพาะพัฒนาการทางด้านร่างกาย ในทารกแรกเกิด เด็กชายจะโตกว่าเด็กหญิงเล็กน้อย ในระยะก่อนวัยรุ่น เด็กหญิงจะเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กชาย และพัฒนาเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศก่อนเด็กชาย 1-2 ปี และอัตราการพัฒนาด้านสติปัญญา เด็กหญิงจะเร็วกว่าเด็กชายเล็กน้อย
3. การทำงานของต่อมไร้ท่อในร่างกายแตกต่างกัน เช่น ต่อมไทรอยด์ (Thyroid gland) จะผลิตฮอร์โมนไทรอกซิน (Thyroxine) ซึ่งฮอร์โมนนี้จะกระตุ้นการเจริญเติบโตของเซลล์ กระตุ้นให้บุคคลมีความไวต่อสิ่งแวดล้อมทั้งทางร่างกายและจิตใจ ถ้าต่อมไทรอยด์ขับฮอร์โมนออกมาในบริเวณที่เหมาะสมสูงด้วยคุณภาพ ก็จะช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตได้สัดส่วน มีความคิดแจ่มใส ร่างกายสดชื่น (ประมวญ ดิศกินสัน 2520 : 8-9) แต่ถ้าต่อมนี้ทำงานผิดปกติขับฮอร์โมนออกมามากหรือน้อยเกินไป ก็อาจจะทำให้ร่างกายเจริญเร็วผิดปกติหรืออาจจะทำให้เตี้ยแคระไปได้
4. อาหาร เด็กที่ได้รับสารอาหารที่มีประโยชน์ครบถ้วนและเพียงพอ จะมีอัตราการพัฒนาเร็วกว่าเด็กที่ขาดอาหาร หรือได้รับสารอาหารที่ไม่มีคุณภาพ ทำให้ร่างกายอ่อนแอและเป็นสาเหตุให้เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย
5. แสงแดดและอากาศบริสุทธิ์จะช่วยให้พัฒนาการในด้านต่าง ๆ เป็นไปอย่างปกติสม่ำเสมอและยังช่วยให้สุขภาพดีอีกด้วย
6. โรคภัยไข้เจ็บหรือการได้รับบาดเจ็บ จะมีผลทำให้การพัฒนาผิดปกติและล่าช้าได้

7. เชื้อชาติและกรรมพันธุ์ มีผลต่ออัตราการพัฒนามากเหมือนกัน เช่น เด็กแถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียน จะมีพัฒนาการทางกายเร็วกว่าเด็กที่อยู่ทางเหนือของทวีปยุโรป และยังพบว่า เด็กผิวดำหรือเด็กอินเดียจะมีพัฒนาการทางร่างกายช้ากว่าเด็กผิวขาวและผิวเหลือง

8. สภาพสังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรม มีส่วนทำให้พัฒนาการของเด็กแตกต่างกันได้ เช่น สังคมไทยจะอบรมสั่งสอนให้เด็กเชื่อฟังผู้ใหญ่ เป็นคนสงบเสงี่ยม ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ซึ่งต่างจากเด็กชาวอเมริกัน ซึ่งสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างเสรี กล้าแสดงออก และยังปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีกว่า

9. ลำดับที่เกิด โดยปกติลูกคนรองมักมีพัฒนาการเร็วกว่าคนโต เพราะสามารถเลียนแบบจากพี่ได้ ส่วนลูกคนสุดท้ายมักได้รับการช่วยเหลืออยู่เสมอ จึงอาจจะทำให้พัฒนาการเป็นไปอย่างล่าช้าได้

ดังนั้นการเรียนรู้และเข้าใจถึงพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่บิดามารดา ผู้ปกครองหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นควรจะได้ศึกษาและทำความเข้าใจถึงลักษณะธรรมชาติและพัฒนาการของวัยรุ่น ซึ่งพัฒนาการสำคัญ ๆ ของวัยรุ่นแบ่งได้ดังนี้ พัฒนาการทางด้านร่างกาย พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ พัฒนาการทางด้านสังคม พัฒนาการทางด้านสติปัญญา และการพัฒนาค่านิยมอุดมคติ

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย

พัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นไปในแง่ของความเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ (Maturation) เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ ความเจริญเติบโตมีทั้งส่วนภายนอกที่สังเกตเห็นได้ง่าย เช่น น้ำหนัก ส่วนสูง การเปลี่ยนแปลงของรูปร่าง สัดส่วนของร่างกาย ส่วนการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกาย โดยเฉพาะการทำงานของต่อมไร้ท่อ การเจริญเติบโตของต่อมเพศซึ่งทำให้วัยรุ่นแตกต่างจากเด็กวัยอื่น การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมและความรู้สึกวัยรุ่นบางคนอาจจะไม่พอใจในการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็ว และนำไปสู่ความวิตกกังวลรวมทั้งมีปัญหาในการปรับตัว ขณะเดียวกันก็มีวัยรุ่นจำนวนไม่น้อยที่เข้าใจและยอมรับในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ซึ่งจะช่วยให้มีความมั่นใจและมีพฤติกรรมนำไปสู่การปรับตัวที่ดี สาเหตุหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นยอมรับถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของเขาก็คือการได้รับความรู้จากการอบรมสั่งสอนของบิดา มารดา ครู อาจารย์ หรือผู้รู้ ทำให้เขาเข้าใจและเตรียมพร้อมที่จะรับการเปลี่ยนแปลง

ที่เกิดขึ้น

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เกิดขึ้นในวัยรุ่น เป็นผลมาจากการทำงานของต่อมใต้สมอง (Pituitary gland) ซึ่งสร้างฮอร์โมนออกมาหลายชนิด รวมทั้งฮอร์โมนโกนาโดโทรปิน (Gonadotropin) ฮอร์โมนนี้จะไปกระตุ้นต่อมเพศ (Gonad gland) ให้ผลิตฮอร์โมนเพศออกมา และเมื่อทำงานร่วมกับฮอร์โมนจากต่อมไร้ท่ออื่น ๆ ภายในร่างกายแล้วมีผลทำให้ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาขึ้นอย่างรวดเร็ว นักจิตวิทยามักจะเรียกการเปลี่ยนแปลงระยะนี้ว่า "การโตเร็ว" (Growth Spurt) โดยสังเกตได้จากความสูงจะพุ่งขึ้นอย่างรวดเร็ว และน้ำหนักก็จะเพิ่มตามไปด้วย ส่วนลักษณะการเจริญเติบโตทางเพศอาจจะปรากฏชัดหรือไม่เห็นชัดก็ได้

2. พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

อารมณ์ เป็นความรู้สึกหรือความสะเทือนใจ เกิดจากการที่ร่างกายมีสิ่งมาเข้าให้มีการแสดงออกของอารมณ์โต้ตอบออกมาในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดทั้งความสุขและความทุกข์การแสดงออกของอารมณ์ในแต่ละบุคคลจะส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์และพฤติกรรมทางสังคมอีกด้วย

อารมณ์ของวัยรุ่นมีทุกประเภท มีทั้งรัก ชอบ โกรธ เกลียด อิจฉา ริษยา ทิฐิ ถือดี หลงไหล อ่อนไหว วุ่นวายใจ สับสน หงุดหงิด เห็นแก่ตัว ต้อร้อน เอาแต่ใจ แต่บางครั้งก็ยอมอะไรง่าย ๆ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นพิเศษ

ลักษณะการแสดงออกของอารมณ์ในวัยรุ่นจะทวีความเข้มข้น เร้าร้อน รุนแรงเปลี่ยนแปลงง่าย ขาดการควบคุมอารมณ์และการแสดงออกอย่างเหมาะสม จากลักษณะอารมณ์ดังกล่าวนี้ทำให้นักจิตวิทยาคนสำคัญคือ จี สแตนเลย์ ฮอลล์ (G. Stanley Hall) กล่าวถึงวัยรุ่นว่าเป็นวัยของพายุแควมและความกดดันอยู่ภายใน (Stress and Strom) บางครั้งพลุ่พลุ่ บางครั้งก็เก็บกด บางครั้งมั่นใจสูง บางครั้งไม่แน่ใจ อารมณ์อ่อนไหวเปลี่ยนแปลงง่าย ไม่คงที่ อาจจะเปลี่ยนจากอารมณ์หนึ่งไปสู่อารมณ์ตรงข้ามได้อย่างรวดเร็ว เช่น จากรักเป็นเกลียด จากดีใจเป็นเสียใจ การแสดงออกของอารมณ์ที่รุนแรงนี้จะเกิดขึ้นในช่วงวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ยิ่งมีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการทางกายมากเท่าใดก็จะเกิดอารมณ์รุนแรงมากยิ่งขึ้นเท่านั้น เมื่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่นเจริญคงที่แล้วอารมณ์รุนแรงก็จะกลับคืนสู่สภาพปกติ

บรียา เกตุทัต (2527 : 194-195) ได้แบ่งสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์รุนแรงในวัยรุ่นไว้ 2 ประการ คือ การเปลี่ยนแปลงทางกายและสาเหตุจากสภาพแวดล้อมทางสังคม

1. สาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงทางกาย

1.1 การเปลี่ยนแปลงทั้งขนาดรูปร่างสัดส่วนและสรีระภายใน ทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของคน นอกจากนั้นการทำงานของต่อมไร้ท่อยังมีผลต่อทั้งการเปลี่ยนแปลงทางกายและอารมณ์ด้วย เช่น การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ สมบูรณ์เต็มที่ สามารถออกกำลังได้มากขึ้น ร่างกายต้องการอาหารและการพักผ่อนมากขึ้น บางครั้งอาจเกิดอาการเหนื่อยล้าจากการที่ไม่ได้รับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างเพียงพอ อาจเป็นสาเหตุให้อารมณ์หงุดหงิดเอาแต่ใจ ถ้ามีการสะสมพอกพูนไว้มาก ๆ ก็อาจจะแสดงออกมาในลักษณะที่รุนแรงได้

1.2 การบรรลุวุฒิภาวะทางเพศเร็วหรือช้ายังก่อให้เกิดวัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลว่าตนไม่เหมือนคนอื่น ตบตีปกติไปจากเพื่อน วัยรุ่นทั้งหญิงและชายจะมีความกังวลเกี่ยวกับสัดส่วนรูปร่าง หน้าตาผิวพรรณ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของฉลองรัฐ อินทรีย์ และคณะ (2527) พบว่าวัยรุ่นทั้งหญิงและชายมีความกังวลใจเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ผิวพรรณในระดับใกล้เคียงกัน ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงทางกายและการบรรลุวุฒิภาวะทางเพศจะมีผลทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลว่าตนจะมีลักษณะผิดปกติไปจากคนทั่ว ๆ ไป ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ตามมาได้ ความวิตกกังวลจะมากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับความรู้สึกของบุคคลรอบข้างที่มีต่อวัยรุ่นอีกด้วย

2 สาเหตุจากสภาพแวดล้อมทางสังคม ในช่วงของวัยรุ่นนี้มีการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมใหม่ คือ

2.1 วัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระ . จากการทำต้องพึ่งพาและอยู่ในการดูแลของบิดามารดา มีแนวคิดเป็นของตนเอง มีอุดมการณ์ บางครั้งทำทนายอำนาจบิดามารดา ผ่าฝ่ากฎระเบียบข้อบังคับที่บิดามารดาวางไว้ และแสดงว่าสามารถพึ่งตนเองได้บ้างแล้ว ซึ่งอาจจะทำให้บิดามารดาเข้าใจผิดไม่ได้ให้การดูแลให้ความรักความอบอุ่น โดยใกล้ชิดตามที่วัยรุ่นยังต้องการอยู่ บางครั้งวัยรุ่นอาจจะรู้สึกสับสน เมื่อไม่สามารถปฏิบัติบทบาทในการเป็นผู้ใหญ่ตามที่บิดามารดาและสังคมมุ่งหวัง ทำให้วัยรุ่นมีความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น

2.2 การเข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อน การรู้จักวางตัวในการคบเพื่อนต่างเพศ นับเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดวัยรุ่นเกิดความยุ่งยากใจ นำมาซึ่งความเครียดและวิตกกังวลได้

2.3 ปัญหาในด้านการศึกษาเล่าเรียน การเรียนยุ่งยากซับซ้อนขึ้น บางครั้งอาจจะพบความล้มเหลวในการศึกษาได้ และปัจจุบันวัยรุ่นส่วนใหญ่ยอมรับว่าการศึกษามีความสำคัญต่อความสำเร็จในชีวิตและสังคม หากล้มเหลวก็จะเกิดความวิตกกังวล และมีความตึงเครียดทาง

อารมณ์มากขึ้น เพราะเกรงว่าต้องออกจากโรงเรียนหรือออกจากบ้าน

2.4 ปัญหาในการเลือกอาชีพ เมื่อสำเร็จการศึกษาแล้ววัยรุ่นจะเกิดความกังวลใจเรื่องการประกอบอาชีพ กลัวว่าจะได้ทำงานที่ตนไม่ชอบ แต่บิดามารดา ผู้ปกครองชอบ

2.5 ขีดจำกัดในด้านเศรษฐกิจ หรือข้อจำกัดทางครอบครัว เป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ ต้อยกว่าเพื่อน ๆ ไม่สามารถกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้เช่นเพื่อนรุ่นเดียวกัน

2.6 ขาดการอบรมเลี้ยงดูและหน้าที่เหมาะสม และไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการอย่างเหมาะสม ขาดแบบอย่างที่ดี ขาดการเตรียมตัวเพื่อพัฒนาการทางเพศที่ไม่เหมาะสม ขี้อาย ไม่มีเพื่อน ประสบความล้มเหลวในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เหล่านี้ล้วนแต่สร้างปัญหาให้แก่วัยรุ่น

2.7 ปัญหาจากครอบครัว เช่น ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวไม่ดี มีการทะเลาะเบาะแว้งและบาดหมางกันระหว่างบิดา มารดา บุตร บางครั้งการปกครองดูแลอาจจะเคร่งครัดควบคุมเกินไป ไม่ให้อิสระแก่วัยรุ่นเท่าที่ควร ขาดความเอาใจใส่ดูแล ทอดทิ้งไม่สนใจ หรือบรรยากาศภายในครอบครัวมีแต่ความวุ่นวาย เช่น มีคนเจ็บป่วยเรื้อรัง หรือมีการอยู่ในครอบครัวติดสุรา หรือมีอาการทางจิตประสาท ก็อาจจะก่อให้เกิดวัยรุ่นเกิดอารมณ์ตึงเครียดและแสดงอารมณ์ออกมารุนแรงได้

2.8 ปัญหาจากความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งขึ้นอยู่กับพื้นฐานทางบุคลิกภาพนิสัยและอารมณ์ของแต่ละบุคคล

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้พอสรุปได้ว่า อารมณ์ของวัยรุ่นนั้นมีทุกประเภท มีความรุนแรงตึงเครียด อ่อนไหวเปลี่ยนแปลงง่าย อารมณ์ที่เกิดขึ้นมีทั้งอารมณ์ที่ก่อให้เกิดความทุกข์ ได้แก่ ความกลัว ความวิตกกังวล โกรธ อิจฉา ริษยา ทุกข์โศก ส่วนอารมณ์ที่ก่อให้เกิดความสุข ได้แก่ ความรัก ความร่าเริงสนุกสนาน สุขสบาย นิ่งพอใจ ในวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีอารมณ์ทุกข์มากกว่าอารมณ์สุข ถ้าหากมีแรงกดดันจากความตึงเครียดทางอารมณ์เกิดขึ้นบ่อยๆ จะทำให้การดำเนินชีวิตของวัยรุ่นขาดความสุข อาจจะหันแปรไปในทางที่ไม่ดีได้ เจอร์ซิล (Jersild 1975 : 14) กล่าวว่า ความตึงเครียดทางอารมณ์ของวัยรุ่นนั้นมีใช้อาการที่บ่งชี้ถึงความผิดปกติเสมอไป แม้วัยรุ่นที่มีพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ไปตามปกติก็ยังคงมีความตึงเครียดทางอารมณ์และหันเหทางออกโดยการแสดงพฤติกรรมแปลก ๆ เช่น เป่าปากส่งเสียงโดยไม่มีเหตุผล กัดเล็บ เป็นต้น

ยังมีวัยรุ่นอีกมากที่ขาดโอกาสได้เรียนรู้เข้าใจถึงสภาพอารมณ์ของตน ดังนั้นบิดามารดา ซึ่งเป็นผู้ที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นจะต้องเรียนรู้และเข้าใจถึงลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นเพื่อจะได้ช่วยเหลือชี้แนะ ประคับประคองให้วัยรุ่นได้พัฒนาสภาพจิตใจและอารมณ์ให้ไปสู่ความมีวุฒิภาวะ เพื่อจะได้พัฒนาตนเองไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีความมั่นคงทางจิตใจ มีเจตคติที่ดีต่อผู้อื่นและสังคม มีทักษะในการเข้าสังคม ตลอดจนสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

3. พัฒนาการทางด้านสังคม

การที่วัยรุ่นจะปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ตั้งขึ้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในวัยเด็ก และอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ความสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ตลอดจนความสามารถและมีทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ วัยรุ่นจะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับปัจจัย 2 ประการคือ

3.1 ประสบการณ์ในวัยเด็ก ซึ่งสังคมของเด็กเล็ก ๆ ก็คือครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู และความสัมพันธ์ที่เด็กได้รับจากบิดามารดา เด็กจะจดจำและเลียนแบบทำตามอย่างบิดามารดา ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกที่จะเตรียมเด็กให้ได้รับประสบการณ์ทางสังคมที่ดี การอบรมสั่งสอนให้เด็กได้เรียนรู้พฤติกรรมทางสังคม แนวทางการอยู่ร่วมกัน รู้จักเคารพกฎระเบียบ สิทธิ ของตนเองและของผู้อื่น ตลอดจนเรียนรู้เจตคติค่านิยม และพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกในสังคมของตน ทั้งนี้เพื่อนำประสบการณ์ที่ได้รับมาใช้เป็นแนวทางในการปรับตัวเพื่ออยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม

3.2 อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน วัยนี้มีความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนมากกว่าบุคคลในวัยอื่น ๆ การรวมกลุ่มในวัยรุ่นตอนต้นจะเป็นเพื่อนเพศเดียวกัน ส่วนเด็กหญิงจะเริ่มสนใจเด็กชาย และทำทุกอย่างเพื่อเรียกร้องความสนใจ แต่เด็กชายจะยังเฉยอยู่ในวัยรุ่นตอนกลางเด็กชายจะเริ่มสนใจเด็กหญิง บางคนมีความสัมพันธ์สนิทสนมกับเพศตรงข้าม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายวัยรุ่นชายหญิงจะเริ่มจับกันเป็นคู่ ๆ การรวมกลุ่มในรูปแบบต่าง ๆ นี้จะช่วยให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ระเบียบกฎเกณฑ์ของกลุ่ม ซึ่งจะช่วยพัฒนาทักษะในการเข้าสังคม ช่วยกันแก้ปัญหาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกที่มีต่อกัน ตลอดจนการแสดงออกของพฤติกรรมทางสังคมของวัยรุ่นด้วย วัยรุ่นส่วนใหญ่จะเลือกคบเพื่อนที่มีฐานะ สติปัญญาในระดับเดียวกับมีลักษณะอารมณ์ความต้องการและความสนใจคล้ายกัน ซึ่งเพื่อนจะต้องเป็นผู้ที่วัยรุ่นไว้วางใจได้ นิ่งพาคาศัยได้

ไรส์แมน (Riesman อ้างในสุพิตรา สุภาพ 2519 : 67-71) กล่าวว่าอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนจะสอนให้วัยรุ่นเรียนรู้จักกฎเกณฑ์และต้องรักษากฎระเบียบจึงจะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ การรวมกลุ่มทำให้วัยรุ่นมีความกล้ามากขึ้น กล้าทดลอง กล้าขัดแย้ง ลองตีกับผู้ใหญ่ บางครั้งกลุ่มอาจมีอิทธิพลกำหนดให้วัยรุ่นทำตามมติของกลุ่มโดยไม่คำนึงถึงความถูกต้อง เช่น การยกพวกตีกัน หน้าโรงเรียน ติดสารเสพติด

ดังนั้น บิดามารดาพึงตระหนักถึงความสำคัญของกลุ่มเพื่อนในวัยรุ่น ซึ่งกลุ่มเพื่อนที่ดีจะเป็นชุมพลังและมีแรงผลักดันให้วัยรุ่นกระทำในสิ่งที่สร้างสรรค์เกิดประโยชน์ ส่วนการคบเพื่อนต่างเพศในวัยรุ่นตอนปลายนั้นวัยรุ่นจะมีความกังวลและลำบากใจในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนต่างเพศ ซึ่งอาจจะอยู่ในฐานะเพื่อนฝูง หรือคู่สมรสในอนาคต บิดามารดาไม่ควรขัดขวางหรือเข้มงวดกับการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นเรื่องรักใคร่เป็นเรื่องที่ไม่จริงจังมากนัก ถ้าหากบิดามารดาที่ไม่เข้าใจแล้วกีดกันขัดขวางก็จะกลายเป็นแรงผลักดันให้วัยรุ่นหลบซ่อนมาพบกัน โดยที่บิดามารดาไม่รู้ และอาจจะประหลาดผิดทางเพศได้ เพราะฉะนั้นการปลูกฝังความคิดเจตคติในการคบเพื่อนต่างเพศ การวางตัวกับเพื่อนต่างเพศอย่างเหมาะสมจึงเป็นสิ่งจำเป็น เพราะปัจจุบันอิทธิพลของเอกสารสิ่งพิมพ์ภาพยนตร์ วิทยุทัศน์ ล้วนมีอิทธิพลต่อการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น อรพินธ์ สิงหเดช (2525) กล่าวว่า วัยรุ่นของไทยเริ่มมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังน้อย ซึ่งวัยรุ่นจะใช้ประสบการณ์ใหม่ เป็นการหนีออกไปจากสิ่งที่ขัดขวางบีบบังคับ เป็นการแสดงออกซึ่งความเป็นอิสระ ดังนั้นบิดามารดาหรือผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นจะต้องเข้าใจสามารถชี้แนะแนวทางที่ถูกที่ควรเพื่อให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ชีวิต เข้าใจตนเอง และมีประสบการณ์ทางสังคมที่ดีต่อไป

4. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

สติปัญญาหรือการรู้จักคิด ประกอบด้วย การรับรู้ การจำ รู้จักคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ สามารถใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา ประเมินผลความคิดอ่านของตนเองและของผู้อื่น ตลอดจนสามารถคิดในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ความคิดฝัน จินตนาการ คิดแบบรูปธรรม นามธรรม และคิดในสิ่งที่สลับซับซ้อนมากยิ่งขึ้น พัฒนาการทางด้านสติปัญญาจะเจริญพัฒนาควบคู่กันไปพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจของบุคคล ซึ่งระดับความสามารถทางสติปัญญาจะดำเนินไปตามขั้นตอนของพัฒนาการทางสติปัญญา

เพียเจท์นักจิตวิทยาชาวสวิสได้ศึกษาและแบ่งขั้นตอนของพัฒนาการทางสติปัญญาออกเป็น 4 ขั้น ดังนี้ คือ (จรรยา สุวรรณทัต 2527 : 152-155)

ขั้นที่ 1 การใช้ประสาทสัมผัสและกล้ามเนื้อ (Sensorimotor Stage) พบในเด็กอายุแรกเกิดถึง 2 ปี เด็กจะเรียนรู้โลกและสิ่งแวดล้อม ด้วยการใช้นิ้วสัมผัสและการเคลื่อนไหวเพื่อจะรับรู้เรียนรู้จักตนเองและสิ่งแวดล้อมให้มากขึ้น

ขั้นที่ 2 เริ่มคิดเริ่มเข้าใจ (Pre operational thought stage) แบ่งเป็นชั้นย่อย ๆ 2 ชั้น คือ

2.1 ขั้นคิดเบื้องต้น (Pre-operational) พบเมื่อเด็กอายุราว 2-4 ปี ลักษณะสำคัญของพัฒนาการ คือการคิดเอาแต่ใจตัวเอง ไม่เข้าใจความคิดของผู้อื่น รู้จักใช้สัญลักษณ์ซึ่งเป็นลักษณะพัฒนาการใหม่ จิตใจของเด็กมีการยึดหยุ่นขึ้น ใช้การเล่น และภาษาสื่อความหมายกับผู้อื่นได้ แต่ในขั้นนี้เด็กจะยังรู้สึกยุ่งยากในการแบ่งประเภทของวัตถุ เด็กจะเห็นความเหมือนของวัตถุมากกว่าความแตกต่าง จะเห็นว่าสิ่งที่เคลื่อนไหวนั้นเป็นสิ่งมีชีวิต

2.2 ขั้นคิดออกเองโดยไม่ต้องมีเหตุผล (Intuitive) เกิดขึ้นกับเด็กอายุ 4 ถึง 7 ปี เด็กจะแยกความจริงในสิ่งที่เกิดขึ้นในธรรมชาติ มีความคล่องแคล่วในการคิดอ่านในแง่มุมต่าง ๆ เช่น การเปรียบเทียบโดยขนาด จำนวนนับ การแบ่งประเภทสภาวะของน้ำหนักและปริมาตรของสสาร การรู้จักคิดของเด็กจะพัฒนาจากการใช้ประสาทสัมผัสเพื่อการรับรู้และเคลื่อนไหวมาสู่การสร้างความคิดความเข้าใจในสมอง สามารถพิจารณาและเข้าใจการกระทำของสิ่งต่าง ๆ โดยไม่ต้องอาศัยการจับต้องมองเห็นเหมือนแต่ก่อน

ขั้นที่ 3 การใช้ความคิดทางรูปธรรม (Concrete operational stage) อยู่ในช่วงอายุ 7-12 ปี เด็กสามารถคิดได้อย่างมีเหตุผล มีความคิดเป็นอิสระ สามารถใช้สัญลักษณ์ภาษาได้ถูกต้องกว้างขวาง รู้จักแบ่งแยก จัดหมวดหมู่ และลำดับของสิ่งของต่าง ๆ คิดย้อนกลับแล้วสามารถรู้จักคิดแก้ปัญหาโดยอาศัยเหตุผลทางสติปัญญาอธิบายการกระทำต่าง ๆ ของสิ่งแวดล้อมได้

ขั้นที่ 4 ใช้ความคิดเชิงนามธรรม (Formal operational stage) เกิดขึ้นตั้งแต่อายุ 12 ปีขึ้นไป พัฒนาการขั้นนี้จัดเป็นพัฒนาการรู้จักคิดขั้นสูงสุดของมนุษย์ ซึ่งจะสามารถคิดโดยไม่ต้องอาศัยวัตถุเป็นสื่ออีกต่อไป การที่บุคคลจะสามารถรู้จักคิดแบบนามธรรมนี้ได้ เขาจะต้องมีความสามารถในการคิดตามขั้นต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วทั้งหมดเสียก่อน และที่สำคัญคือจะต้องสามารถคิดรวบยอดได้ รู้จักคิดในเชิงวิเคราะห์ สังเคราะห์ ตีความหมาย และทดสอบข้อสมมติฐานใน

การคิด ซึ่งเป็นการคิดที่มีคุณภาพ ประกอบด้วยเหตุผลการใช้สติปัญญาในการแก้ปัญหาหรือการกระทำของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างสลับซับซ้อนได้อย่างรอบคอบในแง่มุมต่าง ๆ

ส่วนเจโรม บรูเนอร์ (Bruner) อ้างในจรรยา สุวรรณทัต 2527 : 156) ได้ศึกษาพัฒนาการรู้คิดของมนุษย์โดยมองเห็นโครงสร้างของการคิดของมนุษย์ว่ามีการเปลี่ยนแปลงทางด้านคุณภาพขณะที่เกิดการพัฒนา และเห็นว่าพัฒนาการรู้คิดนี้จะดำเนินไปตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นตัวแทนการกระทำ (Enactive Stage) เทียบได้กับขั้นที่ 1 ของเพียเจต์ เด็กจะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากการกระทำด้วยตนเอง โดยอาศัยวัตถุเป็นสื่อสำคัญที่จะช่วยให้เด็กสะสมข้อมูลไว้ในความคิดของตน ความจำที่เด็กมีเป็นความจำที่เกิดขึ้นจากการกระทำ

ขั้นที่ 2 ขั้นตัวแทนความจำทางสายตาหรือการรับรู้ (Iconic Stage) ซึ่งตรงกับขั้นที่ 2 ของเพียเจต์ เด็กมีพัฒนาการและการใช้จินตนาการ การรู้คิดขั้นนี้ต้องอาศัยการรับรู้ข้อมูลทางสายตาหรือประสาทสัมผัสเป็นสิ่งสำคัญ เด็กเกิดการจำจากการเห็นหรือการรับรู้ทางประสาทสัมผัส

ขั้นที่ 3 ขั้นตัวแทนสัญลักษณ์ (Symbolic Stage) เป็นพัฒนาการของสติปัญญาขั้นสุดท้ายตามแนวคิดของบรูเนอร์ ในขั้นนี้เด็กจะใช้ภาษาในการพัฒนาการรู้คิดของตน โดยใช้ภาษาเพื่อสัมพันธ์สิ่งที่เป็นจริงกับสิ่งที่เป็นนามธรรม

พรณี แสงชูโต (2528 : 44) กล่าวว่า การเรียนรู้ในวัยเริ่มแรกของชีวิตจะเป็นพื้นฐานจำเป็นสำหรับพัฒนาการในขั้นต่อ ๆ ไป โดยเฉพาะใน 5 ขวบเป็นแรก การเรียนรู้ของชีวิตจะแตกต่างกับการเรียนรู้ในระยะหลัง ๆ ทั้งนี้เนื่องจากพัฒนาการของสติปัญญาของเด็กจะพัฒนาเป็นครึ่งหนึ่งของผู้ใหญ่เมื่ออายุได้ 4 ปี และจะมีพัฒนาการถึงร้อยละ 80 เมื่ออายุ 8 ปี หลังจากนั้นพัฒนาการทางสติปัญญา ความสามารถจะเพิ่มขึ้นได้อีกเพียงร้อยละ 20

เฮน ไคน์ด (อ้างใน พรณี รามสูตร 2528 : 42) ได้กล่าวถึงความสามารถทางสติปัญญาของวัยรุ่นเริ่มมีความคิดส่วนตัวที่เก็บไว้เป็นความในใจเฉพาะตน ไม่เปิดเผยให้ใครรู้ และช่วงวัยรุ่นนี้ยังเกิดความเข้าใจว่าความคิดเห็นของเขาเป็นเรื่องเฉพาะตน เมื่อเขาพูดคุยกับคนอื่นวัยรุ่นบางคนจึงสามารถพูดในสิ่งที่ไม่ตรงกับความคิดของเขาเองได้ ซึ่งจากจุดนี้แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการทางสติปัญญามีผลคาบเกี่ยวไปสู่พัฒนาการทางสังคม

สุชา จันทรเอม (2528 : 23-24) ได้กล่าวถึงลักษณะพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นว่าเป็นวัยที่มีความจำดีมาก แต่วัยรุ่นมักไม่ค่อยใช้ความจำของตนให้เป็นประโยชน์เพราะต้องใช้ความคิดในการแสดงความคิดเห็นในด้านต่าง ๆ ที่กว้างขวาง มีสมาธิไม่ทอดทิ้ง ความเชื่อมั่น

ต่าง ๆ เป็นไปอย่างรุนแรง จริงจัง ทลวงไหล ซึ่งอาจจะเกิดผลเสียตามมาได้ มีความคิดลึกซึ้ง กว้างขวาง มีเหตุผล สามารถวิเคราะห์ปัญหาได้หลายแง่มุมมีความคิดยืดหยุ่นและเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้ดีกว่าเด็ก มีจินตนาการมากโดยเฉพาะเรื่องความรักและความสำเร็จในชีวิต อนาคตของตนเอง ถ้าไม่ได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องก็จะทำให้วัยรุ่นเกิดความฉลาดไม่กล้าที่จะเผชิญกับปัญหาอุปสรรค แต่ถ้าได้รับคำแนะนำที่เหมาะสมช่วยส่งเสริมความมั่นใจและบุคลิกภาพของวัยรุ่นให้ดีขึ้น

สรุปได้ว่า ในระยะวัยรุ่นเด็กจะมีความสามารถต่าง ๆ เพิ่มขึ้นหลายอย่าง สามารถใช้ความคิดได้อย่างอิสระเสรีกว้างขวางลึกซึ้ง รูปแบบการคิดของวัยรุ่นจะแตกต่างไปจากวัยเด็ก สามารถคิดได้ในเชิงรูปธรรม นามธรรมและคิดเองหรือคิดร่วมกับผู้อื่นได้ ทั้งรู้จักสังเกตความคิดและความรู้สึกที่คนอื่นมีต่อตัวเองชัดเจนขึ้น มีการเรียนรู้วิธีดำเนินการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ยุ่งยาก ซับซ้อนลึกซึ้งกว้างขวางขึ้น ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาทางด้านสติปัญญาและการรู้จักคิดของวัยรุ่น จึงเป็นเรื่องสำคัญอีกประการหนึ่งที่บิดามารดา ผู้ปกครองหรือผู้ที่เกี่ยวข้องต้องพยายามศึกษาหาความรู้และเข้าใจธรรมชาติของเด็กเพื่อจะได้จัดสรรสภาพแวดล้อมทั้งที่บ้านและโรงเรียน ให้เอื้อต่อการเรียนรู้และหาประสบการณ์ที่ตีมีประโยชน์ได้เหมาะสมสอดคล้องต่อเนื่องกัน เพื่อจะได้ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสติปัญญาและคุณภาพในการรู้จักคิดของวัยรุ่นให้ตีมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งคุณภาพที่ดีของการรู้จักคิด ในวัยรุ่นจะเป็นเครื่องชี้บอกถึงคุณภาพของประชากรที่จะเป็นผู้ใหญ่ในสังคมต่อไปในอนาคต

5. พัฒนาการทางด้านบุคลิกภาพและการยอมรับตนเอง

บุคลิกภาพเป็นผลรวมของความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง โดยประเมินจากความคิดของตนกับความเข้าใจหรือความรู้สึกที่เจ้าตัวคิดว่าผู้อื่นมีต่อตน เป็นลักษณะและพฤติกรรมเฉพาะตัวที่บุคคลแสดงออกหรือตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม หรือบุคลิกภาพเกิดจากการผสมผสานขององค์ประกอบด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญาและสังคม ซึ่งสิ่งแวดล้อมทางสังคม โดยเฉพาะบุคคลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องมีอิทธิพลอย่างมากต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคล

เฮอร์ล็อก (Hurlock) ได้แบ่งส่วนประกอบของบุคลิกภาพของบุคคลออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ มโนภาพแห่งตน (Self Concept) และลักษณะนิสัย (trait) ซึ่งองค์ประกอบทั้งสองส่วนนี้มีความสัมพันธ์เป็นเหตุเป็นผลกัน เปรียบเสมือนวงล้อ โดยมีมโนภาพแห่งตนเป็นแกนและมีลักษณะนิสัยเป็นซี่ล้อ ดังรูปที่ 1



รูปที่ 1 มโนภาพแห่งตนและลักษณะนิสัย

มโนภาพแห่งตน (Self Concept) หมายถึง การที่บุคคลเกิดการรับรู้ หรือมีความรู้สึก เจตคติต่อตนเองว่าเป็นคนอย่างไร มีความสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างไร เป็นความคิดของคนที่เกี่ยวข้องกับตนเอง เจอร์ซิล (Jersild 1975) กล่าวว่าคนที่มโนภาพแห่งตนมากเท่าใดก็จะรู้จักสภาพที่เป็นจริงของตนมากขึ้นเท่านั้น รู้จักเหตุและผลของพฤติกรรมที่ตนกระทำ ตลอดจนสามารถรับรู้สภาพแวดล้อมรอบตัวว่าเป็นอย่างไร

ดังนั้นมโนภาพแห่งตน จึงเป็นผลรวมของความคิด ความรู้สึก ทัศนคติเกี่ยวกับตัวเอง มโนภาพแห่งตนนี้แบ่ง ได้เป็น 2 ส่วน คือตัวตนภายนอกและตัวตนภายใน

ตัวตนภายนอก ได้แก่ส่วนประกอบต่าง ๆ ที่เป็นรูปร่างหน้าตา หรือบุคลิกที่มองเห็น จากภายนอก วัยรุ่นจะรู้สึกว่าตัวตนภายนอกคือรูปลิขิตหรือการแต่งกาย กิริยาท่าทางว่ามีความสำคัญและให้ความสนใจส่วนนี้มากและมักเกิดปัญหาถามตัวเองอยู่เสมอว่า "ฉันเป็นคนชนิดใด" "ฉันดีหรือเลวกว่าคนอื่นไหม" "ใคร ๆ ชอบหรือเกลียดฉันบ้าง" ความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้จะทำให้วัยรุ่นเริ่มรู้จักตัวเองและพยายามปรับปรุง เปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของตนให้เป็นที่ยอมรับของตน และของผู้อื่น วัยรุ่นที่ยอมรับตนเอง ยอมรับจุดดีเด่นหรือข้อบกพร่องของตน ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากพัฒนาการในด้านต่าง ๆ วัยรุ่นพวกนี้มักปรับตัวได้ดี สามารถดำเนินชีวิตผ่านปัญหาและอุปสรรค เจริญเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่ติดต่อไป ในทางตรงกันข้ามวัยรุ่นที่ปฏิเสธตัวเอง ดิเตียนตนเอง มองไม่เห็นคุณค่าของตนเอง รู้สึกมีมด้อยไม่มีความสุขทางออกหรือแก้ปัญหาไม่ได้หรือแก้ได้ในทางที่ไม่ถูกต้อง ก็อาจจะทำให้มีปัญหาด้านจิตใจ อารมณ์ และความประพฤติดามมา

ตัวตนภายใน ได้แก่ส่วนที่เรียกว่าจิต เป็นที่ตั้งของความรู้ ซึ่งแบ่งเป็นความรู้สึก รู้ตัว รู้คิด รู้แจ้ง หรือการรับรู้ ตัวตนภายในเป็นส่วนที่มองไม่เห็น ส่วนของจิตนี้จะบงการการกระทำ

ของตัวตนภายนอกให้กระทำทั้งในทางที่ดีและไม่ดี มโนภาพของตัวตนส่วนนี้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของการเรียนรู้และสิ่งแวดล้อมเป็นส่วนใหญ่

รัชนี ลาชโรจน์ (2528 : 252) ได้แบ่งมโนภาพแห่งตนออกเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้

1. ตนตามอรรถภาพ (Actual Self) ได้แก่ตัวตนที่บุคคลประเมินหรือเชื่อว่าตนเป็นคนชนิดใด มีความนึกคิดในการดำรงชีวิตอย่างไร มีความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างไร เช่น การประเมินว่าตนเป็นคนเก่ง ฉลาด ชี้เกียจ สุจริต ทุจริต ซึ่งความเชื่อถือหรือการประเมินตนในลักษณะนี้จะมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลเป็นอย่างมาก

2. ตนตามอุดมคติ (Self Ideal) เป็นตัวตนที่ยึดมั่นในจริยธรรม คุณงามความดี เป็นตัวตนที่อยากเป็น และมักจะกำหนดไว้ว่าตนควรประพฤติปฏิบัติอย่างไรจึงจะถูกต้อง ซึ่งตัวตนตามอุดมคตินี้เกิดจากการอบรมสั่งสอนให้รู้จักผิดชอบชั่วดี ถ้าปฏิบัติตนได้ตามอุดมคติบุคคลจะรู้สึกภาคภูมิใจ ชื่นชมตัวเอง แต่ถ้าปฏิบัติไม่ได้จะเกิดความท้อแท้ เสียใจ เกลียดชังตัวเอง เด็กที่ไม่ได้รับการอบรมสั่งสอนตั้งแต่เล็กมักไม่มีตนตามอุดมคติ มักกลายเป็นคนมีปัญหามากเมื่อโตขึ้น

3. ตนตามความต้องการของสังคม (Public Self) เป็นตัวตนที่ขึ้นอยู่กับความนิยม ความเชื่อและการกำหนดให้ของสังคม หรือเป็นตัวตนที่คนอื่นต้องการให้เป็น ซึ่งตัวตนตามความต้องการของสังคมเป็นส่วนที่ตกทอดยกระตุณให้คนเราพยายามสร้างบุคลิกภาพ ให้สอดคล้องกับความนิยมชมชอบของผู้อื่น เป็นบุคลิกที่ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง แต่ปรุงแต่งออกมาตามความต้องการของสังคมเท่านั้น

ในวัยรุ่นที่มีมโนภาพแห่งตนทั้งสามอย่างนี้แตกต่างกันมาก มักเกิดความขัดแย้งขึ้นภายในตัวและมีปัญหาทางด้านบุคลิกภาพตามมา ในวัยเด็กมโนภาพแห่งตนยังไม่คงที่เปลี่ยนแปลงได้ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นค่อนข้างคงที่และอาจเปลี่ยนได้เมื่อสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไป

นอกจากการรับรู้มโนภาพแห่งตนแล้ว สจิวต์และซันเดิน (Stuart และ Sundeen 1983 : 245) ได้กล่าวว่าถึงลักษณะที่คล้ายกับมโนภาพแห่งตนคือ ภาพลักษณ์ (Body Image) ว่าเป็นส่วนรวมของเจตคติของบุคคลที่มีต่อสภาพร่างกายของตน รวมทั้งการรับรู้ในอดีต ปัจจุบัน และความรู้สึกเกี่ยวกับขนาดของร่างกาย ลักษณะรูปร่างที่ปรากฏ การทำหน้าที่และศักยภาพแห่งตน ซึ่งภาพลักษณ์นี้เปลี่ยนแปลงได้ตามการรับรู้และประสบการณ์ใหม่ของคน และกอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล (2525 : 5) ก็ได้เสนอแนวคิดของภาพลักษณ์ที่สอดคล้องกับของสจิวต์ และซันเดินว่าหมายถึงความรู้สึก และเจตคติที่บุคคลมีต่อรูปร่างของตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกหรือเป็นภาพพจน์ที่บุคคลนึกคิด

ขึ้นจากการมองดูรูปร่างลักษณะของตน จากประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาถ้าหากมีการเปลี่ยนแปลง
ภาพลักษณ์ ความรู้สึกและเจตคติของบุคคลก็จะเปลี่ยนตามไปด้วย

ดังนั้น พอสรุปได้ว่า มโนภาพแห่งตนหรือภาพลักษณ์หมายถึง การที่บุคคลเกิดการรับรู้
เกี่ยวกับรูปร่างลักษณะศักยภาพของร่างกาย ความรู้สึก เจตคติที่มีต่อตนเอง และอาจจะเปลี่ยนแปลง
ได้ตามการเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับปฏิกริยาจากบุคคลและสิ่งแวดล้อมของบุคคลนั้น

แม้ว่ามโนภาพแห่งตนหรือภาพลักษณ์จะเป็นปรากฏการณ์ทางด้านจิตใจ แต่ในความเป็น
จริงมโนภาพแห่งตนหรือภาพลักษณ์มิได้เกิดจากองค์ประกอบทางด้านจิตใจอย่างเดียวหากแต่ยังต้อง
อาศัยองค์ประกอบทางด้านสรีรวิทยาและสังคมร่วมไปด้วย

องค์ประกอบทางด้านสรีรวิทยา จะเกี่ยวข้องกับระบบสรีรวิทยาของระบบประสาท โดย
มโนภาพแห่งตนหรือภาพลักษณ์จะถูกบันทึกความทรงจำในรูปแบบของประสบการณ์ต่าง ๆ เก็บสะสม
ไว้ในสมองส่วนนอก (Cerebral Cortex) บริเวณ พาเรียล เทมโพรัล (Parietal -
Temporal areas)

ส่วนองค์ประกอบทางด้านสังคม เป็นปฏิกริยาของบุคคลสิ่งแวดล้อมที่สะท้อนความรู้สึกนึก
คิดความเห็นที่มีต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นทำให้วัยรุ่นรับรู้ถึงมโนภาพแห่งตน หรือภาพลักษณ์บุคคลรอบ
ข้างที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมากที่สุดคือ บิดา มารดา กลุ่มเพื่อน ครู และบุคคลในสังคม รวมทั้งมาตรฐาน
ของสังคม ขนบธรรมเนียมประเพณี ศาสนาก็มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนของบุคคลด้วย

ในวัยรุ่นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตนก็คือ การเจริญเติบโต
และการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ขณะนี้เด็กหญิงจะโตเร็วและสูงเร็วกว่าเด็กชาย ผลของ
การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ทำให้วัยรุ่นรู้สึกกังวลและให้ความสนใจต่อสภาพร่างกาย รูปร่าง
ใบหน้า ตลอดจนเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่จะช่วยเรียกร้องหรือดึงความสนใจจากเพศตรงข้ามได้
นอกจากสิ่งที่กล่าวมาแล้ว แมรี โอ เดมพ์ซี (Mary O. Dempsey 1972 : 609-615) ยังกล่าวว่า
ความสัมพันธ์ในหมู่เพื่อนมีความสำคัญอย่างมากต่อการรับรู้มโนภาพแห่งตนของวัยรุ่น เพราะกลุ่มจะ
สนใจความคล้ายคลึงหรือความแตกต่างของเพื่อนในกลุ่ม คนไหนที่มีบุคลิกภาพหรือพฤติกรรมต่าง
ต่างจากเพื่อนในกลุ่มจะถูกมองและถูกปฏิเสธจากกลุ่ม ทว่าเป็นแกะดำ ซึ่งความรู้สึกที่เกิดกับวัย
รุ่นที่กลุ่มไม่ยอมรับนั้นจะทำให้เขารู้สึกมีปมด้อยมาก และการวิจัยของว็สรี ฐุธรรม (2528 :
282-283) ก็พบว่าวัยรุ่นที่ถูกเพื่อนล้อเลียนในด้านรูปร่างหน้าตา ความเป็นชายสมส่วน จะมีความ
กดดันทางอารมณ์และมีความเครียดสูงมากกว่าปัญหาอื่น ๆ เพราะความรู้สึกนี้ทำให้วัยรุ่นรู้สึกมีปมด้อย

ส่วนลักษณะนิสัย (Traits) นั้นคือพฤติกรรมทั้งทางกายหรือวาจาที่บุคคลแสดงออกบ่อย ๆ เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละคน มีต้นกำเนิดมาจากมโนภาพแห่งตน ตูจดังซีลล็อกที่แยกกระจายออกจากดุมล้อยันไค์นั้น ลักษณะนิสัยขึ้นอยู่กับการอบรมสั่งสอนของบิดามารดา และผู้ที่เกี่ยวข้อง ช่วยกันขัดเกลาและพัฒนาลักษณะนิสัยให้เป็นที่ยอมรับของสังคม เมื่อปฏิบัติแล้วเกิดผลดีกับตนและพัฒนาขึ้นเป็นบุคลิกภาพเฉพาะตนของบุคคล

เฮอร์ลิค (Hurlock) เชื่อว่าบุคลิกภาพที่พัฒนาขึ้นแล้วในวัยเด็กไม่ว่าจะเป็นในลักษณะใด ค่อนข้างจะคงที่และเปลี่ยนแปลงยาก อย่างไรก็ตาม บุคลิกภาพอาจเปลี่ยนแปลงในระยะหลังได้บ้าง เมื่อมีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นในชีวิตซึ่งมีผลทำให้มโนภาพแห่งตนเปลี่ยนไป และเจ้าตัวมีความปรารถนาที่จะเปลี่ยนแปลงลักษณะนิสัย

ส่วนนักจิตวิทยาอีกกลุ่มอื่นเชื่อว่าบุคลิกภาพเป็นสิ่งยืดหยุ่นเปลี่ยนแปลงได้ตลอดชีวิต โดยถือหลักการที่ว่ามโนภาพแห่งตนได้รับอิทธิพลจากบุคคลอื่นที่มีความสำคัญหรือมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลนั้น เช่น วัยเด็ก บิดามารดาที่มีความสำคัญ วัยรุ่น เพื่อน และครูที่มีความสำคัญ การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพมักเป็นไปตามรูปแบบหรืออิทธิพลของบุคคลแวดล้อมที่มีความสำคัญต่อตัววัยรุ่น

นอกจากนี้วัยรุ่นยังเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางกาย โดยเฉพาะเรื่องพัฒนาการทางด้านเพศซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเรื่องพัฒนาการทางสังคมตามมา ความสนใจของวัยรุ่นที่จะเปลี่ยนจากกลุ่มคนที่อยู่ในครอบครัวไปสู่เพื่อน ครู และบุคคลอื่นในวงสังคม ประกอบกับวัยรุ่นต้องการพิสูจน์ความสามารถในการพึ่งพาตนเอง ต้องการความเป็นอิสระจากผู้ใหญ่ แต่ก็ยังต้องพึ่งพาผู้ใหญ่ในด้านเศรษฐกิจและกฎหมายวัยรุ่นยังต้องการความรัก ความอบอุ่น ต้องการให้ผู้ใหญ่เข้าใจ เห็นใจ ในสถานแห่งความสับสนวุ่นวายนี้ทำให้วัยรุ่นต้องการค้นหาเอกลักษณ์ของตน เพื่อให้รู้แจ้งว่าตนเป็นใคร มีความสามารถอะไรแค่ไหน และจะดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด มีความสนใจ มีรสนิยม มีความถนัดไปทางใด การพัฒนาบุคลิกภาพในส่วนที่เป็นการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนี้ มีพื้นฐานมาจากพัฒนาการความไว้วางใจ ในวัยทารกและพัฒนาการอีกหลายขั้นในวัยเด็ก (Erikson อ้างในสุวิทนา อารีพรรค 2524 : 26-27) ซึ่งมีผลต่อมโนภาพแห่งตนของเด็ก ถ้าพัฒนาการในการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองเกิดขึ้นอย่างสมบูรณ์ มีความผสมผสานกลมกลืนระหว่างความรู้สึก ความต้องการ ความสามารถ การแสดงออก และรู้ว่าตัวเองเหมาะสมกับอะไร ในแต่ละสภาวะก็จะทำให้วัยรุ่นมีความเชื่อมั่นในตัวเอง ทั้งในบทบาทและการกระทำรวมทั้งจะก้าวไปสู่พัฒนาการบุคลิกภาพในขั้นต่อไป แต่ถ้าพัฒนาการในการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตนไม่เกิดหรือเกิดขึ้นอย่างไม่สมบูรณ์

วัยรุ่นก็จะรู้สึกสับสนไม่แน่ใจในตัวเอง รู้จักชีวิตต้น ๆ ผิวเผิน ซึ่งจะนำไปสู่บุคลิกภาพที่เป็นปัญหา
 ในขั้นต่อไป ดังนั้นการวางพื้นฐานบุคลิกภาพที่ดีให้แก่เด็กในระยะต้นของชีวิต โดยเฉพาะการพัฒนา
 มโนภาพแห่งตน ให้มั่นคง เป็นจริงและสอดคล้องกันกับตนตามอัตภาพ ตามตามอุดมคติ ตามตาม
 ความต้องการของสังคมจะช่วยให้วัยรุ่นมีพัฒนาการทางบุคลิกภาพได้เหมาะสม สามารถปรับตัวเข้า
 กับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดี

6. การพัฒนาค่านิยมและอุดมคติ

ค่านิยม (Value) เป็นสิ่งที่สังคมพิจารณาเห็นว่าควรแก่การกระทำ ควรแก่การ
 ประพฤติปฏิบัติ น่ายกย่องเชิดชู ค่านิยมจึงเป็นสิ่งกำหนดรูปแบบความประพฤติ อุปนิสัย ทัศนคติที่
 สังคมทั่วไปยกย่องและพึงปรารถนา ค่านิยมอาจจะเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพแวดล้อมทางสังคมและ
 วัฒนธรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

การสร้างหรือพัฒนาค่านิยมของบุคคลให้เข้ากับสังคมและวัฒนธรรมนั้นเริ่มตั้งแต่วัยเด็กมี
 ครอบครัว โดยเฉพาะบิดามารดา ปู่ย่า ตายาย เป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการที่จะปลูกฝังค่านิยม
 สำคัญ ๆ ของสังคมให้กับเด็ก และเมื่อเติบโตขึ้นครู อาจารย์ก็มีบทบาทสำคัญในการปลูกฝังค่านิยม
 ต่าง ๆ ให้สอดคล้องกัน นอกจากการอบรมสั่งสอนทั้งในบ้าน ในโรงเรียน และในสังคมแล้ว แบบ
 อย่างที่เด็กได้เห็น ได้สัมผัส อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนยังมีผลต่อการพัฒนาค่านิยมของวัยรุ่นด้วย

อุดมคติ เป็นความปรารถนาหรือเป็นปฏิธานอย่างมุ่งมั่นที่ต้องการให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เกิด
 แก่ตนเอง ครอบครัว สังคม ชชาติ บ้านเมือง หรือกว้างไกลออกไปถึงโลก นิทานอันเป็นอุดมคติ
 ของวัยรุ่นจะดีหรือไม่ดี ต้องอาศัยพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูและการกล่อมเกลาจากบิดา มารดา
 ผู้เกี่ยวข้อง ตลอดจนสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ที่วัยรุ่นได้รับ โดยทั่วไปวัยรุ่นจะยอมรับ
 ยกย่องบูชาคนเก่ง คนดัง เมื่อบูชาแล้วก็ยึดถือเป็นแบบอย่าง ถ้าหากการยกย่องยอมรับบูชาไม่มี
 การพิจารณาไตร่ตรองในเหตุผล ความควรไม่ควร ความถูกต้อง ก็จะทำให้วัยรุ่นกระทำและ
 ประพฤติในสิ่งผิด ๆ ได้

ในการเตรียมวัยรุ่นให้สามารถรับสภาพความเป็นผู้ใหญ่ที่ดีและมีประสิทธิภาพจะต้องคำ
 นึงถึงค่านิยมอุดมคติที่วัยรุ่นได้รับการถ่ายทอดมาจากบิดามารดา และเปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้แสวง
 หาและเลือกสรรค่านิยมอุดมคติที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาตนเองและสังคม โดยมีผู้ใหญ่เป็นผู้ชี้
 แนะ ช่วยเหลือ ปรึกษาประคองให้วัยรุ่นได้เรียนรู้และพัฒนาค่านิยมอุดมคติต่าง ๆ ของตนซึ่ง

ค่านิยมอุดมคติที่ควรปลูกฝังและสร้างเสริมให้เกิดแก่วัยรุ่น คือ

1. ค่านิยมส่วนบุคคล เป็นค่านิยมที่มองตนเองว่าตนเองมีคุณค่า (Self worth) ค่านิยมนี้ควรได้รับการปลูกฝังสร้างเสริมให้เกิดขึ้นในวัยรุ่นอย่างยิ่ง เพราะในระยะวัยรุ่นเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทุกด้าน ประสบการณ์และการเรียนรู้ที่ได้รับอาจจะทำให้เกิดความรู้สึกไม่สมหวัง ทำให้วัยรุ่นคิดว่าตนเองมีไม่ด้อย ขาดความสามารถ หรือประเมินตนเองผิด ๆ บิดามารดาจะต้องดูแล เอาใจใส่ในความรู้สึกและพยายามเปิดโอกาสในวัยรุ่นได้พบตัวเองในด้านความรู้ ความสามารถ ความถนัด จุดดี จุดด้อยในตัว เพื่อจะได้ปรับปรุงและพัฒนาสร้างเชื่อมั่นในตัวเองให้มากขึ้น

2. ค่านิยมทางศาสนาและจริยธรรม วัยรุ่นจะต้องประพฤติปฏิบัติให้อยู่ในกรอบแห่งศาสนาและจริยธรรมของสังคม เลือกประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ดีงาม ทำให้สังคมเกิดความสันติสุข ตลอดจนรู้จักควบคุมรักษาระเบียบวินัยภายในตน มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน

3. ค่านิยมในการมุ่งความสำเร็จและการมีสัมฤทธิ์ผล ในหน้าที่การงาน การเรียน การประกอบอาชีพ การดำรงชีวิตด้วยความพากเพียรพยายาม เอาชนะปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ถ้าหากวัยรุ่นมีปัญหาและอุปสรรคจะทำให้วัยรุ่นเกิดความท้อถอยและผิดหวัง ได้มากกว่าวัยรุ่นอื่น ๆ

4. ค่านิยมและทัศนคติต่ออาชีพหน้าที่การงานในอนาคต ต้องพิจารณาตามความสามารถ ความถนัด และได้รับการยอมรับจากสังคม และที่สำคัญคือการปลูกฝัง ไม่ให้วัยรุ่นถูกเหยียดหยาม อาชีพสุจริตอื่น ๆ ที่ใช้แรงงานหรือสติปัญญาต่างกัน

ชฎาพร นัชรัชเจียร (2524) ได้ศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมของนักเรียนมัธยมในกรุงเทพมหานคร 8 แห่ง ผลการศึกษาพบว่า การเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมระหว่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายพบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายมีความคิดเห็นเกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมไม่แตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ 0.05 ส่วนการเคารพอาวุโส การถือพรคถือพวก การตรงต่อเวลา การประหยัคมัธยัสต์ และการนิยมไทยนักเรียนทั้งสองระดับมีความคิดเห็นเกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมแตกต่างกันที่ระดับความมีนัย 0.05 เรื่องการรักอิสระ ความรับผิดชอบ ระเบียบวินัย การบำเพ็ญประโยชน์ และการพึ่งตนเอง พบว่านักเรียนที่บิดามารดามีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ 0.05 และนักเรียนที่บิดามารดามีระดับการศึกษา อาชีพต่างกันจะให้การอบรมเลี้ยงดูบุตรต่างกัน และนักเรียนที่สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อมของโรงเรียน

รวมทั้งช่วงเวลาเฉพาะที่มีการสอนค่านิยมทางสังคมในโรงเรียนที่แตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับค่านิยมทางสังคมไม่แตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ 0.05

จากที่กล่าวมาทั้งหมดสรุปได้ว่าพัฒนาการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นแบ่งออกเป็น 3 ด้านใหญ่ ๆ คือ

1. การปรับตัวในทางที่ดี เช่น เริ่มสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง รู้จักขอบเขตสภาพของตนเองอย่างชัดเจน ยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นได้ วางตัวสมกับเพศของตน สนใจเพื่อนรุ่นเดียวกัน สามารถปลีกตัวจากบิดามารดาหรือพึ่งพาบิดามารดาทางด้านอารมณ์น้อยลง เริ่มทวงโยศก้องนอกจากตัวเอง มีลักษณะเป็นผู้ใหญ่ขึ้นในแง่ของความรู้ลึกนึกคิดและความรับผิดชอบต่อสังคม เริ่มสนใจการเลือกคบเพื่อนและเตรียมตัวเพื่อศึกษาต่อ หรือหาความรู้พื้นฐานในการประกอบอาชีพ เตรียมตัวเพื่อการสมรสและชีวิตครอบครัว (ศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ, 2525 หน้า 35) ความสำคัญของวัยรุ่นในการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีคือการแสวงหาความเป็น "ตน" การแสวงหาเอกลักษณ์แห่งตน เอกลักษณ์แห่งตนจะดีได้ขึ้นอยู่กับภูมิหลังที่มั่นคง คือได้รับการเลี้ยงดูสนับสนุนจากบิดามารดาและประสบความสำเร็จในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง และความสำเร็จนั้นเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติได้อย่างดี จึงทำให้การแสวงหาความเป็น "ตน" (Identity) ประสบความสำเร็จแต่ถ้าภูมิหลังไม่มั่นคงย่อมถูกชักจูงได้ง่ายและก่อให้เกิดปัญหาต่อไป (ประมวล ดิศคิดสัน 2520 : 110) นอกจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงร่างกายอย่างมาก สมองเจริญและพัฒนาเต็มที่ ความคิดอ่านแตกฉาน เข้าใจลึกซึ้ง แต่วัยรุ่นมักสร้างมโนภาพและควาไฝ่ฝันได้ไกล และพร้อมเข้าใจสมมติฐานของทฤษฎีต่าง ๆ แตกต่างกันไปจากวัยเด็ก การปลูกฝังลักษณะที่ดีจึงมีความสำคัญมากในวัยนี้

2. การปรับตัวในทางที่สับสน โดยเฉพาะจิตใจและอารมณ์มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากและไม่คงที่ บุคลิกย่อมเปลี่ยนแปลงตามอารมณ์และต้องปรับตัวมาก วัยรุ่นจะวุ่นวายใจมากเนื่องจากเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ไม่ทราบจะวางตนให้เหมาะสมอย่างไรเพราะจะเป็นเด็กก็ไม่ใช่ ผู้ใหญ่ก็ไม่ใช่ เนื่องจากยังไม่มีประสบการณ์เพียงพอ จึงทำให้มีพฤติกรรมแปลก ๆ (สุชา จันท์เอม และสุรางค์ จันท์เอม, 2521 : 34) วัยรุ่นจึงเป็นวัยที่ตื่นตัวที่สุดเพราะมีการเปลี่ยนแปลงสิ่งใหม่ ๆ เช่น ค่านิยมใหม่ ประสบการณ์ใหม่ โอกาสใหม่ มีความรู้สึกด้านเพศอารมณ์ไม่เป็นสุข ไม่แน่ใจเกี่ยวกับความสามารถ มีความสงสัยตนเอง ต้องการอิสระเป็นตัวของตัวเองกล้าแสดงความคิดเห็นได้แย้ง ไม่ชอบคำสั่งต้องการตัดสินใจด้วยตนเอง แต่อย่างไรก็ตาม

วัยรุ่นก็ยังคงต้องฟังฟังบิดามารดาในด้านการเงินที่อยู่อาศัย อาหาร ตลอดจนความรักความไว้วางใจ จากบิดามารดา การที่วัยรุ่นต้องการฟังตนเอง ตัดสินใจด้วยตัวเอง เช่น ในเรื่องการคบเพื่อน การแต่งกาย ในระยะนี้บิดามารดาอาจจะทำให้เด็กรู้สึกสับสนเพราะบิดามารดาจะเป็นผู้ออกคำสั่ง บังคับให้วัยรุ่นทำตามความต้องการของตน ทำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกขัดแย้งเพราะขัดกับความ ต้องการของตน และรู้สึกสับสนเพราะถ้าไม่ปฏิบัติตามคำสั่งของบิดามารดา ตนก็จะไม่ได้รับความ รักจากบิดามารดา ดังนั้นในระยะนี้บิดามารดาที่ไม่เข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นจะทำให้วัยรุ่นมีความ สับสนมากขึ้น แต่ถ้าบิดามารดาที่มีความเข้าใจในตัววัยรุ่นก็จะช่วยลดปัญหาความขัดแย้ง ความรู้สึก สับสน ของวัยรุ่นให้น้อยลงได้ (Lefrancois Guy R.1974 : 169-170)

3. การปรับตัวในลักษณะหลายอย่างตรงกันข้ามกัน เช่น การเป็นผู้ที่มีอารมณ์อ่อนไหว ง่าย แต่บางครั้งก็เข้มแข็ง มีความเคร่งเครียดในอารมณ์ แต่บางครั้งก็สนุกสนานรื่นเริง ตีใจและ เสียใจ เศร้าซึม ออยากสมาคมกับเพื่อนและเก็บตัว รักและเกลียดง่าย ๆ ฯลฯ ดังนั้น วัยรุ่นจึงมี แนวโน้มที่จะประพฤติในทางที่ดีและไม่ดีได้ง่าย บางครั้งมีสองลักษณะในระยะเวลาที่ใกล้เคียงกัน ซึ่งบิดามารดาและผู้ใหญ่จะต้องเข้าใจและสนับสนุนให้เด็กมีการปรับตัวได้เหมาะสม แอดเลอร์กล่าวว่า วัยรุ่นที่เป็นอันธพาล มาจากครอบครัวที่ตามใจเด็กมากเกินไปหรือจากการถูกทอดทิ้ง ถูกทารุณ ทำให้มีทัศนคติแห่งความแค้นอยู่ตลอดเวลา ในรายที่มีพฤติกรรมเป็นอันธพาล น้อยกว่ากรณีแรก คือเด็กถูกตามใจจนเหลือจนกลายเป็นวัยรุ่นที่ปราศจากความรับผิดชอบเห็นคนอื่นเป็นทาสรับใช้มีบุคลิกประเภทตักตวง (exploitation) เด็กที่ถูกทารุณจะกลายเป็นวัยรุ่นผู้รุกรานข่มเหงผู้อื่น มองโลกในแง่ร้าย และเด็กที่ถูกทอดทิ้งจะกลายเป็นวัยรุ่นที่เก็บตัว ซึ่ฉลาดไม่กล้าเผชิญชีวิต (ประมวล ดิศคิดสัน 2520 : 129)

ความหมายและมโนคติของการรับรู้

ในทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้ นั้น ถือว่าการรับรู้เป็นสภาพทางจิตวิทยา การรับรู้ไม่ใช่เหตุการณ์ที่เห็นได้ เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ซึ่งไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง ในทางจิตวิทยาเห็นว่าการรับรู้เป็นความสัมพันธ์ระหว่างตัวกระตุ้นกับพฤติกรรมการแสดงออก ซึ่งการแสดงออกที่เราจะอ้างนั้นจะรวมถึงการรับรู้ภายในที่เป็นผลเกี่ยวเนื่องกับ การเรียนรู้ ความจำ อารมณ์ และอื่น ๆ ส่วนแนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ ถือว่าการรับรู้เป็นกระบวนการจัดกระทำกับข้อมูล

(Information processing) ที่เกิดขึ้นภายในสิ่งมีชีวิต เป็นแนวทางในการศึกษา ระบบการ จัดกระทำข้อมูลที่มีขีดจำกัดเมื่อข้อมูลถูกป้อนหรือกระตุ้นเข้ามา กระบวนการภายในก็จะดำเนินการ จัดกระทำข้อมูลเหล่านั้น เป็นลำดับหลายขั้นตอน ข้อมูลหรือตัวป้อนเหล่านั้นจะถูกกรองรหัสและเก็บ รวบรวมไว้ และถูกนำไปใช้เมื่อต้องการ

ในด้านความหมายของการรับรู้ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายแนวคิด คือ

การรับรู้ตามความหมายในพจนานุกรมของเวบสเตอร์ (New Webster's Dictionary 1975 : 1100) กล่าวถึงการรับรู้คือการแสดงออกถึงความรู้ ความเข้าใจตามความรู้สึกที่เกิดขึ้น ในจิตใจของตนเอง

ส่วนแกร์ริสันและมากู (Garrison and Magoon 1972 : 607) ได้ให้ความหมาย ของการรับรู้ไว้ว่า การรับรู้หมายถึงกระบวนการซึ่งสมองตีความหรือแปลข้อความที่ได้จากการสัมผัส ของร่างกายกับสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งเร้า ทำให้เรารู้ว่าสิ่งเร้าหรือสิ่งแวดล้อมที่เราสัมผัสนั้นคืออะไร มีความหมายอย่างไร มีลักษณะอย่างไร การที่เราจะรับรู้สิ่งเร้าที่มาสัมผัสได้นั้นจะต้องอาศัย ประสบการณ์ของเรา เป็นเครื่องช่วยในการแปลความหรือตีความหมาย

เคนเลอร์ (Kendler 1974 : ได้กล่าวถึงความหมายของการรับรู้ไว้ 2 ประการ คือ

ประการที่ 1 การรับรู้หมายถึง กระบวนการตีความจากสิ่งที่ได้สัมผัส

ประการที่ 2 การรับรู้หมายถึง การเตรียมเพื่อการตอบสนอง

ทลวงวิเชียรแพทยาคม อธิบายว่าการรับรู้เป็นลักษณะของจิตชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นจากการ ผสมผสานระหว่างความรู้สึกสัมผัสชนิดต่าง ๆ กับความคิดภายในจิตใจมาประกอบกัน แต่การที่จะ รู้แจ้งเข้าใจจริงนั้นจะขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ได้ผ่านมา

จำเนียร ช่วงโชติ และคณะ 2525 : 2-3) กล่าวว่า การรับรู้หมายถึงการตีความ ตามความรู้สึกในด้านข่าวสารเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยเรื่องที่จะรับรู้จะตรงกับความเป็นจริง หรือไม่ได้ เพราะการรับรู้จะขึ้นอยู่กับตัวแปรต่าง ๆ เช่น ผลจากประสบการณ์ ความคาดหวัง ในขณะนั้นสิ่งแวดล้อมและสิ่งเร้าที่จะรับรู้ ซึ่งกระบวนการของการรับรู้จะเกิดขึ้นได้ต้องประกอบ ด้วยการสัมผัสชนิด หรือธรรมชาติของสิ่งที่มาเร้า การแปลความหมายจากการสัมผัสและการใช้

ความรู้เดิมหรือประสบการณ์เดิมเพื่อทำความเข้าใจ

ฮัสน์ วิชชาวุธ (2525 : 188-189) ได้ให้ความหมายของการรับรู้ไว้ว่า การรับรู้ เป็นกระบวนการตีความสิ่งที่เห็น สิ่งที่ได้ยินและสิ่งที่รู้สึกด้วยประสาทสัมผัสอื่น ๆ เพื่อให้รู้ว่าคืออะไร สิ่งที่เรารับรู้ขึ้นทั้งวัตถุสิ่งของมนุษย์และความเป็นไปภายในจิตใจของเราเอง

จรรยา สุวรรณทัต (2525 : 146-147) ได้กล่าวว่า การรับรู้เป็นรากฐานสำคัญต่อการพัฒนาสติปัญญาหรือการรู้คิดทางด้านที่สลับซับซ้อนยากขึ้นไป ในชีวิตของมนุษย์

งานแนวคิดดังกล่าวพอสรุปได้ว่า การรับรู้ หมายถึง ความรู้ความเข้าใจและความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา โดยอาศัยกระบวนการตีความหมายจากการที่ได้พบเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้สัมผัส จากการใช้ความรู้ ความจำ เจตคติค่านิยม และประสบการณ์เดิมในอดีตเพื่อแปลความหมาย

ฮัสน์ วิชชาวุธ (2525 : 188-189) ได้แบ่งการรับรู้ออกเป็น การรับรู้โลกทางวัตถุ การรับรู้โลกทางสังคม และการรับรู้โลกทางจิต

การรับรู้โลกทางวัตถุซึ่งเป็นการรับรู้ในสิ่งที่เราเห็น ได้ยินและรู้สึกด้วยประสาทสัมผัส จะรู้เฉพาะเราเท่านั้น ถ้าเราไม่บอกคนอื่นก็อาจล่วงรู้ได้ว่าสิ่งที่เราเห็นสิ่งที่เราได้ยินหรือสิ่งที่เรารู้สึกนั้นเป็นอย่างไร "เป็นโลกที่ปรากฏแก่เรา" ซึ่งเป็นลักษณะที่ไม่ตรงกับโลกของความเป็นจริง คืออย่างของความแตกต่างระหว่างโลกแห่งการรับรู้กับโลกของความเป็นจริง เช่น รางรถไฟที่ขบวนกันตั้งแต่ต้นทางถึงปลายทางนั้นเราจะรับรู้ว่าทั้งสองข้างลูเข้าหากันที่จุดซึ่งอยู่ห่างไกลจากตัวเรา และเราจะมองเห็นวัตถุที่อยู่ไกลมีขนาดใหญ่กว่าวัตถุที่อยู่ใกล้ ฉะนั้นโลกแห่งการรับรู้จึงไม่ตรงกับโลกตามความเป็นจริง อย่างไรก็ตามมนุษย์จะต้องอาศัยการปรับหรือตีความสิ่งที่รับรู้เพื่อให้สอดคล้องกับความเป็นจริงเสมอ

สิริโชค วรานุสันติกุล (2524 : 59) ได้อธิบายถึงกระบวนการรับรู้ที่ซับซ้อนนี้ ประกอบด้วยขั้นตอน 3 ขั้น ได้แก่

ขั้นที่ 1 การเลือก (Selection) เป็นการเลือกเพื่อที่จะรับรู้สิ่งเร้าบางอันจากบรรดาส่งเร้าทั้งหลาย

ขั้นที่ 2 การจัดระบบ (Organization) โดยทั่วไปคนเรามักจะจัดระบบสิ่งเร้าภายนอกออกเป็น 2 วิธี คือ

1) ภาพและพื้น (Figure and Ground) คนเรานั้นเมื่อเลือกที่จะรับรู้สิ่งเร้าแล้วยังแยกสิ่งเร้าที่เลือกสรรมานั้นออกเป็นส่วน ๆ ส่วนที่สนใจเป็นพิเศษเรียกว่าภาพ (Figure) และส่วนอื่น ๆ ของสิ่งเร้าที่เราไม่สนใจเป็นพื้น (Ground)

2) การทำให้ง่ายขึ้น (Simplification) โดยการจัดสิ่งเร้านั้นให้อยู่ในรูปที่ง่ายมากขึ้น ตัดสิ่งที่เป็นรายละเอียดซับซ้อนและสับสนทิ้งไป

ขั้นที่ 3 การแปลความ (Interpretation) เป็นขั้นตอนสุดท้ายในกระบวนการรับรู้ ในขั้นนี้คนเราจะอาศัยคุณสมบัติที่อยู่ภายในตัวเอง เช่น ทักษะ ประสิทธิภาพ ความต้องการ ค่านิยม ฯลฯ เพื่อช่วยในการพิจารณาสิ่งเร้าภายนอก เพื่อผสมผสานสิ่งเร้าภายนอกให้เข้ากับคุณสมบัติภายใน ดังนั้นการแปลความจึงเป็นเรื่องที่ขึ้นอยู่กับความรูสึกนึกคิด ของผู้รับรู้ว่าสิ่งเร้าอย่างเดียวกันที่เสนอต่อบุคคลต่าง ๆ กัน บุคคลเหล่านั้นจะแปลความหมายแตกต่างกัน

จรรยา สุวรรณทัต (2527 : 146-147) กล่าวว่า การรับรู้ของคนจะเกี่ยวข้องกับ ความแตกต่างระหว่างบุคคลอย่างมาก เพราะแต่ละคนจะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามทักษะของตนสุดแล้ว แต่ความไวในการรับรู้ประสิทธิภาพที่ผ่านมาในอดีต ความจำ เจตคติ และค่านิยมต่าง ๆ ที่บุคคลมีต่อบุคคลหรือสภาพแวดล้อมในขณะนั้น

นอกจากนี้จำเนียร ช่วงโชติ ยังได้อธิบายถึงองค์ประกอบของการรับรู้ของมนุษย์มี 2 ประการ คือ

1. อิทธิพลจากองค์ประกอบภายในตัวบุคคล อันได้แก่ คุณสมบัติของผู้รับรู้ เช่น ความต้องการหรือแรงขับ คุณค่า ความสนใจสิ่งเร้าและประสิทธิภาพเดิม
2. อิทธิพลจากองค์ประกอบภายนอก ได้แก่ ความยึดมั่น ความเชื่อถือ คำบอกเล่า คำสอนที่ได้รับต่อ ๆ มา

ชัยพร วิชชาวุธ (2525 : 222-223) กล่าวว่า องค์ประกอบทั้ง 2 ประการนี้มีอิทธิพลทำให้การรับรู้ที่บุคคลมีต่อเรื่องราว เหตุการณ์และสภาวะแวดล้อมต่าง ๆ มีความแตกต่างกัน และถ้าคนเรามีประสิทธิภาพที่คล้าย ๆ กันเกี่ยวกับสิ่งเร้าหนึ่ง ๆ การรับรู้สิ่งเร้า นั้น ๆ ก็ย่อมมีความคล้ายคลึงกันด้วย และในทางจิตวิทยาสิ่งเร้าที่มาสัมผัสกับประสาทรับสัมผัสของเราในแต่ละ

ขณะนั้นมีมากมาย แต่เราก็รับรู้เพียงบางส่วนเท่านั้น สิ่งที่เราใส่ใจเท่านั้นที่เราจะรับรู้ส่วนที่ไม่ได้ใส่ใจก็ไม่รู้ส่วนที่ไม่ได้ใส่ใจก็ไม่รู้ ฉะนั้น โลกแห่งการรับรู้จึงจำกัด เพราะเราไม่อาจใส่ใจกับทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะได้

จะเห็นได้ว่ากระบวนการตีความจนเกิดการรับรู้อย่างสมบูรณ์ ต้องอาศัยความสามารถที่มีมาแต่กำเนิด ซึ่งได้แก่การแยกภาพออกจากกัน การรวมกลุ่มของสิ่งเร้า การตีความลึกและประสบการณ์เดิมหรือการเรียนรู้เดิม ได้แก่ การตีความเพื่อปรับขนาดและการตีความในชั้นจำได้หมายรู้ อิทธิพลของความสามารถตามกำเนิดและการเรียนรู้จะปรากฏควบคู่กันเสมอ ไม่เพียงแต่เรื่องของ การรับรู้เท่านั้น หากแต่ปรากฏในการเรียนรู้ การคิด และการตัดสินใจด้วย

ส่วนการรับรู้โลกทางสังคม ชัยพร วิชชาวุธ (2525 : 258) ได้กล่าวว่าการรับรู้ทางสังคมหมายถึงการรับรู้ความรู้ลักษณะบุคคล การรับรู้ลักษณะบุคคล การรับรู้ภาพพจน์ของกลุ่มบุคคลและการรับรู้ปรากฏการณ์ทางสังคม การรับรู้สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ต้องอาศัยการตีความที่ซับซ้อนมากขึ้น และผลที่เกิดจากการตีความก็เป็นความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโลกทางสังคม โดยสามัญสำนึกแล้วมนุษย์ทุกคนพยายามที่จะเข้าใจโลกทางสังคมที่ตนอาศัยอยู่ พยายามแยกประเภทพฤติกรรมแยกประเภทบุคคล แยกปรากฏการณ์ทางสังคม เพื่อให้เข้าใจสิ่งเหล่านี้ได้ง่ายขึ้น แต่การรับรู้ทางสังคมของคนเราก็อิงคลาดเคลื่อนอยู่ จนนักปราชญ์บางคนกล่าวไว้ว่า "จิตมนุษย์นั้นไขว่ยากแท้หยั่งถึง"

ในการรับรู้ลักษณะของบุคคลเราสังเกตได้จากลักษณะทางกายภาพ ซึ่งได้แก่รูปร่างหน้าตา ผิวพรรณ ตลอดจนการแต่งกาย พฤติกรรมการแสดงออกและคำบอกเล่าเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่ถูกรับรู้ อย่างไรก็ตามการตีความรับรู้ลักษณะบุคคลจากลักษณะทางกายภาพและลักษณะทางพฤติกรรมยังมีความคลาดเคลื่อนเกิดขึ้นเสมอ

ไฮเดอร์ (อ้างในชัยพร วิชชาวุธ 2525 : 265) ได้เสนอว่าในการรับรู้ลักษณะของบุคคลเราพยายามที่จะเสาะหาสาเหตุของการกระทำของบุคคล เพื่อจะอธิบายพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ ผู้รับรู้จะแบ่งสาเหตุของพฤติกรรมออกเป็นสาเหตุภายในและสาเหตุภายนอก สาเหตุภายในเป็นสาเหตุที่มีอยู่ในตัวบุคคล ส่วนสาเหตุภายนอกเกิดจากสภาพแวดล้อม

โจนส์ และ เดวิส (อ้างในชัยพร วิชชาวุธ 2525 : 265) ยังกล่าวว่าการรับรู้ลักษณะบุคคลจากพฤติกรรมที่แสดงออกแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน คือ

1. ชั้นสันนิษฐานเจตนาของผู้กระทำผิดกรรม ซึ่งการสันนิษฐานเจตนาหรือการตีความ ตามเจตนานี้เป็นไปได้หลายแง่ขึ้นอยู่กับว่าผู้รับรู้เคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมนั้น ๆ มากน้อยเพียงใด แล้วนำพฤติกรรมต่าง ๆ มาประมวลกันเพื่อสันนิษฐานเจตนาของการกระทำ ครั้งนี้ว่าควรเป็นอย่างไร

2. ชั้นสันนิษฐานลักษณะทางจิต ชั้นนี้เป็นผลจากการสันนิษฐานเจตนาว่าพฤติกรรมที่ผู้ถูกรับรู้แสดงออกมานั้นเป็นลักษณะที่พึงประสงค์หรือไม่พึงประสงค์

ในการรับรู้ลักษณะของบุคคลเริ่มจะเกิดขึ้นตั้งแต่เด็กอายุเพียง 3 เดือน ในวัยนี้เด็กสามารถแยกบุคคลที่คุ้นเคยออกจากบุคคลแปลกหน้าได้ และเมื่ออายุ 1 ปี ก็จะมี ความชอบบางคนมากกว่าอีกคน ซึ่งการรับรู้ของเด็กเล็กจะจำกัดอยู่ในขอบเขตของลักษณะทางกายภาพ โดยอาศัยรูปร่าง หน้าตา น้ำเสียง ลักษณะการแต่งกาย เมื่อเด็กอายุมากขึ้น 6-7 ปี การรับรู้ลักษณะทางจิตจะจำกัดเพียงเป็นคนดีหรือคนไม่ดี และเมื่อพ้นวัย 6-7 ขวบไปแล้วการรับรู้ลักษณะทางจิตจะเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว

ชัยพร วิชชาวุธ (2525 : 268) กล่าวว่า การรับรู้ลักษณะทางจิตของบุคคลเมื่อเกิดขึ้นแล้วจะมีผลตามมา 2 ประการคือ

1. การตีความพฤติกรรมที่สังเกตได้ภายหลัง เช่น การรับรู้พฤติกรรมของคนอื่นเป็นไปในทางบวกเมื่อมีความประทับใจครั้งแรก (First Impression) แล้วก็ตีความพฤติกรรมอื่น ๆ ไปในทางที่ดี เพื่อให้สอดคล้องกับการรับรู้เดิม เนื่องมาจากการรับรู้ครั้งแรกมีผลทำให้การรับรู้ครั้งต่อ ๆ ไปบิดเบือนเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกันโดยตลอด ความประทับใจที่เกิดขึ้นครั้งแรกในกระบวนการรับรู้บุคคลจึงมีความคงทนมาก แต่ถ้าหากข้อมูลที่ได้รับภายหลังขัดกับความประทับใจครั้งแรกเป็นจำนวนมาก การเปลี่ยนแปลงการรับรู้ก็จะเกิดขึ้นได้เหมือนกัน

2. พฤติกรรมระหว่างบุคคล ซึ่งเกี่ยวเนื่องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความขัดแย้ง ความคาดหวัง ความเชื่อถือที่มีต่อบุคคลนั้น ๆ

ฉะนั้นพอจะสรุปเกี่ยวกับเรื่องของการรับรู้ได้ว่าการรับรู้เป็นการแปลความหรือตีความ จากอาการสัมผัสที่ได้รับออกมาเป็นสิ่งที่ใดสิ่งหนึ่งที่มีความหมาย โดยจะต้องมีอวัยวะรับสัมผัสทำหน้าที่เป็นอุปกรณ์สำคัญในการรับสัมผัสส่งไปเป็นประสบการณ์ทางสมอง ทำให้สมองแปลความหมายแห่งอาการสัมผัสออกได้โดยอาศัยความรู้และประสบการณ์เดิม ความตั้งใจ ความสนใจที่จะรับรู้

และขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าที่จะรับรู้ด้วย ในวัยต้น ๆ ของชีวิตการรับรู้ของเราจะกระจัดกระจายไม่แน่นอน ต่อเมื่อเจริญขึ้นมาประสาทสัมผัสสมบูรณ์ ประสบการณ์ในชีวิตเพิ่มขึ้น การรับรู้จึงพัฒนาขึ้นตามระดับและวุฒิภาวะ คนยังมีประสบการณ์ในการดำรงชีวิตย่อมจะสามารถแปลอาการสัมผัสต่าง ๆ ได้มากและใกล้เคียงกับความเป็นจริง การรับรู้จะเป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับการเรียนรู้และจะต้องเกิดความคู่กันไป กล่าวคืออาจจะมีการรับรู้เกิดขึ้นก่อนแล้วมีการเรียนรู้ หรือเพราะมีการเรียนรู้แล้วจึงทำให้เกิดการรับรู้ได้ง่าย เร็วและถูกต้อง การที่คนเรารับรู้เรื่องราวเหตุการณ์ภาวะแวดล้อมต่าง ๆ แตกต่างกันนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 2 ประการ คือ คุณสมบัติของผู้รับรู้ เช่น มีความต้องการแรงขับรับรู้คุณค่า มีความสนใจ และประสบการณ์เดิม อีกประการหนึ่งก็คือความยึดถือ ความเชื่อถือ คำบอกเล่า คำแนะนำ คำสอนที่ได้รับการถ่ายทอดต่อ ๆ มา

แนวคิดและทฤษฎีที่ว่าด้วยสุขภาพจิตและการเกิดปัญหาสุขภาพจิต ในวัยรุ่น

ในการดำเนินชีวิตบุคคลย่อมต้องเผชิญกับความทุกข์ สุข ความตึงเครียด ความไม่พอใจ ความผิดหวัง ฯลฯ เป็นธรรมดา ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีเท่านั้นที่จะสามารถแก้ปัญหาหรือผ่อนคลายทางออกได้อย่างเหมาะสมกับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสามารถปรับจิตใจให้ยอมรับผลที่จะเกิดตามมาได้

มีผู้ให้ความหมายของคำว่า "สุขภาพจิต" ไว้มากมายดังนี้

สุขภาพจิต คือ สภาวะชีวิตที่มีสุขภาพและผู้ที่สุขภาพจิตดี คือผู้ที่สามารถปรับตนเองให้อยู่ได้ด้วยความสุข ในสังคมที่เปลี่ยนแปลง (เฟน แสงสิงแก้ว 2522 : 57)

สุขภาพจิต เป็นสภาพจิตใจของบุคคลที่สามารถแก้ปัญหา สามารถปรับตัวและปรับจิตใจได้อย่างเหมาะสมกับสังคมและสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง (อุดม ลักษณะวิจารณ์ 2529 : 3)

ดังนั้นจึงพอสรุปได้ว่าบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีจะประกอบด้วยคุณลักษณะดังนี้ คือเป็นบุคคลที่ไม่มีโรคทั้งทางร่างกาย จิตใจ สามารถสร้างความสัมพันธ์และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา สามารถปรับจิตใจให้พอใจและมีความรู้สึก

มั่นคงเมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้น รวมทั้งสามารถทำประโยชน์ให้เกิดต่อตนเองและต่อสังคมได้ตาม
 ควรแก่สภาพของตน

จากการศึกษาค้นคว้าของ แฮฟวิงเฮิร์ส (Havighurst 1962 : 33-71) เกี่ยวกับ
 ขั้นตอนของพัฒนาการ (Developmental Tasks) ของวัยรุ่นจะต้องอาศัยการเรียนรู้ที่ยึดความ
 พร้อมหรือวุฒิภาวะของบุคคล ซึ่งเขาเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ ต่อไปนี้เป็นสิ่งที่วัยรุ่นจะต้องเรียนรู้และ
 พัฒนาให้เป็นไปอย่างเหมาะสมเพื่อการเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี มีความสุขและประสบความสำเร็จใน
 ชีวิตคือ

1. การมีความสัมพันธ์อย่างเหมาะสมกับเพื่อนรุ่นเดียวกันทั้งสองเพศ
2. บทบาทของทางเพศของตนเอง
3. การใช้วัยว่างอย่างมีประสิทธิภาพ
4. ความเป็นอิสระทางอารมณ์จากบิดามารดาผู้ใหญ่คนอื่น ๆ
5. ความเป็นอิสระทางเศรษฐกิจการเงิน
6. การเลือกและเตรียมเพื่อประกอบอาชีพ
7. การเตรียมตัวเพื่อแต่งงาน และมีชีวิตครอบครัวในอนาคต
8. การใช้ทักษะทางสติปัญญา และความคิดในการเป็นพลเมืองที่มีประสิทธิภาพ
9. การมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อสังคม
10. ความมีค่านิยม และจริยธรรมยึดเป็นแนวทาง ในการปฏิบัติ

นอกจากนี้ยังมีทฤษฎีทั้งด้านสังคมศาสตร์ มนุษย์ศาสตร์ พฤติกรรมศาสตร์ และศาสตร์
 อื่น ๆ ที่มุ่งศึกษาและอธิบายถึงความผิดปกติของความรู้สึกนึกคิดของพฤติกรรมมนุษย์ ในปัจจุบันยังไม่พบทฤษฎีใดที่จะอธิบายความผิดปกติทางจิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์ได้ แต่หากมีหลายแนวคิด
 หลายทฤษฎีที่ได้อธิบายถึงความผิดปกติทางจิตและพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งพอจะสรุปแนวคิดและนำ
 เสนอ ในรายละเอียดดังต่อไปนี้

ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของ فروยด์ (Psychosexual Development)

فروยด์กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นระยะที่ต้องการทดลองชีวิตแบบผู้ใหญ่ วัยรุ่นจะสร้างเอกลักษณ์

ของเข่าว่าจะเป็นอะไร จะเหมือนใคร มีความรู้สึกต่อต้านผู้ใหญ่ (Rebell Authority) มีความต้องการที่จะแข่งขันกับคนอื่น (Competitive need) และมีความสนใจในเพศตรงข้าม อารมณ์ของวัยรุ่นที่จะเปลี่ยนแปลงง่ายอย่าง ไม่มีเหตุผล ขาดการควบคุมอารมณ์ เพราะยังเป็นวัยที่มีความวิตกกังวลสูง ซึ่งความวิตกกังวลจะเกี่ยวกับลักษณะทางเพศที่เปลี่ยนแปลงไป และการเจริญเติบโตของอวัยวะต่าง ๆ อันเนื่องมาจากการทำงานของต่อมไร้ท่อและการกระตุ้นของฮอรโมนในร่างกาย

ดังนั้น ในทัศนะของ فروยด์ จึงถือว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่สำคัญสำหรับการเสริมสร้างหรือปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพและพฤติกรรม วัยนี้บุคลิกภาพจะถูกสร้างเสริมสมบูรณ์ ถ้าปล่อยให้เวลาผ่านไป บุคลิกภาพโตที่เกิดขึ้นแล้วจะแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้ยาก ฉะนั้นบิดามารดาและผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นจะต้องมีความรู้ มีความเข้าใจในปัญหาพัฒนาการและการปรับตัวของวัยรุ่นเพื่อจะได้ช่วยกันเสริมสร้างปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพของวัยรุ่น ให้เจริญพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพเป็นที่ต้องการของสังคม فروยด์ยังกล่าวว่าสาเหตุและความผิดปกติทางบุคลิกภาพและพฤติกรรมของวัยรุ่นเกิดจากการเสียสมดุลย์แห่งตัวตนในบุคคล หรือ Ego ไม่สามารถปรับให้เกิดความพอดีระหว่างความต้องการตามสัญชาตญาณและถูกตำหนิโดยมโนธรรม (Super ego) และก่อให้เกิดความขัดแย้งขึ้น ซึ่งบุคคลจะใช้กลไกป้องกันทางจิตเป็นทางออกเพื่อแก้ปัญหา และผู้ที่มีบุคลิกภาพผิดปกติมักใช้กลไกทางจิตอย่างไม่เหมาะสมทำให้สังคมไม่ยอมรับ

ความขัดแย้งสามารถเกิดขึ้นได้ทุกช่วงชีวิตตามขั้นพัฒนาการ แต่ละขั้นของพัฒนาการจะมีความต้องการพื้นฐานที่ต้องการได้รับการตอบสนอง ถ้าไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการ เด็กก็จะเกิดความขัดแย้งและต้อง ใช้พลังงานส่วนหนึ่งเพื่อขจัดความขัดแย้ง ทำให้พลังงานเหลือน้อยลงในการปฏิบัติกิจกรรมหลักในขั้นต่อไป มีผลทำให้เกิดการชะงักของพัฒนาการ (Fixation) อยู่ในขั้นใดขั้นหนึ่งได้ และคนที่มีปัญหาสุขภาพจิตเกิดจากการทำงานของ Ego ไม่สมดุลสแกนกลับกันในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. เลือกเป้าหมายของการแสดงออกไม่เหมาะสม
2. การทำงานของจิตใจจะแสวงหาความพึงพอใจของตนฝ่ายเดียว โดยไม่พิจารณาความเป็นจริงและเหตุผล และขาดการควบคุม
3. ขบวนการคิดขาดการพิจารณาไตร่ตรอง
4. ปล่อยให้จิตไร้สำนึก (ID) ดำเนินการมากเกินไป

ทฤษฎี Psychosocial Development ของอีริกสัน

อีริกสัน ได้เน้นถึงความสำคัญของสังคมและวัฒนธรรมว่าเป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญสำหรับการพัฒนาบุคลิกภาพของคนเรา

ในทัศนะของอีริกสันเขากล่าวว่า พัฒนาการเป็นกระบวนการที่แสดงถึงวิวัฒนาการของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมของมนุษย์ พัฒนาการจะดำเนินต่อเนื่องกันไปอย่างมีแบบแผน กระบวนการพัฒนาในแต่ละขั้นจะตีความน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ได้รับในขณะนั้น ซึ่งประสบการณ์ที่ดีนอกจากจะส่งผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพในแต่ละขั้นแล้วยังช่วยเสริมสร้างพัฒนาการของขั้นต่อไปให้มีการพัฒนาไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นด้วย

ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของซิลลิวน

ซิลลิวนเชื่อว่าประสบการณ์ในวัยต้นมีอิทธิพลอย่างมากต่อสุขภาพจิตของบุคคล และประสบการณ์ที่สำคัญคือความวิตกกังวล ซึ่งคาร์เรน ฮันนี (Karen Honey อ้างในสุวัทนา อารีพรศ 2524 : 5-6) ได้กล่าวว่าความวิตกกังวลขั้นพื้นฐานของเด็กเกิดจากการที่เด็กขาดความสัมพันธ์ที่ดีกับบิดามารดา เช่น ถูกบังคับ ควบคุม บิดามารดาเอาแต่ใจตัวเอง เจยเมย ไม่ยินดียินร้าย ไม่เสมอต้นเสมอปลาย ทำให้เด็กขาดความมั่นใจในสิ่งแวดล้อมและขาดความรู้สึกเป็นเจ้าของ ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้จะสัมพันธ์กับจิตใจของมนุษย์

ซิลลิวนยังเชื่อว่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีส่วนในการเสริมสร้างบุคลิกภาพ เพราะการมีสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น เด็กได้รับการเลี้ยงดูด้วยความรักความอบอุ่นจากครอบครัว เด็กจะพัฒนาบุคลิกภาพไปในทางที่เหมาะสม มีความรู้สึกที่ต่อตัวเองซึ่งจะเป็นพื้นฐานในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่นต่อไป ในทางตรงกันข้ามการขาดการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่น จะมีผลกระทบต่อพัฒนาบุคลิกภาพทำให้เกิดมีปัญหาในการปรับตัว เกิดการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย จิตใจตามมา

ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์

นักพฤติกรรมศาสตร์เชื่อว่าพฤติกรรมทุกอย่างเกิดจากการเรียนรู้ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา ความคิด อารมณ์ และความรู้สึกได้ภายหลัง

พฤติกรรมที่แปรปรวนของบุคคลเกิดจากการที่มีสิ่งมากระตุ้น แล้วรบกวนความสงบสุขทางใจ ความมั่นคงและเสถียรภาพ ทำให้บุคคลมีการตอบสนองและแสดงพฤติกรรมออกมาในรูปที่ผิดปกติหรือแปรปรวนไปจากคนส่วนใหญ่ ซึ่งพฤติกรรมที่เขาแสดงออกไปช่วยให้เขารู้สึกสบายใจขึ้น ฉะนั้นความรู้สึกรู้สึกสบายใจที่บุคคลได้รับจึงเปรียบเสมือนตัวเสริมแรงให้บุคคลกระทำพฤติกรรมนั้นซ้ำ ๆ

ทฤษฎีทางสังคม

แคแพลน (Caplan อ้างในจารุวรรณ ต.สกุล 2530 : 142) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมแปรปรวนได้ พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมแปรปรวนดังกล่าวได้แก่ ความยากจน ความไม่มั่นคงของครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวในสังคม ความแร้นแค้นขาดแคลน มีปัญหาอุปสรรค การไร้การศึกษา ทำให้บุคคลเกิดความเครียด และใช้กลไกการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัวและมีพฤติกรรมแปรปรวนตามมา

ทฤษฎีความเครียด

ความเครียดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับทุกคนและเกิดขึ้นได้เสมอ เพราะในการดำเนินชีวิตคนเราต้องประสบกับสิ่งเร้าทั้งที่เป็นบุคคล วัตถุ สิ่งของ และสภาพแวดล้อม ที่จะส่งผลกระทบต่อ การปรับตัว ปรับจิตใจ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งความเครียดที่เล็กน้อยเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา (จินตนา ยูนิพันธ์ 2529 : 151) แต่ถ้ามีความเครียดมากเกินไป อาจก่อให้เกิดการเจ็บป่วยทางกายและจิตได้

พาสกาลี (Pasquali, 1981) ได้แยกปัจจัยที่เป็นสาเหตุก่อให้เกิดความเครียด (Stressor) ประกอบด้วย

1. สิ่งที่มาคุกคามต่อสภาพพจน์ของบุคคล เช่น การสูญเสียอวัยวะ การผ่าตัด พิกัด ทำให้เกิดความเครียดได้
2. ความเจ็บปวด ทำให้ร่างกายเกิดความไม่สุขสบาย
3. การเคลื่อนไหวไม่ได้หรือถูกจำกัดการเคลื่อนไหว เช่น อัมพาต โรคหัวใจ
4. การสูญเสียหรือการเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะ เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียความสวยงาม หรือการเปลี่ยนแปลงของสังขารเนื่องจากพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ในวัยรุ่นหรือในวัยสูงอายุ

ลักมันน์และซอเรนเซน (Luckmann and Sorensen อ้างใน จินตนา ยูนิพันธ์ 2529 : 151) ได้กล่าวถึงตัวกระตุ้น (Stressor) คือสิ่งที่เป็สาเหตุของความเครียดไว้ ดังนี้คือ

1. สิ่งใดก็ตามที่คุกคามหรือพยายามที่จะทำลายบุคคล
2. สิ่งที่ทำให้บุคคลประสพความไม่พึงพอใจในสิ่งที่ต้องการขั้นพื้นฐาน
3. สิ่งที่ยั้ขัดขวางพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจของมนุษย์
4. สิ่งที่มาคุกคามนั้นเป็นผลให้สภาวะทางร่างกายและจิตใจของบุคคลขาดความสมดุลย์

ลักษณะของความเครียดมีแตกต่างกัน นักวิชาการบางท่านได้แบ่งความเครียดออกเป็น 3 ประเภท คือ ความเครียดทางด้านจิตใจ ความเครียดทางด้านร่างกาย และความเครียดที่เกิดจากสภาพแวดล้อม

1. ความเครียดทางจิตใจเป็นการตอบสนองต่อความคิดว่าจะเกิดอันตรายไม่ปลอดภัย สาเหตุของความเครียดทางด้านจิตใจอาจจะเนื่องมาจาก

1.1 การสูญเสียอวัยวะ หมดสมรรถภาพ สูญเสียความงาม สูญเสียสถานะภาพทางสังคม สูญเสียบุคคลสำคัญ ทรัพย์สินสมบัติสิ่งของหรือมีการเปลี่ยนแปลงของการดำเนินชีวิต ตกงาน รับผิดชอบหน้าที่ใหม่ มีการแข่งขัน

1.2 การได้รับอันตรายหรือกลัวจะเกิดอันตราย กลัวความเจ็บปวด

1.3 ความคับข้องใจที่ไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการ ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

2. ความเครียดทางด้านร่างกาย

1.1 ความเครียดที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางชีวภาพ (Biological Stress) เช่น ร่างกายได้รับความเจ็บปวด สูญเสียน้ำ เลือด อวัยวะ การทำงานของต่อมไร้ท่อผิดปกติ ร่างกายขาดออกซิเจน ขาดการพักผ่อนที่เพียงพอ มีการติดเชื้อและเกิดโรคต่าง ๆ

1.2 ความเครียดที่เกิดขึ้นในพัฒนาการ (Development Stress) รวมถึงความเครียดทางจิตใจของบุคคลในวัยต่าง ๆ ในแต่ละช่วงอายุจะมีความเครียดแตกต่างกันในวัยรุ่นเป็นวัยที่ย่างยามมีปัญหามาก เพราะวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ร่างกายจะเจริญเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว ต่อมไฮอร์โมนจะทำงานมากขึ้น มีลักษณะทางเพศเด่นชัด

ชั้น จิตใจจะว่าวุ่น เพราะไม่คุ้นเคยกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย บางครั้งความเปลี่ยนแปลงของร่างกายก็ทำให้เกิดความวิตกกังวล เช่น การมีเสียงแตกท้าวของเด็กชาย การมีหน้าอกและมีประจำเดือนในเด็กหญิง นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีอารมณ์ร้อน รุนแรง เปลี่ยนแปลงง่าย ต้องการความอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ต้องการเป็นผู้นำกลุ่ม ต้องการเป็นอิสระ ไม่ต้องการการควบคุมจากบิดามารดามากเกินไป แต่เนื่องด้วยวัยนี้ยังขาดประสบการณ์ บางครั้งอาจจะทำให้การตัดสินใจหรือทำอะไรผิดพลาดขึ้นเพราะการไม่เข้าใจกันระหว่างบิดามารดากับวัยรุ่นได้ ดังนั้นวัยรุ่นยังต้องการความรัก ความอบอุ่น ความสนใจ และการชี้แนะแนวทางจากบิดามารดาและผู้ใกล้ชิด ครู อาจารย์ อยู่เสมอ

3. ความเครียดที่เกิดจากสภาพแวดล้อม (Environmental Stress) สภาพแวดล้อมที่อยู่ล้อมรอบตัวบุคคลจะ เกี่ยวข้องและมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลตลอดเวลา สิ่งแวดล้อมที่ทำให้บุคคลเกิดความเครียดได้แก่

3.1 อิทธิพลของชนบทรอบน้อมประเพณีและวัฒนธรรม ซึ่งแต่ละสังคมย่อมมีชนบทรอบน้อมประเพณีที่แตกต่างกันไป เมื่อบุคคลเข้าไปอยู่ในสังคมที่ต่างไปจากที่เคยอยู่ บุคคลจำเป็นต้องปรับตัวเพื่อลดความตึงเครียดที่เกิดขึ้นจากความแตกต่างกันของสังคมในด้านความเชื่อ ค่านิยม การปฏิบัติ และการดำเนินชีวิตประจำวันที่แตกต่างกันไป

3.2 อิทธิพลของลักษณะครอบครัวที่จะสร้างเสริมให้สมาชิกของครอบครัวมีพฤติกรรมแตกต่างกันไป เช่น ในครอบครัวใหญ่ (Extended Family) ปู่ย่า ตายาย จะมีส่วนในการอบรมเลี้ยงดูบุตรหลานอบอุ่น แต่มีกบฏปัญหาขัดแย้งในเรื่องการอบรมเลี้ยงดูเด็กกับบิดา มารดา ซึ่งจะทำให้เกิดความเครียดขึ้นในบ้านได้ ส่วนในครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family) ที่คู่สมรสแยกตัวออกไปอยู่ตามลำพัง ภายใต้การนำของบิดาหรือของมารดา หรือบิดามารดาเป็นผู้นำ ครอบครัวเดี่ยวมักประสบปัญหา การทะเลาะวิวาทระหว่างสามีภรรยา การว่างงาน เศรษฐกิจตกต่ำ ความขัดแย้งในการเลี้ยงดูบุตร การบังคับหรือตามใจบุตรมากเกินไป หรือบิดามารดาคาดหวังจากบุตรไว้สูงเกินกว่าความสามารถที่บุตรจะทำได้ บุตรจะเกิดความเครียดได้

3.3 สภาพโรงเรียน เด็กที่เรียนในโรงเรียนที่มีสภาพเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมของครอบครัว จะมีปัญหาและเกิดความเครียดน้อยกว่าเด็กที่เรียนในโรงเรียนที่มีสภาพแวดล้อมแตกต่างจากครอบครัว เพราะความเครียดของเด็กอาจเกิดจากอิทธิพลของเพื่อน การแบ่งพรรคพวก แบ่งชั้นวรรณะ สถานะการเงิน ความทรูทรู โรงเรียนจะมีอิทธิพลต่อเด็กรองมาจากครอบครัว

3.4 ฐานะทางเศรษฐกิจ ในภาวะที่เศรษฐกิจตกต่ำ ประชากรว่างงาน ภาวะ
 แร้นแค้น ส่วนตัวก็มีมากขึ้น ทำให้บุคคลไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนและของบุคคลใน
 ครอบครัวได้ เกิดปัญหาอื่น ๆ เช่น ลักข โมย ปล้น ใจ และมีความเครียดสูง

3.5 ความไม่สมหวังในอาชีพ ทำงานไม่ตรงกับสาขาวิชาที่เรียนมาแต่ความจำเป็น
 ทางเศรษฐกิจ บังคับให้ต้องทำงานเพื่อหาเงิน จึงจำเป็นต้องทนทำในสิ่งที่ตนไม่ชอบ หรือบางคน
 อาจเกิดความขัดแย้งกับหัวหน้า เพื่อนร่วมงาน ที่ทำงานไม่มั่นคง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นสาเหตุ
 ของความเครียดทั้งสิ้น

3.6 ภาวะสงครามหรือเหตุการณ์ที่ไม่ได้คาดคิดมาก่อน เช่น ภัยธรรมชาติ
 ไฟไหม้ อุทกภัย ฯลฯ

โดยทั่วไปเมื่อร่างกายตกอยู่ในภาวะเครียด ร่างกายจะมีปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางด้าน
 กายวิภาค สรีรวิทยา หรือทางจิตใจ อารมณ์ ปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความเครียดจะ
 เป็นกลไกการป้องกันที่บุคคลพยายามใช้เผชิญกับความเครียดที่เกิดขึ้น เพื่อปรับแก้หรือปรับตัวต่อภาวะ
 เครียด

การปรับแก้ของบุคคลอาจจะมีประสิทธิภาพหรือด้อยประสิทธิภาพได้จนก่อให้เกิดความ
 เครียดใหม่ และต้องมีปฏิกิริยาปรับแก้กันใหม่ การปรับแก้ อาจเกิดขึ้นชั่วคราวหรือถาวรก็ได้

วัชร ฐวธรรม (2528 : 282-283) ได้วิจัยเกี่ยวกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความ
 เครียดในวันรุ่น วัยยังคงไม่มีความมั่นคงปลอดภัยทางใจ และได้ระบุสถานการณ์ต่าง ๆ ไว้ 15
 สถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด โดยเรียงลำดับตามความเข้มข้นของความเครียดที่เกิดขึ้นดังนี้

1. ถูกล้อเลียนหรือหัวเราะเยาะ
2. ความตายของบิดามารดา
3. หน้าตาและลำตัวมีแผลเป็น
4. การหย่าร้างของบิดามารดา
5. การทะเลาะวิวาทรุนแรงของบิดามารดา
6. ถูกประจานเสียชื่อเสียงในที่สาธารณะ
7. คนที่มีจิตใจไม่สมประกอบ
8. เข้าสังคมที่มีคนแปลกหน้า

9. ถูกจับ โททก ได้ต่อหน้าชุมชน
10. ย้ายไปอยู่ต่างถิ่น
11. มีเพื่อนอันธพาล
12. สลบตก
13. ทะเลาะกับเพื่อนอย่างรุนแรง
14. ถูกปฏิเสธจากเพื่อนต่างเพศ
15. ติตยาเสพติด หรือติดสุรา

จึงเป็นที่ยอมรับว่าวัยรุ่นเป็นวัยวิกฤติ (ชอบที่จะเป็นตัวของตัวเอง แต่ก็ยังต้องพึ่งความอบอุ่นปลอดภัยจากบิดามารดา) เป็นวัยที่ต้องตัดสินใจครั้งสำคัญ ๆ หลายครั้ง ความไม่ปลอดภัยและความกังวลดูเหมือนจะกลายเป็นบรรทัดฐานสำหรับวัย ซึ่งต่างจากความกลัวซึ่งเกิดมากมายในวัยเด็ก

ทฤษฎีระบบ

แนวคิดของทฤษฎีระบบได้เสนอขึ้นเป็นครั้งแรกโดย ลูควิก วอน เบอร์ทาแลนฟี (Ludwing Von Bertalanffy, 1969 : 9) โดยให้ความเห็นว่าสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้มีความสัมพันธ์กันเป็นระบบ ไม่มีสิ่งใดที่มนุษย์จะทำความเข้าใจได้โดยเอกเทศ ความสัมพันธ์ของส่วนประกอบในระบบทั้งหลาย เป็นเหตุและเป็นผลต่อกัน ดังนั้นการทำความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ จึงต้องทำความเข้าใจส่วนรวม อันประกอบด้วยองค์ประกอบย่อยซึ่งอยู่ทั้งภายในและภายนอกระบบนั้น เช่น การทำความเข้าใจในระบบสังคมใดสังคมหนึ่ง จำเป็นจะต้องทำความเข้าใจตั้งแต่สิ่งแวดล้อมของสังคม องค์ประกอบทางธรรมชาติประเพณีและวัฒนธรรม กฎหมาย การเมือง ศาสนา การศึกษา สถาบันทางสังคม ได้แก่องค์กรต่าง ๆ ตลอดจนตัวบุคคล ครอบครัว กลุ่มชนที่อยู่ในสังคมนั้น รวมทั้งบริการด้านสุขภาพ ซึ่งสิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นส่วนประกอบซึ่งมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันและส่งเสริมผลกระทบไปสู่ระบบสังคมโดยรวมทั้งสิ้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าระบบใหญ่เป็นส่วนรวมของระบบย่อย ซึ่งต้องอาศัยการทำงานเกี่ยวข้อสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ในหน่วยที่จัดว่าเป็นระบบได้จะต้องมีลักษณะเฉพาะ เช่น จะต้องมีการขอบเขต (Boundaries) จะต้องมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้อกับระบบย่อย (Interrelated) และระบบย่อยจะต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน (Interdependent)

สิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นพืช สัตว์ และมนุษย์ ล้วนเป็นระบบเปิดซึ่งมีความสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมที่แยกออกจากกันได้ มนุษย์เป็นระบบชีวิตที่มีการจัดระเบียบซับซ้อนสูงและมั่นคง ซึ่งนักทฤษฎีระบบมีความเชื่อว่ามนุษย์หรือบุคคลเป็นระบบหนึ่ง (Man as a system) โดยกล่าวว่าบุคคลเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวของชุมชน ของสังคม โดยแยกออกจากกันไม่ได้ แม้แต่ในตัวบุคคลเองก็เป็นระบบ ระบบหนึ่งซึ่งมีส่วนประกอบคือระบบต่าง ๆ ในร่างกายเป็นระบบย่อยของบุคคล (Sub system) ดังนั้นจึงสรุปได้ว่ามนุษย์เป็นระบบเปิด (Open System) ที่จะต้องปรับตัวต่อสิ่งเร้าอยู่ตลอดเวลา ทั้งที่เป็นสิ่งเร้าที่มาจากภายในตัวบุคคล และภายนอกตัวบุคคล ดังนั้นการประเมินสภาพบุคคลเพื่อให้การช่วยเหลือจึงมุ่งที่การประเมินคนทั้งคน มิใช่การประเมินทีละส่วนของร่างกายหรือจิตใจ และการทำความเข้าใจบุคคลจะคำนึงถึงบุคคลนั้นเป็นองค์ ประกอบย่อยของครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวมด้วย (ทัศนา บุญทอง 2528 : 902)

รอย (Sister Callista Roy) เป็นอีกผู้หนึ่งที่น่าสนใจเกี่ยวกับทฤษฎีระบบรวมทั้งแนวคิดเกี่ยวกับความเป็นหน่วยเดียวของมนุษย์ (wholistic man) ของโรเจอร์ และแนวคิดเรื่องการปรับตัวจากนักทฤษฎีอีกหลายท่าน เช่น เฮลสัน (Helson) ลาซาร์ส (Lazaras) โดเรนเวน (Dorenwen) เมคคานิก (Machanic) และเซลเย (Salys) (อ้างในจินตนา ชูพันธ์ 2529 : 161)

ทฤษฎีชีวเคมีของสมอง

ความไม่สมดุลย์ของสารเคมีในร่างกายมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพและพฤติกรรมบางอย่างของบุคคลได้ ความไม่สมดุลย์ของชีวเคมีในสมอง เช่น ในขณะชัก Acetylcholine ในสมองจะลดลงหรือในผู้ป่วยที่มี Dopamine ในกระแสโลหิตเพิ่มขึ้น จะทำให้เกิดพฤติกรรม Stereotype และ Dopamine ยังมีบทบาทต่อการทำงานของสมองส่วน Extrapyrimal ซึ่งเป็นส่วนที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายมนุษย์ (สุวิทนา อารีพรรค 2528 : 55) และในเด็กที่เป็น Autism จะพบ Serotonin ในกระแสโลหิตสูงกว่าปกติ หรือในรายที่ป่วยเป็น Schizophrea จะเจอเลือดตรวจจะพบว่าระดับ Serotonin ในกระแสโลหิตลดลงหรือในภาวะที่การทำงานของระบบไร้ท่อไม่ปกติ เช่น ในบุคคลที่เกิดภาวะไทรอยด์เป็นพิษ ก็จะทำให้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไป ทำให้มีภาวะเศร้าและวิตกกังวลได้ (สงศรี จัยสิน 2530)

การเกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น

จากการศึกษาวรรณคดีที่เกี่ยวข้องจะพบว่าชีวิตในวัยรุ่นเป็นช่วงชีวิตที่มีความยุ่งยากลำบากนมากที่สุด เพราะวัยรุ่นมีปัญหามาก ปัญหาที่เกิดขึ้นเกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย หรือเกิดจากปัญหาในการปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อม ปัญหาสุขภาพจิตที่พบบ่อยในวัยรุ่นเป็นปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวที่เนื่องมาจากการเปลี่ยนตามพัฒนาการแห่งวัย ปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาที่สลับซับซ้อนหลาย ๆ ด้าน ทั้งด้านชีวภาพของร่างกาย การทำงานของระบบต่าง ๆ รวมทั้งการบรรลุภาวะทางเพศ จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้านแต่ละคนก็จะแตกต่างกันไป วัยรุ่นที่ไม่ได้รับการเตรียมตัวล่วงหน้าเพื่อรับการเปลี่ยนแปลง ประกอบกับบิดามารดาผู้ปกครองหรือตัววัยรุ่นเอง ขาดความรู้ไม่ได้รับคำอธิบาย แนะนำให้เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงและผลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้านก็จะมีปัญหาทางด้านจิตใจ อารมณ์ บุคลิกภาพ พฤติกรรม และปัญหาในการปรับตัวตามมา ปัญหาที่เกี่ยวกับพัฒนาการในแต่ละด้านมักมีความสัมพันธ์เกี่ยวโยงกัน และปัญหาแต่ละชนิดอาจจะเกี่ยวข้องกับพัฒนาการหลาย ๆ ด้านด้วยกัน ปัญหาที่เกิดขึ้นอาจจะ เป็นเพียงปัญหาทางสุขภาพจิตที่ยังไม่ถึงขั้นเป็นโรค หรืออาจเกิดพยาธิสภาพร้ายแรงขึ้นในจิตใจเด็กก็ได้ การจะตัดสินใจว่าเมื่อใดจึงถือว่าเกิดปัญหาหรือเกิดโรคทางจิตเวชก็โดยอาศัยหลักเปรียบเทียบสภาพจิตใจหรือพฤติกรรมของวัยรุ่นปกติอื่น ๆ ที่อายุไล่เลี่ยกัน ภายในสภาวะสังคมและวัฒนธรรมเดียวกันว่าเด็กมีความบกพร่องหรือผู้ที่อยู่แวดล้อมเกิดความยุ่งยาก หรือทั้งสองฝ่ายเกิดปัญหาขัดแย้งกัน

ปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นมีสาเหตุมาจาก

1. ปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย
2. การปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดจากการดำเนินชีวิตในวัยรุ่น

1. ปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัยรุ่นแบ่งออกได้เป็น 4 ด้านคือ
 - 1.1 ปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการทางด้านร่างกาย
 - 1.2 ปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการด้านอารมณ์และจิตใจ
 - 1.3 ปัญหาที่เกิดขึ้นจากพัฒนาการทางด้านสติปัญญา
 - 1.4 ปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการทางสังคม

1.1 ปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ที่มีการเจริญเติบโตขึ้น ทั้งขนาดรูปร่างอย่างรวดเร็ว ทำให้การทำงาน การเคลื่อนไหว ขาดความประสานสัมพันธ์กัน ดูแข็งก้าง กระโดดกระเดก ประกอบกับการเจริญเติบโตของลักษณะทางเพศขั้นที่สอง การพัฒนาเข้าสู่ความมีวุฒิภาวะทางเพศ ทำให้วัยรุ่นมีความอยากรู้อยากเห็น อยากรทดลอง ในเรื่องเกี่ยวกับเพศและความรู้สึกทางเพศ โดยการสำรวจตนเอง จากเพื่อนเพศเดียวกันหรือเพื่อนต่างเพศ ผลจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและแรงผลักดันที่เกิดขึ้นภายในตัววัยรุ่น อาจจะทำให้วัยรุ่น ประพฤติผิดทางเพศ ได้ซึ่งวัยรุ่นผู้ประพฤติผิดทางเพศจะมีความรู้สึกไม่สบายใจ เป็นกังวล และมีปัญหาอื่นตามมา เช่น การตั้งครมภ์นอกสมรสในระยะวัยรุ่น การทอดทิ้งเด็ก การไม่ยอมรับบุตร นอกจากปัญหาการประพฤติผิดทางเพศแล้ว ปัญหาในการเปลี่ยนแปลงของร่างกายว่าเติบโตเร็วหรือช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน ผู้ใหญ่ไม่ควรนำมาล้อเลียนซ้ำเติม เพราะจะทำให้การปรับตัวและสภาพอารมณ์ของวัยรุ่นสับสน กังวลมากขึ้น ซึ่งพบในวัยรุ่นหญิงมากกว่า เพราะวัยรุ่นหญิงต้องการการยอมรับในเรื่องรูปร่างหน้าตา มากกว่าวัยรุ่นชายที่ต้องการการยอมรับในเรื่องความสำเร็จ จากการสำรวจความรู้สึกของวัยรุ่นที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นจากการศึกษาของเจอร์ซิล (Jersild) พบว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่พอใจรูปร่างหน้าตาของตน และต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตาของตนเสียใหม่ ทั้งชายและหญิง นอกจากนั้นการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมของวัยรุ่นที่มีวุฒิภาวะเร็วและช้าที่มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย ของมูสเซ็น และคณะ (อ้างใน จิราภรณ์ อารยรังสฤษฎ์ 2526 : 17) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กชายอายุ 16 ปีที่มีวุฒิภาวะทางกายช้ากว่าปกติ กับอีกกลุ่มหนึ่งมีอายุตั้งแต่ 12-17 ปี เป็นกลุ่มที่มีวุฒิภาวะทางกายเร็วจากการศึกษา พบว่าพวกที่มีวุฒิภาวะทางกายช้า มีแนวโน้มจะมีปัญหาทางด้านอารมณ์ มักหงุดหงิด ขุ่นมัว จู้จี้และขี้นิน และวัยรุ่นกลุ่มนี้มักได้รับความนิยมน้อยกว่าเพื่อนน้อยกว่ากลุ่มที่มีวุฒิภาวะทางกายเร็ว

1.2 ปัญหาที่เกิดจากการพัฒนาเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์และจิตใจ ที่เนื่องมากจากการเปลี่ยนแปลงทางกายที่มีพลังผลักดันภายใน รวมทั้งมีสัญชาตญาณทางเพศเป็นพื้นฐานแล้ว ประกอบกับรูปร่างเติบโตใกล้เคียงกับลักษณะผู้ใหญ่ มีความสามารถทางด้านสติปัญญาเพิ่มขึ้น มีการสัมพันธ์กับบุคคลอื่นนอกบ้านกว้างขวางขึ้น และบางครั้งวัยรุ่นยังได้รับความสำเร็จในการทำกิจกรรมบางสิ่งบางอย่าง จึงทำให้วัยรุ่นอยากเป็นอิสระเป็นตัวของตัวเอง มีความเชื่อมั่นสูง พยายามเสาะแสวงหาค่านิยมต่าง ๆ มาเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว แต่ด้วยยังขาดการคิดการตัดสินใจที่รอบคอบและมีประสบการณ์น้อย จึงทำให้การดำเนินชีวิตผิดพลาดได้ง่าย (ปราณี รามสูตร

2528 : 66) ประกอบด้วยลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงง่ายไม่คงที่รุนแรง มักจะ
 ทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมต่อต้าน วิจารณ์ ไม่ยอมลงให้ผู้อื่น บางครั้งอารมณ์หงุดหงิด บางครั้ง
 สนุกสนาน บางครั้งกระตือรือร้น บางครั้งเฉื่อยชาคล้ายกับแยกตัวเอง ไม่ต้องการให้ผู้อื่นมาสนใจ
 แต่บางครั้งก็โกรธ น้อยใจ เสียใจที่ไม่มีใครให้ความสนใจ ซึ่งลักษณะอารมณ์และพฤติกรรมเหล่านี้
 เป็นลักษณะปกติของวัยรุ่นระยะต้นและระยะกลาง เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นระยะปลายจนถึงวัยผู้ใหญ่พฤติกรรม
 เหล่านี้จะค่อย ๆ เป็นปกติ และมีอารมณ์มั่นคงยิ่งขึ้น (วารุณี อมรทัต 2530 : 51)

1.3 ปัญหาเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านสติปัญญา ความคิดอ่านของวัยรุ่นเป็นไป
 ในเชิงนามธรรมมากขึ้น สามารถวิเคราะห์เปรียบเทียบการกระทำและค่านิยมของผู้อื่นอย่างมีเหตุผล
 มีระบบระเบียบ สามารถตั้งสมมติฐาน คาดการณ์เกี่ยวกับการดำรงชีวิตประจำวัน การมีสัมพันธภาพ
 และความรับผิดชอบที่มีต่อสังคม ประกอบกับวัยรุ่นเป็นระยะท้ายของการศึกษาในโรงเรียน และต้อง
 ขวนขวายศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมด้วยตนเองในระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีน้อยรายที่จะได้รับความช่วยเหลือ
 จากบุคคลอื่น หากวัยรุ่นไม่ได้รับการเตรียมพื้นฐานและความพร้อมในด้านการช่วยเหลือตนเองแล้ว
 ก็อาจประสบความล้มเหลวในทางการศึกษา มีปัญหาทั้งในด้านส่วนตัว สังคม และการประกอบอาชีพ
 การงานต่อไปด้วย นอกจากมีการพัฒนาทางด้านสติปัญญาที่พัฒนาในด้าน การใช้คำพูด การวิพากษ์
 วิจารณ์ การสนทนาได้เทียบกับผู้ใหญ่ มักมีเหตุผล สามารถโต้ตอบอย่างฉลาด ซึ่งผู้ใหญ่บางคนอาจ
 จะมองไปว่าวัยรุ่นมีกิริยามารยาทไม่เหมาะสม ผู้ใหญ่จึงควรให้อภัยและชี้แนะแนวทางการปฏิบัติตัว
 ที่ถูกต้องควรด้วยวิธีละมุนละม่อม ไม่ทำให้วัยรุ่นรู้สึกเสียหน้า เสียศักดิ์ศรี แต่ทำให้เขารู้สึกว่าผู้ใหญ่
 ห่วงดีต่อเขาและให้เกียรติเขา

1.4 ปัญหาเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านสังคม วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสัมพันธ์กับบุคคล
 ภายนอกครอบครัวมากขึ้น ลักษณะความสัมพันธ์ต่อบุคคลต่าง ๆ ยังแตกต่างกันไปตามวัย เช่น วัยรุ่น
 ตอนต้นมักต่อต้านบิดามารดา ผู้ปกครอง เพราะต้องการความอิสระ และจะหันกลับไปเชื่องกับบุคคลอื่น
 เช่น เพื่อน ครู หรือผู้ที่เขานับถือ เพราะเขาต้องการการยอมรับจากคนเหล่านั้น ในวัยรุ่นระยะ
 กลางจะยังต่อต้านผู้ใหญ่อยู่บ้าง แต่ทำอย่างมีเหตุผล มีวิจรรย์าน วัยรุ่นระยะกลางนี้ทั้งการคบ
 เพื่อนเพศเดียวกัน และคบเพื่อนต่างเพศ บางครั้งความสัมพันธ์อาจจะมีปัญหาอุปสรรคเกิดความรู้
 สึกแค้นเคืองผิดหวังได้ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นระยะปลาย ความสัมพันธ์กับเพื่อนและผู้อื่นมีความหมายมากขึ้น
 นำไปสู่มิตรภาพและความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง และวัยรุ่นตอนปลายนี้ยังมีความรับผิดชอบและช่วยเหลือผู้อื่น
 ซึ่งความรู้สึกับผิดชอบนี้จะนำไปสู่ความรับผิดชอบที่มีต่อครอบครัวและสังคมในอนาคตมากยิ่งขึ้น

2. การปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำรงชีวิต

นอกจากปัญหาที่เกิดจากการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัยแล้ว วัยรุ่นยังมีปัญหาการปรับตัวต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ

2.1 ปัญหาในเรื่องเศรษฐกิจ การเงิน ซึ่ง วอล์คเกอร์ (Kenneth Walker 1978 : 96-97) กล่าวว่า เป็นปัญหาที่พบมากในวัยรุ่น เพราะต้องจับจ่ายใช้สอยในการแต่งกาย การคบเพื่อนและร่วมกิจกรรมกลุ่ม บิตามารถที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจ อาจจะต้องทำ ตาหนี การให้จ่ายเงินเพื่อการนี้ ทำให้เด็กรู้สึกมีปมด้อยและอาจจะใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อให้ได้เงินมา และวอล์คเกอร์ ยังได้เสนอแนะวิธีการว่าผู้ใหญ่ควรสนับสนุนให้บุตรหลานทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อหารายได้พิเศษ และวิธีนี้จะช่วยให้วัยรุ่นรู้จักค่าของเงิน ทั้งยังให้ความภาคภูมิใจมั่นใจในตัวเอง

2.2 ปัญหาการทำตามเพื่อน วัยรุ่นเป็นวัยที่ได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนมาก ประกอบกับความรู้สึกอยากเท่าเทียมผู้อื่น รู้สึกน้อยหน้า และมีปมด้อยได้ง่าย ถ้ามีอะไรด้อยกว่าผู้อื่นจากความอยากเหมือนเพื่อนและต้องการการยอมรับจากเพื่อน จึงทำให้วัยรุ่นทำอะไรตามกลุ่มเพื่อนทั้ง ๆ ที่รู้ว่าไม่ดี เช่น ปัญหายาเสพติด อ้วนผาล ก่อความไม่สงบสุข หรือก่ออาชญากรรม

2.3 ปัญหาเกี่ยวกับความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งวัยรุ่นนี้ต้องการความเป็นอิสระ และความเป็นตัวของตัวเอง บางครั้งจะพบว่าวัยรุ่นเรียกร้องสิทธิส่วนตัวบ้าง เช่น การจัดห้อง และมีของใช้ส่วนตัว จากการศึกษาของวอล์คเกอร์ (Walker 1978 : 95-96) พบว่าเด็กวัยรุ่นที่ไม่มีที่ทางเป็นส่วนตัว ไม่สามารถพาเพื่อนมาเที่ยวบ้านได้มีสถิติไปตั้งแก๊ง ตั้งพวกพบปะกันตามที่นัดพบที่บ้านมากกว่าเด็กที่มีที่ทางส่วนตัวเป็นของตัวเองที่บ้าน

2.4 ปัญหาทางด้านพฤติกรรมก้าวร้าว เพราะ โดยธรรมชาติวัยรุ่นมีปฏิกริยาทางอารมณ์รุนแรงประกอบกับมีพลังกำลังทางกายมาก จึงทำให้พฤติกรรมการแสดงออกเกินไปโดยรุนแรงทั้งโดยวาจา และการกระทำ โดยเฉพาะเวลาที่เกิดความไม่พอใจขึ้น ดังนั้นบิตามารถตาและผู้เกี่ยวข้องต้องตระหนักว่าพฤติกรรมที่วัยรุ่นแสดงออกเกินไปตามพัฒนาการแห่งวัย ถ้าหากได้มีการส่งเสริมให้วัยรุ่น ได้มีกิจกรรม ได้ออกกำลังกายและเคลื่อนไหวให้มากจะช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงลงได้

เมื่อพิจารณาถึงปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัยในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และพฤติกรรมปรับตัวแล้วพอสรุปได้ว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนี้เป็นปัญหาที่พบได้ในชีวิตวัยรุ่นทั่วไป ซึ่งแต่ละคนจะมีปัญหามากน้อยต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น

สืบเนื่องมาจากความขัดแย้งภายในตัววัยรุ่นเอง มีความรุนแรงมากน้อยเพียงใด เพราะโดยปกติ ปัญหาที่เกิดจากการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆ จะทำให้วัยรุ่นรู้สึกกังวล สับสน ไม่แน่ใจ ในบทบาทของตน ถ้าหากได้รับการเตรียมพร้อมเพื่อรับการเปลี่ยนแปลงก็จะช่วยให้วัยรุ่นปรับตัวได้ดี แต่วัยรุ่นที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือ แนะนำ ประคับประครองจากผู้ที่เกี่ยวข้อง จะทำให้วัยรุ่นมีปัญหา ในการปรับตัวมากยิ่งขึ้น และก่อให้เกิดความผิดปกติทางด้านจิตใจ อารมณ์ บุคลิกภาพและพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความขัดแย้งภายในตัววัยรุ่นเองแล้วยังพบว่าปัญหาที่เกิดจากความขัดแย้ง ระหว่างความต้องการภายในตัวเองกับความต้องการของสังคม และค่านิยมของวัยรุ่นกับค่านิยม ของสังคมยังทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมที่ขัดกับความต้องการของสังคม เช่น ผ่าฝืนกฎระเบียบของ ครอบครัวยุโรป โรงเรียนและรวมไปถึงการแสดงพฤติกรรมที่ก่อความไม่สงบสุขให้แก่สังคม เช่น ปัญหาลักขโมย เข้ากลุ่มอันธพาล ติดสารเสพติด และก่ออาชญากรรม ดังนั้นการเลี้ยงดูอบรมสั่งสอน ที่แนะแนวทางที่ถูกต้องควร ตลอดจนสนองความต้องการแต่ละด้าน ตามความจำเป็น ได้อย่างเหมาะสม จะช่วยให้วัยรุ่นปรับตัวได้ดี มีสุขภาพจิตสมบูรณ์ เติบโตและพัฒนาไปเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าอย่าง แก่สังคมต่อไป

ฉลองรัฐ อินทร์ และคณะ (2527) ได้สำรวจปัญหาและความต้องการของวัยรุ่นไทย โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 11,555 คน จากโรงเรียนสังกัดกรม สำนัการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ โดยเลือกแบบเจาะจงให้เป็นตัวแทนของภาคกลาง เหนือ ใต้ ตะวันออก และตะวันออกเฉียงเหนือ โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผลการศึกษาพบว่า ปัญหาและความต้องการด้านร่างกาย พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิงมีความกังวลใจเกี่ยวกับ รูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณ ในระดับใกล้เคียงกัน ปัญหาด้านสุขภาพและความเจ็บป่วย วัยรุ่นชาย และหญิง ส่วนใหญ่มีสุขภาพดี ปัญหาและความต้องการด้านอารมณ์และจิตใจ พบว่าส่วนใหญ่วัยรุ่น ทุกวัยทุกเพศมีอาการแฉ่งใส ไม่ก้าวร้าว เมื่อมีปัญหาทางด้านอารมณ์จะแยกตัวเองอยู่ตามลำพัง ปัญหาและความต้องการทางด้านสังคม พบว่าวัยรุ่นชอบคบเพื่อนร่วมกลุ่มทำกิจกรรม การปฏิบัติ กิจกรรมทางศาสนาน้อย ในด้านครอบครัววัยรุ่นส่วนใหญ่ต้องการครอบครัวที่อบอุ่น มีความรัก ความเข้าใจกัน ในด้านการใช้เวลาว่างจะเน้นหนักทางด้านดนตรี กีฬา ทีวี วิดีโอ ในด้านการปกครองพบว่าวัยรุ่นต้องการมีสิทธิและใช้สิทธิในการปกครองประเทศ ในด้านการศึกษา วัยรุ่นต้องการศึกษาต่อให้มากที่สุดทั้งด้านอุดมศึกษาและอาชีวศึกษา ในด้านการเลือกอาชีพ วัยรุ่น ชายต้องการเป็นทหารและวิศวกร ส่วนวัยรุ่นหญิงตอนต้น ส่วนใหญ่ต้องการเป็นแพทย์ วัยรุ่นหญิง

ตอนกลาง และตอนปลายต้องการทำงานบริษัท การเลือกสถาบันการทำงานพบว่าวัยรุ่นต้องการทำงานในสถาบันของภาครัฐ

จากปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นที่เกิดจากรากเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย และการปรับตัวต่อปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตแล้ว ยังมีปัจจัยกระตุ้นและส่งเสริมให้ปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นทวีความรุนแรง หรือมีปัญหาเจ็บป่วยทางด้านจิตใจอารมณ์และพฤติกรรมได้ ซึ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกระตุ้นส่งเสริมให้เกิดปัญหาเจ็บป่วยทางด้านสุขภาพจิตแบ่งออกได้เป็น

1. ปัจจัยภายในตัววัยรุ่น
2. ปัจจัยภายนอกตัววัยรุ่น

1.1 ด้านพันธุกรรม เชื่อว่าพันธุกรรมมีความสำคัญต่อความสามารถในการพัฒนาการด้านต่าง ๆ นักวิทยาศาสตร์เชื่อว่า ยีน (Gene) เป็นตัวกำหนดรูปร่างลักษณะนิสัยและความสามารถทางสติปัญญา ซึ่งลักษณะเหล่านี้สามารถถ่ายทอดได้ ทางกรรมพันธุ์ และมีปัจจัยทางด้านสังคม สิ่งแวดล้อมเป็นตัวช่วยกระตุ้นให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้และมีประสบการณ์กว้างไกลขึ้น วัยรุ่นที่เก่งและฉลาดมักได้รับการยอมรับยกย่องจากครู เพื่อน และผู้ปกครอง จึงทำให้เป็นผู้มีความเชื่อมั่นในตัวเอง ชัยชนะแข็ง ถ้าปรับตัวได้ถูกต้องก็จะเป็นที่ชื่นชอบ แต่ถ้าปรับตัวผิด ข่มขู่วางตัวเหนือผู้อื่น ไม่เอื้อเฟื้อเพื่อน ทมทมน้อยกับตำราและไม่ร่วมกิจกรรมกลุ่ม มักจะกลายเป็นเด็กที่มีปัญหาได้เหมือนกัน (วิชณี ราชโรจน์ 2528 : 278)

1.2 ชีวเคมีในร่างกาย ความไม่สมดุลของสารเคมีในร่างกายมีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพและพฤติกรรมบางอย่างของบุคคลได้ เช่น ความไม่สมดุลของชีวเคมีในสมองซึ่งประกอบไปด้วย Neuro transmitter ประมาณ 10 ตัว ได้แก่ Acetylcholine, dopamine, norepinephrine Serotonin, histamine ฯลฯ Neurotransmitter แต่ละตัวจะมีบทบาทในการทำงานของสมองต่างกัน เช่น Acetylcholine ช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองจะเพิ่ม Activation pattern ในคลื่นสมองและในขณะที่ชัก Acetylcholine ในสมองจะลดลง Dopamine จะทำให้เกิด Stereotype behavior และมีบทบาทต่อการทำงานของประสาทส่วน Extrapyrimalidal ซึ่งควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายมนุษย์ (สุวิภา อารีพรค 2526 : 55) ในเด็กที่เป็นออทิสซึมจะพบ Serotonin ในกระแสโลหิตสูงชันกว่าปกติ และในรายที่เป็น Schizophrenia จะเฉลี่ยลดจะพบระดับ Serotonin ลดลง (Anan U.

Khan, 1979 : 135) นอกจากการทำงานของต่อมไร้ท่อ เช่น ต่อม Pituitary ต่อม Thyroid รังไข่ อัณฑะ จะเกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของร่างกาย การบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ และลักษณะทางเพศของมนุษย์ ถ้าต่อมเหล่านี้ทำงานไปตามปกติก็จะช่วยให้พัฒนาการทางบุคลิกภาพของมนุษย์เป็นไปโดยเรียบร้อย (สุวันทนา อารีพรรค 2524 : 152)

1.3 ภาวะเจ็บป่วยและอุบัติเหตุเกี่ยวกับระบบประสาทและสมอง จะมีผลทำให้พฤติกรรม บุคลิกภาพ จิตใจ และอารมณ์เปลี่ยนแปลงไป จากการศึกษาของสาวิตรี จิวังกูร และคณะ (2529 : 116-119) เกี่ยวกับปัญหาทางจิตใจและสังคมในผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงของบุคลิกภาพ มีบุคลิกภาพเดิมปรากฏชัดขึ้น มีการเสื่อมของระดับสติปัญญาความสามารถ มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และมีอาการของโรคทางจิต ภายหลังจากที่ได้รับบาดเจ็บของสมองหรือในผู้ป่วยที่ต่อมไทรอยด์ทำงานมากเกินไป จะพบการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ทั้งชุดทั้งจิตไม่โง่ง่าย (ชนิกา ตูจินดา 2530 : 221) นอกจากนั้นอาจจะพบอุบัติเหตุหรือปัญหาแทรกซ้อนที่เป็นอันตรายต่อระบบประสาทและสมองของทารกในขณะตั้งครรภ์ หรือจากการคลอดได้

1.4 ความบกพร่องหรือพิการทางกาย ในวัยเด็กจะมีผลต่อเด็กน้อยมาก เด็กที่รูปร่างหน้าตาตึกได้รับประสบการณ์ทางสังคมที่ดี มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาและกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกันดี ซึ่งตรงกันข้ามกับเด็กที่มีความบกพร่องทางกายหรือพิการ อ่อนแอ ชีโรค มักจะปรับตัวแตกต่างจากเด็กแข็งแรงปกติ เพราะประสบการณ์ทางสังคมต่างกัน เพื่อนฝูงไม่เอาใจใส่ ไม่ยอมรับยกย่อง เด็กประเภทนี้มักจะถอยหนีออกจากสังคม เก็บตัว มีปมด้อย สภาพความบกพร่องหรือความพิการนี้แม้ว่าจะไม่มีอิทธิพลโดยตรงต่อการปรับตัว แต่ก็มอิทธิพลทางอ้อม ซึ่งมีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล (นิภา นิธยาน 2520 : 163)

1.5 ในด้านจิตใจและอารมณ์ โดยปกติวัยรุ่นเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรงเปลี่ยนแปลงง่ายอยู่แล้วการอบรมสั่งสอนฝึกหัดให้วัยรุ่นรู้จักควบคุมและระบายอารมณ์ไปในทางที่ถูกต้องและเหมาะสม จะช่วยทำให้วัยรุ่นลดความตึงเครียดทางจิตใจ คลายความวิตกกังวลลงได้

1.6 ความขัดแย้งภายในตัวเองและความขัดแย้งระหว่างความต้องการภายในตัวเองกับความต้องการของสังคม ทั้งด้านค่านิยม อุดมคติ เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่เพ้อฝัน มีอุดมการณ์ อุดมคติ มีเป้าหมายเป็นของตน มุ่งมั่นความสำเร็จ และตั้งความหวังไว้สูง ทั้งนี้เนื่องมาจากวัยรุ่นยังประเมินความสามารถตัวเองได้ไม่ถูกต้องกับความเป็นจริง และมีข้อจำกัดในด้านอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น ด้านเศรษฐกิจ การพึ่งพาบิดามารดา จึงทำให้วัยรุ่นรู้สึกสับสน ผิดหวัง เมื่อไม่สามารถทำได้

ตามความมุ่งหมายของตน

1.7 ความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอก นอกจากจะมีผลต่อสุขภาพทางกายแล้ว ยังมีความสัมพันธ์กับภาวะเครียดและการเผชิญต่อภาวะเครียด (Stress and Coping) ซึ่งเป็นผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล ผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตน เมื่อประสบเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดภาวะเครียดจะพยายามค้นหาข้อเท็จจริงและแก้ไขสถานการณ์นั้น ในขณะที่ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะยอมรับเหตุการณ์ โดยไม่คิดแก้ไข (Ray 1982 : 487-488) และบุคคลที่สามารถเผชิญต่อภาวะเจ็บป่วย อุบัติเหตุ ตลอดจนภาวะวิกฤติต่าง ๆ ที่ทำให้ความเครียดและมีการปรับตัวต่อภาวะเครียดได้อย่างเหมาะสม แก้ไขสถานการณ์ได้อย่างมีเหตุผล มักจะเป็นบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูง ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวต่อภาวะเครียด ไม่ยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและโยนความผิดให้ผู้อื่นมีความเชื่ออำนาจภายนอกตนสูง (Murray and Huelskooter, 1983 : 409)

2. ปัจจัยภายนอกตัววัยรุ่น

2.1 วัฒนธรรมแต่ละสังคมและวัฒนธรรมมีเกณฑ์ของพฤติกรรมหรือปทัสถาน (Social Norm) ที่กำหนดให้คนในสังคมนั้นปฏิบัติตาม โดยมีระเบียบกฎเกณฑ์ตามที่สังคมกำหนดขึ้น ซึ่งปทัสถานที่กำหนดขึ้นมีทั้งที่ปฏิบัติเหมือนกันทุกเพศทุกวัยและแตกต่างกันตามวัย ปทัสถานที่เหมือนกันได้แก่ ความซื่อสัตย์ การมีมารยาท เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ ส่วนปทัสถานที่ต่างกันในแต่ละวัย เช่น วัยเด็กจะได้รับการดูแลเลี้ยงดูจากบิดามารดา เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้นมีเหตุผลสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาได้ พึ่งพาตนเองได้ ถ้าบุคลิกภาพของวัยรุ่นสอดคล้องกับกลุ่มเขาก็จะเป็นที่ยอมรับของสังคมมากกว่า แต่ถ้ามีบุคลิกภาพแตกต่างจากที่สังคมกำหนดก็จะเกิดความขัดแย้งขึ้นและมีปัญหาในการปรับตัวตามมา

2.2 สถาบันการศึกษา สัมพันธภาพระหว่างครู เพื่อนและเด็ก มีความสำคัญต่อการปรับตัวของวัยรุ่นมากกว่าความรู้จากหนังสือ (รัชณี ราชโรจน์ 2528 : 284) บรรยากาศภายในห้องเรียนทัศนคติของครูที่มีต่อการเรียนการสอนและนักเรียน กิจกรรมทั้งในและนอกหลักสูตรมีส่วนทำให้วัยรุ่นรู้สึกสบายใจมีความสุขที่จะเรียนหรือปฏิบัติ นอกจากสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน โปรแกรมการศึกษา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กฎระเบียบวินัยข้อบังคับของโรงเรียน ยังมีส่วนสัมพันธ์กับการปรับตัวของวัยรุ่นด้วย

2.3 บทบาทและสถานภาพทางสังคมของวัยรุ่น ต้องเปลี่ยนไปตามวัยและลำดับ

ความสามารถ วัยรุ่นที่สำคัญคนผิดคิดว่าตนเป็นที่นิยมยกย่อง ได้การยอมรับจากเพื่อนอาจจะแสดงพฤติกรรมที่ทำให้เพื่อนเสื่อมความนิยมได้ ซึ่งจะเป็นอันตรายต่อมโนภาพตนเองและการปรับตัวเพราะถ้าปรับตัวไม่ได้ก็ย่อมรู้สึกอึดอัดมีไม่ต้อย

2.4 ค่านิยม อุดมคติของวัยรุ่นที่ได้รับการถ่ายทอดจากบิดามารดา และสังคม ซึ่งค่านิยม อุดมคตินี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพการณ์ทางสังคมและวัฒนธรรม ในบางครั้งวัยรุ่นจะเกิดความรู้สึกไม่สมหวัง เมื่อค่านิยมอุดมคติของตนขัดกับสังคมและวัฒนธรรม อาจจะแสดงพฤติกรรมที่ไม่ชอบไม่ควร เช่น การเข้ากลุ่มอันธพาล ยกพวกตีกัน ก่อการจลาจล เป็นต้น

2.5 สถาบันครอบครัว เป็นสิ่งแวดล้อมแห่งแรกของเด็กซึ่งจะเป็นตัวกำหนดแบบแผนการดำเนินชีวิตของเขา องค์ประกอบของครอบครัวซึ่งประกอบด้วยบิดามารดาและบุตรที่มีส่วนสัมพันธ์และพัฒนาความรักความชื่นชม ความเข้าใจ ปรานีปรานอมกัน ตลอดจนมีความรักผิดชอบร่วมกันระหว่างสามีภรรยา เป็นบรรยากาศที่ไม่ตึงเครียดและสนับสนุนการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กให้เจริญได้ด้วยดี เด็กที่อยู่ในบรรยากาศของครอบครัวเช่นนี้จะมีความสุข ไม่ตึงเครียด มีความมั่นใจในตัวเองและสิ่งแวดล้อมทำให้เด็กสร้างความสัมพันธ์และปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมได้ง่าย ตรงกันข้ามถ้าครอบครัวมีลักษณะแตกแยก บิดามารดาแยกทางหรือตายจากกันหรือทะเลาะวิวาทกันเป็นประจำ หรือบิดามารดาไม่เลี้ยงดูบุตร เด็กจะขาดความสุขและการพัฒนาทางบุคลิกภาพจะผิดปกติ (สุวิทนา อารีพรค 2524 : 15-17)

2.6 การอบรมเลี้ยงดู บิดามารดาควรเลี้ยงดูเด็กในลักษณะไม่ปกป้องตามใจเด็กมากเกินไป ไม่ลำเอียง ผลักไส ทอดทิ้งเด็ก ไม่เคร่งครัดหรือเจ้าระเบียบเกินไป มีความเสมอต้นเสมอปลาย และเป็นแบบอย่างที่ดี ในวัยรุ่นที่มีปัญหาทางพฤติกรรม อารมณ์ จิตใจหรือบุคลิกภาพไม่ปกติ มีนิสัยเกเร เป็นอันธพาล มักจะเกี่ยวโยงกับประสบการณ์เบื้องต้นที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู การให้ความเอาใจใส่ภายในครอบครัว ซึ่งความสัมพันธ์ภายในครอบครัววัยรุ่นมีหลายรูปแบบ แต่ละแบบย่อมมีส่วนที่จะส่งเสริมพัฒนาหรือสะกิดกันพัฒนาการของวัยรุ่นแตกต่างกันไป เด็กที่เกเรหรือมีปัญหาด้านจิตใจ อารมณ์ และการปรับตัว ส่วนมากมาจากครอบครัวที่บิดามารดาให้การอบรมเลี้ยงดูไม่ถูกต้องเหมาะสม ดังเช่นคำกล่าวของ แอดเลอร์ (Adler) ที่ว่าเด็กทารกที่เกิดมาและได้สัมพันธ์เกี่ยวข้องกับคนที่อยู่รอบข้างในขอบเขตและกฎเกณฑ์ของสังคม ได้เรียนรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ จากการสังเกตในครอบครัวต่อไปจะพัฒนาขึ้นกลายเป็นทัศนคติ ความเชื่อ

และบุคลิกภาพในที่สุด (อ้างถึง บิณุช ประจักษ์จิระ 2530 : 21) ดังนั้นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งในพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กก็คือความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูที่ถูกต้องเหมาะสมของบิดามารดา

สรุปสาเหตุของการเกิดปัญหาทางจิตในวัยรุ่น แบ่งได้ 3 ประการคือ

1. โรคทางกายหรืออุบัติเหตุ เช่น โรคสมองอาจทำให้สติปัญญาเสื่อม มีความผิดปกติในการรับรู้และการตอบสนอง มีผู้ศึกษาพบว่าเด็กที่โรคสมองจะมีอาการทางจิตเวชได้ในอัตราถึง 5 เท่าของเด็กปกติ (ศรีธรรม ฐานะภูมิ) นอกจากนี้โรคทางกายที่เรื้อรัง เช่น เบาหวาน โรคไต โรคหัวใจแต่กำเนิด หรือความพิการที่เกิดขึ้น จะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการและการปรับตัวของเด็กทั้งร่างกายและจิตใจ จะทำให้เด็กมีความรู้สึกกังวล และอาจก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ตามมาได้ เนื่องจากเด็กได้รับความทุกข์ทรมานจากโรค จากการถูกจำกัดอาหารหรือกิจกรรม ทำที่ของบุคคลอื่นที่มต่อเด็กป่วยจะต่างไปจากทำที่ที่มต่อเด็กปกติ
2. สิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด ได้แก่ ลักษณะของร่างกายพื้นฐานทางจิตใจ อารมณ์ ความสามารถประจำตัว ซึ่งอาจจะเป็นผลจากพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมร่วมกัน
3. สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม สภาพแวดล้อมที่สำคัญที่สุดคือครอบครัว ครอบครัวจึงเป็นสิ่งแวดล้อมภายนอกตัวเด็กที่เด็กจะเริ่มฝึกการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเรียนรู้บทบาทของตนเอง และของผู้อื่นไปพร้อม ๆ กัน การเลี้ยงดูเด็กที่ประสบความสำเร็จก็คือ การช่วยให้เด็กมีพัฒนาการจากภาวะที่พึ่งพาผู้อื่น ไปสู่ภาวะที่เขาสามารถควบคุม พึ่งพาตัวเองและปรับตัวได้อย่างเหมาะสม เด็กที่ปรับตัวได้ยากในครอบครัวส่วนมากมักจะมีปัญหาในการปรับตัวต่อสังคมภายนอกด้วย ทำที่และ ความประทับใจของเด็กต่อบิดามารดาของเขาจะกลายมาเป็นทำที่ต่อผู้ใหญ่ในบ้าน ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่ดี สภาพครอบครัวที่เหมาะสมจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้และฝึกงานเองในด้านต่าง ๆ ที่ละน้อย บิดามารดาที่เป็นผู้ฝึกอบรมจึงจำเป็นต้องมีสุขภาพจิตที่มั่นคง และมีการแสดงออกที่สม่ำเสมอ ความขัดแย้งภายในครอบครัวก็ควรมีได้เป็นธรรมดาและบิดามารดาควรมีวิธีแก้ไขที่เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่บุตร เด็กควรได้รับประสบการณ์หลาย ๆ ด้าน ทั้งที่เป็นความสุขและความทุกข์ เพื่อช่วยให้เขาเกิดการเรียนรู้ในการปรับตัว และสามารถเผชิญเหตุการณ์และแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีเหตุผลถูกต้อง เมื่อเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

จากที่กล่าวมาทั้งหมด จะเห็นได้ว่าปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นมีสาเหตุมาจากทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสิ่งที่มีอิทธิพลต่อพื้นฐานทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสิ่งแวดล้อม ของวัยรุ่นก็คือ เจตคติ ท่าที แบบแผนการอบรมเลี้ยงดู และการปฏิบัติต่อบุตรและของบิดามารดา ตลอดจนความสัมพันธ์ภายในครอบครัวล้วนเป็นปัจจัยที่กระตุ้นส่งเสริมให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่นได้ ดังนั้นการให้ความรักความอบอุ่น การมีสัมพันธภาพที่ดีภายในครอบครัว และการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรที่เหมาะสมตามระยะพัฒนาการตอบสนองความต้องการในปริมาณที่เพียงพอและเหมาะสมกับความต้องการของบุตร ก็จะช่วยให้บุตรเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่มีสุขภาพร่างกาย จิตใจสมบูรณ์แข็งแรงได้

การป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น

บิดามารดาเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตแก่บุตร ซึ่งการป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ การป้องกันระยะที่ 1 (Primary Prevention) การป้องกันระยะที่ 2 (Secondary Prevention) และการป้องกันระยะที่ 3 (Tertiary Prevention)

1. การป้องกันระยะที่ 1 (Primary Prevention) เป็นการป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตโดยเน้นที่ความพร้อมของบิดามารดาในด้านจิตใจอารมณ์ สังคมเศรษฐกิจ การเลี้ยงดู และสัมพันธภาพภายในครอบครัว ความรักใคร่ผูกพัน และความประทับใจอื่น ๆ ความเข้าใจกันระหว่างบิดามารดาและผู้เลี้ยงดู ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น เช่น ครู เจ้าหน้าที่ที่มีสุขภาพจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในพื้นฐานทางจิตวิทยาพัฒนาการ การเจริญเติบโตของเด็กแต่ละวัย และสามารถแนะนำเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยาพัฒนาการของเด็กแต่ละวัยให้เด็กเข้าใจ เพื่อเตรียมตัวรับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น เช่น การเรียนรู้บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ การเตรียมพร้อมสำหรับการเป็นบิดามารดาที่ดี การส่งเสริมสุขภาพจิตของบิดามารดาและระยะตั้งครรภ์และในระยะเลี้ยงดูบุตร การมีเจตคติที่ดีต่อการอบรมเลี้ยงดูบุตร ตลอดจนสนับสนุนให้บิดามารดาศึกษาหาความรู้เพื่อเพิ่มพูนทักษะในการเลี้ยงดูบุตร เช่น เข้าร่วมการอบรมสัมมนาหรือเข้าร่วมกิจกรรมตามโครงการที่จัดขึ้น เช่น โครงการการแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมเด็ก โดยการเสริมแรง การให้รางวัล การจูงใจ และวิธีการอื่น ๆ เพื่อให้การอบรมเลี้ยงดูบุตรได้ถูกต้องรวมทั้งช่วยเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์

ให้กับตนเองตลอดจนสามารถพัฒนาทักษะในการอบรมเลี้ยงดูบุตรและแนะนำบุตรได้ถูกต้องตามวัย

สรุปการป้องกันระยะที่ 1 มี

หลักในการส่งเสริมและป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่นที่บิดามารดาควรปฏิบัติคือ
(วารุณี อมรทัต 2529 : 148-152)

1. การเตรียมตัวของบิดามารดาก่อนแต่งงานให้มีความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา สังคมและเศรษฐกิจพอที่จะก่อตั้งครอบครัวใหม่ และรับผิดชอบดูแลครอบครัวให้มีความมั่นคงสงบสุข มีบุตรซึ่งมีร่างกายและสมองที่สมบูรณ์ มีความสามารถที่จะเลี้ยงบุตรให้เติบโต มีความสุขกาย สุขใจ ความประพฤติดี มีจริยธรรม มีความสามารถตามวัยและตามอัธยาศัยของเขาได้
2. บิดามารดาอย่าหมิ่นบุตรตั้งแต่ก่อนคลอดและหลังคลอด ไม่ว่าจะบุตรนั้นจะเป็นสิ่งที่สมหวังของบิดามารดาหรือไม่ หรือมีสภาพอย่างไรก็ตามอย่างหนึ่งอันไม่เป็นที่น่าพึงปรารถนา
บิดามารดาที่มีความรักและหวังดีต่อบุตรอย่างแท้จริงย่อมไม่หวังผลในตัวบุตรและไม่ท้อแท้หวาดต่อคำวิจารณ์ ครหาโดยอคติใด ๆ ทั้งสิ้น
3. บิดากับมารดาต้องมีส่วนร่วมเท่าเทียมกันในการให้ความรักและการเลี้ยงดูโดยเข้าใจถึงพัฒนาการของบุตรแต่ละขั้นตอน พฤติกรรมของบุตรแต่ละวัย และความต้องการของบุตรแต่ละคนที่ไม่เหมือนกันเลย รวมทั้งรู้จักวิธีการปฏิบัติต่อบุตรในทุกโอกาส โดยไม่ผลักดันให้เป็นภาระของฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดโดยเฉพาะ และถือว่าเป็นหน้าที่ของบิดาและมารดาในการรับผิดชอบต่อบุตรร่วมกัน
4. บิดามารดาต้องมีความอดทนหนักแน่นและมั่นคงในการปฏิบัติตนเอง ในการปฏิบัติต่อกันและกันรวมทั้ง การปฏิบัติต่อบุตรด้วย เพราะครูคนแรกและครูที่มีชีวิตร่วมกับเด็กอย่างยาวนานที่สุดก็คือบิดามารดานั่นเอง เด็กจะเลียนแบบอย่างบุคลิกภาพและการกระทำของบิดามารดาอยู่ตลอดเวลา โดยเด็กเองก็ไม่รู้ตัวและบิดามารดาเองก็อาจจะไม่รู้ตัว ถ้าแนวทางในการปฏิบัติของบิดามารดาหรือผู้ใหญ่อื่น ๆ ไม่มั่นคงแข็งแรงและไม่คงเส้นคงวาแล้วเด็กย่อมจะเกิดความรู้สึกท้อแท้ หวั่นไหว ไม่มั่นคงและสับสนในบทบาทที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมออันได้ ซึ่งก่อให้เกิดความวิตกกังวลและมีพฤติกรรมที่ไม่ดีตามมา
5. บิดามารดาควรเข้าใจว่าเด็กนั้นแม้จะมีอายุน้อยและขนาดตัวยังเล็ก แต่ความคิดอ่าน อารมณ์ จิตใจ ร่างกาย และความต้องการต่าง ๆ ของเขานั้นเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

เวลา และก้าวพัฒนาไปสู่ภาวะตามขั้นตอนของวัย นอกจากนี้เขาต้องเผชิญกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้ในตัวของเขาเองแล้ว เขายังต้องประสบกับปัญหาต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อมนอกตัวเองด้วยอยู่ตลอดเวลาเช่นกัน โดยเฉพาะในยุคที่สังคม มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

แม้แต่บิดามารดาหรือผู้ใหญ่เองก็ปรับตัวเกือบไม่ทันอยู่แล้ว เด็กซึ่งยังพัฒนาอยู่ตลอดเวลาจะต้องปรับตัวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในตนเอง ซึ่งก็นับว่าเป็นภาระหนักสำหรับเขาอยู่แล้ว เด็กยังต้องปรับตัวกับการผันแปรของสังคม และความแปรปรวนของอารมณ์ของผู้ใหญ่เพิ่มขึ้นอีกย่อมเป็นสภาวะที่เด็กอาจทนเกือบไม่ได้ หรืออาจไม่ไหวเอาเลยทีเดียวหากไม่มีผู้ใหญ่ที่เข้าใจคอยสนับสนุนและปลอบประโลมให้กำลังใจ

6. บิดามารดาควรยอมรับและให้โอกาสแก่เด็กในการคิดและในการกระทำบางอย่าง ซึ่งเป็นการเรียนรู้และหาประสบการณ์ชีวิตของเขาด้วยตัวของเขาเอง เล่าที่เด็กจะจดจำและปรับปรุงตนเองได้ดีเท่าบทเรียนที่เขาได้มีส่วนทดลองทั้งในความสำเร็จ สมหวัง และในความคิดพลาด นับว่าเป็นบทเรียนที่สูงค่า เพราะเด็กได้เรียนรู้และมีประสบการณ์ด้วยตัวเอง

7. บิดามารดาให้ โอกาสบุตร ได้พัฒนาและเรียนรู้ความหมายของชีวิตด้วยตนเอง แต่ไม่ควรลืมว่าเด็กยังขาดวิจารณญาณและประสบการณ์บางอย่าง ดังนั้นการจำกัดขอบเขตสำหรับการกระทำบางอย่างอันไม่เหมาะสมก็เป็นสิ่งที่พึงระวังไว้ด้วย แต่ควรเป็นการปฏิบัติโดยวิธีอันละมุนละม่อมผ่อนปรน เพื่อให้เด็กทราบถึงความหวังดีต่อเขาและ โดยชี้แจงให้ทราบถึงเหตุผล มิใช่ด้วยการระบายนามอันตึงเครียดหรือเงินค้ำของผู้ใหญ่ลงที่เด็ก

8. บิดามารดาไม่ควรจุกจิกกับเด็กจนเกินไป ควรปล่อยให้เขาเป็นตัวของตัวเอง แต่ในขณะที่เดียวกันก็ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เข้าหาบิดามารดาด้วยความสบายใจและมั่นใจ เมื่อเขามีปัญหาที่ต้องการระบายหรือขอคำปรึกษา ท่ามกลางมรสุมชีวิตไม่ว่าจะเป็นความเจ็บป่วยทางกายหรือป่วยทางจิตใจ หรือท้อแท้สิ้นหวังที่พึ่งอื่นใดไม่ได้ บิดามารดาก็ยังเป็นประทีปส่องทางให้บุตรได้ก้าวไปตามครรลองสู่จุดหมายของชีวิตไม่ว่าจะลำบากหรือห่างไกลสักเพียงใด บิดามารดาก็ยังเป็นที่พึ่งให้ความช่วยเหลือชี้แนะแก่บุตรได้

9. บิดามารดาควรปฏิบัติต่อบุตร เสมื่อบุตรเป็นสิ่งมีชีวิต มีความสามารถ มีความรู้สึก มีชีวิตจิตใจ และมีวิญญาณอันประเสริฐของความเป็นมนุษย์มิใช่เป็นวัตถุ ดังนั้นสิ่งที่บิดามารดาให้บุตรจึงควรให้ด้วยน้ำใจ มิใช่ด้วยวัตถุเช่นกัน

10. ความสัมพันธ์อันดีระหว่างบิดามารดาและบุตร ซึ่ง จินตนา ยูนิพันธ์ (2529) กล่าวว่าสุขภาพจิตของบิดามารดาส่วนหนึ่งมาจากความสัมพันธ์ในครอบครัว ถ้าบิดามารดา รักใคร่กันดี ยกย่องนับถือกันทั้งบิดาทั้งมารดาก็จะมีความสัมพันธ์อันดีกับบุตร บุตรก็จะเจริญเติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่ดีและมีความสุข หากความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดีก็ยากที่บุคคลในครอบครัวจะมีความสุขได้

2. การป้องกันระยะที่ 2 (Secondary Prevention) เป็นที่การช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาทางจิตเวชแล้ว โดยพยายามรีบค้นหาเด็กที่มีปัญหาทางด้านพฤติกรรมและอารมณ์ แล้วให้การช่วยเหลือทันทีเพื่อป้องกันการเจ็บป่วยทางจิตที่เรื้อรังและรุนแรงต่อไป ระยะเวลาบิดามารดาสามารถช่วยเหลือบุตร ได้โดยสังเกตความผิดปกติทางด้านจิตใจอารมณ์ และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับบุตร ซึ่ง โบเวอร์ (Bower) ได้กล่าวถึงสัญญาณที่บ่งบอกได้ว่าเด็กวัยรุ่น มีปัญหาในการปรับตัว คือ มีแบบแผนพฤติกรรมไม่เหมาะสมกับวัยหรือมีความรู้สึกไม่เหมาะสมกับสถานการณ์ซึมเศร้า ไม่มีความสุข อารมณ์ไม่แจ่มใส มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาทางด้านร่างกาย เช่น ความเจ็บปวด มีปัญหา ส่วนตัวหรือ ปัญหาเกี่ยวกับการเรียน

สรุปหลักในการป้องกันระยะที่ 2 มีหลักในการส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันการเกิดปัญหาทางจิตเวชในวัยรุ่น ดังนี้ (จินตนา ยูนิพันธ์ 2529) บิดามารดาต้องรู้จักสังเกต เอาใจใส่ซักถาม และรับฟังปัญหาของบุตร ตลอดจนสามารถขอคำปรึกษาแนะนำช่วยเหลือจากแหล่งอื่น ๆ เช่น จากจิตแพทย์ นักจิตวิทยา พยาบาลจิตเวช ในกรณีที่บิดามารดาไม่สามารถแก้ปัญหาให้แก่บุตรได้ ซึ่งปัญหาที่พบจะเป็นปัญหาเกี่ยวกับ

1. ปัญหา การอบรมเลี้ยงดูบุตร ทั้งนี้ เพราะบิดามารดาขาดความรู้ความเข้าใจในพัฒนาการและความต้องการของบุตร ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสม การตอบสนองความต้องการของบุตร การปฏิบัติต่อบุตรเมื่อบุตรแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การควบคุม จำกัดและปรับพฤติกรรมของบุตรให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม การรับรู้ความหวังและความรู้สึกของบุตร การยอมรับเข้าใจและพยายามค้นหาปัญหา ความรู้สึกต่าง ๆ ที่มีอยู่ แก้ไขข้อขัดแย้งที่เกิดขึ้น ประคับประคองจิตใจซึ่งกันและกัน ตลอดจนการมีส่วนร่วมรับผิดชอบเลี้ยงดูบุตรร่วมกันของบิดามารดา

2. การเลี้ยงดูบุตรขณะที่มีปัญหาเกิดขึ้นภายในครอบครัว เช่น ครอบครัวเผชิญภาวะวิกฤติ บิดามารดา มีปัญหาในชีวิตสมรส บิดามารดาและบุตรหรือญาติพี่น้องมีปัญหาขัดแย้งกัน

บุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยด้วยโรคทางกายหรือทางจิต หรือการตายของสมาชิกในครอบครัว

3. ปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมแสดงออกของบุตร เช่น มีปัญหาด้านการเรียน ความประพฤติ การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

การป้องกันระยะที่ 3 (Tertiary Prevention)

เป็นการให้การฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งด้านร่างกายจิตใจ แก้วัยรุ่นที่เจ็บป่วยหรือมีปัญหาทางจิต ได้รับการรักษา และอาการทุเลาลงแล้ว บิดามารดาหรือเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องจะร่วมมือกันในการ เสริมสร้างความรู้ใหม่ ผูกพันอาชีพให้ผู้ป่วยวัยรุ่นสามารถกลับเข้าไปดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้ตามปกติ ตลอดจนสามารถประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองได้ไม่เป็นภาระแก่ครอบครัวและสังคมต่อไป ในการป้องกันระยะที่ 3 นี้ บิดามารดาญาติพี่น้องและสังคมควรจะช่วยเหลือประคับประคองจิตใจให้ วัยรุ่นที่เจ็บป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพจิตสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างราบรื่น ยอมรับว่าผู้ป่วยเป็น สมาชิกของสังคม ไม่ประนาม ล้อเลียน เทียดหยาม เมื่อมีปัญหา ก็ให้การช่วยเหลือและ ประคับ ประคอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้ผู้ป่วยเกิดกำลังใจรู้สึกว่ามีคนรักเป็นห่วงรู้สึกมีค่า มีความหวัง ที่จะต่อสู้ชีวิตต่อไป

ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่น

ครอบครัวเป็นสถาบันที่มีอิทธิพลสำคัญที่สุดในการปรับปรุงพฤติกรรมของบุคคล ครอบครัว เป็นหน่วยพื้นฐานที่เล็กที่สุดของสังคม แต่มีความสำคัญมากที่สุดของสังคม ชีวิตของคนเรามีส่วน ผูกพันกับครอบครัวอยู่ตลอดเวลา เด็กเล็ก ๆ จะมีความสัมพันธ์กับสมาชิกภายในครอบครัวอย่าง ง่าย ๆ เมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้น โดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ความสัมพันธ์กับบุคคลภายในครอบครัว จะยุ่งยากสลับซับซ้อนมากขึ้น และมักเกิดปัญหาขัดแย้งกันเสมอ ๆ เพราะวัยรุ่นอยากเป็นอิสระ ไม่อยากให้มีใครมาบังคับและต้องการเป็นตัวของตัวเอง

เด็กวัยรุ่นกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัวจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะครอบครัวเป็น โลก แห่งแรกของเด็ก พัฒนาการต่าง ๆ จะมีจุดเริ่มต้นมาจากชีวิตในครอบครัว ถ้าวัยรุ่นได้รับการ อบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวมาดี เขาก็สามารถพัฒนาบุคลิกภาพ ไปได้เรียบร้อยและราบรื่น แต่ถ้า เขาประสบปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัว บุคลิกภาพของเขาจะไม่ได้รับการกระทบกระเทือน

ตามไปด้วย

ความหมายของครอบครัว

เคพฟาร์ท (Kephart) ได้ให้ความหมายของครอบครัวไว้ โดยพิจารณาถึงความผูกพันกับประเพณีที่เคยปฏิบัติกันมาตั้งแต่เดิมว่า ครอบครัวนั้นเกี่ยวเนื่องกับความสัมพันธ์ทางเพศที่มีเวลานานพอที่จะให้กำเนิดบุตรและเลี้ยงบุตรเหล่านั้นได้

ศาสตราจารย์เดวิส (Kingsley Davis) ให้ความหมายว่าครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานและสากที่สุดของทุกสถาบัน

สารานุกรมบริแทนนิกา ได้ให้ความหมายครอบครัวว่าเป็นกลุ่มของบุคคลต่าง ๆ ที่รวมกันขึ้น โดยการผูกพันด้านการแต่งงาน การสืบสายโลหิต หรือการรับเป็นบุตรบุญธรรม ซึ่งทำให้บุคคลเหล่านั้นอยู่ร่วมกันในบ้านเรือนเดียวกัน

คุณสมบัติของครอบครัว

ศาสตราจารย์เดวิส ได้แบ่งครอบครัวออกเป็น 2 ลักษณะคือ

1. ในทางจิตวิทยา มุ่งชี้ให้เห็นว่าครอบครัวเป็นกลุ่มปฐมภูมิ มีความผูกพันกันอย่างใกล้ชิดของบรรดาสมาชิกของกลุ่มที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน มีการพบปะและแสดงอาการตอบสนองต่อกันและกัน อันถือว่าเป็นพื้นฐานแห่งความสัมพันธ์กันทางสังคม

2. ในทางสังคมวิทยา ถือว่าบรรดาสมาชิกในครอบครัวนั้นต่างฝ่ายต่างให้ และรับประสบการณ์จากกันและกัน ซึ่งถือว่าต่างฝ่ายต่างถ่ายทอดพฤติกรรมให้แก่กันและกันอันเป็นกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม (socialization) เพื่อปรับสภาพของตนเองให้เข้ากับสังคมได้

แมคอีเวอร์และเพจ (Maciver and Page) กล่าวว่าครอบครัวมีลักษณะสำคัญ 5 ประการ

1. มีการแสดงถึงความสัมพันธ์ในการเลือกคู่ครอง
2. มีการแต่งงานหรือการมาอยู่ร่วมกัน
3. มีการผูกพันทางสายโลหิต โดยการให้กำเนิดบุตรและให้การเลี้ยงดูบุตร
4. มีการจัดการด้านเศรษฐกิจ โดยสมาชิกของครอบครัวมีส่วนร่วม
5. มีการอยู่ร่วมกันของสมาชิกในครอบครัว

เบอร์เกส กับล็อก (Burgess กับ Locke อ้างในสัทธา สุภาพ 2527 : 73-74) ก็มีความคิดเห็นสอดคล้องกับแมคอีเวอร์และเพ็จ ซึ่งกล่าวว่า ครอบครัวจะต้องมีลักษณะสำคัญ 4 ประการดังต่อไปนี้ คือ

1. ครอบครัวประกอบด้วยบุคคลที่มาารวมกัน โดยการสมรส ความผูกพันทางสายโลหิต หรือการเลี้ยงดู การสมรสแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยา ส่วนความผูกพันทางสายโลหิต คือ ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและบุตร รวมทั้งบุตรบุญธรรมด้วย
2. สมาชิกของครอบครัวเหล่านี้อยู่รวมกันภายในครัวเรือนเดียวกัน หรือบางครั้งก็แยกกันไปอยู่ต่างหาก ปัจจุบันครอบครัวจะมีขนาดเล็ก ประกอบด้วยสามีภรรยาและบุตรหนึ่งหรือสองสามคนขึ้นไปหรือไม่เลย
3. ครอบครัวเป็นหน่วยของการติดต่อโต้ตอบระหว่างบุคคล เช่น สามีภรรยาบิดามารดาบุตร พี่น้อง กำหนดบทบาทของแต่ละครอบครัวไว้
4. ครอบครัวถ่ายทอดรักษาวัฒนธรรม และรับแบบของความประพฤติในการปฏิบัติต่อกัน เช่น ระหว่างสามี ภรรยา ระหว่างบิดามารดาและบุตร และเมื่อผสมผสานกับวัฒนธรรมที่นอกเหนือไปจากครอบครัวก็จะได้แบบของความประพฤติที่สมาชิกปฏิบัติต่อกันและต่อผู้อื่น

ประเภทของครอบครัว

เฮอร์ล็อก Hurlock (อ้างในสัทธา สุภาพ 2527 : 73-74) ได้แบ่งครอบครัวเป็น 3 ประเภท คือ

1. ครอบครัวเดี่ยว (Nuclear family) เป็นครอบครัวที่ประกอบด้วยสามี ภรรยา และบุตร (บุตรนี้อาจจะเป็นบุตรบุญธรรมก็ได้) ปัจจุบันมีแนวโน้มของครอบครัวแบบนี้น่ามากขึ้น เนื่องจากเหตุผลทางเศรษฐกิจ เพราะการมีครอบครัวใหญ่เป็นการสิ้นเปลืองครอบครัวเดี่ยวแบบนี้น่ายังมีความเป็นอิสระ แต่ก็ต่างเห็นจากญาติพี่น้อง อาจทำให้เกิดความวุ่นวายและขาดความอบอุ่นได้
2. ครอบครัวขยาย (Extended family) เป็นครอบครัวที่ประกอบด้วย ครอบครัวเดี่ยว (nuclear family) และญาติพี่น้อง (เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา เป็นต้น) อาจจะอยู่ภายใต้หลังคาเดียวกัน หรือเซตบ้านเดียวกัน หรืออยู่ในบริเวณเดียวกัน โดยมีพี่น้องที่สมรสแล้วหลายคู่ คือ ทั้งคู่สมรสและบุตร รวมทั้ง ปู่ ย่า ตา ยาย อยู่ด้วยกัน ญาติพี่น้องก็มีหน้าที่

ช่วยเลี้ยงดูบุตรหลาน เป็นครอบครัวที่มีความรักความอบอุ่น แต่ขาดความเป็นอิสระเพราะสมาชิกอาวุโสสูงสุดจะทำหน้าที่เป็นหัวหน้าครอบครัว

3. Polygamous family ประกอบด้วยสามีหนึ่งภรรยาหลายคน ครอบครัว แบบนี้จึงเป็นครอบครัวเดี่ยว 2 ครอบครัว หรือมากกว่าที่มีสามีและบิดาร่วมกัน

สำหรับสังคมไทยได้แบ่งประเภทของครอบครัวออกไปตามถิ่นที่อยู่อาศัยมีอยู่ 2 ประเภทคือ ครอบครัวชนบทไทย และครอบครัวสมัยใหม่

ครอบครัวชนบท

ดร. ไพฑูรย์ เครือแก้วฯ (2522) ได้กล่าวถึง "ลักษณะ โดยทั่วไปของครอบครัวชนบทไทย" ว่า

1. เป็นครอบครัวขยาย (extended family) ครอบครัวประเภทนี้นอกจากจะมีบิดามารดาและบุตร ๆ แล้วยังมีคนอื่น ๆ มาอยู่ร่วมด้วย ซึ่งมักจะ ได้แก่ญาติพี่น้องของคู่สมรสเอง นอกจากนั้นเดิมมีความนิยมกันว่า ชายคนหนึ่งมักมีภรรยาหลายคนในคราวเดียวกัน และนำภรรยาเหล่านั้นมาอยู่ร่วมในบ้านหรือตั้งบ้านเรือน ในบริเวณเดียวกัน จึงทำหน้าที่ของชายที่จะต้องอุปการะเลี้ยงดูบุตรธิดาที่เกิดจากภรรยาเหล่านั้น ตลอดจนคนในครอบครัวของตนทั้งหมดโดยทั่วถึงกัน และประเพณีเช่นนี้ไม่เป็นที่ยอมรับปฏิบัติกันแล้ว ในปัจจุบัน
2. ชายเป็นใหญ่กว่าหญิง (patriarchal family) เป็นหน้าที่ของบิดาที่จะให้ความคุ้มครองป้องกัน และให้การอุปการะในทางเศรษฐกิจแก่ผู้ที่อยู่ในครอบครัว มีสิทธิและอำนาจมากกว่าคนอื่น ๆ ก่อรจัดทรัพย์สินและเงินทองต่าง ๆ ภายในครอบครัวถือว่าเป็นอำนาจของบิดารวมทั้งการสืบสกุลก็ใช้นามบิดาด้วย
3. เคารพเชื่อฟังกันตามลำดับอาวุโส (seniority) ประเพณีไทยถือเรื่องอาวุโสเป็นเรื่องสำคัญมาก ผู้มีอาวุโสน้อยกว่าฟังเคารพเชื่อฟังผู้มีอาวุโสมากกว่า ตามระบบนี้อาจจะทำให้คนไทยขาดความคิดริเริ่ม ทั้งนี้เนื่องจากเราไม่ส่งเสริมกันมาแต่บรรพบุรุษแล้ว ฉะนั้นคนในสังคมนั้นจึงมักไม่กระฉับกระเฉงมักจะเชื่องช้า และไม่คอยชอบแสดงความคิดเห็นอะไร
4. ความผูกพันทางสายโลหิตมีมาก ชาวไทยมักมีความผูกพันทางสายโลหิต จะเห็นได้จากการจัดระบบความเป็นอยู่ในครอบครัว แม้จะย้ายครอบครัวก็มักจะย้ายไปด้วยกันทั้งหมด หรือไม่ก็ตามไปอยู่ร่วมด้วยระยะหนึ่ง ตามระบบนี้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกครอบครัว

ทุกเพศวัย จึงทำให้แตกต่างจากสังคมอื่น เช่น คือการอยู่ร่วมกันของสมาชิกของครอบครัวตั้งแต่เกิดถึงตาย ทำให้สังคมไทยไม่จำเป็นต้องมีสถานสงเคราะห์คนชรา เช่น ประเทศตะวันตก

5. ทุกคนในครอบครัวให้ความร่วมมือกัน ครอบครัวของชาวไทยนั้นถือความรักใคร่และช่วยเหลือกันของบรรดาผู้คนในครอบครัวเป็นเรื่องสำคัญ ทุกคนจะต้องช่วยกันทำงานเท่าที่จะช่วยได้ทั้งในรูปหน้าที่ และความร่วมมือตามหน้าที่ ทั้งนี้เพื่อชีวิตส่วนใหญ่ของครอบครัว รวมทั้งการช่วยเหลือเพื่อนบ้าน ในเมื่อมีความจำเป็นด้วย

6. เด็กเป็นที่รวมความสนใจของครอบครัว นั่นคือการให้ความปลอดภัยแก่เด็กจนสามารถเติบโตเลี้ยงตัวเองได้ นั่นคือบิดามารดาทุกคนจะยอมเสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อให้บุตรทุกคนมีความสุข และส่งเสริมให้บุตร ได้มีการศึกษาตามอัธยาศัยของตน

ส่วนครอบครัวไทยสมัยใหม่นั้น บุญลือ วันทายนต์ กล่าวว่า เป็นครอบครัวในสังคมอุตสาหกรรม หรือสังคมเมืองซึ่งมีลักษณะเฉพาะของตัวเองอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงและวิวัฒนาการของสังคม ครอบครัวไทยสมัยใหม่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้

1. เป็นครอบครัวสมัยใหม่ (modern family) ซึ่งแยกออกมาจากระบบครอบครัวขยายไปสู่สภาพครอบครัวเดี่ยว ซึ่งเป็นไปตามความเจริญของระบบสังคมและความจำเป็นทางเศรษฐกิจ

2. ความผูกพันระหว่างสมาชิกของครอบครัวเสื่อมคลายลง ทั้งนี้เนื่องจากความสัมพันธ์แบบประมุขมีระหว่างสมาชิกของครอบครัวระบบนี้จะลดความสำคัญลง ความใกล้ชิดระหว่างสมาชิกของครอบครัวเห็นห่างกัน โดยอิทธิพลความเจริญทางเศรษฐกิจ นั่นคือสมาชิกครอบครัวต้องไปประกอบธุรกิจการงานนอกบ้านมากขึ้น อันทำให้ความใกล้ชิดระหว่างบิดามารดาและบุตรห่างเหินกันไป

3. สมาชิกในครอบครัวมีอิสระมากขึ้น โดยหญิงชายมีสิทธิเท่าเทียมกัน การเศรษฐกิจภายในครอบครัวเป็นไปในลักษณะสหกรณ์ คือต่างคนต่างเป็นแหล่งทรัพยากรและต่างช่วยกันทำมาหากินหารายได้มาจุนเจือครอบครัว และมีผลประโยชน์ในทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกัน

4. นิยมความสะดวกสบายต่าง ๆ ใช้เครื่องทุ่นแรงและวัตถุต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของการดำรงชีพเป็นการลดภาระ ประหยัดเวลา อันเป็นเหตุทำให้สมาชิกของครอบครัวไม่ต้องพึ่งพาอาศัยกันทำให้สมาชิกแต่ละคนหมดความสำคัญลงไป นอกจากนี้ค่านิยมทางวัตถุยังถือเป็นค่านิยมทางสังคมอีกด้วย และข้อนี้เองที่ทำให้สมาชิกของครอบครัวเป็นตัวของตัวเองจนขาด

ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและกับเพื่อนบ้านด้วย

5. มีการออกไปประกอบอาชีพนอกบ้านมากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากการดำรงชีพในสังคมอุตสาหกรรม มักคำนึงถึงค่านิยมทางเศรษฐกิจ และส่งเสริมเอกัตภาพส่วนบุคคลมากขึ้น อันถือเป็นอิสระในการประกอบอาชีพด้วย

6. มีองค์การและสถาบันต่าง ๆ เช่น โรงเรียน สมาคม สถานรับเลี้ยงเด็ก เข้ามาทำหน้าที่ทางสังคมแทนครอบครัว ทั้งนี้เนื่องจากครอบครัวไม่สามารถจัดการบริการแก่สมาชิกครอบครัวของตนเองได้ จึงจำเป็นต้องอาศัยองค์การและสถาบันต่าง ๆ จัดบริการให้

7. ขาดโอกาสที่จะสังสรรค์กับสมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยจะมี ทั้งนี้เพราะความจำเป็นในการประกอบอาชีพ และการดำเนินต่อสู้อย่างหนักในการทำงาน ซึ่งส่วนใหญ่ผู้มักจะเป็นการที่ต้องออกไปประกอบอาชีพนอกบ้าน สุขภาพจิตของคนในสังคมประเภทนี้จึงมักเสื่อมโทรมลงไป เกิดความจำเป็นต้องพึ่งสถานเริงรมย์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นสันตนาการเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดอย่างหนึ่ง เช่น สถานมหรสพ สถานพักผ่อนนอกบ้าน เป็นต้น

8. ครอบครัวประเภทสมาชิกให้ความสนใจงานสังคมนอกบ้านมากกว่าในบ้าน แม้กระทั่งแม่บ้านซึ่งมีหน้าที่รับผิดชอบต่อครอบครัวโดยตรงก็เช่นกัน ทั้งนี้เพื่อต้องการพบปะสังสรรค์กับสังคมเพื่อน

9. ลดค่านิยมทางศาสนา วัฒนธรรม จารีตประเพณี อันเป็นพฤติกรรมของสังคมสมัยดั้งเดิมลง ด้วยคิดว่าเป็นเรื่องล้าสมัย

ถึงแม้ว่าลักษณะของครอบครัวนั้น ๆ จะเป็นครอบครัวชนบทหรือครอบครัวสมัยใหม่ก็ตาม ต่างก็มีหน้าที่ที่คล้ายคลึงกัน จิตรา วสุวานิช (2526 : 265-266) ได้แบ่งหน้าที่พื้นฐาน โดยทั่วไปของครอบครัวมีดังนี้

1. หน้าที่ทางชีววิทยา

หน้าที่ทางชีววิทยาที่ถือว่าเป็นพื้นฐานที่สุดอยู่ 2 ประการ คือ หน้าที่ในการสร้างสมาชิกใหม่ให้กับสังคมและหน้าที่ในการบริการด้านปัจจัยเพื่อการดำรงชีพอันได้แก่ อาหาร ที่อยู่ อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ผู้รับผิดชอบในครอบครัวจะต้องเสาะแสวงหาสิ่งเหล่านี้มาให้สมาชิกในครอบครัว

2. หน้าที่ทางจิตวิทยา

หน้าที่ทางจิตวิทยาอันถือว่าสำคัญมากเรียงตามลำดับดังนี้ คือ

2.1 บำบัดความต้องการทางเพศ (sexual satisfaction) ตามหลักจิตวิทยานั้น ความต้องการทางเพศเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ หญิงชายที่แต่งงานแล้วโดยถูกต้องตามกฎหมายและประเพณีจึงสามารถสร้างความพอใจด้านความต้องการทางเพศได้

2.2 ให้ความรักความอบอุ่น และความมั่นคงทางใจแก่สมาชิกทุกคน (affection and security)

2.3 เป็นตัวแบบในการกำหนดบทบาทสำหรับเด็ก ๆ ในครอบครัว (identification)

3. หน้าที่ทางสังคมวิทยา

หน้าที่ทางสังคมวิทยานับว่ามีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าทางชีววิทยาและจิตวิทยาเลย เนื่องจากเป็นหน้าที่ของครอบครัวที่จะฝึกฝนอบรมให้สมาชิกในครอบครัวสามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ตระหนักถึงความรับผิดชอบที่จะต้องรับผิดชอบต่อตนเองและต่อชุมชน

ถึงแม้ว่าได้แบ่งครอบครัวไทยออกเป็นครอบครัวชนบทไทย และครอบครัวไทยสมัยใหม่ แล้วก็ตามหากพิจารณาในแง่จิตวิทยาที่คำนึงถึงความสัมพันธ์ของบิดามารดาในครอบครัวเป็นเกณฑ์ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว จะมีผลต่อพฤติกรรมและ พัฒนาการ เจริญเติบโต และสุขภาพจิตของเด็กที่เติบโตขึ้น ในบรรยากาศที่แตกต่างกัน

ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ

1. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่อบอุ่น

ครอบครัวอบอุ่น ในที่นี้หมายถึงครอบครัวที่ประกอบด้วยบิดามารดาที่รักใคร่ปรองดองกัน บิดามารดาเข้าใจความต้องการของบุตร บิดามารดาเป็นเพื่อนคู่คิด และเป็นที่ยอมรับของบุตรได้ ศาสตราจารย์นายแพทย์ณ แสงสิงแก้ว ปรมาจารย์แห่งวิชาสุขภาพจิตได้ กล่าวถึงความผูกพัน รักใคร่ในครอบครัว (family tie) ว่า ครอบครัวใดที่มีความรักใคร่ผูกพันกันระหว่างบิดามารดา และบุตรอย่างดีแล้ว จะสามารถเลี้ยงบุตรให้เติบโตขึ้นเป็นคนดี มองโลกในด้านดี มีความรู้สึกอบอุ่น มีความรักและมีความปรารถนาดีต่อผู้อื่นและต่อสังคม

เสตีเยร์แรต จิตแพทย์เด็กผู้หนึ่งกล่าวไว้เช่นเดียวกันว่า เด็กที่ป่วยเป็นโรคจิตนั้นมี สมมติฐานมาจากความไม่สัมพันธ์รักใคร่ในครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ เด็กต้องการความรักใคร่ของ

บิดาของมารดาตลอดเวลา สายใยสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและบุตรจะต้องแน่นแฟ้น และสายใยนั้นจะแน่นได้อยู่เสมอ ถ้าบิดาและมารดาทำตัวเป็นหลัก รักใคร่ผูกพันกันดี จะมีผลสะท้อนไปผูกพันรักใคร่ต่อบุตรให้แน่นแฟ้นต่อไปเอง โดยปริยาย สเตเรียร์แรตสร้างรูปสามเหลี่ยมสัมพันธ์ไว้ดังรูปที่ 2



รูปที่ 2 ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว

จากภาพสายใยความสัมพันธ์ในครอบครัวจากบิดาไปยังมารดา และจากมารดามายังบิดานั้นเป็นเส้นสองเส้น ส่วนจากบิดามายังบุตร หรือมารดามายังบุตรนั้นเป็นเส้นเดี่ยว ย้ำให้เห็นถึงความสำคัญของฐานของรูปสามเหลี่ยมนี้ ถ้าฐานความรักระหว่างบิดาและมารดาคลอนแคลน ก็ย่อมจะทำให้บุตรเดือดร้อน แต่ถ้ามันคงแล้วบุตรก็จะมีสุขภาพจิตดี เป็นคนที่พร้อมที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาชีวิตได้อย่างดี

ความรักใคร่ปรองดองกันของบิดามารดานั้น มิได้หมายความว่าทั้งคู่จะไม่เคยมีความขัดแย้งกันหรือไม่เคยทะเลาะวิวาทกันเลย เพราะโดยปกติวิสัยของคนที่อยู่ด้วยกัน ก็ย่อมจะมีความไม่ลงรอยกัน มีความคิดเห็นที่ขัดแย้งกันบ้างเป็นธรรมดา แต่ทั้งคู่จะต้องพยายามหันหน้าเข้าปรึกษาหารือกัน มีอะไรที่ไม่เข้าใจกันก็ช่วยกันคิดแก้ปัญหา พยายามหาหนทางออกให้ด้วยกัน และกัน จะต้องร่วมทุกข์ร่วมสุข ทั้งคู่จะต้องคอยเอาใจใส่เรียนรู้อุปนิสัยของแต่ละฝ่ายเมื่อฝ่ายหนึ่งร้อนมากอีกฝ่ายก็ต้องเย็น รู้จักเอาอกเอาใจกันให้ดี สิ่งเหล่านี้ก็จะช่วยให้ความสัมพันธ์แน่นแฟ้น สมกับเป็นคู่ชีวิตของกันและกัน

โดยปกติคู่สมรสที่แต่งงานมานาน 5 ปีแรก มักจะไม่ค่อยมีข้อขัดแย้งที่รุนแรงนัก หรือถ้ามีทั้งคู่ก็จะพยายามปรับตัว ทาทางช่วยเหลือกันได้อยู่ แต่เมื่อกาลเวลาผ่านไปบางคู่ก็มีความพอใจในชีวิตสมรสจะลดลง โดยเฉพาะในระยะที่บุตรกำลังอยู่ในวัยเด็กประถมศึกษาทั้งนี้ เป็นผลที่สอดคล้องกันจากการศึกษาวิจัยของเบอร์ โรลลินส์ และเฟลแมน (Burr, 1970, Rollins, & Feldman, 1970)

ซึ่งได้ศึกษาคู่สมรส 1598 คู่ มีจำนวนน้อยมากที่ตอบว่าพอใจในชีวิตสมรสตลอดเวลา และช่วงที่ไม่พอใจมากคือ ระยะเวลาที่ต้องอบรมเลี้ยงดูบุตรที่อยู่ในวัยประถมศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ฝ่ายภรรยาจะมีความรู้สึกในทางลบมากกว่าสามี คือ จะเป็นด้านความรู้สึกขุ่นเคือง ความไม่เข้าใจกัน ความรู้สึกที่ไม่ต้องการ ความรู้สึกเหล่านี้จะเป็นมากกว่าช่วงเวลานั้นตั้งแต่แต่งงานกันมา

สำหรับการศึกษาของ ฟรายด์แมน และฟรายด์แมน (Friedmans, & Friedman, 1977) พบว่าบทบาทของบิดามารดาในการเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่นที่เหมาะสมในระยษะนี้ก็คือไม่ควรจะเข้าไปยุ่งเกี่ยวมากนักถ้าเขาไม่ต้องการความช่วยเหลือ บิดามารดาอาจจะคอยดูแลอยู่ห่าง ๆ เพราะว่าวัยรุ่นมีความต้องการเป็นอิสระเป็นตัวของตัวเองและใกล้ชิดกับเพื่อน ๆ ของตนมากกว่าบิดามารดา บางครั้งบิดามารดาจะเกิดความรู้สึกเสียใจ โกรธ ผิดหวัง ที่บุตรหันไปสนใจเพื่อน นอกบ้านยิ่งขึ้น และถ้าหากว่าบิดามารดาซึ่งแสดงท่าทีโกรธเคืองพร้อมทั้งคิดว่าเด็ก เด็กก็จะยิ่งออกไปคบเพื่อนมากยิ่งขึ้นไปอีก

ฉะนั้นจึงสรุปได้ว่าความรักใคร่ปรองดองกันระหว่างบิดามารดา เป็นสิ่งสำคัญมากต่อชีวิตครอบครัว เด็กจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ที่มีจิตใจอบอุ่น มีความรักต่อเพื่อนมนุษย์ เป็นเด็กที่ร่าเริง แจ่มใส มองโลกในแง่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มั่นใจในความสามารถของตน เมื่อเด็กที่มีสุขภาพจิตดีกระทำการสิ่งใดผิด เขาก็จะกล้าที่จะยอมรับผิด ไม่โทษผู้อื่นหรือสิ่งอื่นใด นอกจากนี้เด็กยังจะมีความริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบเผชิญหน้ากับปัญหาใหม่ ๆ มีความใฝ่รู้ชอบศึกษาค้นคว้าในสิ่งที่ไม่รู้

ดังนั้นบิดามารดาที่รักใคร่ สามัคคีกลมเกลียวกันดีอยู่แล้ว จึงควรที่จะพยายามประคับประคองชีวิตครอบครัวไว้ให้ดีและให้เป็นเช่นนั้นไปโดยตลอด แม้ว่ารายงานจะพบว่าระยะที่บุตรอยู่ในวัยเรียน บิดามารดาจะเริ่มไม่ค่อยพอใจสภาพหลายอย่าง ๆ ในครอบครัว ดังที่ได้กล่าวมาแล้วก็ตาม ความมุ่งมั่นที่จะใช้ชีวิตครอบครัวที่เป็นสุข ราวรื่น จึงต้องอาศัยความมานะ อดทน ให้อภัยกันและมีความตั้งใจจริง ความระลึกถึงสุขภาพจิตของบุตรเอาไว้ให้ดี ก็จะทำให้มีกำลังใจที่จะฟันฝ่าอุปสรรคนานัปการไปได้

นอกจากความรักใคร่ปรองดองกันของบิดามารดาแล้ว บิดา มารดาต้องเข้าใจความต้องการของบุตร

ความต้องการของเด็กย่อมแปรเปลี่ยนไปตามวัย บิดามารดาจะต้องตระหนักว่าความต้องการของเด็กนั้นมิทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา บิดามารดาจะต้องเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญยิ่ง ในการสนองความต้องการของบุตรในทุกด้าน

ครอบครัวที่มีบิดามารดาเข้าใจความต้องการของบุตร จะเป็นครอบครัวที่อบอุ่นบุตรจะไม่ออกไปแสวงหาความอบอุ่นจากแหล่งอื่นใด และอีกประการที่สำคัญก็คือบิดามารดาที่เป็นเพื่อนคู่คิด และเป็นที่ปรึกษาของบุตรได้

ความใกล้ชิดระหว่างบิดามารดาและบุตรเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อบุตรประสบปัญหาหรือมีข้อข้องใจในเรื่องใด ๆ บุตรควรจะรู้ว่าตนเองสามารถหันหน้าไปปรึกษาบิดาหรือมารดาของตนเองได้ บิดามารดาควรระวังตนให้เป็นบุคคลที่บุตรไว้วางใจได้มากที่สุด เด็กจะรู้ว่าไม่มีใครจะให้ความรักและให้อภัยแก่เขาได้ในทุกเรื่อง เหมือนกับบิดามารดาถ้าบิดามารดาเป็นที่พึ่งของบุตรได้ แล้ว บุตรก็จะไม่ต้องพึ่งพิงขอความช่วยเหลือจากเพื่อนจากบุคคลอื่นหรือจากสิ่งอื่นนอกจากครอบครัว สำหรับข้อบิดามารดาของเด็กวัยรุ่นพึงสังวรไว้ให้ดี เพราะวัยรุ่นมักได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน ชักจูงไปในทางที่เด็กรู้เท่าไม่ถึงการณ์และก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาได้ เช่น การเสพยาเสพติด เด็กเกเรยกพวกตีกัน การก่ออาชญากรรม ดังนั้น ในครอบครัวอบอุ่นที่บิดามารดาเป็นที่ปรึกษาของบุตรได้นั้นเป็นสิ่งที่ดีที่ควรสนับสนุน และบิดามารดาควรมีส่วนร่วมในการอบรมเลี้ยงดูกลม่อมเกลาความคิด เจตคติ ค่านิยม และจริยธรรมของเด็กสมดังคำกล่าวที่ว่า บิดา มารดา คือ ครูคนแรกของบุตร และเป็นผู้มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการพัฒนาพฤติกรรมเด็ก

2. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่แตกแยก ในครอบครัวแตกแยกในที่นี้หมายถึงครอบครัวที่มีความแตกร้างขัดแย้งกันระหว่างบิดา มารดา แล้วพลอยส่งผลมาถึงบุตรด้วย ซึ่งมีอยู่หลายลักษณะด้วยกัน ในที่นี้จะได้กล่าวถึง 3 ลักษณะ คือ ครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกัน ครอบครัวที่บิดามารดาทะเลาะวิวาทกัน ครอบครัวที่บิดาคนเดียวหรือมารดาคนเดียว

2.1 การหย่าร้างกันของบิดามารดา นับว่าเป็นผลร้ายต่อพัฒนาการทางด้านจิตใจของเด็กเป็นอย่างยิ่ง และส่งผลถึงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กอีกด้วย เพราะชีวิตแต่งงานที่ไม่มีความสุขหรือบรรยากาศของบ้านที่ไม่มีความสุข จะทำให้จิตใจของสมาชิกในครอบครัวด้านชา ขาดความสุขและครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกันแล้วบิดามารดาหย่าร้างกันแล้วบิดาใหม่เข้ามาอยู่ในบ้านนั้นเป็นสิ่งกระทบกระเทือนจิตใจ และทำความลำบากใจให้กับเด็กเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะสำหรับเด็กที่ไม่ได้เตรียมไว้สำหรับบิดาใหม่หรือมารดาใหม่ จะมีความรู้สึกว่าคุณคนผู้มาใหม่ที่ติดต่อตนเองและยิ่งในกรณีที่ต่างฝ่ายต่างมีบุตรติดมาด้วยแล้วก็จะเกิดการแก่งแย่ง ซึ่งดีซึ่งเด่นทะเลาะวิวาทระหว่างเด็กกันเอง

จากการศึกษาในต่างประเทศระยะ 20 ปีที่ผ่านมาพบว่าครอบครัวที่ขาดบิดานั้นจะส่งผล เป็นอย่างมากต่อบุตรชาย กล่าวคือบุตรชายที่ถูกเลี้ยงดูมาโดยไม่มีบิดามักจะมีลักษณะของผู้หญิงอยู่ มาก ไม่ค่อยมีความก้าวร้าว และมีลักษณะที่ต้องพึ่งพิงผู้อื่น นอกจากนี้เด็กชายบางคนอาจจะใช้ วิธีกลบเกลื่อนแปดด้วยที่ขาดบิดา โดยแสดงลักษณะของความเป็นผู้ชายมากเกินไป เช่น ทำตัว เป็นนักเลง อาละวาด ชกต่อยผู้อื่น เป็นต้น การศึกษาเหล่านี้ยืนยันถึงทฤษฎีที่ว่าเด็กผู้ชายจะเลียน แบบบุคลิกภาพจากลักษณะความเป็นชายของบิดา (Monea, อ้าง Hertherington, 1973)

มีการศึกษาที่น่าสนใจเกี่ยวกับการที่แยกเด็กเล็ก ๆ ออกจากมารดา เด็กเล็ก อายุ 2-3 ขวบ ที่ถูกแยกจากมารดาของตนนั้น ในระยะแรก ๆ เด็กจะร้องไห้ฟูมฟายจะกลับไปหามารดา ของตนเองให้ได้ หลังจากระยะนี้แล้วก็จะเงยส่งบลงบ้าง เพราะเสียใจและหมดหวัง แต่ทว่า เด็กก็ยังคงมีความหวังในใจอยู่ว่า บางทีอีกไม่นานนักมารดาจะกลับมาหาตน และท้ายที่สุดถ้ามารดา ไม่กลับมาจริง ๆ แล้ว เด็กในวัยนี้ก็อาจจะลืมมารดาของตนเองไปได้ และถ้าระยะที่มารดาหาย ตัวไปนั้น นานเกิน 6 เดือน เด็กก็จะลืมมารดาไปได้อย่างค่อนข้างจะถาวร (Monea อ้างถึง Bowlby, 1973)

แลนดิส (Landis 1955 : 537-540) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวของ เด็กวัยรุ่นในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะสภาพครอบครัวที่แตกแยก พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยก มีปัญหาในการปรับตัวมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวธรรมดาเล็กน้อย แต่มีความเครียดมากกว่า มีความพร้อมและมีวุฒิภาวะต่อความรับผิดชอบมากกว่า

จะเห็นได้ว่าความระหองระแหงไม่กลมเกลียวของสามีภรรยา นั้น ยิ่งปล่อยให้มันนานเท่าไร ก็ยิ่งทำให้เพาะนิสัยพฤติกรรมต่อต้านสังคมให้เกิดขึ้น ในเด็กมากยิ่งขึ้นเท่านั้น ดังที่กล่าวไว้แล้ว ว่าเด็กที่บิดามารดาทะเลาะวิวาทกันเป็นประจำนั้น เด็กจะมีความวิตกกังวลสูง จิตใจไม่มั่นคง เป็นคนเจ้าอารมณ์ บางคนก็มีอารมณ์ร้าย ถ้ามีพฤติกรรมต่อต้านสังคมชนิดร้ายแรง ก็อาจจะกลายเป็นพวกลักขโมย หนีออกจากบ้าน ไปอยู่ที่อื่น ชี โททก ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของแรงค์ศักดิ์ ตะละภฏ (2527 : 47-48) ที่ว่าเด็กที่บิดามารดาไม่ลงรอยกันในเรื่องเพศสัมพันธ์ปรับตัวเข้ากัน ไม่ได้ ทะเลาะกัน แล้วย้ายอารมณ์โกรธที่ต่างก็เก็บกดไว้ในลงในบุตร ๆ ก็จะต้องเป็นโรคประสาท แทน ทั้งนี้เพราะคำพูดประชดกัน หรือการทุบตีบุตรเพื่อระบายอารมณ์โกรธ โดยที่บุตรไม่มีทางที่จะ เข้าใจเลยว่าเขาทำผิดเรื่องอะไร และควรแก้ไขอย่างไร บุตรจะมีความโกรธ เกลียดบิดาหรือ มารดา ซึ่งเป็นตัวแทนเพศหญิงและเพศชายทั้ง โลก อารมณ์โกรธของเด็กจะถูกย้ายไปแสดงออกกับ

ผู้หญิงและผู้ชายคนอื่น ซึ่งเป็นครูอาจารย์ เจ้าหน้าที่ หัวหน้างาน เป็นต้น และผลที่รุนแรงกว่านั้นคือ กลายเป็นคนขวางโลก มีปัญหาในการปรับตัว พุดจาไม่เข้าหูคน และไม่ไว้ใจใคร จะชอบ ประชดชีวิต เช่น เจ้าชู้หลอกหลวง เมาทัวร์น้ำ หรือล่าสอนทางเพศ หรือเป็นหมกมวด โสเภณี หรือกลายเป็นคนปลิ้นปล้อนหลอกหลวงชาวบ้าน ไปตามทัศนผลการวิจัยล่าสุดยืนยันว่าการที่บิดามารดา กระแทกกระท้างกันทุกวัน ๆ ละเล็กน้อย จะทารุณจิตใจเด็กมากกว่าการทะเลาะกันครั้งใหญ่ ๆ ปีละ 1-2 ครั้ง และงานวิจัยอีกเรื่องหนึ่งเกี่ยวกับเรื่อง broken home หรือบ้านแตกจากการหย่าร้าง กันไปของบิดามารดาพบว่า มีเด็กที่ซึม พงอยเหงา ว่าเหว่ คึดมาก มีปัญหาในการปรับตัว

วอลเบิร์ก (Wolberg อ้างในอรัทัย ชื่นมณูย์ 2518 : 44) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ไม่ดีระหว่างบิดามารดา กับบุตรพบว่า เด็กที่ถูกบิดามารดาปล่อยปละละ เลยถูกทอดทิ้ง (Rejection) ไม่ได้ได้รับความรัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่เป็นที่ยอมรับของบิดามารดา มักจะกลายเป็นเด็กฉลาดกลัว ลังเล ไม่มีความรู้สึกมั่นคง อยากรได้รับความสนใจจากผู้อื่นตลอดเวลา มักอิจฉา ก้าวร้าว เพราะเห็นว่าทุกสิ่งรอบตัวเป็นอันตรายสำหรับตนและยังมีความรู้สึกเหงาหงอยโดยเดี่ยว เวลาเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็มีปัญหาในการที่จะรักคนอื่น หรือมีปัญหาในการที่จะรับความรักจากคนอื่น และไม่เคยเรียนรู้ที่จะรักใคร ไว้ใจใคร ไม่ได้เรียนรู้ที่จะรับความรักจากคนใกล้ชิด ยิ่งถ้าบิดามารดาละเลยทอดทิ้ง ไม่ให้ความรัก ความสนใจอย่างมากแล้วเด็กจะสร้างลักษณะนิสัยและทัศนคติต่อต้านกับคนอื่น ไม่ต้องการทำอะไรตามกฎเกณฑ์ตามขอบเขต ตามข้อจำกัดที่วางไว้ มีความวุ่นวาย ทางอารมณ์อย่างสูง แล้วแสดงออกในลักษณะอาการตอบโต้ความกดดัน หรือต่อต้านการบีบบังคับ รอบตัวที่ตนกำลังเผชิญอยู่ นอกจากนี้อาจมีลักษณะขัดสนดื้อรั้น แผลง ๆ ปรอยู่ด้วย เช่น โทกกลักขโมย ล่าสอน กระทำผิดอื่น ๆ

จากการศึกษาของไดแอนและพอล (Diane and Paul 1986 : 820-824) พบว่า วัยรุ่นผู้ชายที่มาจากครอบครัวแตกแยกจะมีความรู้สึกประจักษ์ในคุณค่าและศักดิ์ศรีของตัวเองต่ำ (Low self esteem) มีความวิตกกังวล ขาดการควบคุมตัวเองมากกว่าเด็กวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่มีปัญหาน้อย

สรุปแล้วจะเห็นว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกัน มักจะส่งผลร้ายต่อ พัฒนาการด้านจิตใจและสุขภาพจิตของเด็ก เด็กจะกลายเป็นคนหงอยเหงา และค่อนข้างเก็บตัว บางรายอาจจะกลายเป็นคนก้าวร้าว รุกราน ชอบเอาชนะผู้อื่น เมื่อเจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ก็มัก

จะมีจิตใจที่ไม่มั่นคง ไม่สามารถจะรักใคร่จริง ทั้งนี้ก็เป็นเพราะว่าเขาไม่เคยได้เห็นแบบอย่างที่ดีมาก่อน

2.2 ครอบครัวที่บิดามารดาทะเลาะวิวาทกันเป็นประจำ จะทำให้เด็กมีความวิตกกังวลสูง เด็ก ๆ ในครอบครัวไม่เข้าใจว่าบิดามารดาทะเลาะกันแล้วก็อาจจะดีกันได้ อาจจะพูดคุยกันเหมือนปกติ ในความเข้าใจของเด็กโดยเฉพาะเด็กเล็กนั้นมักจะคิดว่านี่คือภาวะที่ผู้ดูแลจะทนทานได้ และบ่อยครั้งที่เด็วเด็กมักคิดว่าตนเองคือสาเหตุของการทะเลาะวิวาทของผู้ใหญ่ จินนอทท์ (Ginott) กล่าวว่าเด็ก ๆ ไม่อาจจะทำตัวเป็นกลางในการทะเลาะเบาะแว้งของบิดามารดาในใจของเด็กจะต้องเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งผลของความรูสึกอันนี้อาจเป็นอันตรายต่อการพัฒนานิสัยและความรูสึกในเรื่องเพศได้ เมื่อเด็กผู้ชายไม่ชอบบิดาหรือเด็กผู้หญิง ไม่ชอบมารดา เด็กก็จะขาดบุคคลที่ตนจะยึดเป็นแบบอย่าง เด็กจะไม่ยอมรับการเลียนแบบนิสัย คุณค่า การปฏิบัติตนของบิดามารดา เด็กจะแสวงหาตัวแบบจากบุคคลอื่นนอกครอบครัว นอกจากนั้นการที่บิดามารดามีการขัดใจมีปากเสียง และมีความคิดเห็นขัดแย้งกันตลอดเวลา ในที่สุดก็จะมีการชักชวนบุตรเข้าเป็นพวกของตน ฝ่ายบิดาก็จะโจมตีมารดา ฝ่ายมารดาก็จะกล่าวหาบิดา เพื่อเด็ก ๆ จะได้หันมารักตนเห็นพ้องกับตน โดยที่บิดามารดาประเภทนี้หารู้ไม่ว่าตนกำลังเพาะนิสัยไม่ดีให้กับเด็ก กล่าวคือเด็กจะพัฒนานิสัยการเป็นคนที่ชอบหาเรื่องหาราวกับผู้อื่น ชอบหาทางเล่นงานคู่ต่อสู้ ยกตนข่มท่าน จะกระทำวิธีการใด ๆ ก็ได้เพื่อเอาชนะคู่ต่อสู้ จินนอทท์ได้ชี้ว่าเด็กจะมีชีวิตอยู่ในโลกที่ไม่มีความรักชอบ ไม่มีความซื่อสัตย์ และมีแนวโน้มที่จะอยู่ในโลกที่จะทำให้เป็นโรคประสาทได้

2.3 ครอบครัวที่มีบิดาหรือมารดาเพียงคนเดียว ซึ่งบางครอบครัวอาจจะพบการสูญเสียคู่ชีวิตไป ซึ่งเป็นผลให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นมาโดยขาดบิดาหรือมารดา ทำให้เด็กไม่ได้รับความอบอุ่นเท่าที่ควร หรือเท่ากับที่เคยได้รับจากทั้งบิดาและมารดาก็ได้ ความเศร้าโศกเสียใจของสามีหรือภรรยา ความเดือดร้อนทางด้านเศรษฐกิจล้วนแต่มีผลต่อการที่จะต้องปรับตัวของคู่สมรส และส่งผลกระทบต่อมาถึงเด็ก ๆ ได้ทั้งสิ้น

ครอบครัวที่ประกอบด้วยมารดาหรือบิดาคนเดียว มักจะประสบปัญหาในการเลี้ยงดูเด็ก เพราะคน ๆ เดียวจะต้องสวมบทบาทของทั้งบิดาและมารดา รวมทั้งรับผิดชอบในการทำมาหาเลี้ยงชีพทำให้ไม่มีเวลา เลี้ยงดูกลม่อเกลามุคลิกภาพของบุตร ดังที่ได้เคยกล่าวไว้แล้วว่าการเลี้ยงดูเด็กเป็นงานหนัก เป็นงานที่เป็นทั้งศาสตร์และศิลปะ ในตัวของมันเอง ยิ่งเป็นผู้หญิงที่ต้องเลี้ยงบุตรเพียงคนเดียวยิ่งเป็นปัญหาหนัก

ในกรณีของมารดาที่ทำงานนอกบ้านนั้น บิดายังคงต้องช่วยเหลือบุตรด้วย และงานบ้านบางอย่างก็ต้องช่วยกันแบ่งเบาภาระ ซึ่งอาจกระทบกระเทือนถึงความราบรื่นในชีวิตสมรส ถ้าทั้งคู่ทำงานนอกบ้าน ควรมีข้อตกลงร่วมกันว่าจะจัดการกับงานบ้านและการเลี้ยงดูบุตรอย่างไร มารดาที่ทำงานนอกบ้านในระยะที่มีลูกอ่อน บางครั้งต้องเสียน้ำที่การงาน เพราะความห่วงใยบุตร และบางครั้งเมื่อบุตรเจ็บป่วยก็ต้องหยุดงานเพื่อมาดูแลรักษาพยาบาลบุตรของตน จากแนวคิดที่นำเสนอไปจะเห็นได้ว่าครอบครัวเป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญอย่างหนึ่งที่จะช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพให้สมบูรณ์ และสุขภาพจิตดีให้แก่เด็ก ทั้งนี้เพราะความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่บิดามารดา รักใคร่กันดี ยกย่องนับถือกัน ทั้งบิดามารดาต่างก็รักบุตร จะช่วยให้บุตรเจริญเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตดี ถ้าบิดามารดารักบุตรแต่ทว่าจู้จี้ข่มขู่ ชอบดุด่า ต้าหนิ สามีต่อหน้าบุตรหรือบิดามารดา ทะเลาะกันบ่อย ๆ ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและบุตรก็ขาดความผูกพัน แน่นแฟ้น บุตรจะขาดความมั่นคงทางจิตใจ หรืออาจพบความบกพร่องของบุคลิกภาพหรือความผิดปกติอื่น ๆ ตามมาได้ (สุพรรณา บุญยานิตย์ 2516 : 46)

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่กล่าวมาแล้วพอสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นอิทธิพลทางสังคมที่สำคัญที่มีผลต่อพฤติกรรมการปรับตัวและบุคลิกภาพของวัยรุ่น โดยเฉพาะความรักใคร่ผูกพันระหว่างบิดามารดาและบุตร ซึ่งครอบครัวที่จะอบรมเลี้ยงดูให้บุตรเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพร่างกายจิตใจสมบูรณ์แข็งแรงได้ บิดามารดาจะต้องมีความรักใคร่ปรองดองกัน ซื่อตรงจริงใจ ให้ความรัก ความเอาใจใส่สม่ำเสมอ เข้าใจยอมรับนับถือกัน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ให้เกียรติเคารพในสิทธิส่วนบุคคล ซึ่งบรรยากาศของครอบครัวที่มีความอบอุ่นสงบสุขจะทำให้ทุกคนรักใคร่สามัคคีกลมเกลียวกัน ร่วมทุกข์ร่วมสุขกันได้ ทั้งช่วยให้บุคคลในครอบครัวมีจิตใจอารมณ์ที่ผ่อนคลายไม่ตึงเครียด รู้สึกพอใจมั่นใจในชีวิตของตน ของครอบครัว และบุคคลที่แวดล้อม ทำให้การดำเนินชีวิตมีความหมาย แต่ถ้าหากภายในครอบครัวมีแต่ความไม่สงบสุข บิดามารดาทะเลาะเบาะแว้งขัดแย้งกัน หรือต่างคนต่างอยู่ต่างคนต่างทำ จะทำให้บุคคลในครอบครัวมีความรู้สึกแค้น เครียดไม่พอใจในชีวิตแลสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะทำให้เกิดภาวะกดดันทางจิตใจ อารมณ์ถ้าหากมีความเครียดหรือถูกกดดันจากภาวะต่าง ๆ เหล่านั้นเป็นเวลานานๆ ก็จะทำให้บุคคลมีปัญหาในการปรับตัว หรือมีปัญหาด้านสุขภาพจิตตามมาได้

การปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่น

การอบรมเลี้ยงดูเด็กเป็นงานที่หนัก เป็นงานที่เป็นทั้งศาสตร์และศิลปะในตัวของมันเอง บิตามารดาทุกคนย่อมปรารถนาที่จะให้บุตรของตนเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่ดี มีความสามารถได้รับการยอมรับจากสังคม มีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม และมีคุณลักษณะที่ดีอีกมากมาย ซึ่งบุคลิกลักษณะของเด็กจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องอาศัยการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาเป็นส่วนประกอบที่สำคัญอันหนึ่ง ซึ่งศาสตราจารย์นายแพทย์ฝน แสงสิงแก้ว (2524 : 19-20) กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงมากทั้งทางร่างกายและจิตใจ เขาจะอยู่ในระหว่างทางแยกจะเป็นเด็กก็ไม่ใช่ เป็นผู้ใหญ่อีกไม่เชิง เขาคิดว่าเขาเป็นผู้ใหญ่ แต่เขายังขาดประสบการณ์ การตัดสินใจไม่ถูกทำอะไรผิด ๆ พลาด ๆ และหลุดจากท่าทางเคอะเขิน ไม่สุภาพเรียบร้อย มักถูกติฉินและลงโทษจากบิดามารดา ผู้ปกครองที่ไม่เข้าใจเขา ดังนั้นเด็กวัยนี้จึงยังต้องการคำแนะนำอบรมสั่งสอนจากบิดามารดา ครู อาจารย์อย่างใกล้ชิด

รูสโซ (Rousseau) ได้กล่าวถึงความสำคัญของบิดามารดาในการอบรมเลี้ยงดูบุตรว่าบิดามารดาเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดที่สุดที่จะช่วยหล่อหลอมกล่อมเกลาให้เด็กเติบโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพอย่างไรก็ได้

เฟเกอร์และแอนเดอร์สัน (Faegre และ Anderson อ้างในจิตรา วสุวานิช 2526 : 252) เสนอแนะให้บิดามารดาอบรมเลี้ยงดูให้เด็กมีความรู้สึกว่าคุณมีความสำคัญในบ้าน ให้ความรักความอบอุ่นใกล้ชิดกับเด็ก มีความเสียสละมองเห็นการณ์ไกลพอที่จะไม่ปฏิเสธคำขอร้องของบุตร และการอบรมเลี้ยงดูบุตรถือว่าเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของบิดามารดา ซึ่งการร่วมมือกันเป็นอันดีในครอบครัวจะส่งผลต่อสุขภาพจิตที่ดีของเด็กได้มากกว่าปัจจัยอื่น ๆ

จากการศึกษาของเฟอร์สเตนเบอร์ก (Furstenberg 1976) พบว่าเด็กที่มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบิดาจะมีพัฒนาการด้านการรู้คิดเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ส่วนของความรู้สึกของบิดาเองก็ยังบังเกิดความรักใคร่ผูกพัน ภาคภูมิใจ และปลื้มปิติเป็นอย่างยิ่งทีเดียว แต่ในครอบครัวส่วนใหญ่บิดามารดาจะมีบทบาทที่เท่าที่ในการเลี้ยงดูบุตรที่เป็นธรรมชาติมากกว่าบิดา ทั้งนี้เพราะมารดาเป็นผู้หญิงที่มีลักษณะของความเป็นมารดา (Mother figure) และยังมีความผูกพันที่ลึกซึ้งอันเนื่องจากการตั้งครรภ์และให้บุตรดูตนเองของตน และเหตุผลประการสุดท้ายคือสังคมได้กำหนดบทบาทว่ามารดาจะต้องเป็นผู้เลี้ยงดูบุตร

เบคเกอร์ (1964) ได้ศึกษาพฤติกรรมของบิดามารดา และได้ค้นพบท่าทีของบิดามารดา

ในการอบรมเลี้ยงดูบุตร ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 3 ลักษณะ คือ

1. เข้มงวดกวดขัน ควบคุมหรือสละยอม อนุญาต (Restrictiveness-permissiveness)
2. อ่อนหรือไม่เป็นมิตร (Warmth-hostility)
3. อารมณ์ไม่สงบ วุ่นวายใจ หรืออารมณ์สงบราบเรียบ (Anxious emotional involvement-calm detachment)

แมคโกบี (Maccoby 1979) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงดูบุตรของบิดามารดาไว้คล้ายกับของเบคเกอร์ ซึ่งแมคโกบีได้เน้นถึงพฤติกรรมของเด็กจะส่งผลต่อพฤติกรรมของบิดามารดาด้วย ถึงแม้ว่าบิดามารดาจะอยู่ในตำแหน่งที่ควบคุมบรรยากาศในบ้าน ได้ดีกว่าบุตร แต่ปฏิสัมพันธ์ของบิดามารดากับบุตรย่อมมีผลต่อบรรยากาศในบ้านทั้งหมด และถ้าครอบครัวใดที่บิดามารดาและบุตรสามารถประนีประนอมร่วมจุดหมายกันได้ ครอบครัวนั้นจะมีความใกล้ชิดสัมพันธ์กันเป็นอันดี แต่ในสภาพความเป็นจริงมักจะพบว่าครอบครัวโดยทั่วไปบิดามารดาอาจจะ เป็นฝ่ายที่มีอิทธิพลบังคับบุตรหรือไม่ก็อาจจะ เป็นบุตรบังคับบิดามารดา ถ้าพบบรรยากาศของครอบครัวที่บิดามารดาบีบบังคับวัยรุน อาจจะหาทางหนีหรือหลบเลี้ยง เพื่อออกจากบ้าน หรือในกรณีที่บุตรต่อต้านกับบิดามารดา มาก ๆ ก็อาจจะทำให้บิดามารดาเกิดความเอือมระอาเบื่อหน่ายต่อบุตรได้ เช่นจากการศึกษาของแบนดูรา และวอลเตอร์ส (Bandura and Walters, 1959) ได้ศึกษาเปรียบเทียบเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว และเด็กที่ไม่มีพฤติกรรมก้าวร้าว อายุ 14-17 ปี จำนวนกลุ่มละ 26 คน โดยใช้วิธีสัมภาษณ์ มารดา บิดาและบุตรคนละที ผลการศึกษาพบว่าบิดามารดาของเด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว มักจะใช้วิธีการลงโทษบุตรโดยการเขี่ยนตี ทำร้ายร่างกาย และบิดามารดาไม่ค่อยจะลงรอยกัน นอกจากนี้ยังมีท่าทีเฉยเมยและทอดทิ้งบุตร ซึ่งจากการศึกษาของประพันธ์ สุทธาวาส (2519) ก็สนับสนุนผลการศึกษาของแบนดูราและวอลเตอร์ส คือเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบถูกทอดทิ้งและให้ความคุ้มครองมากเกินไปจะมีพฤติกรรมก้าวร้าว แต่ถ้าบิดามารดาสละยอมตามใจจนเกินขอบเขต เด็กก็มักจะมีบุคลิกภาพที่เอาแต่ใจตนเอง ยึดถือความคิดของตนเองเป็นใหญ่ ทั้งนี้เพราะเคยถูกตามใจมามากจนเด็กเคยตัว

จากผลการวิจัยที่น่าเสนอไปทำให้สรุปได้ว่าพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดูเด็กก็เป็นตัวแปรสำคัญอันหนึ่งที่บิดามารดาจะต้องคำนึงถึง และทำให้เด็กรู้สึกว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่เต็มไปด้วย

ความรักความอบอุ่น เด็กและวัยรุ่นเมื่ออิสระจากผู้ใหญ่ สามารถพึ่งตนเองได้ บิดามารดาสามารถให้การอบรมสั่งสอนได้อย่างมีเหตุผล ไม่ใช้อารมณ์ สามารถดูแลควบคุมอบรมให้เด็กรู้จักระเบียบวินัย รักษากฎเกณฑ์และปรับตัวอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้ดี ซึ่งจิตรา วสุวานิช (2526 : 299-303) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดูเด็กที่เหมาะสม จะต้องมียุทธศาสตร์ประกอบ 4 ประการคือ

1. บรรยากาศภายในครอบครัวเป็นแบบประชาธิปไตย บิดามารดาที่สามารถสร้างบรรยากาศเช่นนี้ได้จะต้องเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็น และใช้ความสามารถของตนอย่างเต็มที่ วิธีการนี้จะเป็แนวทางที่จะให้เด็กมีความคิดริเริ่ม มีความมั่นใจในตนเอง ให้เด็กสามารถช่วงตนเองให้มากที่สุด ขณะเดียวกันก็ให้ความรักความอบอุ่น เอาใจใส่ อธิบายเหตุผลความเป็นไปของสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะเป็นการฝึกให้เด็กรู้จักติดตาม ได้ตามลักษณะที่นำไปสู่ความคิดสร้างสรรค์

มุลเสน (Mussen, 1969) ได้กล่าวว่าบรรยากาศภายในครอบครัวมีความสำคัญต่อบุคลิกภาพของเด็ก เด็กที่มาจากครอบครัวและสิ่งแวดล้อมที่เป็นประชาธิปไตยจะเป็นบุคคลที่มีความคล่องแคล่ว กระตือรือร้น กล้าแสดงออก

2. หลีกเลี่ยงการลงโทษเด็กด้วยความรุนแรง โดยหันมาใช้กฎเกณฑ์แทนเบคเกอร์ (Becker 1971 : 148-153) กล่าวว่าเหตุผลสำคัญที่บิดามารดาจะต้องหลีกเลี่ยงการลงโทษเด็กที่รุนแรง ก็คือการลงโทษจะทำให้เด็กเจ็บตัว และจะทำให้เด็กกลายเป็นคนก้าวร้าวต่อผู้อื่น เพราะเด็กจะเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ การใช้กฎเกณฑ์ร่วมกับการให้สิ่งจูงใจ ให้การเสริมแรงที่เหมาะสม ซึ่งระเบียบกฎเกณฑ์ที่ตั้งขึ้นจะช่วยให้บิดามารดาสามารถรักษาความคงเส้นคงวา ใจเย็น มั่นคง ในการฝึกอบรมเด็ก และกฎเกณฑ์ยังช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ว่าตนเองจะต้องปฏิบัติอย่างไร ระเบียบกฎเกณฑ์ที่ตั้งจะต้องปฏิบัติตามได้ง่ายชัดเจน และอาจจะมีข้อยกเว้นเล็ก ๆ น้อยๆ ได้

3. บิดามารดาจะต้องให้ความยุติธรรมระหว่างพี่น้อง ซึ่งการให้ความรัก การให้ความเอาใจใส่ ท่าทีของบิดามารดาที่ปฏิบัติต่อเด็กจะต้องยุติธรรม รักบุตรเสมอหน้ากัน แสดงให้เด็กเห็นว่าตนเองมีความสำคัญ ได้รับการยอมรับจากบิดามารดา

4. บิดามารดาจะต้องเป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุตร จากแนวคิดของฟรอยด์ เมื่อถึงพัฒนาการขั้นที่ 4 (Latency Stage) เด็กจะเลียนแบบบทบาทของบิดามารดาที่เป็นเพศเดียวกับตน นอกจากนี้บิดามารดายังเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลมากที่สุดในการแสดงออกของพฤติกรรมหลาย ๆ ด้าน สำหรับบุตร บุตรจะเลียนแบบพฤติกรรม โดยเฉพาะด้านการแสดงออกทางกิริยาอาการการแสดง

อารมณ์มาโดยไม่รู้ตัว ฉะนั้นการกระทำของบิดามารดาที่เป็นแบบอย่างที่ดีจะส่งผลมาถึงบุตรด้วย

นอกจากแนวคิดทั้ง 4 ประการ ของจิตรา วสุวานิชแล้ว จินตนา ยูนิพันธ์ (2529) ยังกล่าวถึงปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก เพื่อให้เป็นเด็กสมบูรณ์เพียงพอพร้อมกันต้องอาศัยสิ่งต่อไปนี้

1. ความพร้อมของการเป็นบิดามารดา ซึ่งความพร้อมในที่นี้หมายถึงการวางแผนในระยะเริ่มต้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา การศึกษาสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตของครอบครัว ตลอดจนเตรียมความพร้อมในการวางแผนในการเลี้ยงดูบุตรตั้งแต่ระยะเริ่มต้น ซึ่งความพร้อมในการเป็นบิดามารดานั้นจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับอายุ รายได้ การศึกษา ฐานะทางสังคมของบิดามารดา มีความมั่นคงในชีวิตสมรสและพอใจในสภาพครอบครัว

2. สุขภาพจิตของบิดามารดา ย่อมมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของบุตรต่อการปรับตัวการแก้ปัญหา เมื่อชีวิตต้องประสบกับภาวะวิกฤติ บิดามารดาที่มีสุขภาพจิตดีย่อมส่งผลดีแก่ทางตรงและทางอ้อม

3. ความรู้สึกผูกพันระหว่างบิดามารดาและบุตร เป็นสัมพันธภาพที่ลึกซึ้ง แน่นแฟ้น คงทน เป็นระยะเวลายาวนาน เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างมนุษย์ ทั้งนี้เพื่อความอยู่รอดปลอดภัยของมนุษย์

4. การอบรมเลี้ยงดูบุตรของบิดามารดาหรือผู้ใกล้ชิด เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของเด็กหรือพัฒนาการของเด็กอย่างมาก การเลี้ยงดูบุตรเพื่อให้บุตรเติบโตเป็นคนที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีนั้น บิดามารดาจะต้องเรียนรู้และปรับวิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรให้เฉพาะเหมาะกับสถานการณ์ของครอบครัวของตน

ส่วนสุพัฒน์ บุญยานิตย์ (2516 : 43) กล่าวว่าบิดามารดาคือผู้อบรมเลี้ยงดูบุตรมาแต่เกิด สุขภาพจิตของบุตรจึงขึ้นอยู่กับทัศนคติทำที่ของบิดามารดาที่มีต่อบุตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งมารดา ซึ่งเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดที่สุด นับแต่เขาเกิดมารดาได้ให้ความรักความอบอุ่น และสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน ได้ปรานีนิรันดร์ฝึกการเจริญเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพสมบูรณ์ (Well Integrated Personality) ต้องมีพื้นฐานมาจากการได้รับ

1. ความรักความอบอุ่น (Affection)
2. ความเข้าใจ (Understanding)
3. ความมั่นคงทางใจ (Security)
4. ระเบียบวินัย (Discipline)

5. ความสำเร็จและเป็นที่ยอมรับของสังคม

จากแนวคิดดังกล่าวพอสรุปได้ว่าการปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรของบิดามารดาที่เหมาะสม จะต้องประกอบด้วยบทบาทและหน้าที่ที่กว้างขวางครอบคลุมทั้งด้านให้อาหาร ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้ความปลอดภัย ให้การดูแลเอาใจใส่ปลอดภัย ฝึกฝนระเบียบวินัย และอื่น ๆ อีกมากมาย ซึ่งสรุปได้เป็นประเด็นสำคัญ ๆ ดังนี้

1. สร้างสรรค์สมาชิกใหม่ (Reproduction) เพื่อให้สังคมสามารถดำรงอยู่ได้ เพราะสังคมจะต้องมีสมาชิกใหม่แทนที่สมาชิกเดิมที่ตายไป หน้าที่นี้มีความสำคัญมาก ถ้าไม่มีการสร้างสมาชิกใหม่ สังคมนั้น ๆ ก็จะมีสูญหายไป สมาชิกใหม่ก็ต้องมีให้สมดุลกับทรัพยากรภายในประเทศ คือไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป ถ้ามีมากเกินไปจนทรัพยากรภายในประเทศไม่อาจจะอำนวยเลี้ยงคนก็ยากลำบาก และเกิดปัญหาต่าง ๆ เช่น ความยากจน อาชญากรรม เป็นต้น แต่ถ้ามีสมาชิกน้อยเกินไป สังคมนั้นก็อาจจะประสบปัญหาขาดแคลนกำลังคน (man power) เช่น ออสเตรเลีย ชาติแรงงานด้านกรรมกร ต้องเอาคนงานมาจากประเทศอื่น ๆ ทำให้เงินของประเทศบางส่วนไหลไปสู่นอกประเทศ เป็นต้น

2. การให้ความเจริญเติบโตทางด้านร่างกายและจิตใจ ความเจริญเติบโตทางด้านร่างกายเป็นความจำเป็นอันดับแรกของชีวิต ในขณะที่บุตรยังหาเลี้ยงตนเองไม่ได้ บิดามารดามีความรับผิดชอบที่จะดูแลในเรื่องอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ฯลฯ ให้แก่บุตรตามสมควรแก่อัตภาพ ความอดอยากและหิวโหย มักเป็นสาเหตุให้บุคคลมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากที่สุฐาน ความเป็นบิดามารดานั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับเฉพาะการให้กำเนิดบุตรเท่านั้น แต่ยังคงมีหน้าที่เลี้ยงดูบุตรเพื่อมิให้เด็กเติบโตมาเป็นภาระหรือสร้างปัญหาสังคมขึ้น

ความเจริญเติบโตทางจิตใจก็มีความสำคัญและจำเป็นไม่น้อยกว่าความเติบโตทางกาย สิ่งแรกที่ต้องการคือความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยที่จะเติบโตและมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ความรู้สึกนี้บิดามารดาเป็นบุคคลแรกที่จะให้กับบุตร โดยมีความห่วงใยเอาใจใส่ดูแลความทุกข์และสุขของเขา เด็กจะเติบโตขึ้นมาในบรรยากาศที่เขาารู้สึกว่ามีความเป็นมิตร มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน มีความผูกพันระหว่างบิดามารดาและบุตร นอกจากนี้เด็กยังต้องการความรู้สึกเป็นเจ้าของ คือความรู้สึกว่าตนเป็นบุคคลหนึ่งในครอบครัว มีความสัมพันธ์กับบิดามารดา และทำนองเดียวกันบิดามารดาก็เป็นบุคคลที่เขาเป็นเจ้าของมีความสัมพันธ์แนบแน่นกว่าคนอื่น ๆ และประการสุดท้ายคือความต้องการได้รับความยกย่องชมเชยคำชมเชยยอมทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นกำลังใจ ทำให้เด็ก

สร้างสภาพภาพแก่ตัวเอง ขจัดความรู้สึกด้อยและสร้างความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้น การให้คำชมเชยมีข้อที่ควรระมัดระวังคือ ไม่ใช่บ่อยครั้งจนเกินความจำเป็น หรือไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริง เพราะจะทำให้เกิดความรู้สึกว่าเป็นคำพูดที่ไม่จริงใจ แสบสร้าง

ความเจริญเติบโตทางร่างกายจิตใจที่กล่าวมานี้ ถ้าไม่ได้รับการตอบสนองจะก่อให้เกิดความเครียดอย่างรุนแรง และมีผลต่อการทำลายบุคลิกภาพ สร้างนิสัย ทักษะคติ พฤติกรรมที่ไม่ดีตามมา หรือเกิดปมด้อยอย่างรุนแรงมีความรู้สึกเกลียด เคียดแค้นมองชีวิตและโลกในแง่ร้าย มีความสงสารตนเอง ทาทางออกโดยการก้าวร้าว พยายามที่จะเอาชนะทุกสิ่งทุกอย่าง โดยแสดงพฤติกรรมที่เป็นสัญลักษณ์แห่งการทดแทนเรียกร้องความสนใจ

3. การอบรมสั่งสอน ที่สำคัญคือการปลูกฝังความสามารถในการควบคุมตนเอง และความสามารถในการปรับตัวแก่เด็ก เป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นจะต้องฝึกอบรมให้ตัวรู้จักควบคุมตนเองจากภายในซึ่งเป็นการควบคุมที่เกิดจากความต้องการทำดีด้วยความดี เพราะมีความเชื่อมั่นในความดี มีทริโอดีปะปะ (ความละเอียดและเกรงกลัว) ซึ่งต่างกับการควบคุมพฤติกรรมจากอิทธิพลภายนอก ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองเพราะกลัวสิ่งภายนอก เช่น กฎหมาย การลงโทษ เป็นต้น การควบคุมพฤติกรรมจากอิทธิพลภายนอกนั้นเมื่อมีโอกาสและคิดว่า ไม่มีผู้ใดรู้เห็นก็จะทำความผิด เพราะขาดความมั่นคงในจิตใจที่จะอดทนต่อสภาพข้อยุหรือความต้องการของตนได้ ดังนั้นหลักสำคัญในการปฏิบัติเกี่ยวกับการอบรมเด็กจะต้องคำนึงถึง

3.1 ทางสายกลาง การอบรมเลี้ยงดูเด็ก ควรจะให้เหมาะสมกับความสามารถและวัยของเด็ก กล่าวคือไม่ควรเคี่ยวเข็ญหรือเรียกร้องในสิ่งที่เด็กยังไม่มีความสามารถกระทำได้ เพราะอาจจะทำให้เด็กเกิดความกังวลจนถึงขั้นโกรธได้ หรือไม่ควรปล่อยปละละเลยตามใจเด็กในเรื่องที่ควรจะกวดขัน เพราะจะทำให้เด็กไม่สามารถพัฒนาไปตามวัย และมีนิสัยชอบพึ่งพาผู้อื่นจนโต

3.2 ความเห็นสอนคล้องคล้ายคลึงกัน ถ้าบิดามารดาและผู้ใหญ่มีความขัดแย้งกันในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก จะทำให้เด็กสับสน และมีแนวโน้มในการเลือกเชื่อผู้ใหญ่หรือเหตุผลเฉพาะที่เข้าข้างตน ความรู้สึกรับผิดชอบจึงอาจเกิดได้ยาก

3.3 การอบรมควรสม่ำเสมอ บิดามารดาและผู้ใหญ่ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ควรอบรมเด็กด้วยการใช้เหตุผลอย่างสม่ำเสมอ โดยมุ่งให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม มิใช่อบรมโดยใช้อารมณ์ เพื่อตอบสนองความพึงพอใจของผู้ใหญ่แต่เพียงฝ่ายเดียวเท่านั้น

3.4 สภาพแวดล้อม ควรอบรมให้เด็กรู้จักสภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมและประเพณีที่เด็กจะเติบโตขึ้นมา มิใช่เพียงแต่ให้ปรับตัวได้เฉพาะภายในบ้านและสังคมระหว่างหมู่ญาติพี่น้องเท่านั้น เพราะในชีวิตจริงเด็กจะต้องเผชิญกับโลกกว้าง และต้องมีความสามารถในการปรับตัวได้ในสภาพการณ์ต่าง ๆ

3.5 กฎเกณฑ์ไม่ควรตายตัว การเลี้ยงดูเด็กไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวที่จะนำไปใช้ได้กับเด็กทุกคนและทุกครอบครัว เพราะบิดามารดาต่างก็มีภูมิหลังในการเลี้ยงดูเด็กทั้งที่เหมือนและต่างกัน และเด็กแต่ละคนก็มีพื้นฐานทางลักษณะอารมณ์ติดตัวมาแตกต่างกัน บิดามารดาจึงต้องปรับวิธีการเลี้ยงดูและอบรมเด็กให้ใกล้เคียงกับสภาพของเด็กอย่างเหมาะสม

3.6 การเป็นแบบอย่างที่ดี เด็กจะประพฤติตามแบบอย่างผู้ใหญ่เสมอ การสั่งสอนด้วยวาจาโดยไม่มีแบบอย่างการปฏิบัติตนให้เด็กดูจึงไม่มีผลในการอบรมเด็ก บิดามารดาจึงควรปฏิบัติต่อกันด้วยความรัก ความเข้าใจ ความเห็นอกเห็นใจกัน ซึ่งจะ เป็นแบบอย่างและเป็นรากฐานการเจริญเติบโตที่มีผลต่อดูตัวเด็กและสังคมต่อไปในอนาคต

4. การเอาใจใส่ หมายถึงการหมั่นสังเกตพฤติกรรมของบุตรอยู่เสมอ พฤติกรรมที่เป็นปัญหาสุขภาพจิตและอื่น ๆ เช่น

4.1 ปัญหาสุขภาพจิต ทำให้เกิดความผิดปกติทางด้านจิต เช่น เป็นโรคประสาท โรคจิต บิดามารดาและผู้ปกครองต้องสังเกตและเอาใจใส่สภาพจิตของบุตร และเมื่อพบความผิดปกติควรรักษาแพทย์ หรือปรึกษาจิตแพทย์ นักจิตวิทยา เพื่อค้นหาสาเหตุและแก้ไขให้คำแนะนำตั้งแต่เริ่มต้นมีอาการ

4.2 การใช้เวลาว่าง บิดามารดาต้องคอยสังเกตว่าบุตรใช้เวลาว่างในการเข้ากลุ่มเพื่อน การพักผ่อนหย่อนใจอย่างไร ในเรื่องเพื่อนนั้นพบว่าผู้กระทำผิด กลุ่มเพื่อนจะเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญมากที่สุดก่อให้เกิดการคล้อยตาม โดยเข้าร่วมผูกพันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและชักจูงกันกระทำพฤติกรรมตามกลุ่ม ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคมและตนเอง

5. การให้ความรักความอบอุ่น ความรักเป็นของทุกคน ทุกคนมีสิทธิ์ที่จะได้รับความรักและให้ความรัก ความรักเป็นสิ่งที่ชีวิตชีวา ซึ่งองค์ประกอบของความรักนั้นมี 5 ประการด้วยกัน (วิชัย วงษ์ใหญ่ 2525 : 21-27) คือ

5.1 ความอาทรห่วงใยอย่างสม่ำเสมอ อยากเห็นสิ่งอันเป็นที่รักเติบโต งอกงาม

5.2 ความรับผิดชอบ ในความหมายที่แท้จริง คือความสมัครใจที่จะตอบสนองความต้องการของผู้อื่น ทั้งที่แสดงออกมาอย่างเปิดเผยหรือแฝงเร้นอยู่ใน เมื่อเรารับผิดชอบต่อใคร เราสามารถและพร้อมที่จะสนองความต้องการต่อเขา เช่นเดียวกับที่เราต้องการตอบสนองต่อตัวเราเอง

5.3 ความนับถือ ไม่ใช่ความกลัวแต่เป็นการยอมรับคนอื่นอย่างที่เขาเป็นอยู่และตระหนักถึงลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล เมื่อส่งเสริมให้บุคคลนั้นได้พัฒนาก้าวหน้าขึ้นมาด้วยตัวของเขาเอง และด้วยวิธีการของเขาเอง ความนับถือต้องไม่มีความเห็นแก่ได้ ฉุกเฉินโอกาสหรือการเอาตัวเราเปรียบจากการที่เราับถือกันอยู่นั้น

5.4 ความเข้าใจ หมายถึงเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ตามขั้นตอนของพัฒนาการในแต่ละวัย และลักษณะของพฤติกรรมให้มากขึ้นเพราะการเป็นมนุษย์นั้นมีความลึกซึ้ง เข้าใจยาก วิเคราะห์ยากยิ่งกว่าวัตถุ โดยเฉพาะด้านจิตใจ ถ้าเรารู้จักตัวเราเองอย่างดีแล้ว เราก็จะรู้จักและเข้าใจพฤติกรรมของคนอื่นได้

5.5 การสร้างความประทับใจระหว่างบิดามารดาและบุตร บิดามารดาสามารถทำได้โดยหาโอกาสอยู่ใกล้ชิดกับบุตร ร่วมสนุกสนานหรือเล่นกับบุตรด้วยความเต็มใจ ส่งเสริมให้บุตรได้ทำหน้าที่ของตนเองให้ครบถ้วน เพราะเด็กชอบเล่นมากที่สุด บิดามารดาอาจจะใช้การเล่นเพื่อฝึกหรือช่วยส่งเสริมกฎระเบียบวินัยต่าง ๆ ให้เด็กได้รู้หน้าที่ของตนร่วมกับความสนุกสนานที่ได้จากการเล่น นอกจากนี้ควรสนใจเอาใจใส่ในกิจวัตรประจำวันของบุตร และเอาใจใส่เป็นพิเศษเมื่อมีปัญหาหรือเจ็บป่วย แสดงให้บุตรรู้ว่าเรามีความสำคัญต่อบิดามารดา ยิ่งกว่าสิ่งอื่นใด เพื่อก่อให้เกิดความรักและประทับใจผูกพันซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตามการอยู่ด้วยกันภายในครอบครัวเป็นสิ่งที่ซ้ำซากจำเจ และบางครั้งอาจสร้างความเบื่อหน่ายให้แก่กัน ซึ่งเป็นการทำลายสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในครอบครัว บางครั้งอาจจะทำให้การอยู่ร่วมกันในครอบครัว เกิดความขัดแย้งกันได้แต่ความขัดแย้งอาจจะสร้างสรรค์ไปในทางที่ดีได้ โดยอาศัยสายใยที่ผูกมัดครอบครัว คืออดีตที่เขาประทับใจที่เคยร่วมทุกข์ร่วมสุขกันมาจะช่วยให้สถานการณ์ผ่อนคลายและคืนเข้าสู่ภาวะปกติได้

ดังนั้นการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาที่ปฏิบัติต่อวัยรุ่น จะมีผลต่อพัฒนาการและการเจริญเติบโตทั้งร่างกายและจิตใจของวัยรุ่น วัยรุ่นจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่อย่างไร มีบุคลิกภาพพฤติกรรม การแสดงออกหรือการปรับตัวเป็นเช่นไร เหมาะสมหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจสังคม เศรษฐกิจของบิดามารดาที่จะให้การปฏิบัติดูแลอบรมสั่งสอนจรรยา มารยาท ระเบียบวินัย

เป็นแบบอย่างที่ดี ดูแลให้บุตรได้รับการตอบสนองความต้องการที่ครบถ้วนสมบูรณ์เหมาะสมตามระยะ
 ของพัฒนาการ รวมทั้งสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการในทุก ๆ ด้าน ให้แก่บุตร
 มีความรู้และเข้าใจพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ของบุตร สามารถดูแลให้ความช่วยเหลือแนะนำและ
 เป็นที่พึ่งพิงแก่บุตรได้ เมื่อบุตรมีปัญหาหรือเมื่อบุตรต้องการ เปิดโอกาสและให้อิสระแก่บุตรตามโอกาส
 อันควร ซึ่งปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ ถ้าเด็กได้รับอย่างสม่ำเสมอและสมคูลย์ ก็จะช่วยให้เด็กพัฒนา
 และเจริญเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ มีสุขภาพร่างกายจิตใจสมบูรณ์แข็งแรงได้



ศูนย์วิทยทรัพยากร
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย