

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ครอบครัวไทยในสมัยก่อนที่มีลูกผู้หญิงจะมีความกังวลอย่างมากในการหาคู่ที่เหมาะสมให้ลูกสาวเมื่อถึงวัยที่อันสมควรแต่งงาน ดังนั้นการสมรสจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในสตรีสมัยก่อน ส่วนในสุภาพบุรุษก็เช่นเดียวกันเมื่อถึงวัยอันควรก็ต้องแต่งงานตามความคาดหวังของสังคม ทั้งบุรุษและสตรีโสดก็ยังได้รับความกดดันในรูปแบบต่างๆ กัน เช่น สังคมมักมีภาพพจน์ทางลบต่อคนโสดและอาจตั้งข้อสงสัยว่ามีความบกพร่องอย่างไรจึงเป็นโสด หรือการมีเพื่อนสนิทเพศเดียวกันก็จะได้รับการมองว่าเป็นพวกกรักร่วมเพศ หรือหากคบเพื่อนต่างเพศก็จะถูกมองว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างลับ ๆ และจะถูกคาดหวังจากสังคมในเรื่องการงานสูง เช่น คาดหวังให้อุทิศเวลาทั้งหมดให้กับงาน โดยเฉพาะในสตรีจะถูกกล่าวหาว่าเป็นบุคคลที่มีอารมณ์ไม่มั่นคง มีความกดดันทางเพศ เนื่องจากไม่มีโอกาสระบายความกดดันทางเพศได้มากเท่าที่ควร ตรงกันข้ามชายโสดที่จะถูกมองว่ามีโอกาสระบายความกดดันทางเพศได้มากเนื่องจากเป็นชายและยังถูกมองในด้านลบน้อยกว่า ที่เป็นดังนี้ส่วนหนึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากการขาดความตระหนักในเรื่องบทบาทของหญิงและชาย นอกจากนี้บทบาทของหญิงถูกจำกัดโดยสังคม ดังนั้นผลที่ตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คือหญิงมักจะตกอยู่ในฐานะที่ด้อยกว่าชาย และมักจะเป็นผู้ที่ถูกมองข้ามอยู่เสมอ

โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อบุรุษและสตรีมีอายุมากขึ้น ก็จะถูกกดดันจากสังคมให้แต่งงานมากขึ้น หากทำได้สำเร็จจะได้รับยกย่องว่าเป็นบุคคลที่มีพัฒนาการเป็นไปตามบรรทัดฐานของสังคม แต่งานมีครอบครัว ทำหน้าที่ผลิตพลเมืองให้กับสังคม ก่อให้เกิดภาพพจน์ทางบวก ได้รับความเห็นอกเห็นใจจากสังคมมากกว่าบุรุษและสตรีโสด ไม่ว่าจะเป็นความบกพร่องในการทำงาน การหยุดงาน การมาสาย การลาป่วยเพราะสังคมมองสาเหตุของความผิดพลาดมิได้อยู่ที่บุคคลนั้นเองเพียงผู้เดียว แต่อาจมีสาเหตุมาจากครอบครัวได้ ยิ่งสังคมให้ความสำคัญกับสถาบันครอบครัวเป็นอย่างมาก โดยเชื่อว่าบุคคลจะเติบโตขึ้นเป็นพลเมืองที่ดีของสังคมได้นั้นจะต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัวอย่างเพียงพอทั้งทางร่างกายและจิตใจ

นอกเหนือจากความแตกต่างด้านเพศและสถานภาพสมรสแล้ว บุคคลเมื่อย่างเข้าสู่วัย 40 ปี ยังต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจ เช่น ความเสื่อมทางด้านร่างกายต่าง ๆ ส่วนในผู้หญิงก็ต้องเผชิญปัญหาในเรื่องการหมดประจำเดือน ทำให้มีผลต่ออารมณ์และความรู้สึกของบุคคล จะเห็นได้ว่าช่วงอายุที่เปลี่ยนไปของบุคคลจะก่อให้เกิดเหตุการณ์และการเปลี่ยนแปลง

ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจของบุคคลอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเหล่านี้เป็นผลของพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ ทำให้มีผลต่อการประเมินตนเองของบุคคลในด้านต่างๆ

นอกจากนี้ปัจจัยทางสภาพแวดล้อมทางสังคม ซึ่งจะมีผลกระทบต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ความรู้สึกนึกคิด และเพิ่มความกดดันในบุคคลทั้ง 2 กลุ่ม คือ สภาพสังคมในปัจจุบันผลักดันให้ทุกคนต้องต่อสู้เพื่อความอยู่รอดมีการแข่งขันกันในทุก ๆ ด้านไม่ว่าจะเป็น การประกอบอาชีพ การศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรุงเทพมหานครซึ่งเป็นเมืองที่มีประชากรจำนวนมากจะเห็นได้อย่างชัดเจน ซึ่งจะทำให้บุคคลมีลักษณะต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างเอาตัวรอด มีความสัมพันธ์กันอย่างผิวเผิน รู้จักกันตามสถานภาพ (ตำแหน่ง หน้าที่) มากกว่าการรู้จักกันเป็นส่วนตัว โดยใช้กฎหมายเพื่อควบคุมให้บุคคลอยู่ในบรรทัดฐานของสังคม ซึ่งภาวะความกดดันดังกล่าวจะปรากฏให้เห็นชัดเจนในสังคมกรุงเทพมหานคร ดังนั้นการศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งในการกำหนดพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคล บุคคลคิดเช่นใดก็จะแสดงออกเช่นนั้น ถ้าบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดีย่อมทำให้มีสุขภาพจิตดีและสามารถรับรู้ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองได้ตามความเป็นจริง ในทางตรงข้ามถ้าบุคคลมองเห็นตนเองได้ไม่ชัดเจน มองตนเองในด้านลบก็จะมีผลต่อพฤติกรรมแสดงออกของบุคคลเช่นกัน

จากความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองดังกล่าวแล้วข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความต้องการจะศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเอง ของชายและหญิงทั้งสองกลุ่ม ซึ่งมีเพศ แนวความคิด และภาพพจน์ แตกต่างกันว่า จะมี การเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างไรบ้าง

แนวความคิด ทฤษฎีพื้นฐานและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

แนวความคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับคุณค่าของตนเอง ซึ่งเป็นผลจากประสบการณ์ของบุคคล อันจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นในคุณค่าและการนับถือตนเอง การรับรู้เกี่ยวกับความสามารถและข้อจำกัดของตน ซึ่งจะส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิด การแสดงออก การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นและการแสดงบทบาทต่างๆ ในชีวิต ซึ่งจะนำไปสู่การประสบความสำเร็จในอนาคต การเห็นคุณค่าในตนเองนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรู้สึกและประสบการณ์ของบุคคล (Kelly, 1996; Khera, 1998; Lindenfield, 2000; Palladino, 1996; Posse and Mekgosa, 2001)

Golden and Lash (1994) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความเชื่อมั่นในตนเองและความสามารถที่ตนมีและรู้สึกถึงการมีคุณค่าของตน ทั้งนี้สภาพครอบครัวและประสบการณ์ในวัยเด็กจนถึงวัยรุ่นล้วนส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งสิ้น

Hamachek (1995) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินในสิ่งที่ตนเองกำลังทำและสิ่งที่ตนกำลังทำอยู่ หากสิ่งนั้นบุคคลประเมินว่าเป็นสิ่งที่ดีมีคุณค่าและมีความสำคัญแล้ว ย่อมส่งผลให้บุคคลเกิดการชื่นชมและเห็นคุณค่าในตนเอง

Coopersmith (1981) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นทัศนคติต่อการยอมรับนับถือตนเองและเชื่อในความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จและความมีคุณค่าของตน อีกทั้ง Coopersmith ยังได้กล่าวถึงสาเหตุของการมีคุณค่าในตนเองว่ามาจากแหล่งสำคัญซึ่งบุคคลใช้เป็นสิ่งตัดสินความสำเร็จของตนเอง 4 แหล่งดังนี้

1. การมีอำนาจ (Power) หมายถึง การที่บุคคลสามารถมีอิทธิพลและควบคุมบุคคลอื่นได้
2. การมีความสำคัญ (Significance) หมายถึง การได้รับการยอมรับ ได้รับการใส่ใจ รวมทั้งได้รับความรักใคร่จากบุคคลอื่นได้
3. การมีคุณความดี (Virtue) หมายถึง การยึดมั่นตามมาตรฐานทางจริยธรรมและศีลธรรมของสังคม
4. การมีความสามารถ (Competence) หมายถึง การประสบผลสำเร็จในการกระทำสิ่งต่างๆ

Felker (1974) ได้กล่าวถึงรูปแบบ 3 ลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่จำเป็นต่อกระบวนการตัดสินการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลไว้ดังนี้

1. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนเป็นผู้มีประสบการณ์และเป็นจุดศูนย์กลางของความสนใจ ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่มและนอกกลุ่ม

2. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม เมื่อตนประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวในเป้าหมายที่ตั้งไว้
3. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับสภาพการณ์ เมื่อประเมินตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าหรือไร้คุณค่า

นอกจากนั้น เขายังได้อธิบายเพิ่มเติมอีกว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเป็นผลมาจากการพัฒนาความรู้สึกมีส่วนร่วม(Belonging) ความรู้สึกมีความสามารถ (Feeling Competent) และความรู้สึกมีคุณค่า (Feeling worthwhile)

ความรู้สึกมีส่วนร่วม ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การที่บุคคลมีส่วนร่วมในกลุ่มและได้รับการยอมรับจากสมาชิกในกลุ่มว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่า

ความรู้สึกมีความสามารถ เป็นส่วนประกอบอีกอันหนึ่งของการเห็นคุณค่าในตนเอง Diggory (1966) ได้กล่าวว่า บุคคลจะบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้อย่างสมบูรณ์ต่อเมื่อบุคคลนั้นได้กระทำเป้าหมายที่ตั้งไว้สำเร็จด้วยความสามารถของตนเอง บุคคลจะประเมินตนเองบนพื้นฐานที่ว่าตนมีความสามารถเพียงใดที่ทำงานสำเร็จ หากสามารถทำงานได้สำเร็จบุคคลจะประเมินตนเองไปในทางบวก ด้วยเหตุนี้การรับรู้ความสามารถของตนจึงมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเป็นอย่างมาก

ความรู้สึกมีคุณค่า การที่บุคคลมองตนเองว่าเป็นผู้ที่มีคุณค่าหรือไม่ขึ้นอยู่กับผลการประเมินจากสมาชิกในกลุ่มว่าเป็นไปในทางบวกหรือลบ รวมทั้งการเปรียบเทียบการกระทำของตนเองกับสมาชิกในกลุ่มด้วย หากทั้งสองอย่างที่กล่าวมาแล้วได้รับการประเมินในทางบวก บุคคลจะรับรู้ว่าคุณค่าตนเป็นบุคคลที่มีคุณค่าคนหนึ่ง

Maslow ได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ชั้น การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในขั้นที่ 4 รองลงมาจากความต้องการขั้นสูงสุด อันได้แก่ ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน (Self-actualization) การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดขึ้นจากการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นโดยตัดสินจากการตอบสนองของพ่อแม่ ครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนรุ่นเดียวกัน อีกทั้งยังต้องอาศัยความเชี่ยวชาญหรือความสามารถบางอย่างของบุคคลนั้นมาประกอบด้วย การประเมินจะออกมาในรูปของทัศนคติหรือความเชื่อว่าจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการทำสิ่งต่างๆ จะต้องใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด จะเสียใจหรือไม่หากล้มเหลว หากประเมินแล้วอยู่ในด้านบวก บุคคลจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ความรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และมีความสำคัญต่อสังคม ในทำนองกลับกัน หากการประเมินอยู่ในด้านลบ บุคคลจะรู้สึกมีปมด้อย อ่อนแอ ช่วยตัวเองไม่ได้

โดยปกติแล้วคนทั่วไปย่อมปรารถนาที่จะมีความมั่นคง มีการประเมินคุณค่าตนเองในระดับสูง มีความนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น ในทาง

จิตวิทยาการเห็นคุณค่าในตนเองนับเป็นสิ่งที่ดี เนื่องจากคุณลักษณะดังกล่าวจะช่วยเตรียมสภาวะทางจิตให้มีความสอดคล้องกับความคาดหวังในความสำเร็จ การได้รับการยอมรับและความเข้มแข็งทางจิตใจอันจะส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมได้ดียิ่งขึ้น

Maslow (1970) ได้แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง ออกเป็น 2 ประเภท คือ

1.ประเภทที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกรับรู้ในคุณค่าของตนเอง (self-respect) การยอมรับนับถือและการประเมินคุณค่าตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองประเภทนี้ประกอบด้วยปัจจัยต่างๆ ซึ่งได้แก่ การมีจุดเด่น (Strength) ผลสัมฤทธิ์ (Achievement) ความสามารถ (Mastery and competence) ความเชื่อมั่น (Confidence) การพึ่งตนเองและควมมีอิสระเสรี (Independence and freedom)

2.ประเภทที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น (esteem from other) เช่น การมีชื่อเสียงเกียรติยศ ตำแหน่ง ความรุ่งเรือง มีอำนาจเหนือผู้อื่น ได้รับการยอมรับและความสนใจ มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรีหรือเป็นที่น่าชมเชยของผู้อื่น (Maslow, 1970อ้างใน Coopersmith 1981)

Bandura (1986) ได้ให้คำจำกัดความของการเห็นคุณค่าในตนเอง ว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินตนเองของบุคคลว่าตนเป็นอย่างไร ถ้าบุคคลใดมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นบุคคลที่ไร้ค่า จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ในขณะที่บุคคลใดได้แสดงความภาคภูมิใจในตนเอง จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (Bandura, 1986) นอกจากนั้นยังได้อธิบายเพิ่มเติมอีกว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานในการประเมินตนเองที่มาจากความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการตัดสินคุณค่าของตนเอง ทั้งด้านบวกและด้านลบ การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากความรู้สึกที่ตนเองเป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีความภาคภูมิใจในตนเอง บุคคลจะพึงพอใจกับมาตรฐานการกระทำของตนเองที่ได้ตั้งไว้ ในขณะที่บุคคลใดก็ตามเมื่อประเมินตนเองแล้วพบว่าตนเองล้มเหลวหรือกระทำกิจกรรมใดๆ ไม่ได้ตามมาตรฐานที่ตนเองตั้งไว้ บุคคลจะรู้สึกขาดความพึงพอใจต่อตนเอง Bandura กล่าวว่า การตัดสินจากสังคม (Social Judgment) มีอิทธิพลในการรับรู้ของบุคคลว่าจะประเมินตนเองออกมาในลักษณะเช่นใด เช่น จะพบอยู่เสมอว่าบุคคลจะรู้สึกไม่พึงพอใจและไม่ยอมรับต่อคำติเตียนที่บุคคลอื่นมีต่อความคิดเห็นและการกระทำของตนเอง นอกเหนือจากนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองยังเกี่ยวข้องกับการประเมินตนเองในด้านการมีคุณค่า ซึ่งจะขึ้นกับวัฒนธรรมประเพณีของสังคมนั้นๆ ว่าให้คุณค่ากับบุคคลนั้นอย่างไรและบุคคลนั้นได้มีพฤติกรรมตอบสนองต่อคุณค่าทางสังคม ได้อย่างเหมาะสมตามมาตรฐานของสังคมนั้นได้ดีเพียงใดอีกด้วย (Bandura, 1986)

สรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินตนเองจากบุคคลรอบข้างในสิ่งที่ตนทำ หากสิ่งที่ตนทำเป็นสิ่งที่ดีและประสบความสำเร็จ โดยเป็นสิ่งที่บุคคลรอบข้างให้คุณค่าและเห็นความสำคัญสิ่งนั้น บุคคลจะยอมรับนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองจะ

ส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิด การแสดงออก ความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมและการทำงานตามบทบาทหน้าที่ อันจะส่งผลต่อการประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่างๆ ในอนาคต

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1981) พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมี 2 ประเภท คือ องค์ประกอบภายในตนเองและองค์ประกอบภายนอกตนเอง

1. องค์ประกอบภายในตนเอง คือลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน ซึ่งประกอบด้วย

1.1 ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes) เช่น ความสวยงามของรูปร่างหน้าตา ความคล่องแคล่วว่องไว บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพดี จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่า บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ด้อย อย่างไรก็ตามก็ดี ลักษณะทางกายภาพใดๆ จะส่งผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่เพียงใด ยังขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมนั้นๆ อีกด้วย (Coopersmith, 1981)

1.2 สมรรถภาพ ความสามารถและผลงาน (General capacity, Ability and Performance) องค์ประกอบทั้ง 3 มีความสัมพันธ์ต่อกัน และมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงความถี่ของการประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวในสิ่งที่กระทำ โดยจะมีเรื่องสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวพันด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่อยู่ในวัยเล่าเรียน ซึ่งจะหมายถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สติปัญญาจะนำมาซึ่งผลต่อสมรรถภาพและผลการเรียนของนักเรียนด้วย อันจะนำไปสู่การเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith, 1981)

1.3 ภาวะทางอารมณ์ (Affective states) เป็นภาพสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกเห็นคุณค่า ความเป็นสุข ความวิตกกังวล หรือภาวะอื่นที่อยู่ในตัวบุคคล อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากการประเมินถึงสิ่งที่ตนประสบและเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น แล้วมีผลต่อการประเมินตนเองในเวลาต่อมา บุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ดีจะมีความรู้สึกพึงพอใจ มีความสุข ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ประเมินตนเองในทางไม่ดี จะไม่พอใจในชีวิตของตน และหมดหวังในอนาคต (Coopersmith, 1981)

1.4 ค่านิยมส่วนตัว (self-values) โดยทั่วไปบุคคลจะให้ความพอใจในสิ่งต่างๆ แตกต่างกันไป บุคคลมีแนวโน้มจะใช้ค่านิยมของสังคม เป็นตัวตัดสินการเห็นคุณค่าของตนเอง ถ้าค่านิยมของตนเองสอดคล้องกับสังคม จะทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น แต่ถ้าค่านิยมของตนเองไม่สอดคล้องกับสังคม การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง (Coopersmith, 1981)

1.5 ความปรารถนาของบุคคล (Aspiration) การตัดสินใจเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเกิดจากการเปรียบเทียบผลงาน และความสามารถของตนเองกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนเองได้ตั้งไว้ ถ้าผลงานและความสามารถเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองตั้งไว้หรือดีกว่า จะทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ในทางตรงข้ามถ้าผลงานและความสามารถไม่เป็นไปตามเกณฑ์หรือต่ำกว่าเกณฑ์ บุคคลจะคิดว่าตนเองไร้ค่า

1.6 เพศ (Sex) สังกะยมและวัฒนธรรมส่วนใหญ่ จะให้ความสำคัญกับเพศชาย การประสบความสำเร็จของเพศชายมักจะถูกมองว่าเกิดจากความสามารถ แต่ถ้าเป็นหญิงกลับถูกมองว่าเป็นเพราะความพยายามหรือการโชคดี ดังนั้นจึงพบว่าส่วนใหญ่เพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง (Shaver, 1987) แต่อย่างไรก็ตามทัศนคติต่อผู้หญิงและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรมด้วย (Spence, 1987)

1.7 ปัญหาต่างๆ และโรคภัยไข้เจ็บ (Problems and Pathology) ได้แก่อันตรายสุขภาพจิตต่างๆ ไป ความบกพร่องในความสัมพันธ์ระหว่างจิตกับกาย (Psychophysiological disorders) กล่าวคือ ผู้ที่มีปัญหาดังกล่าวสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และจะแสดงออกมาในรูปความวิตกกังวล มีความทุกข์ ส่วนผู้ที่มีปัญหาดังกล่าวต่ำ จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (Coopersmith, 1981)

2. องค์ประกอบภายนอกตนเอง คือสภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ซึ่งประกอบด้วย

2.1 ความสัมพันธ์กับครอบครัวและพ่อแม่ ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกเป็นสิ่งที่มีความหมายมาก ดังนั้น ประสบการณ์ที่บุคคลได้รับจากความสัมพันธ์ภายในครอบครัวจึงเป็นรากฐานที่สำคัญในชีวิต เด็กที่ได้รับความรัก ความอบอุ่น การสนับสนุน ให้กำลังใจให้สิทธิเสรีภาพในการกระทำของเด็ก ระเบียบกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่ใช้ปกครองลูกและการจัดการดูแลให้เด็กมีอิสระในขอบเขตที่กำหนด สิ่งต่างๆ เหล่านี้จะทำให้เด็กสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ (Coopersmith, 1981; Hamachek, 1978)

2.2 โรงเรียนและการศึกษา เป็นสถานที่พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองต่อจากครอบครัว โรงเรียนมีหน้าที่ช่วยให้นักเรียนเกิดความรู้สึกเชื่อมั่นในทักษะ ความสามารถและการเห็นคุณค่าในตนเองเมื่ออยู่ในชั้นเรียน เช่นครูเปิดโอกาสให้นักเรียนทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างอิสระ ซึ่งไม่ขัดกับกฎระเบียบที่โรงเรียนได้กำหนดไว้ การฝึกนักเรียนให้แก้ไขปัญหาคือปัญหาต่างๆ เพื่อส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง (Coopersmith, 1984)

2.3 สถานภาพทางสังคมเป็นการเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น โดยพิจารณาจากอาชีพ ตำแหน่งงาน บทบาททางสังคม สถานะทางเศรษฐกิจ วงศ์ตระกูล เป็นต้น บุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมสูง จะได้รับการปฏิบัติที่ทำให้เขารู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง กว่าบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมระดับปานกลางหรือต่ำ อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่า สถานภาพทางสังคม

มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างไม่เด่นชัดนัก เพราะบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมในระดับต่ำมีทั้งบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงต่ำ ดังที่คูเปอร์สมิธ ศึกษาพบว่า ยิวเป็นชนกลุ่มน้อยที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับต่ำ แต่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่า โปแตสแตนต์และคาทอลิก ซึ่งเป็นพวกที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับสูง (Coopersmith, 1981) ซึ่งในประเทศไทยเองก็มีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสภาพเศรษฐกิจและสังคมกับอัตมโนทัศน์ โดย ผ่องพรรณ ดิฉันโย (2528) ศึกษาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนโรงเรียนในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวชั้นกลางมีอัตมโนทัศน์สูงกว่านักเรียนที่มาจากสภาพเศรษฐกิจและสังคมต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.4 สังคมและกลุ่มเพื่อน การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและเพื่อนจะช่วยในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง การที่บุคคลไม่ได้รับการยอมรับ ไม่เป็นที่ประทับใจในกลุ่มเพื่อน จะทำให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง จะกลายเป็นคนที่เสียบขมับ ชอบเก็บตัว และไม่เป็นที่ไว้วางใจของเพื่อน (Gurney, 1987; Rosenberg, 1965)

ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

บุคคลจะแสดงถึงการเห็นคุณค่าในตนเองจากลักษณะท่าทาง น้ำเสียงคำพูด และการกระทำ ซึ่งอาจจะแสดงออกมาโดยไม่รู้ตัวก็ได้ ดังนั้นการแสดงออกของการเห็นคุณค่าในตนเอง จะมีผลต่อบุคคลดังนี้ คือ

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีความสอดคล้องกลมกลืนในความเป็น “ตน” รับรู้คุณค่าของตนเองตามความจริง มีความเชื่อถือในความคิดของตนเอง แสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้น เชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ กล้าคิด กล้าแสดงออก มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี สามารถแก้ไขปัญหา เฉพาะหน้าได้ มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลรอบข้างได้ แต่ขณะเดียวกันก็ยอมรับความล้มเหลวของตนเองได้ ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างไม่วิตกกังวล มีความยืดหยุ่นในการดำรงชีวิต ทำให้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข (Branden, 1985; Coopersmith, 1981; Hamachek, 1978; Schutz, 1967)

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีลักษณะตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงคือจะอยู่ในภาวะไม่สอดคล้องกลมกลืนใน “ตน” มักไม่เห็นความสำคัญของตนเอง วิตกกังวลกับตัวเอง ไม่ชอบแสดงตัว แสวงหาการยอมรับจากบุคคลอื่น เพื่อให้เกิดการยอมรับตนเอง มีความประหม่า หวั่นไหว เมื่อรู้ว่าตนเองอยู่ในสายตาของผู้อื่น มักไม่ค่อยยอมรับความล้มเหลวของตน ทำให้มีความเครียด และความวิตกกังวลสูง จึงเป็นผู้ไม่มีความสุขในชีวิต (Coopersmith, 1981; Hermachek, 1978)

Hickman, Bartholomae and Mckenry (2000) ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองที่จะส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัวในทุกๆ ด้านของนักศึกษาทั้งทางด้านอารมณ์ สังคม การเรียน และความสามารถในการผลักดันตนไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจงกลณี ดุษฎี เจริญ (2540) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาของโรงเรียนรัฐบาลแบบสหศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 จำนวน 3 โรงเรียน ในเขตจังหวัดนครราชสีมา จำนวน 440 คน พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปรับตัวของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญ กล่าวคือกลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถปรับตัวได้ดีกว่ากลุ่มที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลางและต่ำ

การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

รากฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองมีพัฒนาการมาจากความรัก การยอมรับเด็กอย่างแท้จริงของบิดามารดา จากการศึกษาของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1981) พบว่าสภาพภายในครอบครัวและความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดา และบุตรธิดามีผลกระทบต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก โดยมีเงื่อนไขดังนี้คือ

1. บิดามารดาให้การยอมรับลูกทุกเรื่องหรือเกือบทุกเรื่อง
2. บิดามารดากำหนดขอบเขตของการกระทำให้ลูกทราบอย่างชัดเจน และคอยดูแลให้เป็นไปตามนั้น
3. บิดามารดาให้การนับถือและให้เสรีภาพต่อการกระทำของลูก ถ้าเห็นว่าอยู่ในขอบเขตที่กำหนดให้

เงื่อนไขดังกล่าวข้างต้นนี้เป็นรากฐานของการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเอง และการคาดหวังให้ผู้อื่นรัก การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กเป็นผลจากการที่เด็กได้รับความรัก ความเอาใจใส่จากบิดามารดา และความสำนึกที่ได้รับ โดยในขั้นต้นเด็กจะปฏิบัติตนเพื่อให้บิดามารดาพึงพอใจ และต้องการให้บุคคลอื่นพึงพอใจด้วย (Mcneil, 1975 อ้างอิงใน นภาพร พุ่มพฤษย์, 2529)

นอกจากนี้การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา การดูแลเอาใจใส่และการให้การยอมรับบุตรตั้งแต่เยาว์วัยมีความสำคัญและส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กเป็นอย่างมาก ทั้งนี้เพราะว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนั้นเป็นผลมาจากความรักที่ได้รับ จากลักษณะท่าทีของผู้ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูมากกว่าสถานภาพทางสังคม และปริมาณวัตถุสิ่งของที่เขาได้รับ (Atwater, 1974)

Hamachek (1978) ชี้ให้เห็นว่าคุณภาพของผู้ใหญ่นั้นมีความสำคัญกับการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก การที่เด็กได้รับความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ การสนับสนุนให้กำลังใจ การให้เสรีภาพเด็กในการศึกษาค้นคว้า รวมทั้งให้ความสนใจเกี่ยวกับระเบียบวินัยอย่างจริงจังจะทำให้เด็กรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981) ที่พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับพฤติกรรมของบิดามารดา การกำหนดกฎเกณฑ์ และการจัดการดูแลให้เด็กปฏิบัติตามสิ่งที่บิดามารดากำหนดไว้

นอกจากนี้ผลการวิจัยของเบิร์นไซด์ (Burnside, 1979) พบว่าระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละบุคคลจะพัฒนาเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งถึงวัยกลางคน การเห็นคุณค่าในตนเองจึงจะมีความคงที่และเสื่อมถอยลง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้เกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับ ดังนั้นจึงมีนักจิตวิทยาได้เสนอแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ดังนี้

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981) กล่าวว่าบุคคลสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

1. การได้รับการนับถือ การยอมรับ การได้รับการปฏิบัติตอบจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต
2. การประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งมีผลให้บุคคลเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย และมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งในสังคม
3. การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยม และความปรารถนาของตน
4. ลักษณะการโต้ตอบต่อการถูกลดคุณค่าบุคคลอาจจะได้รับการกระทบกระเทือนหรือถูกลดคุณค่าการกระทำ อันจะทำให้รู้สึกลดการเห็นคุณค่าในตนเองลงไป บุคคลอาจปฏิเสธหรือไม่ใส่ใจกับการตัดสินของผู้อื่นที่มีต่อตนเอง ตรงกันข้ามกับบุคคลอาจเพิ่มการรับรู้ให้สูงขึ้น หรือตระหนักต่อการตัดสินของผู้อื่นมากขึ้น ซึ่งการกระทำเช่นนี้จะเป็นการปกป้องการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล มิให้ลดลงไปสู่ความวิตกกังวลและช่วยให้บุคคลยังคงสามารถรักษาคุณภาพแห่งตนได้

Sasse (1978) เสนอการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้วยวิธีการดังนี้

1. สร้างความมั่นใจในตนเอง โดยนึกถึงความสำเร็จข้างหน้าในชีวิต
2. ระลึกถึงตนเองเมื่อสามารถทำงานลุล่วงไปด้วยดี โดยให้รางวัลตนเองโดยอาจชมเชยตนเองหรือให้สิ่งที่มีความหมาย สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เราเกิดความรู้สึกที่ดีต่องานที่เราทำมากขึ้น ซึ่งแน่นอนที่สุดย่อมส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง
3. สะสมบันทึกความสำเร็จ หาสมุดบันทึกเพื่อเขียนบันทึกความสำเร็จที่บุคคลได้รับสิ่งที่บุคคลทำได้ดีเป็นเวลาติดต่อกัน หลายๆ สัปดาห์หรือหลายเดือน โดยอาจจะเป็นความสำเร็จใน

โครงการต่างๆ การช่วยให้ผู้อื่นมีความสุข งานโรงเรียน การทำงานหรือด้านอื่นๆ ที่มีความสำคัญสำหรับคน

Bruno (1983) กล่าวถึงวิธีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

1.การให้ข้อเสนอแนะ หรือข้อคิดโดยตรง ซึ่งการเสนอแนะนี้อาจเป็นการเสนอแนะจากผู้อื่น หรือตนเองเสนอแนะตนเองก็ได้ วิธีการนี้เป็นการให้ข้อมูลซึ่งมีผลให้บุคคลเกิดกำลังใจและสร้างความภูมิใจได้

2.สร้างความสำเร็จให้กับตนเองให้มากขึ้น การเพียรพยายามสร้างความสำเร็จเป็นวิถีทางที่จะเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองแต่อย่างไรก็ตามการประสบความสำเร็จแค่เพียงอย่างเดียวยังไม่เพียงพอ

3.ลดความคาดหวังลงบ้าง การลดความคาดหวังลง โดยยังสามารถงนในสิ่งที่ตนต้องการและปรารถนาไว้ อันเป็นหนทางทำให้บุคคลลดความสูญเสียเศร้าโศกเสียใจลงได้บ้าง ซึ่งมันเป็นวิถีทางของผู้นับถือศาสนาพุทธ

4.การยุติการประมาทค่าตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจะเพิ่มขึ้น ถ้าบุคคลเลิกตัดสินค่าของตนเอง

การวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความนึกคิดที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจึงกระทำได้ค่อนข้างยากมาก อย่างไรก็ตามได้มีผู้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้วิธีการรายงานตนเองเช่น แบบวัด Tennessee Self-Concept Scale (Fitts:1964) แบบวัด Self-Esteem Scale (Rosenberg:1965) แบบวัด Self-Esteem Inventory (Coopersmith:1985) เป็นต้น เนื่องจากการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า การรายงานตนเองให้ข้อมูลที่ถูกต้องกว่าวิธีการอื่นๆ Roger และ Allport (อ้างใน อัมไพ ศิริพิพัฒน์, 2515) ได้แสดงความคิดเห็นว่า ถ้าต้องการทราบความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองของใคร ก็ควรไปถามผู้นั้น เพราะไม่มีใครรู้จักเขาดีไปกว่าตัวเขาเอง นอกจากนี้ Robinson (1976) ได้แสดงความคิดเห็นว่า ในการพัฒนาแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้วิธีการรายงานตนเองอย่างมีมาตรฐานนั้น ผู้สร้างควรกำหนดให้มีสเกลการตอบ ไม่ตรงกับความเป็นจริงไว้ในแบบวัดของตนเพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ตอบแบบวัด ตอบแบบวัดในลักษณะที่ทำให้ตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นๆ นอกจากนี้ควรมีการศึกษาว่า วิธีการรายงานตนเองเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสอดคล้องกับการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลต่างๆ เช่น นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครู ตลอดจนเพื่อนหรือไม่แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยทั่วไปมักขาดคุณสมบัติดังกล่าว ซึ่งรวมถึงแบบวัด Tennessee Self-concept Scale(Fitts:1964) จะมีเฉพาะสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง แบบวัด Self-Esteem Scale (Rosenberg:1965) ไม่มีทั้งสเกลการ

ตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่น ในขณะที่แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1985) นั้นมีคุณสมบัติทั้ง 2 ลักษณะกล่าวคือ มีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่น

Coopersmith (1984) ได้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith Self-Esteem Inventory ,1985) โดยใช้รูปแบบของการรายงานตนเอง เขาได้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง 3 ฉบับคือ ฉบับนักเรียน (School Form) ฉบับสั้น (School Short Form) และฉบับผู้ใหญ่ (Adult Form) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนเหมาะสมกับเด็กอายุ 8-15 ปี ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความที่เป็นการรายงานตนเอง 50 ข้อ แบ่งออกเป็นหมวดต่างๆ คือ ตนโดยทั่วไป ตนทางสังคม พ่อแม่และทางบ้าน โรงเรียนและการศึกษาและหมวดการตอบไม่ตรงกับความจริง

แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียน ได้มีผู้ศึกษาค่าความเที่ยง โดยการตรวจสอบความคงที่ภายในกับนักเรียนเกรด 5 9 12 รวม 600 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .81, .86, .80 ตามลำดับและมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในจากการศึกษากับนักเรียนเกรด 4-8 จำนวน 2,600 คน สูงถึง .87 - .92 ส่วนความตรงได้ทดสอบกับนักเรียนเกรด 4-8 จำนวน 7,600 คน ได้ผลยืนยันความตรงตามโครงสร้างทฤษฎี (Coopersmith,1984)

คูเปอร์สมิธได้นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับที่ใช้กับนักเรียนมาดัดแปลง และสร้างเป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น ประกอบด้วยข้อกระทงย่อย 25 ข้อ มีการศึกษาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ฉบับนักเรียนกับแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น ได้ค่า .86 ต่อมามีการดัดแปลงภาษาและสถานการณ์ ในข้อกระทงของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น เป็นแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ฉบับผู้ใหญ่เพื่อให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 16 ปี ขึ้นไป มีการศึกษากับนักเรียนไฮสคูล และนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 647 คน โดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับสั้น และแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับผู้ใหญ่ แล้วหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแบบวัดทั้ง 2 ฉบับ ได้ค่า สหสัมพันธ์สูงถึง .80 (Coopersmith, 1984) แสดงให้เห็นว่าแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ คูเปอร์สมิธทั้ง 3 ฉบับวัดในสิ่งเดียวกัน ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะนำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธฉบับผู้ใหญ่มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้

เพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

บทบาททางเพศนับเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการประสบความสำเร็จของบุคคลในด้านต่างๆไม่ว่าจะด้านการศึกษา การเมืองการปกครอง ด้านเศรษฐกิจ ฯลฯ ซึ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยที่ส่งผลถึงการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งสิ้น

นับแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน มักพบว่าความคิดและการประพฤติปฏิบัติที่มีนัยยะแสดงให้เห็นความเหนือกว่าของชายเมื่อเปรียบเทียบกับสตรีนั้น ปรากฏให้เห็นได้ในเกือบทุกสังคม การให้คุณค่าแก่นุชย์แต่ละเพศไม่ทัดเทียมกัน รวมทั้งหน้าที่รับผิดชอบที่สังคมกำหนดให้ โดยมักให้ความสำคัญต่อกิจกรรมของชายเหนือกว่าของสตรี ได้หยั่งรากลึกกลายเป็นความเชื่อและค่านิยม ที่สะท้อนออกมาให้เห็นในหลายรูปแบบด้วยกัน เช่น

- 1.อุดมการณ์และอุดมคติของสมาชิกในสังคมที่ย้ำให้เห็นว่าสตรีด้อยกว่าชายในทุกบทบาทและทุกฐานะ
- 2.โครงสร้างสังคมที่กำหนดรูปแบบของกิจกรรมทางเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง ซึ่งแสดงให้เห็นการแบ่งแยกหน้าที่ชัดเจนระหว่างมนุษย์ทั้งสองเพศ
3. สัญลักษณ์ต่างๆ คำพังเพย สุภาษิต คำสอนหรือนิทาน ที่แสดงออกให้เห็นความด้อยกว่าของสตรี

ภัสสร ลิมานนท์(2544)ได้สรุปแนวคิดที่มีผลต่อความไม่ทัดเทียมของบทบาทเพศไว้ดังนี้

- 1.ปัจจัยทางธรรมชาติ(Nature) และชีวภาพ (Biology) ทศณะของนักคิดกลุ่มนี้ มีว่าความแตกต่างของบทบาทเพศนั้น ประการแรกถูกกำหนดขึ้นจากพื้นฐานทางธรรมชาติด้านสรีระหรือทางชีวภาพ กล่าวคือโครงสร้างของเพศชายทั่วไป เช่น กระดูก กล้ามเนื้อ แข็งแกร่งกว่าของเพศหญิงในขณะที่สภาพร่างกายของสตรีอ่อนแอกว่าและผูกพันใกล้ชิดกับธรรมชาติมากกว่า เช่น การมีประจำเดือน การตั้งครรภ์ การคลอดบุตร เลี้ยงบุตรด้วยนม เหล่านี้เป็นต้น จากความแตกต่างด้านสรีระที่ธรรมชาติกำหนดมาเป็นพื้นฐานนี้เอง ทำให้สังคมต้องจัดสรร แบ่งบทบาท กำหนดความรับผิดชอบที่สมมติขึ้นและยอมรับกันว่าเหมาะสมกับสรีระของมนุษย์แต่ละเพศ รวมทั้งสังคมเองก็คาดหวังให้แต่ละเพศประพฤติปฏิบัติตนตามแบบแผนที่สมาชิกสังคมสร้างขึ้น โดยกำหนดว่า กิริยามารยาทแบบใด หรือการงานความรับผิดชอบแบบไหนที่สตรีควรทำหรือชายควรทำ เช่นการออกศึกสงครามล่าสัตว์ ทำอาวุธ การปกครอง การทำพิธีกรรมทางศาสนา และกิจกรรมนอกบ้านอื่นๆก็ควรตกเป็นหน้าที่ของชาย เพราะมีความคล่องตัวกว่า แข็งแรงกว่า ในทางตรงข้ามเนื่องจากสตรีต้องมีประจำเดือน ตั้งครรภ์ เลี้ยงลูก จึงควรต้องรับหน้าที่ดูแลบ้าน เตรียมอาหาร อบรมเลี้ยงดูบุตรอยู่ภายในบ้าน นอกจากนี้ยังมีความเชื่อสืบเนื่องกันต่อไปอีกว่า สตรีจะไม่สามารถทำงานหนักได้เท่ากับชาย เพราะสภาพทางกายภาพด้อยกว่า กิจกรรมหลายประเภทที่ชายเป็นผู้ปฏิบัติได้สร้างความเข้าใจและเป็นที่ยอมรับว่าชายเป็นตัวแทนของมนุษยชาติ เพราะชายเป็นผู้สร้างสรรพาวุธและวัฒนธรรมเทคโนโลยีใหม่ให้กับสังคม ความเชื่อเช่นนี้ทำให้ชายมีความสำคัญขึ้นอีกด้านหนึ่งในฐานะเป็นผู้ดัดแปลงธรรมชาติให้กลายเป็นวัฒนธรรม(Orthner&Rosaldo,1974 อ้างในภัสสร ลิมานนท์,2544)

- 2.โครงสร้างครอบครัว(Family Structure) เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดการแบ่งงานระหว่างเพศ และยังผลให้เกิดความไม่เสมอภาคกันในสถานภาพของหญิงและชายภายในครอบครัว

และความไม่ทัดเทียมนี้ขยายวงกว้างออกไปในระดับสังคม กล่าวคือภายในครอบครัวเดี่ยวซึ่งมีขนาดเล็ก การแบ่งงานและความรับผิดชอบระหว่างคู่สมรสยังทำได้ไม่เต็มที่นัก เพราะหากคนใดคนหนึ่งเกิดเจ็บป่วยหรือไม่อยู่ อีกฝ่ายหนึ่งก็จำเป็นต้องเข้าทำทดแทน ซึ่งต่างกับระบบครอบครัวขยายที่มีสมาชิกมากกว่า ทำให้การแบ่งงานระหว่างสมาชิกต่างเพศทำได้สะดวกกว่า Engels (1891) เสนอแนวคิดเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างโครงสร้างของครอบครัวกับการกำหนดบทบาทของเพศ และระบบการสมรสแบบผัวเดียวเมียเดียวว่า ภายในระบบครอบครัวขยายนั้น เมื่อมีผลิตผลส่วนเกิน สมาชิกซึ่งเป็นชายก็อาจจะได้รับส่วนแบ่งเป็นทรัพย์สินส่วนตัวขึ้น สมาชิกชายเหล่านั้นก็สามารถตั้งครอบครัวและแยกตัวเป็นอิสระ ลักษณะเช่นนี้ทำให้ความหมายของคำว่ากิจกรรมภายในครัวเรือนเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมที่เคยรู้จักกันในสังคมแบบชุมชนหรือคอมมูน และผลิตผลส่วนเกินดังกล่าวมีส่วนทำให้เกิดการจัดตำแหน่งฐานะของสตรีและชายในสังคมอีกด้วย กล่าวคือเมื่อเกิดระบบการผลิตแบบใหม่ในครอบครัวเดี่ยว สามีมักอยู่ในฐานะเป็นผู้ผลิต เลี้ยงดูครอบครัว และประกอบกิจกรรมนอกบ้าน สามีจึงอยู่ในฐานะที่เหนือกว่าและมีอำนาจมากกว่าภรรยา ในขณะที่งานซึ่งอยู่ภายใต้ความรับผิดชอบของภรรยา เช่นงานบ้าน การอบรมเลี้ยงดูบุตร มิได้เปิดโอกาสให้ได้เข้าควบคุมการผลิต ฐานะของสตรีจึงด้อยกว่าเป็นธรรมดา หนทางเดียวที่สตรีจะหลุดพ้นจากการควบคุมของชายได้ก็คือ การเข้าไปมีส่วนร่วมเป็นแรงงานในระบบการผลิตขนาดใหญ่ที่จะช่วยลดบทบาทที่ต้องอยู่เฉพาะภายในบ้านลง และจากการที่สตรีถูกจำกัดโดยหน้าที่ดังกล่าวให้อยู่แต่ภายในบ้าน จึงไม่อาจมีบทบาทหรือโอกาสที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางเศรษฐกิจหรือทางการเมือง ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้จะให้ผลตอบแทนโดยตรงทั้งทางการเงินและฐานะทางสังคม การที่ได้รับโอกาสต่างกันดังกล่าวนี้เองได้สร้างความไม่เท่าเทียมกันทางสถานภาพของชายและสตรี และผลก็คือ สตรีกลายเป็นผู้ที่ต้องพึ่งพาอาศัยชายทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจ

3. ปัจจัยทางวัฒนธรรม (Culture) และบรรทัดฐานทางสังคม (Social Norms) เชื่อว่าในแต่ละวัฒนธรรม สมาชิกชายและหญิงเมื่อแรกเกิด จะถูกปลูกฝังให้มีอุปนิสัยแตกต่างกันออกไป โดยสมาชิกใหม่แต่ละเพศนั้นต้องยอมรับทัศนคติและบทบาทที่สังคมกำหนดไว้ให้ การกำหนดบทบาทบุคลิกภาพ แบบแผนภาษาพูดของแต่ละเพศทั้งหมด ผนวกกันเข้าก็กลายเป็นเพศที่กำหนดโดยสังคม (Social Sex หรือ Gender) โดยอาศัยพื้นฐานสำคัญจากเพศที่กำหนดโดยธรรมชาติ (Biological Sex) เพศที่กำหนดโดยสังคมนั้นจะแตกต่างกันออกไปในเกือบทุกสังคมแล้วแต่ความนิยมและความเชื่อของแต่ละวัฒนธรรม ในขณะที่สังคมของสัตว์พันธุ์เดียวกันจะมีบทบาทและพฤติกรรม เช่น แบบแผนการสร้างรัง ผสมพันธุ์ การเลี้ยงดูลูกอ่อน ฯลฯ เป็นไปแบบเดียวกันทั้งหมดนอกจากนี้ วัฒนธรรมเกี่ยวกับบทบาทเพศอาจจะสับเปลี่ยนกันไปได้ตามความนิยมและกาลเวลาที่ผันผ่าน (Magaret Mead, 1963)

หลายวัฒนธรรมเชื่อกันว่าในร่างกายของชาย ประกอบด้วยธาตุความเป็นชายและหญิงรวมอยู่ด้วยกัน ทำให้โลกของชายเปิดกว้างเสรี ขณะที่ในร่างกายของหญิงมีเพียงธาตุความเป็นหญิง

แต่อย่างเดียว ฉะนั้นโลกของหญิงจึงเป็นโลกปิดและมีข้อจำกัด จากความเชื่อดังกล่าวนี้ทำให้วัฒนธรรมและประเพณีที่สังคมยึดถือกันมาในการปฏิบัติต่อมนุษย์สองเพศนี้แตกต่างกันออกไป (ภัสสรลิมานนท์,2544) ดังจะเห็นได้จากหลายตัวอย่างเช่น

1.การอบรมเลี้ยงดูภายในครอบครัว และการสอนให้รู้ระเบียบสังคมที่ถ่ายทอดกันมานับชั่วคน ได้เน้นถึงฐานะความเป็นผู้นำของชาย และฐานะผู้ตามของสตรี หรือเนื่องจากความเชื่อในเรื่องความบริสุทธิ์และพรหมจรรย์ของสตรีจะต้องรักษาไว้ก่อนแต่งงาน ทำให้เด็กหญิงถูกควบคุมให้อยู่ภายในขอบเขตที่กำหนดไว้ เช่น ภายในบ้าน ในขณะที่ครอบครัวและสังคมได้เปิดโอกาสให้เด็กชายมีเสรีภาพที่จะออกนอกบ้าน แสวงหาความเป็นผู้นำและความเป็นชายด้วยตนเอง

2.บทบาทเพศที่กำหนดขึ้นในสังคมส่วนใหญ่มีอยู่ในลักษณะที่ตรงข้ามกันเสมอ บทบาทที่ตรงข้ามนี้ มีนัยยะบ่งบอกการแบ่งแยกกิจกรรมและหน้าที่ของชายและหญิง เกือบทุกวัฒนธรรมได้สร้างภาพพจน์ให้สตรีอยู่ในฐานะด้อยกว่าชายเกือบทุกด้าน และในความเป็นจริง สตรีมักถูกกีดกันออกมาจากกิจกรรมต่างๆที่จะเปิดโอกาสให้ได้เป็นผู้นำ แม้ว่าบางครั้ง บทบาทของทั้งสองฝ่ายในหลายๆเรื่องมีความสัมพันธ์ในลักษณะเกี่ยวเนื่องกัน แต่ก็ยังคงแสดงออกถึงความไม่ทัดเทียมกันระหว่างสตรีและชายอยู่เสมอ(Ardeemer,1978 อ้างในภัสสร ลิมานนท์,2544)

สิทธิขั้นพื้นฐานที่สตรีในเกือบทุกสังคมถูกกีดกันอย่างเห็นได้ชัดเจนนมาก คือบทบาทด้านการเมือง และการปกครอง ทำให้สตรีเข้าไปมีส่วนร่วมในมิตินี้ได้อย่างยากยิ่ง การถูกกีดกันในส่วนนี้เป็นผลมาจากความเชื่อ และการปฏิบัติที่ยึดถือกันมาตั้งแต่อดีตที่ยกให้ชายอยู่ในฐานะผู้ปกครอง ผู้ควบคุม ผู้ตัดสินใจ และเป็นผู้สร้างกฎเกณฑ์ให้สังคมปฏิบัติตาม ทำให้แนวปฏิบัตินี้เกือบกลายเป็นธรรมชาติว่าชายเท่านั้นคือผู้นำทางความคิดและเป็นผู้นำทางการเมือง สตรีจึงยากที่จะแทรกตัวเข้าไปไม่ว่าจะเป็นการเมือง การปกครองระดับชาติ ระดับท้องถิ่น หรือการทำหน้าที่นิติบัญญัติ ผลที่เกิดขึ้นตามมาคือกฎหมายและกฎเกณฑ์ต่างๆที่ยอมรับปฏิบัติกันในสังคม มีส่วนอย่างมากทำให้สตรีตกอยู่ในฐานะเสียเปรียบมาโดยตลอด แม้จะมีการเรียกร้องสิทธิจากฝ่ายต่อสู้เพื่อสิทธิสตรี เพื่อให้มีการเปลี่ยนแปลงกฎหมายที่มีการเลือกปฏิบัติต่อสตรี ก็มักจะประสบอุปสรรคหรือแม้แต่ความพ่ายแพ้หรือต้องใช้ความอดทนรอการเปลี่ยนแปลงในระยะเวลาที่ยาวนานมาก

ดังข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ(2545) จะเห็นได้ว่าจำนวนของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรที่ได้รับเลือกตั้ง ตั้งแต่ พ.ศ.2529 - 2544 พบว่าแม้จำนวนของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรหญิงที่ได้รับการเลือกตั้งในแต่ละปีมีจำนวนเพิ่มขึ้น แต่ก็ยังน้อยมากเพียง 2.5 - 8.0% ของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรทั้งหมดที่ได้รับเลือกตั้งในปีนั้นๆ เช่นเดียวกับสมาชิกวุฒิสภาหญิงที่ได้รับการเลือกตั้งในแต่ละปีมีจำนวนเพียง 1.9-8.5% ของจำนวนวุฒิสภาทั้งหมดในแต่ละปีที่ได้รับเลือกตั้ง และในส่วนของข้าราชการระดับสูงก็เช่นเดียวกันคือจำนวนของข้าราชการระดับสูงที่เป็นเพศผู้น้อยกว่าเพศชายเกือบทุกระดับ จะเห็นได้ว่าสิ่งเหล่านี้ล้วนแสดงให้เห็นถึงระดับความสำเร็จที่ชายมีมากกว่าหญิง ซึ่งจะส่งผลต่อความคิด การประเมินตนเองจากบุคคลรอบข้างในสิ่งที่ตนทำ หากสิ่งที่

คนทำเป็นสิ่งที่ดีและประสบความสำเร็จโดยเป็นสิ่งที่บุคคลรอบข้างให้คุณค่าและเห็นความสำคัญ
 สิ่งนั้น บุคคลจะยอมรับนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองจะส่งผลต่อ
 ความรู้สึกนึกคิด การแสดงออก ความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมและการ
 ทำงานตามบทบาทหน้าที่ อันจะส่งผลต่อการประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่างๆ ในอนาคต

เพศเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่มีผู้ศึกษาว่า มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองหรือไม่ ดังนี้

Miller (1975) ได้ทำการศึกษาผลของอายุ การศึกษาและฐานะของแม่ที่ทำให้เกิดความ
 พอใจในตัวเอง โดยใช้กลุ่มตัวอย่างคนผิวดำที่อาศัยอยู่ในเมืองจำนวน 61 คน และคนผิวขาวที่อาศัย
 อยู่แถบชานเมือง จำนวน 97 คนและใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของลูเปอร์สมิธ พบว่า เพศ
 ชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง เช่นเดียวกับการศึกษาของ Schwartz (1988) ได้ศึกษา
 การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลวัยรุ่นเชื้อสายยิว จำนวน 255 คน ในประเทศแคนาดา โดยใช้
 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก พบว่า เพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศ
 หญิง และการศึกษาของ Eskilson A. และ Wiley M.G.(1987) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการ
 เกิดความกดดันในการเข้าร่วมกิจกรรมแบบมุ่งความสำเร็จ (Task orientation) และกิจกรรมที่มุ่ง
 ความสัมพันธ์ (People Orientation) กับการยอมรับของพ่อแม่ เพื่อน กับระดับ Self-Esteem โดย
 สมมติฐานข้อหนึ่งต้องการทดสอบว่าระดับ Self-Esteem โดยเฉลี่ยในประชากรตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่น
 หญิงไม่แตกต่างกับระดับ Self-Esteem โดยเฉลี่ยในประชากรตัวอย่างเพศชาย ผลการศึกษาพบว่า
 สมมติฐานนี้ไม่ได้รับการสนับสนุน โดยที่ระดับSelf-esteemเฉลี่ยของวัยรุ่นชายมีระดับสูงกว่าอย่าง
 มีนัยสำคัญ

อีกทั้งมีการศึกษาเรื่องค่านิยมต่อลักษณะแห่งเพศชายและเพศหญิง พบว่าตัวอย่าง
 ประชากรเพศชายและเพศหญิงมีความเห็นตรงกันว่าลักษณะแห่งเพศหญิงนำนิยมน้อยกว่าลักษณะ
 แห่งเพศชาย (Broverman และคณะ ,1970 อ้างใน Wylie & Eskilson,1987)

งานวิจัยบางฉบับก็ไม่พบความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างชายหญิง เช่น
 การศึกษาของ Offer และคณะ(1981, อ้างใน Wylie 1979) ได้ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของ
 บุคคลวัยรุ่น พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกันเช่นเดียวกับการ
 การศึกษาของ Block and Robins (1993) ได้ทำการศึกษาในระยะยาวเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าใน
 ตนเองจากวัยรุ่นตอนต้นสู่วัยรุ่นตอนปลาย พบว่าในระยะวัยรุ่นตอนต้นเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายนี้ไม่
 พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงของการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างเด่นชัด แต่มีความแตกต่างทางเพศที่มีผล
 ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยในเพศหญิงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นผลจากการมี
 ปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ในขณะที่เพศชายระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง สัมพันธ์กับการมี
 ความสามารถเช่น การมีความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นต้น

Cockrum, J. and White, P. (1985) ศึกษาอิทธิพลของตัวแปรทางจิตวิทยาสังคมที่มี
 ผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของชายและหญิงที่ไม่เคยสมรสมาก่อนซึ่งมีอายุระหว่าง 27-46

ปี เป็นผู้ชาย 30 คน หญิง 30 คน ผู้วิจัยได้เลือกตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นตัวแปรหนึ่งใน การศึกษาครั้งนี้ นอกเหนือจากตัวแปรด้านความโดดเดี่ยวทางอารมณ์และสังคม (Social and emotional loneliness) และตัวแปรด้านการค้ำจุนทางจิตใจจากสังคม (Social support) โดยใช้ แบบสอบถามการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Rosenberg (1965) ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการ เห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลมีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตทั้งหญิงและชายใน ระดับสูง คะแนนเฉลี่ยของมาตรฐานการเห็นคุณค่าในตนเองและมาตรฐานวัดความพึงพอใจในชีวิต มีค่าใกล้เคียงกันมาก คือ 3.34 และ 3.4 ตามลำดับ (จากคะแนนเต็ม 4) ส่วนตัวแปรด้านความโดด เดี่ยวทางอารมณ์และสังคมนั้นมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของหญิงมากกว่าชายและตัวแปรด้าน การค้ำจุนทางจิตใจจากสังคม มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของชายมากกว่าหญิง นอกจากนี้เมื่อ เปรียบเทียบระหว่างหญิงและชายจะพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีผลกระทบต่อความพึงพอใจใน ชีวิตของผู้ชายมากกว่าผู้หญิง ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายว่า เนื่องจากผู้ชายได้รับการคาดหวังจากสังคม ให้ ประสบผลสำเร็จในการทำงานและการมีชีวิตอยู่ เมื่อผู้ชายยังหาๆไม่ได้ทำให้ผู้ชายรับรู้ถึงการไร้ ความสามารถของตน และจะประเมินตนเองไปในทางลบอย่างมาก ในขณะที่สังคมไม่ได้คาดหวัง ให้ผู้หญิงประสบผลสำเร็จทางการงานมากนัก และการอยู่เป็น โสดของผู้หญิงนั้นถึงแม้จะขัดแย้งกับ ความคาดหวังของสังคม แต่ผู้หญิงมองว่าเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตทางหนึ่งที่ตนเลือก ดังนั้น ลักษณะการประเมินตนเองจึงมีลักษณะเป็นกลาง

สำหรับในประเทศไทยได้มีการศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของชายหญิงไว้ดังนี้

สถิตย์ ภัศระ (2536) ได้ทำการศึกษาถึงปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจใน ตนเองของบุคคลวัยรุ่น พบว่า บุคคลวัยรุ่นชายมีความภาคภูมิใจตนเองสูงกว่าบุคคลวัยรุ่นหญิงอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อีกทั้งมีผู้ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองร่วมกับตัวแปรอื่นๆ เช่น การศึกษาของ คณิสสร ดวงพัตรา (2545) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ ระดับเชาว์ อารมณ์และการเห็นคุณค่าในตนเอง ศึกษาเฉพาะกรณีบริษัทอุตสาหกรรมการผลิตแห่งหนึ่ง กลุ่ม ตัวอย่างเป็นพนักงานในบริษัทอุตสาหกรรมจำนวน 273 คน ผลการวิจัยพบว่า เพศ ระดับการศึกษา ตำแหน่งงาน และรายได้ต่อเดือนมีความสัมพันธ์กับเชาว์อารมณ์ของพนักงานและระดับเชาว์ อารมณ์ของพนักงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญ

งานวิจัยบางฉบับก็ไม่พบความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างชายหญิงเช่น ชวนพิศ สันติโรจน์ประไพ (2534) ได้ทำการศึกษาถึงความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเอง ของวัยรุ่นที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน โดยใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (Adult Form) พบว่าตัวแปรเพศไม่มีผลต่อคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น แต่พบว่า บทบาททางเพศมีผลต่อคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น โดยพบว่า วัยรุ่นชายที่มีบทบาท ความเป็นชายสูง จะเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นชายที่มีบทบาทแอนโดรจีนี ส่วนวัยรุ่นหญิง

พบว่า วัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทความเป็นชายสูง จะเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทไม่เด่นชัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่แตกต่างจากวัยรุ่นหญิงที่มีบทบาทแอนโดรจีนี และบทบาทความเป็นหญิงสูง และงานวิจัยบางฉบับยังพบว่าความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกันระหว่างชายหญิงเช่นการศึกษาของ สมพิศ ไชยกิจ (2536) ได้ทำการศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา พบว่า นักเรียนหญิงและนักเรียนชายมีความภาคภูมิใจในตนเองโดยส่วนรวมไม่แตกต่างกัน แต่พบความแตกต่างในด้านการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ($p < .05$) โดยนักเรียนหญิงมีความภาคภูมิใจในด้านการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนสูงกว่านักเรียนชาย

อีกทั้งมีผู้ศึกษาอ้อมโนทัศน์เปรียบเทียบหญิงชายในวัยผู้ใหญ่ได้แก่การศึกษาของ กอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล และ สุสัณหา ยิ้มแย้ม (2533) ศึกษาอ้อมโนทัศน์ ของอาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดล โดยใช้มาตราวัดอ้อมโนทัศน์ของเทเนเนสซี พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนโดยรวมของอาจารย์หญิงสูงกว่าอาจารย์ชาย อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และคะแนนอ้อมโนทัศน์ในด้านต่างๆ 8 ด้าน พบว่า อาจารย์หญิงมีอ้อมโนทัศน์ในด้านศีลธรรมและด้านครอบครัวสูงกว่าอาจารย์ชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนด้านอื่นๆ ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านส่วนตัว ด้านสังคม ด้านความเป็นเอกลักษณ์ ด้านความพึงพอใจในตนเอง ด้านพฤติกรรมและด้านวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง อาจารย์ชายและอาจารย์หญิงไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าอ้อมโนทัศน์โดยรวมระหว่างช่วงอายุไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อวิเคราะห์แยกในแต่ละด้าน พบว่า อ้อมโนทัศน์ด้านพฤติกรรมของอาจารย์ระหว่างช่วงอายุ 21 ถึง 30 ปี กับช่วงอายุ 41 ถึง 60 ปี และระหว่างช่วงอายุ 31 ถึง 40 ปี กับช่วงอายุ 41 ถึง 60 ปี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังพบว่าอ้อมโนทัศน์ด้านการวิพากษ์วิจารณ์ตนเองของอาจารย์ช่วงอายุ 21 ถึง 30 ปี แตกต่างกับช่วงอายุ 31 ถึง 40 ปี และ 41 ถึง 60 ปี และอาจารย์ช่วงอายุ 31 ถึง 40 ปี แตกต่างกับช่วงอายุ 41 ถึง 60 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จะเห็นได้ว่างานวิจัยตัวแปรเพศชายและหญิง ที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยส่วนมากของงานวิจัยศึกษาในเด็กและวัยรุ่น ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความแตกต่าง โดยเพศชายจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง แต่งานวิจัยบางฉบับก็ไม่พบความแตกต่าง ฉะนั้นจึงเป็นจุดที่ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาตัวแปรเพศ ว่าส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นหรือไม่

แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับผู้อยู่เป็นโสด

Erikson (1968) ได้กล่าวถึงพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นไว้ว่า ในวัยนี้บุคคลจะต้องสามารถจัดวิกฤติการณ์เกี่ยวกับความผูกพันใกล้ชิด (Intimacy) ได้สำเร็จ ในความคิดของ Erikson ความผูกพันใกล้ชิดนั้นนอกจากจะหมายถึงความสัมพันธ์ทางเพศแล้ว ยังหมายรวมไปถึงความเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุข (Companionship) และความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ทั้งที่เป็นส่วนตัวและเป็น

กลุ่มอีกด้วย ทางเลือกของการมีความผูกพันใกล้ชิด ของบุคคลมีได้หลายแนวทาง เช่น การแต่งงาน (Marriage) การอยู่ร่วมกันโดยไม่มีการแต่งงาน (Cohabitation) การใช้ชีวิตร่วมของคู่สมพันธ์ที่เป็นเพศเดียวกัน (Homosexual marriage) รวมทั้งการอยู่เป็นโสด

การอยู่เป็นโสด

ในทัศนภาพพจน์ของคนโสดในสายตาของสังคมจะไม่แจ่มใส สังคมมักจะตั้งสงสัยสงสัยว่าบุคคลมีความบกพร่องอย่างไรจึงอยู่เป็นโสด หรือหากมีเพื่อนสนิทก็จะได้รับการมองว่าเป็นพวกรักร่วมเพศ เป็นต้น แต่ในปัจจุบันภาพพจน์ดังกล่าวได้เปลี่ยนแปลง สังคมมีความคิดใหม่ว่าคนโสดคือคนที่ได้เลือกแนวทางการดำเนินชีวิตในอีกรูปแบบหนึ่ง (Yankelovich, 1981)

Levinson (1978) ได้แบ่งขั้นตอนตามอายุของคนโสดไว้เป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ผู้ที่มีอายุน้อยและไม่เคยแต่งงาน (อายุ 20-28 ปี)

ช่วงอายุ 20-28 ปีโดยประมาณ จัดเป็นช่วงของการเริ่มเข้าสู่โลกของการเป็นผู้ใหญ่ การค้นหาทางเลือกที่มีหลายแนวทาง ดังนั้นคนโสดในช่วงอายุดังกล่าวจึงมักมีความมุ่งมั่นกับการทำงาน มีความพอใจที่ได้เป็นตัวของตัวเอง เป็นอิสระจากพ่อแม่ มีเพื่อนสนิทที่ถูกต้อง และเนื่องจากช่วงอายุดังกล่าวเป็นช่วงของการสำเร็จการศึกษา ดังนั้น บุคคลจึงจำเป็นต้องมีการปรับตัวในเรื่องการทำงานและการมีเพื่อนร่วมงาน ซึ่งทั้งคู่จัดเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลในช่วงวัยนี้ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในอัตมโนทัศน์ของบุคคล

ขั้นตอนที่ 2 ช่วงอายุ 30 ปี

Levinson (1978) กล่าวว่า ช่วงอายุ 28-32 ปี เป็นช่วงที่บุคคลต้องเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นจากแรงกดดันทางสังคม จากบิดามารดา และจากตนเอง สำหรับผู้ที่เป็นโสด ช่วงอายุดังกล่าวจัดเป็นระยะเวลาที่ยุ่ยากมากที่สุด เนื่องจากสังคมพยายามกดดันให้ผู้ที่เป็นโสดหาคู่ครองและแต่งงาน เพื่อให้เป็นไปตามความคาดหวังของสังคม

ความยุ่งยากอีกประการที่คนโสดจะต้องประสบ ก็คือปัญหาในการประกอบอาชีพ ทั้งนี้ เพราะช่วงนี้ นับเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ (Transitional period) ที่คนโสดบางคนอาจจะพอใจกับอาชีพที่กำลังทำอยู่ในปัจจุบัน ในขณะที่คนโสดบางคนมีความต้องการจะเปลี่ยนงานใหม่ด้วยความหวังว่าจะพบงานที่ตนพึงพอใจมากกว่างานเดิม มีคนโสดในช่วงอายุนี้จำนวนมากที่เริ่มประเมินความเป็นอยู่ของตนเองใหม่ กล่าวคือคนโสดจะเริ่มยอมรับการอยู่เป็นโสดและความเป็นไปได้ที่จะไม่ได้แต่งงาน และรู้สึกว่าตนเองควรจะต้องเริ่มวางแผนการใช้ชีวิตของตนให้มีความหมายมากขึ้น เช่น สตรีโสดบางคนเริ่มมีโครงการที่จะศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไป บางคนเริ่มมองหากิจกรรมที่ตนเองสนใจ และบางคนเริ่มวางแผนปรับปรุงความเป็นอยู่ของตนให้ดีขึ้น (Adams, 1976)

ขั้นตอนที่ 3 ช่วงอายุ 35ปีขึ้นไป

Levinson กล่าวว่าผู้หญิงโสดที่มีอายุในช่วงนี้จะมียาชีพ มีรายได้ และการศึกษาดีกว่าผู้ชายโสดที่มีอายุอยู่ในช่วงเดียวกันและยังพบอีกว่าผู้หญิงโสดในช่วงอายุนี้ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ รวมทั้งมีสถานภาพทางสังคมที่ดีขึ้นมากกว่าผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว จากการศึกษาของกลุ่มสตรีอเมริกันที่มีอายุในช่วง 40 ปี ในปี 1970 พบว่าสตรีที่มีการศึกษาดั้งแต่ระดับมัธยมขึ้นไป และระดับรายได้มากกว่า 20,000 ดอลลาร์ต่อปีจะเป็น โสด 1 คนในทุกๆ 5 คน และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มสตรีที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับมัธยมจะพบสตรีที่เป็นโสดเพียง 1 คน ในทุกๆ 20 คน (Adams,1976)

จากแนวความคิดเกี่ยวกับวงจรชีวิต ของผู้ที่ เป็น โสดของ Levinson ทำให้สามารถสรุปได้ว่า ผู้ที่เป็น โสดจะต้องเผชิญกับปัญหาและสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกันออกไปในแต่ละช่วงอายุ และในแต่ละช่วงอายุนั้น สถานภาพทางสังคมอาจเกิดการเปลี่ยนแปลง เมื่อสถานภาพทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป ลักษณะเอกลักษณ์ทางสังคม ความคิด และการเห็นคุณค่าในตนเองก็ย่อมจะต้องเปลี่ยนแปลงไป พร้อมกันด้วย

ความสมัครใจในการใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด

Adams (1976) ได้จัดรูปแบบการอยู่เป็นโสดตามลักษณะการตัดสินใจของกลุ่มประชากรที่อยู่เป็นโสด โดยนอกจากจะแบ่งออกเป็นกลุ่มที่เป็นโสดด้วยความสมัครใจ (Wilful) และกลุ่มที่เป็นโสดด้วยความไม่สมัครใจ (Unwilful) แล้วยังแบ่งการมีชีวิตโสดตามระยะเวลาอีกด้วย กล่าวคือ แบ่งเป็นการอยู่เป็นโสดเพียงชั่วคราว (Temporary) และการอยู่เป็นโสดอย่างถาวร (stable) ซึ่งการแบ่งในลักษณะดังกล่าวข้างต้น ทำให้สามารถมองเห็นภาพพจน์ของกลุ่มคนโสดในแต่ละประเภท ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ว่าบุคคลนั้นต้องการจะอยู่เป็นโสดอย่างถาวรหรือเพียงชั่วคราว รวมทั้งการอยู่เป็นโสดนั้นเป็นไปด้วยความสมัครใจหรือไม่

รูปแบบของการอยู่เป็น โสด แบ่งออกตามลักษณะได้ดังนี้คือ

1. กลุ่มที่สมัครใจที่จะอยู่เป็นโสดเพียงชั่วคราว

บุคคลในกลุ่มนี้ส่วนมากเป็นกลุ่มที่ยังมีอายุน้อย ยังไม่เคยแต่งงานมาก่อน และมีความต้องการจะเลื่อนระยะเวลาแต่งงานออกไปอีกช่วงระยะเวลาหนึ่ง นอกจากนี้ยังหมายรวมถึงกลุ่มที่หย่าร้างตั้งแต่ยังมีอายุน้อย และไม่ประสงค์จะแต่งงานใหม่ในช่วงนี้

สิ่งที่คนในกลุ่มนี้ให้ความสำคัญมากกว่าการมองหาคู่ครอง คือ การให้ความสนใจ ต่อการศึกษา การทำงาน การเสริมสร้างฐานะความเป็นอยู่ของตนเอง รวมทั้งอาจจะยังมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวอยู่ ทั้งนี้ มิได้หมายความว่าทุกคนในกลุ่มนี้จะต้องแต่งงานทั้งหมดเมื่อถึงเวลาที่สมควรจะแต่งงาน สาเหตุของการมีพฤติกรรมดังกล่าวอาจจะมาจากการอุทิศเวลาให้กับ

การศึกษาและการทำงานอย่างมากจนเป็นทำให้บางคนยังหาคู่ครองไม่ได้ และบางคนก็คิดว่าตนเองอายุมากเกินไปกว่าจะแต่งงานแล้ว

2. กลุ่มที่สมัครใจอยู่เป็นโสดถาวร

กลุ่มที่สมัครใจอยู่เป็น โสดอย่างถาวร แบ่งออกเป็น

- 2.1 กลุ่มที่ไม่เคยแต่งงานมาก่อนเลย และมีความพึงพอใจเป็นอย่างมาก ต่อการตัดสินใจเลือกสถานะดังกล่าว
- 2.2 กลุ่มที่ปัจจุบันเป็นหม้ายหรือหย่าร้าง และไม่ต้องการแต่งงานอีก
- 2.3 กลุ่มที่มีแนวคิดที่ตรงข้าม กับแนวคิดของการอยู่ร่วมกัน โดยการแต่งงานอย่างถูกต้องตามกฎหมาย เช่น การอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาโดยไม่จำเป็นต้องจดทะเบียนสมรสกันอย่างถูกต้องตามกฎหมาย เป็นต้น
- 2.4 กลุ่มซึ่งมีการดำเนินชีวิตที่มีกฎข้อบังคับห้ามการแต่งงาน เช่น นักบวช พระสงฆ์ เป็นต้น

3. กลุ่มที่เป็นโสดเพียงชั่วคราวโดยไม่ได้สมัครใจจะอยู่เป็นโสดอย่างถาวร กลุ่มนี้หมายถึงกลุ่มคนโสด ที่ยอมรับค่านิยมเกี่ยวกับการแต่งงาน แต่ยังไม่ประสงค์จะแต่งงานในช่วงนี้ โดยมีเหตุผลในใจบางประการ แบ่งออกเป็น

- 3.1 กลุ่มที่ยังไม่เคยแต่งงาน ยังมีอายุน้อยและเป็นพวกที่ไม่มีความต้องการที่จะอยู่เป็นโสด จึงพยายามมองคู่ครองที่เหมาะสม
- 3.2 กลุ่มที่ยังไม่เคยแต่งงาน มีอายุมากและเป็นพวกที่ไม่มีความสนใจจะแต่งงานมาก่อน แต่ปัจจุบันอยู่ในระหว่างการมองหาคู่ครอง เพื่อแต่งงาน
- 3.3 กลุ่มที่เพิ่งเป็นหม้ายหรือเพิ่งหย่าร้างและต้องการจะแต่งงานใหม่

4. กลุ่มที่เป็นโสดอย่างถาวรโดยที่ได้สมัครใจที่จะเป็นโสด

กลุ่มนี้เป็นกลุ่มคนโสดที่มีอายุมาก ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าพ้นวัยแต่งงานแล้วแบ่งออกเป็น

- 4.1 ผู้ที่ไม่เคยแต่งงานมาก่อน มีอายุมาก มีความต้องการที่จะแต่งงานแต่ยังหาคู่ครองไม่ได้
- 4.2 กลุ่มที่เป็นหม้ายและหย่าร้างเมื่ออายุมาก และมีความต้องการจะแต่งงานใหม่แต่ยังหาคู่ครองไม่ได้

Adams (1976) ได้กล่าวเสริมว่า กลุ่มนี้น่าจะหมายรวมถึงกลุ่มคนโสดที่ผิดหวังหรือเสียใจกับความรักแล้วพยายามหนีหน้าไปจากกลุ่มคน เพื่อหลีกเลี่ยงการแต่งงานด้วย

นอกจากนั้น Corby และ Zarit (1983) ยังได้แบ่งคน โศคตามสาเหตุของความสมัครใจในการอยู่เป็น โศคไว้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. คนโศคที่ต้องการจะเป็นโศคด้วยความสมัครใจ เป็นกลุ่มคนโศคที่ชอบชีวิตโศค เพราะมีอิสระเสรีทั้งในด้านชีวิตส่วนตัว การดำเนินอาชีพ เศรษฐกิจ อารมณ์ สังคมฯลฯ
2. คนโศคที่เป็นโศคโดยไม่สมัครใจ เป็นกลุ่มที่เป็นโศคโดยไม่สมัครใจ อาจมีสาเหตุจากความบกพร่องในตนเองหรือไม่พบคนที่มีความสัมพันธ์ตรงกับความต้องการของตน

Robenstein, Shaver และ Paplau (1979 อ้างถึงใน ศีราจค์ ทับสายทอง, 2530)ได้รายงานผลการวิจัยในด้านอื่นที่นอกเหนือจากการศึกษาทัศนคติต่อการแต่งงานในคนโศคไว้ว่า สุขภาพทั้งทางกายและทางจิตของผู้ที่เป็น โศคที่ไม่มีความสัมพันธ์ทางเพศกับผู้ใดไม่แตกต่างจากของคนที่มีความสัมพันธ์ทางเพศเลย อีกทั้งชีวิตโศคไม่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาความผูกพันใกล้ชิด ทั้งนี้เพราะคนโศคส่วนหนึ่งจะมีการเปลี่ยนคู่สัมพันธ์ทางเพศโดยไม่ได้แต่งงาน รวมทั้งสามารถจะประสบความสำเร็จในสภาวะดังกล่าวได้ ส่วนคนโศคที่ไม่มีความสัมพันธ์ทางเพศกับผู้ใด ก็สามารถพัฒนาความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนและครอบครัวได้

นอกจากนั้น การศึกษาผู้พยายามกระทำอัตวินิบาตกรรมของ ศรี เกษมณี (2517) ได้พบว่ากลุ่มคนโศคจะกระทำอัตวินิบาตกรรมมากกว่าคนที่แต่งงานแล้ว ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่าคนโศคมีความตึงเครียดทางเพศ มีชีวิตที่ว้าเหว่ มีปัญหาทางด้านจิตใจ ซึ่งได้แก่ การขาดความรัก ขาดที่พึ่งพิง ไม่มีคู่ปรึกษา รวมทั้งอาจจะได้รับการเหยียดจากคนทั่วไปในสังคม จึงเกิดความกดดันทางจิตใจอย่างรุนแรง เป็นเหตุให้ตัดสินใจทำอัตวินิบาตกรรมเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา

จากแนวความคิดชีวิตโศคทั้งหมดที่กล่าวมา จะเห็นว่าชีวิตโศคเป็นชีวิตที่มีทั้งความสุขและความทุกข์ ซึ่งขึ้นอยู่กับความมั่นคงทางจิตใจของผู้เลือกดำเนินชีวิตดังกล่าว ผู้ที่จะมีชีวิตโศคที่มีความสุขจะต้องเป็นผู้ที่เข้มแข็ง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่หวาดหวั่นต่อการเหยียดจากสังคมรอบข้าง รวมทั้งสามารถทำให้ชีวิตโศคของตนปราศจากความเจ็บเหงา ว้าเหว่ได้ (ศิราจค์ ทับสายทอง, 2530)

แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับคนที่สมรสแล้ว

การแต่งงานและการเป็นพ่อแม่ นับเป็นงานพัฒนาการที่สำคัญอย่างหนึ่งในวัยผู้ใหญ่

Benson (1971, อ้างถึงใน Lucile, 1977) ได้กล่าวถึงหน้าที่ที่บุคคลต้องประสบและปฏิบัติต่อครอบครัวของตนเมื่อเข้าสู่การสมรสไว้ดังนี้

1. คู่สมรสมีความคาดหวังร่วมกันในการดำเนินชีวิตตามความเป็นจริง ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน(Dependent) ไม่สามารถเป็นอิสระต่อตนเองเช่นเดิมได้อีกแล้ว

2. คู่สมรสจะมีความคาดหวังที่จะได้รับความช่วยเหลือจากคู่ครองทั้งในด้านการงาน การสร้างสัมพันธ์ภายในครอบครัว ความเข้าใจซึ่งกันและกัน รวมทั้งการแบ่งงานกันทำ เช่น สามีเป็นผู้รับผิดชอบด้านเศรษฐกิจของครอบครัว ส่วนภรรยารับผิดชอบด้านการดูแลบ้านและบุตร เป็นต้น

3. คู่สมรสจะมีความคาดหวังที่จะได้รับการปลอบใจและความเห็นอกเห็นใจจากคู่ครองซึ่ง Benson อธิบายว่าความรู้สึกทั้งสองอย่างนี้เป็นลักษณะหนึ่งของความสัมพันธ์แบบเพื่อน หากคู่สมรสคู่ใดสามารถพัฒนาความสัมพันธ์ดังกล่าวได้แล้วจะทำให้ชีวิตสมรสประสบกับความสุข

4. คู่สมรสจะมีความคาดหวังที่จะได้รับการตอบสนองจากคู่ครองด้วยความชื่นชมนับถือ ความเชื่อมั่นรวมทั้งการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่คู่ชีวิตมีความสนใจ Benson กล่าวว่าความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยาก ทั้งนี้เพราะเกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจ การตัดสินใจทางจริยธรรมของแต่ละฝ่ายด้วย

5. คู่สมรสจะมีความคาดหวังในความพึงพอใจทางเพศสัมพันธ์ต่อกัน Benson เชื่อว่าความพึงพอใจทางเพศ เป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งในชีวิตแต่งงาน ความรู้สึกดังกล่าวเป็นสิ่งจำเป็นที่ทั้งคู่ต้องเรียนรู้จากพฤติกรรมของอีกฝ่ายหนึ่ง พยายามหลีกเลี่ยงการกระทำเพื่อหน้าที่เท่านั้น อีกทั้งควรกระทำด้วยความรักและความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตาม Benson ได้พบว่าคู่แต่งงานที่ได้อยู่ร่วมกันเป็นเวลานานจะมีความพึงพอใจด้านเพศสัมพันธ์ลดลง

6. คู่สมรสจะมีความคาดหวังในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน Benson ได้ให้ความหมายว่า หมายถึง การที่คู่สมรสได้แสดงความมีน้ำใจและความประสงค์ที่จะช่วยเหลืองานหรือหน้าที่ซึ่งอีกฝ่ายหนึ่งทำอยู่ประจำ เช่น การดูแลบ้าน การดูแลต้นไม้ เป็นต้น นอกจากนั้นยังอธิบายเพิ่มเติมอีกว่า คู่สมรสคาดหวังให้คู่ครองของตนอาสาช่วยเหลือตนเองมากกว่าการถูกขอร้องให้กระทำ

ความแตกต่างทางเพศกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

Veroff and Feld (1970 อ้างถึงใน ศิรางค์ ทับสายทอง, 2530) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของหญิงและชาย พบว่า ชายจะรายงานว่าตนมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าหญิงส่วนสิ่งที่เป็นองค์ประกอบในการตัดสินใจความพึงพอใจในชีวิตสมรส หญิงจะเน้นที่ความมั่นคงทางอารมณ์ และความผูกพันใกล้ชิดระหว่างกัน ส่วนชายจะเน้นความซื่อสัตย์จงรักภักดี และความรับผิดชอบต่อความสัมพันธ์ในอนาคตว่ามีความสำคัญมากกว่าความผูกพันใกล้ชิดในการตัดสินใจความพึงพอใจในชีวิตสมรส (Rudy, Birren, and Sohaie, 1981)

นอกจากนั้นการมีศรัทธาในตนเองจัดเป็นคุณสมบัติสำคัญที่พบในกลุ่มบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตแต่งงาน Murstein (1973) ได้สรุปผลการวิจัยว่า คนที่มีศรัทธาในตนเองสูงมีแนวโน้มจะเลือกคู่ครองที่ได้รับการยอมรับและมีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตสมรสมากกว่าบุคคลที่มีศรัทธาในตนเองต่ำ

อิทธิพลของความเป็นพ่อเป็นแม่

ความเป็นพ่อเป็นแม่เป็นสภาพการณ์ที่มีทั้งความกดดันและเป็นประสบการณ์ที่ทำให้ผลตอบแทนที่คุ้มค่าในขณะเดียวกัน รางวัลที่พ่อแม่จะได้รับคือ ความสุข ความสมหวัง ความพึงพอใจในตนเอง ความสมบูรณ์ทางวุฒิภาวะ ความมีศรัทธาในตนเอง ความภาคภูมิใจ (Bell & Harper, 1977)

Guttman (1975) ให้ข้อสังเกตว่าบทบาทของหญิงจะแตกต่างจากชาย โดยผู้เป็นแม่จะรับการคาดหวังจากสังคมว่าจะต้องประกอบด้วย การดูแลปกป้องคุ้มครอง ความเห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจ และความอ่อนโยนทูลนอมต่อบุตร ในขณะที่พ่อจะได้รับการคาดหวังจากสังคมในเรื่องบทบาทดังต่อไปนี้ คือการฝึกฝนให้บุตรช่วยเหลือตนเองและสามารถควบคุมตนเองได้ เป็นต้น

ความกดดันที่เกิดขึ้นในบทบาทการเป็นพ่อเป็นแม่ มีทั้งความกดดันในชีวิตส่วนตัวและความกดดันทางสังคม ความกดดันในชีวิตส่วนตัวจะมาจากการขาดอิสรภาพในการแสวงหาความสุขส่วนตัวและทางเศรษฐกิจ รวมทั้งการขัดขวางความสัมพันธ์อันใกล้ชิดระหว่างคู่สมรส ส่วนความกดดันทางสังคมซึ่งมาจากความคาดหวังที่สังคมมีต่อครอบครัว คือ คู่สมรสมีหน้าที่ผลิตสมาชิกใหม่และอบรมสมาชิกใหม่เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ความกดดันด้านนี้จะเน้นที่บทบาทของแม่มากกว่าพ่อ คือ สังคมมอบหมายให้แม่เป็นหลักในการดูแล เลี้ยงดูให้ความอบอุ่นแก่ลูก ตอบสนองต่อความต้องการในชีวิตประจำวันของเด็ก

ถึงแม้ในสภาพการณ์ปัจจุบันสังคมมีการเปลี่ยนแปลงให้ผู้เป็นพ่อแสดงบทบาทในการช่วยเลี้ยงดูเด็กมากขึ้น แต่ความคาดหวังของสังคมในการเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่ก็ยังคงคาดหวังให้หญิงเป็นผู้ดูแล ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในบทบาทความเป็นพ่อและแม่ หญิงนั้นมีแนวโน้มจะมีความกดดันมากกว่าชาย

จะเห็นได้ว่าเมื่อชายและหญิงเข้าสู่ชีวิตสมรสแล้วจะประสบกับการเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ด้าน เช่น บทบาท หน้าที่ สถานภาพ ความรับผิดชอบ ความสำเร็จในชีวิตแต่งงาน รวมไปถึงความกดดันทั้งจากตนเองและจากสังคม ความไม่เป็นอิสระ การเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมรอบข้าง เช่นบุตรและคู่สมรส ซึ่งล้วนมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองทั้งสิ้น

งานวิจัยเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองส่วนใหญ่เป็นการศึกษาในเด็กและวัยรุ่น ส่วนในวัยผู้ใหญ่ยังมีผู้ศึกษาไม่มากนัก จากการรวบรวมวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยผู้ใหญ่ตอนกลางคือ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส เพศ อายุ อาชีพ ซึ่งในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยเลือกศึกษาในกลุ่มตัวอย่างชายหญิงที่มีอายุ 40-50 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไป ในกรุงเทพมหานคร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของคนโสดและคนที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่
ตอนกลางในกรุงเทพมหานคร

สมมติฐาน

1. ชายจะมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าหญิง
2. ชายที่สมรสแล้วจะมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าชายโสด
3. หญิงที่สมรสแล้วจะมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าหญิงโสด

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ทราบถึงแนวความคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองของชายหญิงโสดและสมรสแล้วใน
กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเป็นการเสนอแนวทางการศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองในอีกแนวทางหนึ่ง อันเป็น
ประโยชน์อย่างมากในการศึกษาวิจัยในหัวข้อที่ยังไม่มีผู้วิจัยมากนักในประเทศไทย
3. เพื่อเป็นการเพิ่มพูนความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับชายหญิงโสดและสมรสแล้วในเรื่องการเห็นคุณค่า
ในตนเองซึ่งเป็นองค์ประกอบด้านจิตวิทยาที่สำคัญด้านหนึ่ง

ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะชายและหญิง ที่มีอายุตั้งแต่ 40-50 ปี ทำงานแล้ว ใน
กรุงเทพมหานคร ที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไป 240 คน โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพ
สมรส ต้องสมรสแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี และมีความพึงพอใจในชีวิตสมรส กลุ่มตัวอย่างโสด ต้องไม่เคย
แต่งงาน และไม่เคยใช้ชีวิตคู่มาก่อน กลุ่มตัวอย่างโสดไม่มีความอ้างว้างว่าเหว และกลุ่มตัวอย่าง
ทั้งหมดมีความพึงพอใจในการทำงาน

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) หมายถึงการประเมินคุณค่าของอัตมโนทัศน์ตาม
ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในเรื่องของความสำเร็จการมีความสำคัญ การได้รับการยอมรับ ได้รับ

การใส่ใจ รวมทั้งได้รับความรักใคร่จากบุคคลอื่น การมีอำนาจ การมีคุณความดี ความรู้สึกมีคุณค่า มีความสามารถเพียงพอในการกระทำสิ่งที่ตั้งเป้าหมายและคาดหวังไว้ให้บรรลุวัตถุประสงค์ได้ ซึ่งในงานวิจัยนี้จะได้จากคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองที่วัดได้จากกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (Coopersmith Self-esteem Inventory)(1984) ซึ่งได้รับการพัฒนาจากสุรางค์รัตน์ คงศรี (2547)

2.ชายโสดหมายถึง ผู้ชายที่ยังดำรงสถานภาพโสดในปัจจุบันและไม่เคยสมรสหรือผ่านชีวิตคู่มาก่อนที่มีอายุ 40-50 ปี ในกรุงเทพมหานคร ทำงานแล้ว มีระดับการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไป โดยไม่มีความอ้างว้างว่าเหว่ซึ่งวัดได้จากแบบสอบถาม UCLA Loneliness Scale โดยได้รับการพัฒนาแบบสอบถามจาก รศ.ศิริรงค์ ทับสายทอง(2545) และมีความพึงพอใจในการทำงาน โดยวัดได้จากแบบสอบถามความพึงพอใจในการทำงาน(เพ็ญพร ลิมวงศ์, 2542)

3.หญิงโสด หมายถึง ผู้หญิงที่ยังดำรงสถานภาพโสดในปัจจุบันและไม่เคยสมรสหรือผ่านชีวิตคู่มาก่อนที่มีอายุ 40-50 ปี ในกรุงเทพมหานคร ทำงานแล้ว มีระดับการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไป โดยไม่มีความอ้างว้างว่าเหว่ ซึ่งวัดได้จากแบบสอบถาม UCLA Loneliness Scale โดยได้รับการพัฒนาแบบสอบถามจาก รศ.ศิริรงค์ ทับสายทอง(2545) และมีความพึงพอใจในการทำงาน โดยวัดได้จากแบบสอบถามความพึงพอใจในการทำงาน(เพ็ญพร ลิมวงศ์, 2542)

4.ชายสมรสแล้วหมายถึงผู้ชายที่มีภรรยาและปัจจุบันยังอยู่ด้วยกันอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ในงานวิจัยนี้หมายถึงผู้ชายที่สมรสแล้วที่มีอายุตั้งแต่ 40-50 ปี ในกรุงเทพมหานคร ทำงานแล้ว มีระดับการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไป สมรสมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี มีความพึงพอใจในชีวิตชีวิตสมรส โดยวัดได้จากแบบสอบถามวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของ Roach (1981) ซึ่งได้รับการพัฒนาโดยกรรณิกา เฉลิมกุล (2535) และมีความพึงพอใจในการทำงานโดยวัดได้จากแบบสอบถามความพึงพอใจในการทำงาน(เพ็ญพร ลิมวงศ์, 2542)

5.หญิงสมรสแล้วหมายถึงผู้หญิงที่มีสามีและปัจจุบันยังอยู่ด้วยกันอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ในงานวิจัยนี้หมายถึงผู้หญิงที่สมรสแล้วที่มีอายุตั้งแต่ 40-50 ปี ในกรุงเทพมหานคร ทำงานแล้ว มีระดับการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไป สมรสมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี มีความพึงพอใจในชีวิตชีวิตสมรส โดยวัดได้จากแบบสอบถามวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของ Roach (1981) ซึ่งได้รับการพัฒนาโดยกรรณิกา เฉลิมกุล (2535) และมีความพึงพอใจในการทำงานโดยวัดได้จากแบบสอบถามความพึงพอใจในการทำงาน (เพ็ญพร ลิมวงศ์, 2542)