



การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน
ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม
ประจำภาค 4

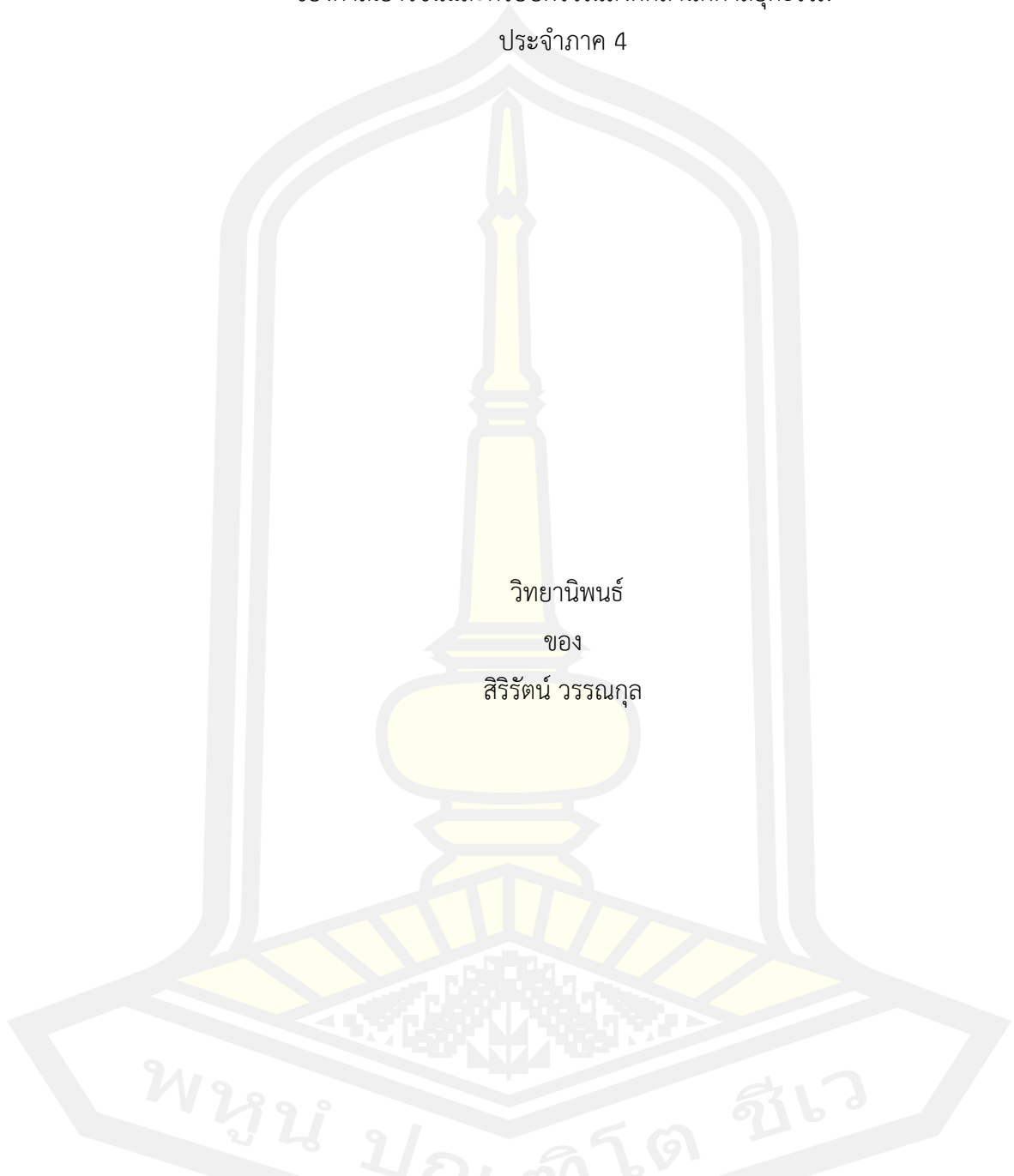
วิทยานิพนธ์
ของ
สิริรัตน์ วรรณกุล

เสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา
เมษายน 2566

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน
ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม

ประจำภาค 4



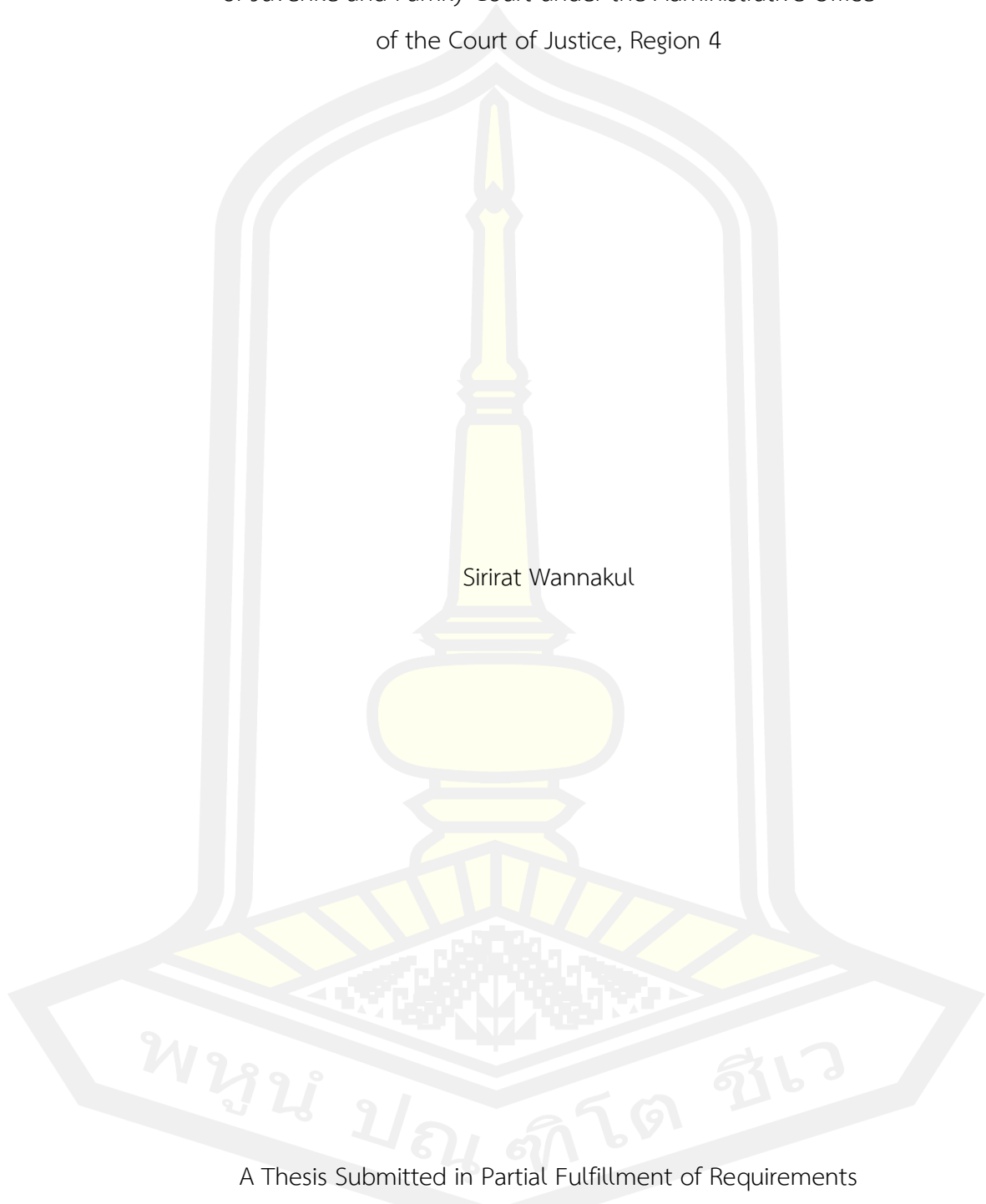
เสนอต่อมหาวิทยาลัยมหาสารคาม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา

เมษายน 2566

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

The Factors Influencing Self-Development of Juvenile Delinquent
of Juvenile and Family Court under the Administrative Office
of the Court of Justice, Region 4

Sirirat Wannakul



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of Requirements
for Master of Education (Psychology)

April 2023

Copyright of Mahasarakham University



คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณาวิทยานิพนธ์ของนางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล
แล้วเห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา
จิตวิทยา ของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(รศ. ดร. รังสรรค์ โฉมยา)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รศ. ดร. ภมรพรรณ ยูระยาตร์)

..... กรรมการ

(อ. ดร. วิภาณี สุขเอิบ)

..... กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก

(ผศ. ดร. อรัญ ชูยกระเดื่อง)

มหาวิทยาลัยขอนแก่นให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญา การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา ของมหาวิทยาลัยมหาสารคาม

.....
(รศ. ดร. ขวลิต ชูกำแพง)

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

.....
(รศ. ดร. กริสน์ ชัยมูล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ชื่อเรื่อง	การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4		
ผู้วิจัย	สิริรัตน์ วรรณกุล		
อาจารย์ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร. ภมรพรรณ ยุระยาตร์		
ปริญญา	การศึกษามหาบัณฑิต	สาขาวิชา	จิตวิทยา
มหาวิทยาลัย	มหาวิทยาลัยมหาสารคาม	ปีที่พิมพ์	2566

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีความมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเอง 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดีกับการพัฒนาตนเอง และ 3) ศึกษาตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาที่ต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ประจำปี พ.ศ. 2564 ที่ได้รับมาตรการพิเศษแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 จำนวน 420 คน โดยการสุ่มแบบชั้นภูมิและแต่ละชั้นภูมิสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ ประกอบด้วย 1) แบบวัดการพัฒนาตนเอง จำนวน 16 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 2) แบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง แบ่งเป็น 5 ด้าน ประกอบด้วย การรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี จำนวน 45 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นตั้งแต่ 0.80 ถึง 0.84 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ Pearson และการวิเคราะห์ การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย พบว่า

1. ระดับของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเอง พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด
2. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการรับรู้ความสามารถของตนเอง กับการพัฒนาตนเอง มีค่าสัมประสิทธิ์

สหสัมพันธ์ เท่ากับ 0.65, 0.64, 0.61, 0.56 และ 0.54 ตามลำดับ ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองได้ คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี มีขนาดน้ำหนักความสำคัญ .21, .17, .18, และ .18 ตามลำดับ ตัวแปรดังกล่าวล้วนมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยปัจจัยนั้นสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ได้ร้อยละ 54

คำสำคัญ : ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง, เด็กและเยาวชน, ศาลเยาวชนและครอบครัว, สำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4



TITLE	The Factors Influencing Self-Development of Juvenile Delinquent of Juvenile and Family Court under the Administrative Office of the Court of Justice, Region 4		
AUTHOR	Sirirat Wannakul		
ADVISORS	Associate Professor Phamornpun Yurayat , Ed.D.		
DEGREE	Master of Education	MAJOR	Psychology
UNIVERSITY	Maharakham University	YEAR	2023

ABSTRACT

This research aimed: 1) to study the level of Self-Efficacy, Achievement Motivation, Self-Confidence, Self-Control, Optimism, and Self-Development; 2) to study investigates the relationship between Self-Efficacy, Achievement Motivation, Self-Confidence, Self-Control, Optimism, and Self-Development; and 3) to study the predictive factors for Self-Development of juvenile delinquent of Juvenile and Family Court under the Administrative Office of the Court of Justice, Region 4. The sample consisted in the study includes 420 juvenile delinquent who have committed criminal offenses and have been ordered to participate in the court's juvenile justice processes and their families in the jurisdiction of the Juvenile and Family Court of Region 4 in the year 2021 and received special treatment instead of being prosecuted under Section 132, Paragraph 1; obtained using the stratified random sampling technique. The research instruments used consist of 1) A 16-item Self-Development assessment questionnaire with a reliability coefficient of 0.86, and 2) A 45-item Self-Development influencing factors questionnaire, divided into 5 areas: Self-Efficacy, Achievement Motivation, Self-Confidence, Self-Control, and Optimism, with a reliability coefficient ranging from 0.82 to 0.84. The statistical analysis techniques used to analyze the data include percentages, means, standard deviations, Pearson correlation analysis, and multiple regression analysis.

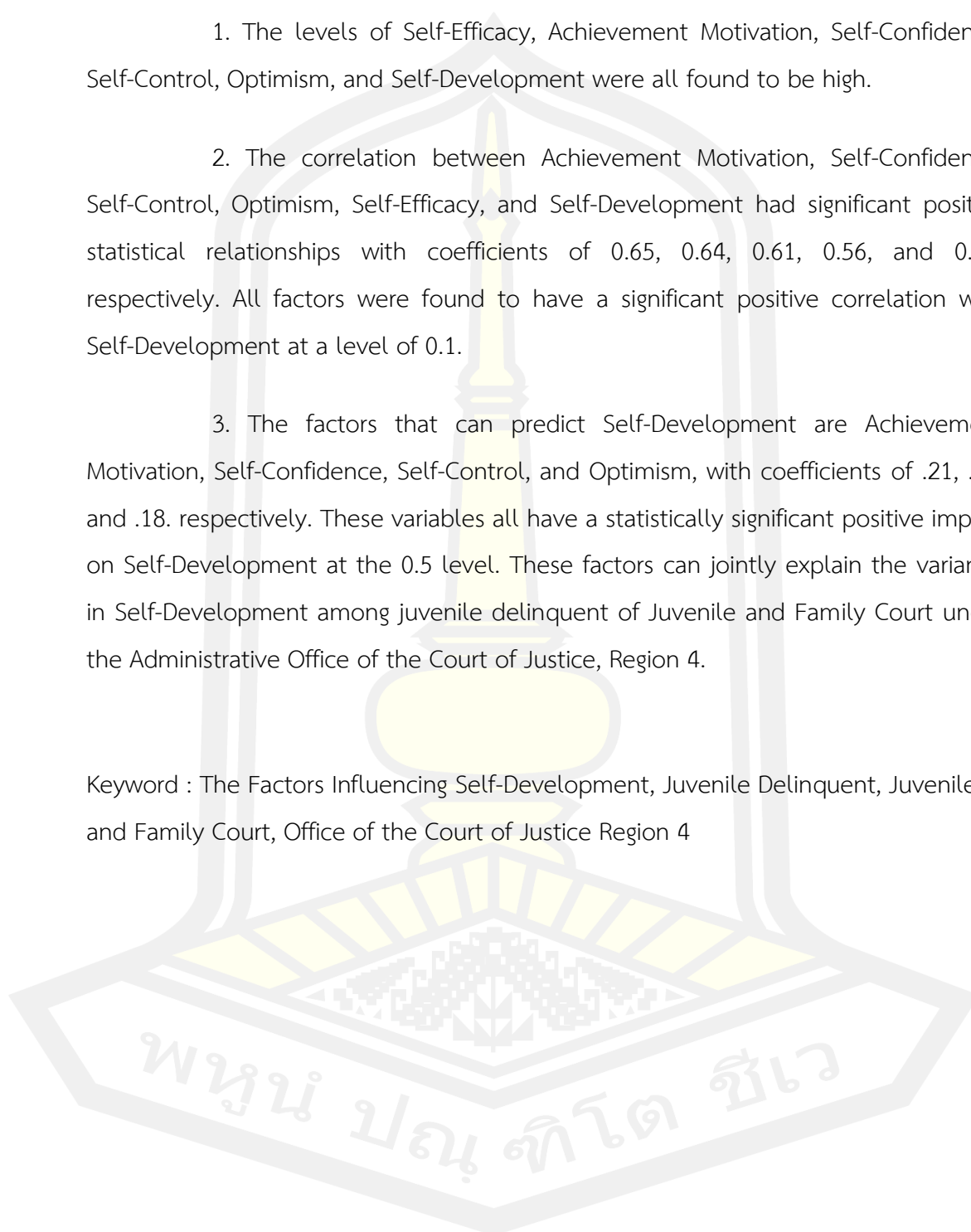
The research found that:

1. The levels of Self-Efficacy, Achievement Motivation, Self-Confidence, Self-Control, Optimism, and Self-Development were all found to be high.

2. The correlation between Achievement Motivation, Self-Confidence, Self-Control, Optimism, Self-Efficacy, and Self-Development had significant positive statistical relationships with coefficients of 0.65, 0.64, 0.61, 0.56, and 0.54, respectively. All factors were found to have a significant positive correlation with Self-Development at a level of 0.1.

3. The factors that can predict Self-Development are Achievement Motivation, Self-Confidence, Self-Control, and Optimism, with coefficients of .21, .17, and .18. respectively. These variables all have a statistically significant positive impact on Self-Development at the 0.5 level. These factors can jointly explain the variance in Self-Development among juvenile delinquent of Juvenile and Family Court under the Administrative Office of the Court of Justice, Region 4.

Keyword : The Factors Influencing Self-Development, Juvenile Delinquent, Juvenile and Family Court, Office of the Court of Justice Region 4



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างสูงยิ่งจากรองศาสตราจารย์ ดร.รังสรรค์ โฉมยา ประธานกรรมการสอบ รองศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรรณ ยุระยาตร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ อาจารย์ ดร.วิภาณี สุขเอิบ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรัญ ชูยกระเดื่อง กรรมการสอบ ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำและตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ ดร.บุญชม ศรีสะอาด ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐฉิ อรินทร์ อาจารย์ ดร.สุรเดช ประยูรศักดิ์ อาจารย์ ดร.ชนิตา พิมพ์ศรี และอาจารย์ ดร.วรางคณา รัชตะวรรณ ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือวิจัยและให้คำแนะนำที่มีคุณค่าต่อการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยให้มีคุณภาพจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

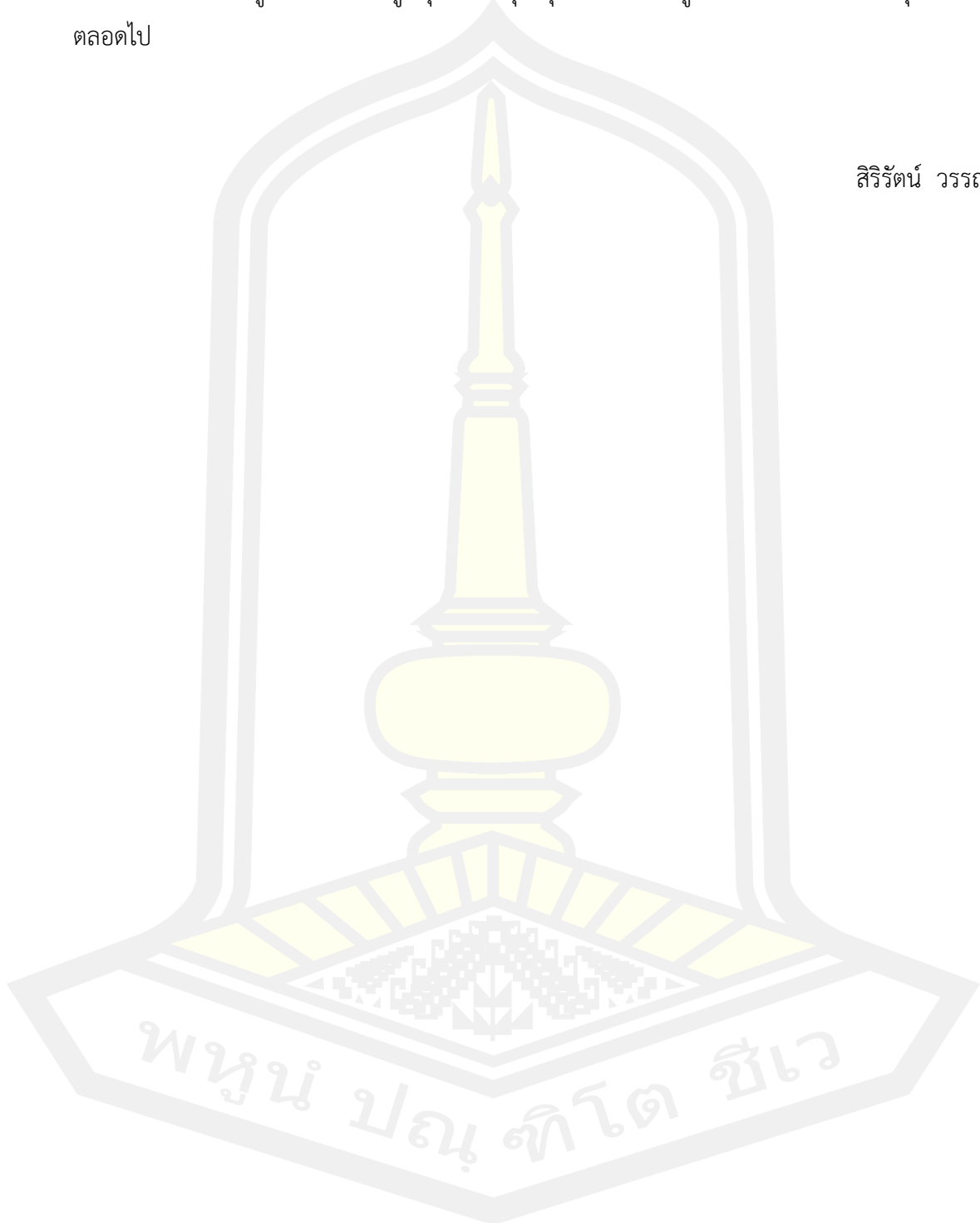
ขอขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาแก่ผู้วิจัยตลอดการศึกษาตามหลักสูตรจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ขอขอบคุณคณาจารย์ภาควิชาวิจัยและพัฒนาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม และขอขอบพระคุณนักวิชาการทั้งในและต่างประเทศที่ปรากฏนามในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอขอบคุณสำนักงานศาลยุติธรรม ที่มอบโอกาสให้ทุนในการศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษา ภายในประเทศ (ส่วนภูมิภาค)

ขอขอบคุณท่านอธิบดีผู้พิพากษาภาค 4 ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากหน่วยงานศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำนวน 12 หน่วยงาน และขอขอบคุณนักจิตวิทยาประจำศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ทั้ง 12 หน่วยงาน ที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่า ในการทำหน้าที่เป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล ตลอดจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณ ผู้ให้ข้อมูลทุกท่านในความกรุณาสละเวลาอันมีค่ายิ่งในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัย ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อสมศักดิ์ วรรณกุล และคุณแม่เสาวนีย์ วรรณกุล ที่เคารพยิ่งของข้าพเจ้า สำหรับความรัก ความช่วยเหลือ และกำลังใจที่มอบให้แก่ผู้วิจัยตลอดชีวิตที่ผ่านมา

คุณค่า และประโยชน์ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบบูชาและรำลึกถึงพระคุณของบิดา มารดา ตลอดจนครูอาจารย์และผู้มีอุปการะคุณทุกท่านที่มีต่อผู้วิจัย ขอรำลึกถึงพระคุณของท่าน ตลอดไป

สิริรัตน์ วรรณกุล

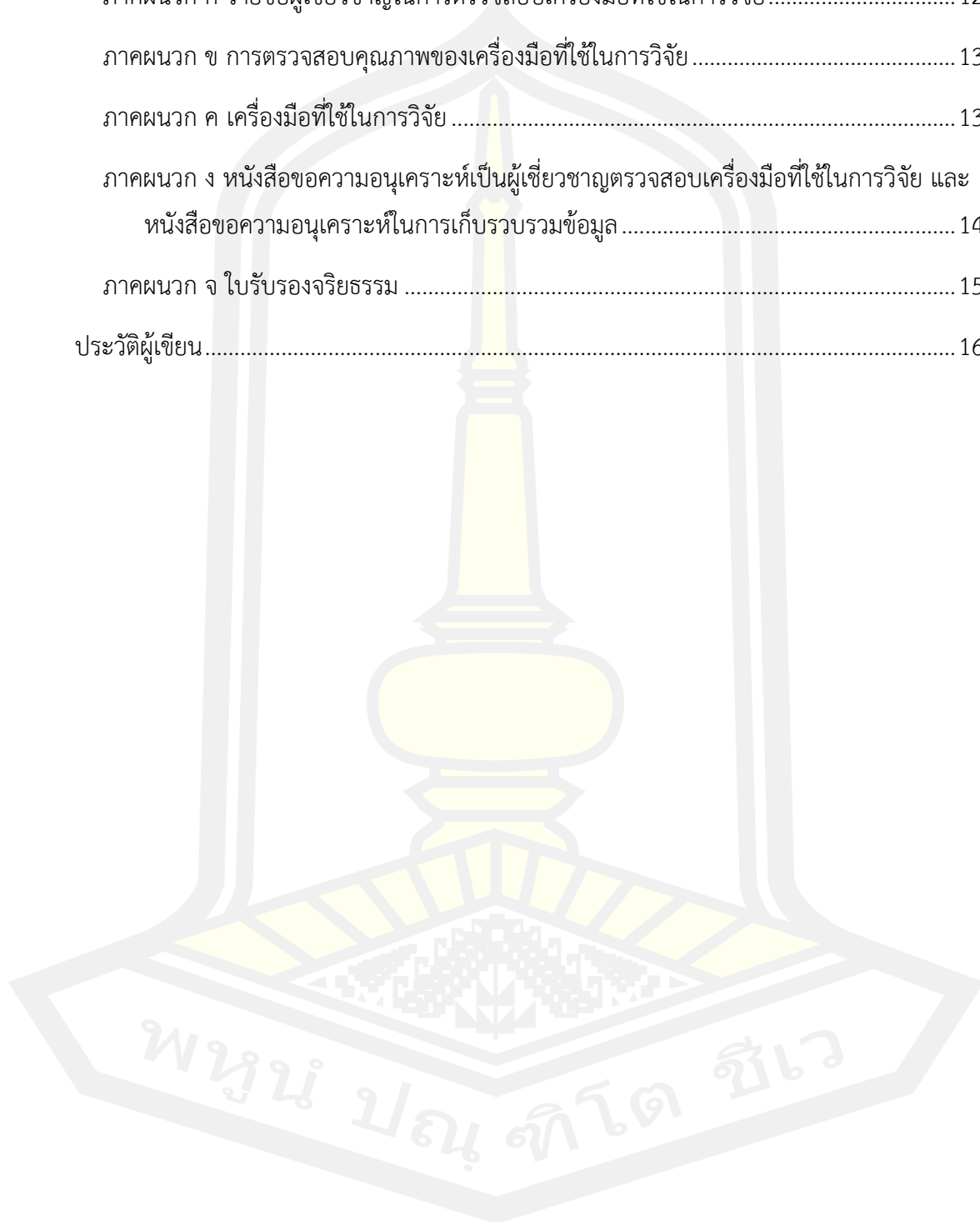


สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
กิตติกรรมประกาศ.....	ช
สารบัญ.....	ญ
สารบัญตาราง.....	ฐ
สารบัญภาพประกอบ.....	ณ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	5
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง (Self-development).....	12
ความหมายของการพัฒนาตนเอง.....	12
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง.....	13
หลักการพัฒนาตนเอง.....	19
องค์ประกอบของการพัฒนาตนเอง.....	27
การวัดการพัฒนาตนเอง.....	31
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง.....	31

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง	35
การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy)	35
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์.....	46
การควบคุมตนเอง (Self-control)	52
ความเชื่อมั่นในตนเอง.....	60
การมองโลกในแง่ดี	68
กรอบแนวคิดการวิจัย	73
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	74
ประชากรและตัวอย่าง	74
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	78
การหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	82
วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	85
การวิเคราะห์ข้อมูล	86
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	87
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	92
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	92
ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	93
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	94
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	108
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	108
สรุปผล	108
อภิปรายผล.....	110
ข้อเสนอแนะ	115
บรรณานุกรม.....	117

ภาคผนวก.....	128
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	129
ภาคผนวก ข การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	131
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	138
ภาคผนวก ง หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และ หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	149
ภาคผนวก จ ใบรับรองจริยธรรม.....	157
ประวัติผู้เขียน.....	160



สารบัญตาราง

	หน้า
ตาราง 1 วิเคราะห์องค์ประกอบของการพัฒนาตนเอง.....	30
ตาราง 2 จำนวนเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ซึ่งได้รับมาตรการพิเศษแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 ประจำปี พ.ศ. 2564 จำแนกตามหน่วยงาน.....	75
ตาราง 3 การสู่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ จำแนกตามหน่วยงานศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4	76
ตาราง 4 ข้อมูลทั่วไปของตัวอย่างจำแนกตาม เพศ อายุ ฐานความผิด การศึกษาในปัจจุบันและพักอาศัยกับใครในปัจจุบัน.....	77
ตาราง 5 ข้อคำถามเชิงนิมานหรือเชิงบวกและเชิงนิเสธหรือเชิงลบ	81
ตาราง 6 สรุปเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	84
ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นรายด้าน.....	94
ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4	95
ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ	95
ตาราง 10 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ	96
ตาราง 11 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ.....	97

ตาราง 12 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการควบคุมตนเองของ เด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็น องค์ประกอบ	97
ตาราง 13 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีของ เด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็น องค์ประกอบ	98
ตาราง 14 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของ ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4	99
ตาราง 15 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านร่างกาย (Y ₁).....	100
ตาราง 16 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ (Y ₂).....	101
ตาราง 17 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านสังคม (Y ₃).....	101
ตาราง 18 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา (Y ₄).....	102
ตาราง 19 ค่าเฉลี่ยของความคลาดเคลื่อน = 0	103
ตาราง 20 ค่าความคลาดเคลื่อนต้องมีการแจกแจงแบบปกติ.....	104
ตาราง 21 การตรวจสอบความเป็นอิสระของความคลาดเคลื่อน.....	104
ตาราง 22 การตรวจสอบความสัมพันธ์ภายในตัวอิสระ (Multicollinearity).....	106
ตาราง 23 ผลการวิเคราะห์ตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาล เยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4	106
ตาราง 24 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่า ความเชื่อมั่นของแบบวัดการพัฒนาตนเอง.....	132
ตาราง 25 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่า ความเชื่อมั่นของแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง.....	133

ตาราง 26 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่า
ความเชื่อมั่นของแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์..... 134

ตาราง 27 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่า
ความเชื่อมั่นของแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง..... 135

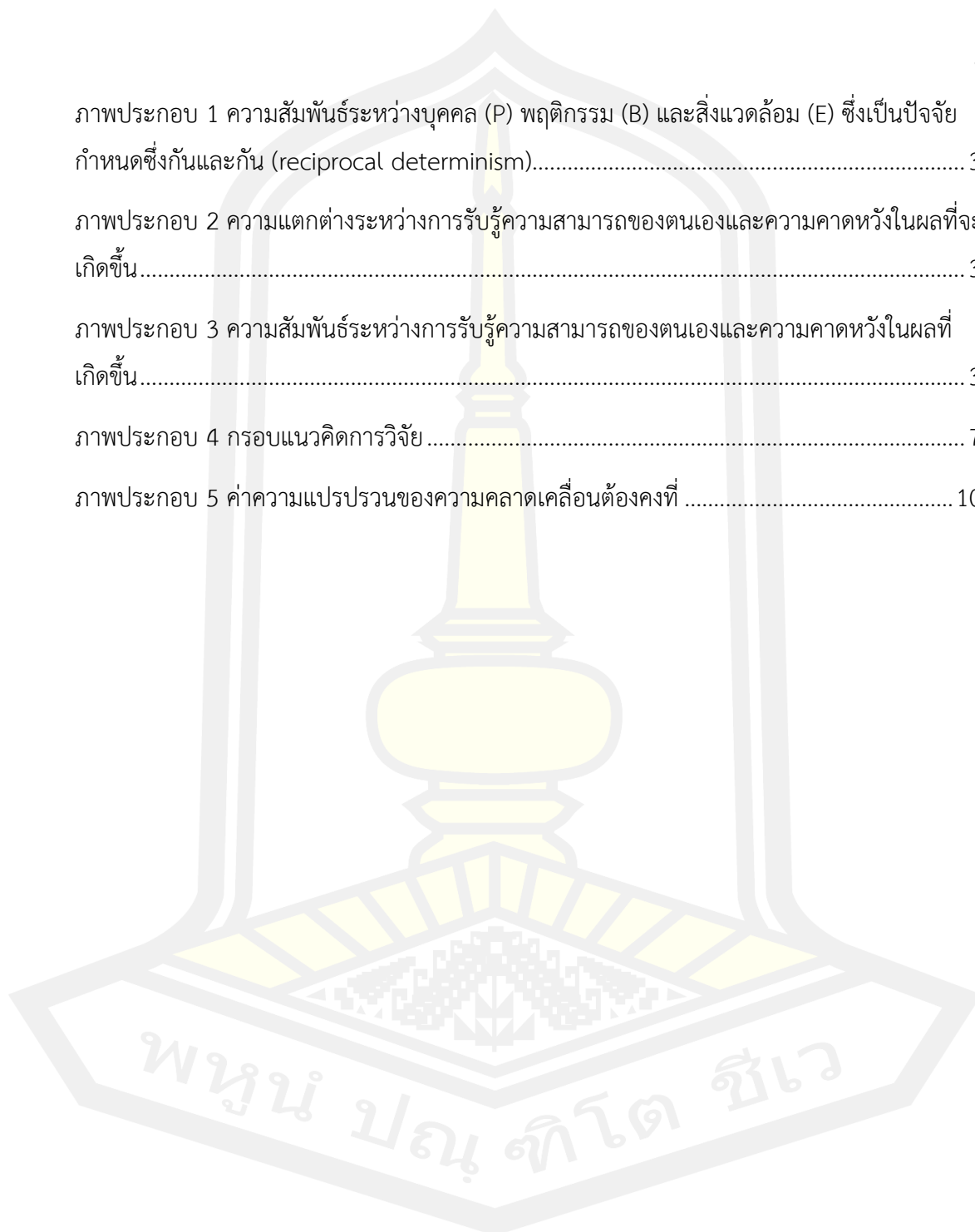
ตาราง 28 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่า
ความเชื่อมั่นของแบบวัดการควบคุมตนเอง 136

ตาราง 29 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่า
ความเชื่อมั่นของแบบวัดการมองโลกในแง่ดี 137



สารบัญภาพประกอบ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (P) พฤติกรรม (B) และสิ่งแวดล้อม (E) ซึ่งเป็นปัจจัยกำหนดซึ่งกันและกัน (reciprocal determinism).....	37
ภาพประกอบ 2 ความแตกต่างระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลที่จะเกิดขึ้น.....	38
ภาพประกอบ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลที่เกิดขึ้น.....	38
ภาพประกอบ 4 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	73
ภาพประกอบ 5 ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนต้องคงที่	105



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

เด็กหรือเยาวชนที่ก้าวพลาดกระทำผิดกฎหมายมีแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้นและมีความยุ่งยากซับซ้อนมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นฐานความผิดเกี่ยวกับสารเสพติด ความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน ความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย ความผิดเกี่ยวกับเพศ และความผิดอื่น ๆ ดังสถิติจำนวนคดีอาญาของเด็กและเยาวชนที่เข้าสู่กระบวนการพิจารณาของศาลเยาวชนและครอบครัวทั่วราชอาณาจักรไทย ในปีงบประมาณ 2563 มีจำนวน 38,712 คดี (สำนักงานศาลยุติธรรม, 2563) ซึ่งถือว่าเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมาก หากเทียบกับสถิติคดีในปีงบประมาณ 2562 ที่มีจำนวน 32,746 คดี (สำนักงานศาลยุติธรรม, 2562) ปัญหาการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในปัจจุบันจึงถือเป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่แสดงให้เห็นถึงความล้มเหลวในการพัฒนาบุคคลที่เป็นอนาคตของชาติ เด็กและเยาวชนจำนวนมากอาจกระทำผิดด้วยความฉกฉวย รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ถูกชักชวนไปในทางที่ผิด หรือขาดการเอาใจใส่และการอบรมสั่งสอนที่เหมาะสมจากครอบครัว ทำให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมเบี่ยงเบน ละเมิดกฎหมายและต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรม ซึ่งนับว่าเป็นปัญหาที่สำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องให้ความสนใจ และดำเนินการแก้ไขโดยเร่งด่วน (เบญจพร ปัญญา, 2555)

ด้วยศาลเยาวชนและครอบครัวเป็นหน่วยงานหลักที่สำคัญในกระบวนการยุติธรรมเด็กและเยาวชน และให้ความสำคัญกับการแก้ไข บำบัด และฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดมากกว่าการลงโทษ ตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2553 ที่มุ่งเน้นให้เด็กและเยาวชนเกิดแรงจูงใจในการปรับปรุงตนเอง มีทัศนคติและพฤติกรรมอันพึงประสงค์ มีความคงทนและยั่งยืนของพฤติกรรมทางบวก สามารถปรับเปลี่ยนและแก้ไข สนับสนุนให้เด็กและเยาวชน มีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สามารถใช้ศักยภาพเชิงบวกที่มีอยู่ได้อย่างเหมาะสม (ศาลเยาวชนและครอบครัวกลาง, 2559) ดังนั้น เพื่อให้บรรลุตามเจตนารมณ์และวัตถุประสงค์ของหน่วยงาน การส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเกิดการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการช่วยให้กระบวนการแก้ไข บำบัด และฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดเกิดประสิทธิภาพสูงสุด ช่วยให้ได้ปริมาณคดีที่ต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมต่อไป

การพัฒนาตนเอง (self-development) ประกอบด้วย 2 คำ คือ “การพัฒนา” (Development) หมายถึง การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้น และคำว่า “ตน”

(Self) หมายถึง บุคคล ดังนั้น การพัฒนาตนเองจึงหมายถึง การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น มีความเจริญก้าวหน้า (อัจฉรา ประเสริฐสิน, 2556) และ Boydell (1985 อ้างถึงใน อัจฉรา ประเสริฐสิน, 2556) กล่าวว่า การพัฒนาตนเอง คือ ความพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงส่วนตัว มีความสามารถใหม่ ๆ มีความคิดเห็นแตกต่างไปจากเดิม มีความรู้สึกใหม่เกิดขึ้น ทำให้รู้สึกว่าเป็นคนดีขึ้น รวมถึง Miller (1979 อ้างถึงใน สุรินทร์ บุษาลี, 2545) ได้กล่าวว่า การพัฒนาตนเองเป็นการเรียนรู้เพื่อสะสมความรู้และประสบการณ์ให้มากขึ้น บุคคลมักจะเรียนรู้ผ่านการกระทำและการใช้ทักษะความสามารถต่าง ๆ ซึ่งเป็นผลทำให้เกิด ประสบการณ์และกลายเป็นบทเรียนสำหรับการปฏิบัติครั้งต่อไปในอนาคต ยิ่งกว่านั้นบุคคลมักจะเรียนรู้เพราะคิดว่าการเรียนรู้ทำให้อนาคตของเขาดีกว่าอดีตที่ผ่านมา และณัฐกร วัชรสินธุ์ (2562) กล่าวว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การรู้จักและตระหนักรู้ในศักยภาพของตนเองอย่างถ่องแท้ การมีแรงจูงใจด้านบวกในการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลและใช้ความสามารถของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งมีอิสระในการตัดสินใจเลือก มีการปรับตัวและมีการเปลี่ยนแปลงตนเองให้เหมาะสมตามสถานการณ์ เพื่อสนองความต้องการและเป้าหมายของตนเอง เช่น สามารถดำเนินกิจกรรม แสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ หรือใช้ความสามารถของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง และมีการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข นอกจากนี้ ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2535) ได้กล่าวเพิ่มเติมถึงความสำคัญของการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ดังนี้ 1) ด้านร่างกาย สุขลักษณะในการดำรงชีวิตมีส่วนทำให้บุคคลมีความแข็งแรงที่แตกต่างกัน 2) ด้านอารมณ์ การฝึกควบคุมอารมณ์ การฝึกจิตใจให้สงบเมื่อมีสิ่งเร้าต่าง ๆ มากกระทบจะส่งผลให้บุคคลมีสุขภาพจิตที่แตกต่างกัน 3) ด้านสังคม ทักษะสังคม เป็นทักษะที่สำคัญที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิต และ 4) ด้านสติปัญญา การที่บุคคลพยายามทุ่มเทสติปัญญา ความรู้ ทักษะ ความสามารถ และการแสดงศักยภาพของตน ย่อมเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลมีความแตกต่างกัน ซึ่งเมื่อความต้องการพัฒนาตนเองด้านต่าง ๆ ของบุคคลได้รับการตอบสนองจะส่งผลให้เกิดเป็นความยินดีในการเพิ่มระดับความพยายามที่จะปรับปรุงตนเองให้สามารถบรรลุเป้าหมายได้ดีขึ้น

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเอง ซึ่งพบว่า มีหลายปัจจัยด้วยกัน โดยจะกล่าวถึงปัจจัยที่มีความสำคัญและเป็นปัจจัยที่ถูกกำหนดขึ้นมาอย่างสอดคล้องและเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาตนเอง โดยตัวแปรภายในจิตใจด้านการรับรู้ความสามารถของตนเองที่จะส่งผลให้เกิดการพัฒนาตนเอง (นิตยา กัณณิกากรณ์, 2553) สอดคล้องกับอรรถพร จินะวัฒน์ (2559) ที่กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองจะนำไปสู่การวางแผน การพัฒนาตนเองอย่างรอบด้าน โดยการเรียนรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) หมายถึง ความเชื่อหรือความมั่นใจของบุคคลว่าตนเองมีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ ซึ่งไม่ได้ขึ้นอยู่กับทักษะที่มีอยู่เท่านั้น หากแต่ยังขึ้นอยู่กับการตัดสินใจด้วยว่าสามารถที่จะกระทำสิ่งใดได้ ภายใต

ทักษะและความสามารถที่มีอยู่ เป็นการนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่ผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ นอกจากนี้ตามทฤษฎีของ Bandura (1977 อ้างถึงใน จำนง แจ่มจันทรวงศ์ และคณะ, 2560) กล่าวถึง การรับรู้ความสามารถของตนเองในด้านต่าง ๆ ว่า “ถ้าบุคคลมีความเชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะกระทำสิ่งนั้นให้สำเร็จได้ เขาจะมีการพัฒนาตนเองให้มีความก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น”

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545) กล่าวว่า บุคคลที่จะพัฒนาตนเองได้ดี คือ บุคคลที่สามารถอยู่เหนืออำนาจของความเคยชิน บุคคลประเภทนี้จะสามารถปรับตัวและมีการพัฒนาขึ้นไปเรื่อย ๆ ดังที่ เรียม ศรีทอง (2542) กล่าวว่า การพัฒนาตนเองเป็นหน้าที่หลักของมนุษย์ ซึ่งการบรรลุความสำเร็จในการพัฒนาตนเองได้ย่อมอาศัยองค์ประกอบหลายประการ รวมทั้งการจัดการหรือการควบคุมตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลที่มีความเชื่อว่ามีความสามารถในการควบคุมตนเองให้ดำเนินชีวิตไปตามเป้าหมายหรืออุดมการณ์แห่งตนได้ ย่อมพบกับความเจริญงอกงามได้ไม่ยากนัก ซึ่งการควบคุมตนเอง (self-control) หมายถึง การละเว้นการกระทำบางอย่างที่ไม่เหมาะสม โดยการกำหนดความคิด อารมณ์ ความรู้สึก การเปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางอารมณ์ การกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผล และความอดทน รวมไปถึงการจัดสภาพแวดล้อมให้หลีกเลี่ยงการกระทำพฤติกรรมบางอย่าง สามารถเผชิญสิ่งยั่วยุ ปัญหาและอุปสรรค และสถานการณ์กดดัน แม้อยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในจิตใจ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมเป้าหมายที่ดีตามที่มุ่งไว้ (สุพร มูลศรี และคณะ, 2556)

นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาของสุพร มูลศรี (2556) และวาสนา จันทร์จ่าย (2553) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง และกล่าวถึงปัจจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่าล้วนมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเอง ซึ่งความเชื่อมั่นในตนเอง (self-confidence) หมายถึง ความมั่นใจ ความเพียรพยายาม ความเป็นตัวของตัวเอง กล้าแสดงออก และยอมรับในความสามารถของตนเอง ไม่ท้อถอยเมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ การมองโลกในแง่ดี (optimism) หมายถึง คุณลักษณะในการคิดมีความเชื่อในเหตุผลทางบวก ต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต โดยปรับเปลี่ยนความคิดความเชื่อดังกล่าวไปในทางที่ควบคุมตนเองและพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้นได้ อีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญมากต่อการพัฒนาตนเอง ซึ่งพบหลักฐานเชิงประจักษ์ในหลายงานวิจัย (สุภมาส จินะราช, 2549; พิณกาน ภัทเศรษฐ์, 2551; เนาวรัตน์ ไตรรงค์, 2552) คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (achievement motivation) เนื่องจากเป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งในหน้าที่การงาน และเรื่องราวส่วนตัวให้ประสบความสำเร็จไปได้ด้วยดีตามเป้าหมายที่วางไว้ ในสถานการณ์ใด ๆ ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะพยายามที่จะกระทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ และคนที่กลัวความล้มเหลวมากก็จะพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งที่ตนคิดว่าทำไม่ได้ ซึ่งจะเป็นผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ จากปัจจัยที่ได้กล่าวข้างต้นมีความสำคัญต่อการพัฒนา

เด็กและเยาวชน ที่มุ่งเน้นให้เป็นผู้ที่มีความแข็งแรง สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ควรส่งเสริมและเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้ค้นพบตนเอง รู้ความต้องการ ความถนัด และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างแท้จริง รวมทั้งการเป็นผู้ที่ตระหนัก ถึงสิทธิ บทบาท และความรับผิดชอบในหน้าที่ที่พึงต้องปฏิบัติ มีความตื่นตัวต่อปัญหาสังคม มีความคิดสร้างสรรค์และมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของสังคม ตามแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2560-2564 (คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ, 2561)

จะเห็นได้ว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ล้วนเป็นปัจจัยที่สำคัญและเกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง ซึ่งการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนเป็นสิ่งที่สังคมควรตระหนักและให้ความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดที่ศาลนำมาตรการพิเศษมาใช้แทนการพิพากษาคดีเด็กและเยาวชน กรณีที่ศาลเห็นว่าเด็กและเยาวชนมีพฤติการณ์ในการกระทำความผิดที่ไม่เป็นภัยร้ายแรง และมีแนวโน้มปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้และส่วนใหญ่ยังคงศึกษาเล่าเรียนที่ควรได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเอง เพื่อปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองในด้านต่าง ๆ ให้ดีขึ้น ตามวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟูเด็กและเยาวชน ดังเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2553 และด้วยปัญหาของเด็กและเยาวชนดังกล่าวนี้ ส่วนใหญ่ไม่รู้ถึงความต้องการของตนเอง ไม่รู้ว่าตนเองมีศักยภาพด้านใด ไม่รู้ว่าตนเองจะพัฒนาตนเองไปในทางที่ดีได้อย่างไร เมื่อไม่ทราบถึงปัจจัยเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนนั้น อาจทำให้รูปแบบการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟูไม่ตรงตามปัญหาและความต้องการของเด็กและเยาวชน จึงยากต่อการเปลี่ยนแปลงได้ ด้วยเหตุดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนให้ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนที่มุ่งพัฒนาตัวเด็กและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง เสริมสร้างให้มีมุมมองต่อโลกและชีวิตในแง่ดีขึ้น ให้มีกำลังใจ และสามารถพัฒนาตนเองได้ตามศักยภาพ สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างเหมาะสม และเพื่อเป็นแนวทางในการลดปัญหาการกระทำความผิดซ้ำของเด็กและเยาวชนให้เกิดการพัฒนาตนเองและกลับตัวกลับใจ เป็นคนดีของสังคมและประเทศชาติต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กัยการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4

3. เพื่อศึกษาตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4

ความสำคัญของการวิจัย

จากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4 ได้ โดยสามารถนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนให้เด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4 เกิดการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆต่อไป

สมมติฐานการวิจัย

1. การรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4

2. การรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4 ได้

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรและตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ เด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาที่ต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4 ประจำปี พ.ศ. 2564 ที่ได้รับมาตรการพิเศษแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 (ซึ่งเป็นมาตรการที่ศาลนำมาใช้แทนการพิพากษาคดีเด็กและเยาวชน กรณีที่ศาลเห็นว่าเด็กและเยาวชนมีพฤติการณ์ในการกระทำความผิดที่ไม่เป็นภัยร้ายแรงและมีแนวโน้มปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้) จำนวน 1,140 คน

1.2 ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คำนวณขนาดตัวอย่าง โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*Power 3.1.9.4 สำหรับการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 (α) อำนาจการทดสอบ (Power) 0.95 และขนาดอิทธิพลระดับกลาง (medium effect size) 0.15 และได้เพิ่มจำนวนตัวอย่างอีกร้อยละ 10 เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนของข้อมูล เช่น การตอบไม่สมบูรณ์ รวมถึงความคลาดเคลื่อนอื่น ๆ ที่อาจเกิดขึ้น จึงได้ตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 420 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกได้ดังนี้

2.1 ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย 5 ตัวแปร ดังนี้

2.1.1 การรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Bandura (1986 อ้างถึงใน ภัทรภรณ์ สังข์ทอง, 2550: สุพร มูลศรี, 2556: วาสนา จันทร์จ่าย, 2553) จำแนกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

2.1.1.1 ประสบการณ์จากความสำเร็จ

2.1.1.2 การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ

2.1.1.3 การพูดชักจูงจากผู้อื่น

2.1.1.4 สภาวะทางกาย

2.1.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยใช้กรอบแนวคิดของ McClelland (1961 อ้างถึงใน ศิวพร ไชยพะยอม, 2550: สมใจ จุฑาผาด, 2549: สุพร มูลศรี, 2556) จำแนกเป็น 5 องค์ประกอบ คือ

2.1.2.1 ความทะเยอทะยาน

2.1.2.2 ความกระตือรือร้น

2.1.2.3 ความกล้าเสี่ยง

2.1.2.4 การรู้จักวางแผน

2.1.2.5 ความมีเอกลักษณ์

2.1.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Symonds (1964 อ้างถึงใน ธัญญา คนอยู่, 2547: สุพร มูลศรี, 2556: วีรภาพ วัฒนวิจารณ์ (2545) จำแนกเป็น 5 องค์ประกอบ คือ

2.1.3.1 ความมั่นคงทางจิตใจ

2.1.3.2 ความกล้า

2.1.3.3 การพึ่งตนเอง

2.1.3.4 ความเป็นตัวของตัวเอง

2.1.3.5 ความสามารถในการปรับตัว

2.1.4 การควบคุมตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Reckless (1967 อ้างถึงใน จรรยา สุวรรณทัต, 2533) จำแนกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

2.1.4.1 การตั้งเป้าหมาย

2.1.4.2 การยับยั้งตนเอง

2.1.4.3 การควบคุมอารมณ์

2.1.4.4 ความอดทน

2.1.5 การมองโลกในแง่ดี โดยใช้กรอบแนวคิดของ Seligman (1998 อ้างถึงใน อรพินทร์ ชูชม, 2544: สุพร มูลศรี, 2556) จำแนกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ

2.1.5.1 ความคงทนถาวร

2.1.5.2 ความครอบคลุม

2.1.5.3 ความเป็นตนเอง

2.2 ตัวแปรตาม

2.2.1 การพัฒนาตนเอง โดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบการพัฒนาตนเองจากการ ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยจึงเลือกแนวคิดการแบ่งองค์ประกอบของการพัฒนาตนเอง ให้ตรงตามกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิด และให้ตรงตามวัตถุประสงค์ ของงานวิจัยให้มากที่สุด ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่

2.2.1.1 ด้านร่างกาย

2.2.1.2 ด้านอารมณ์

2.2.1.3 ด้านสังคม

2.2.1.4 ด้านสติปัญญา

3. ระยะเวลาในการวิจัย

ระหว่างเดือนตุลาคม 2564 ถึงเดือนพฤษภาคม 2566

นิยามศัพท์เฉพาะ

นิยามศัพท์เฉพาะสำหรับงานวิจัย มีดังต่อไปนี้

1. การพัฒนาตนเอง (self-development) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชน ที่แสดงถึงการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง แก้ไขพฤติกรรมของตนเองไปสู่สิ่งที่ดีขึ้น ด้วยการตระหนักและ สร้างความพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง รู้จักคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ มีวินัย มีความ กระตือรือร้น สามารถเรียนรู้ประสบการณ์และนำไปเป็นบทเรียนสำหรับการปฏิบัติตนครั้งต่อไป พัฒนา พฤติกรรมให้เหมาะสม จัดคุณลักษณะที่ไม่ต้องการออกจากตนเอง และเสริมสร้างคุณลักษณะ

ที่สังคมต้องการ ซึ่งเป็นผลให้เกิดความเจริญก้าวหน้าและยังคงประโยชน์ให้แก่ตนเองในการอยู่ภายในสังคมได้อย่างสงบสุข และประสบความสำเร็จในอนาคต วัดได้จาก 4 องค์ประกอบ คือ

1.1 ด้านร่างกาย หมายถึง การให้ความสำคัญกับการดูแลร่างกายของตนเอง ให้สมบูรณ์แข็งแรง รวมไปถึงสุขภาพอนามัย ตลอดจนการพัฒนาบุคลิกภายนอกให้เป็นที่ยอมรับของสังคม

1.2 ด้านอารมณ์ หมายถึง การให้ความสำคัญกับการแสดงออกทางอารมณ์ โดยควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงสามารถจัดการอารมณ์ได้ เมื่อเผชิญปัญหาหรือสิ่งที่ยากลำบากในชีวิต

1.3 ด้านสังคม หมายถึง การให้ความสำคัญกับการอยู่ร่วมกันในสังคม การพัฒนาตนเองให้มีมนุษยสัมพันธ์ การรู้จักวิเคราะห์ข้อบกพร่องของตนเองและการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ตลอดจนการสร้างการยอมรับและการยกย่องจากสังคม

1.4 การพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา หมายถึง การให้ความสำคัญกับการเพิ่มพูนทักษะ ความรู้ และประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ ตามความถนัดและความต้องการของตนเอง รวมถึงการเรียนรู้วิธีการดำเนินชีวิตที่ดี

2. การรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่จะรับรู้ว่าจะตนเองมีความสามารถที่จะกระทำเรื่องต่าง ๆ ได้บรรลุเป้าหมายมากน้อยเพียงไร และจะอย่างไรต่อไปเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้น ๆ ซึ่งส่งผลต่อการเลือกการกระทำ ความพยายาม และความอดทนต่อความยากลำบาก เพื่อให้การกระทำนั้นประสบผลสำเร็จ วัดได้จาก 4 องค์ประกอบ คือ

2.1 ประสบการณ์จากความสำเร็จ (enactive attainment) หมายถึง การรับรู้ความสำเร็จจากการกระทำเป็นประสบการณ์ที่ได้รับโดยตรงและเป็นข้อมูลที่มีความเที่ยงตรงสูง จะได้รับความสำเร็จ หรือบรรลุเป้าหมายเมื่อกระทำเช่นนั้น

2.2 การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ (vicarious experience) หมายถึง การรับรู้ความสามารถของผู้อื่นที่ประสบความสำเร็จเป็นแบบอย่างในการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น

2.3 การพูดชักจูงจากผู้อื่น (verbal persuasion) หมายถึง การที่ผู้อื่นใช้คำพูดชักจูงให้เชื่อว่า เขามีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งได้สำเร็จ และมีกำลังใจ มีความเชื่อมั่นในการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ของตนเองมากขึ้น

2.4 สภาวะทางกาย (physiological state) หมายถึง ร่างกายเกิดการตื่นตัว เช่น เครียด วิตกกังวล ตื่นเต้น อ่อนเพลีย หรืออยู่ในสภาวะการณ์ที่ถูกระงับหรือในสภาวะที่ร่างกายถูกกระตุ้นมาก ๆ มักจะทำให้การกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ได้

3. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (achievement motivation) หมายถึง ความปรารถนาของเด็ก และเยาวชนที่จะกระทำการต่าง ๆ ทั้งในหน้าที่ และเรื่องราวส่วนตัวให้ประสบความสำเร็จไปด้วยดี ตามเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งวัดได้จาก 5 องค์ประกอบ คือ

3.1 ความทะเยอทะยาน (aspiration) หมายถึง การตั้งระดับความคาดหวังไว้สูง ต้องการให้การกระทำของตนเองประสบความสำเร็จในระดับสูง

3.2 ความกระตือรือร้น (energetic) หมายถึง ความขยันขันแข็ง มีความเอาใจใส่ เต็มที่ และมีความตั้งใจจริงที่จะกระทำการต่าง ๆ มานะพยายามให้เกิดความสำเร็จ ไม่ย่อท้อต่อ ความยากลำบาก

3.3 ความกล้าเสี่ยง (moderate risk taking) หมายถึง ความกล้าตัดสินใจในการ กระทำการต่าง ๆ มุ่งความสำเร็จมากกว่าหลีกเลี่ยงความล้มเหลว กล้าได้กล้าเสีย เลือกทำสิ่งที่เป็นไปได้

3.4 การรู้จักวางแผน (planning) หมายถึง การมีแบบแผนในการกระทำ มีจุดประสงค์ในการกระทำชัดเจน มองเห็นเส้นทางในการกระทำเป็นขั้นตอน เล็งเห็นการณ์ไกล มีความ มุ่งหวังเกี่ยวกับความสำเร็จ มีความรอบคอบและมีระเบียบมากขึ้น

3.5 ความมีเอกลักษณ์ (unique of characteristic) หมายถึง การริเริ่มทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความคิดของตนเองสูง มีอิสระในการแสดงออก สนใจเหตุการณ์หรือสิ่งใหม่ ๆ การใช้ความคิด หรือวิธีการใหม่ ๆ ในการแก้ไขปัญหา

4. ความเชื่อมั่นในตนเอง (self-confidence) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชน ในการที่จะกระทำการต่าง ๆ ให้สำเร็จ มีความมั่นใจ เพียรพยายาม มีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าแสดงออก และยอมรับในความสามารถของตน ไม่ท้อถอยเมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ ซึ่งวัดได้จาก 5 องค์ประกอบ คือ

4.1 ความมั่นคงทางจิตใจ (emotional stability) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและ เยาวชนที่มีจิตใจหนักแน่น ไม่ลังเล มีการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในสภาวะปกติ ไม่วิตกกังวลเกินไป และไม่หวั่นไหวกับคำติชม

4.2 ความกล้า (courage) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่กล้าพูด กล้าแสดงออก กล้ากระทำ กล้าซักถามข้อสงสัย กล้าเผชิญความจริง และกล้ารับผิดชอบในสิ่งที่ตนทำ

4.3 การพึ่งตนเอง (self-reliance) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชน ที่สามารถช่วยเหลือตนเอง โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่แก้ไขอุปสรรคหรือการกระทำใด ๆ ได้สำเร็จ และไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือภาระแก่ผู้อื่น

4.4 ความเป็นตัวของตัวเอง (autonomy) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและ เยาวชนที่สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยไม่มีเหตุผล

4.5 ความสามารถในการปรับตัว (adaptability) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่มีความสามารถในการร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น ชอบช่วยเหลือและให้ความร่วมมือกับหมู่คณะ ยอมรับสิ่งใหม่ ๆ มีความรับผิดชอบมากขึ้น

5. การควบคุมตนเอง (self-control) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่จะบังคับให้ตนเองละเว้นการกระทำบางอย่างที่ไม่เหมาะสม โดยการกำหนดความคิด อารมณ์ ความรู้สึก การเปลี่ยนแปลง การตอบสนองทางอารมณ์ การกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผล และความอดทน การจัดสภาพแวดล้อมให้หลีกเลี่ยงการกระทำพฤติกรรม สามารถเผชิญสิ่งยั่วยุ ปัญหาและอุปสรรค และสถานการณ์กดดัน แม้อยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในจิตใจ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมเป้าหมายที่ดีตามที่มุ่งไว้ วัดได้จาก 4 องค์ประกอบ คือ

5.1 การตั้งเป้าหมาย (goal) หมายถึง ลักษณะของเด็กและเยาวชนที่มองไปสู่อนาคตที่คาดการณ์ไว้ การวางแผนเพื่อบรรลุสิ่งที่ต้องการในอนาคต

5.2 การยับยั้งตนเอง (restraint) หมายถึง การระงับหรือหยุดพฤติกรรมที่ไม่เป็นที่ยอมรับ หรือขัดแย้งกับสิ่งที่ตนเองต้องการ

5.3 การควบคุมอารมณ์ (self-temper) หมายถึง ความสามารถในการเก็บความรู้สึกภายในกับสิ่งรบกวนจากสภาวะแวดล้อมภายนอก ที่เป็นปัญหา อุปสรรคหรืออยู่ในสภาวะที่เกิดความขัดแย้งในจิตใจ

5.4 ความอดทน (patience) หมายถึง การที่เด็กและเยาวชนมีความสามารถทางร่างกาย ความคิด จิตใจที่อดทนต่อการกระทำต่าง ๆ ให้สำเร็จ โดยไม่คำนึงถึงอุปสรรคใด ๆ และบังคับตนเองเมื่อเกิดความเหนื่อยล้าและเกียจคร้าน

6. การมองโลกในแง่ดี (optimism) หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนในการคิดมีความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต เลือกโต้ตอบสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อดังกล่าวไปในทางที่ควบคุมตนเองและพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น ซึ่งวัดได้จาก 3 องค์ประกอบ คือ

6.1 ความคงทนถาวร (permanence) หมายถึง รูปแบบการอธิบายตนเองโดยมองว่าเหตุการณ์ที่ดีมาจากสาเหตุที่คงทนถาวรสามารถเกิดขึ้นได้เสมอ ส่วนเหตุการณ์ทางลบเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะเหตุการณ์เท่านั้น ไม่ได้เกิดเป็นประจำ

6.2 ความครอบคลุม (pervasiveness) หมายถึง รูปแบบการอธิบายตนเองว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ที่ดีเกิดขึ้นได้ ก็สามารถที่จะเกิดกับเหตุการณ์อื่น ๆ หรือกรณีอื่น ๆ ได้อีก ส่วนสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้นเฉพาะกรณีเท่านั้น

6.3 ความเป็นตนเอง (personalization) หมายถึง รูปแบบการอธิบายตนเองว่าเหตุการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นเกิดมาจากตนเอง ส่วนเหตุการณ์ทางลบเกิดจากสาเหตุภายนอก หรือบุคคลอื่น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของ
ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจาก
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง
 - 1.1 ความหมายของการพัฒนาตนเอง
 - 1.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง
 - 1.3 หลักการพัฒนาตนเอง
 - 1.4 องค์ประกอบของการพัฒนาตนเอง
 - 1.5 การวัดการพัฒนาตนเอง
 - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง
 - 2.1 การรับรู้ความสามารถของตนเอง
 - 2.1.1 ความหมายของการรับรู้ความสามารถของตนเอง
 - 2.1.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง
 - 2.1.3 การวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง
 - 2.1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง
 - 2.2 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 2.2.1 ความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 2.2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 2.2.3 การวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 2.2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 2.3 การควบคุมตนเอง
 - 2.3.1 ความหมายของการควบคุมตนเอง
 - 2.3.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง
 - 2.3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง
 - 2.4 ความเชื่อมั่นในตนเอง
 - 2.4.1 ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง

- 2.4.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง
- 2.4.3 การวัดความเชื่อมั่นในตนเอง
- 2.4.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง
- 2.5 การมองโลกในแง่ดี
 - 2.5.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี
 - 2.5.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี
 - 2.5.3 การวัดการมองโลกในแง่ดี
 - 2.5.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี
- 3. กรอบแนวคิดการวิจัย

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง (Self-development)

ความหมายของการพัฒนาตนเอง

การพัฒนาตนเองประกอบด้วยคำ 2 คำ คือ “การพัฒนา” (development) หมายถึง การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้น (change for the better) และคำว่า “ตน” (self) หมายถึง บุคคล ดังนั้น การพัฒนาตนเองจึงหมายถึง การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตัวบุคคลนั้น ให้ดีขึ้น มีความเจริญก้าวหน้าขึ้น โดยมีผู้ให้ความหมายของการพัฒนาตนเองไว้ ดังนี้

Miller (1979 อ้างอิงใน สุรินทร์ บุษาลี, 2545) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง เป็นการเรียนรู้เพื่อสะสมความรู้และประสบการณ์ให้มากขึ้น บุคคลมักจะเรียนรู้ผ่านการกระทำ และการใช้ทักษะความสามารถต่าง ๆ ซึ่งเป็นผลทำให้เกิดประสบการณ์และกลายเป็นบทเรียนสำหรับการปฏิบัติครั้งต่อไปในอนาคต ยิ่งกว่านั้นบุคคลมักจะเรียนรู้เพราะคิดว่าการเรียนรู้ทำให้อนาคตของเขาดีกว่าอดีตที่ผ่านมา

Boydell (1985 อ้างอิงใน อัจฉรา ประเสริฐสิน, 2556) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง คือ ความพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงส่วนตัว มีความสามารถใหม่ ๆ มีความคิดเห็นแตกต่างไปจากเดิม มีความรู้สึกใหม่เกิดขึ้น ทำให้รู้สึกว่าเป็นคนดีขึ้น

แสวง สาระสิทธิ์ (2535) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การนำเอาศักยภาพของตนที่มีอยู่มาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้น เจริญออกงามขึ้นในทุก ๆ ด้าน โดยการกระทำของตนเอง

อมรา รสสุข (2541) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง ความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลง ทำให้ตนเองมีความรู้ มีทักษะ รวมทั้งมีความกระตือรือร้นที่จะแสวงหาความรู้จากข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยีต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองอย่างต่อเนื่อง

ณรงค์ รอดพันธ์ (2542) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การจุดประกายความคิดในตนเอง ด้วยการปลูกจิตสำนึกให้บุคคลเห็นคุณค่าในตัวตน เกิดความตระหนักและสร้าง ความพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดี

สมิต อาชวนิจกุล (2543) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การพัฒนาหรือ การสอนใจตนเองในการสร้างอุปนิสัยที่ดีเข้าทดแทนอุปนิสัยที่ไม่ดี อันจะคงประโยชน์ให้แก่ตนเอง ในการอยู่ภายในสังคมได้อย่างสงบสุขและมีความก้าวหน้าในอนาคต

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545) ให้นิยามว่า การพัฒนาเป็นการจัดการตนเอง โดยมีเป้าหมายในชีวิตที่ดีทั้งในปัจจุบันและอนาคต

ปราณี รามสูตร และจำรัส ดั่งสุวรรณ (2545) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การกระทำเพื่อการเจริญส่วนตน เป็นการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ด้านความมุ่งมั่น ประสิทธิภาพและค่านิยม อันเป็นพฤติกรรมภายใน ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมภายนอกด้านการกระทำที่ดี เพื่อการนำพาชีวิตสู่ความเจริญก้าวหน้า

ณัฐกร วัชรสินธุ์ (2562) ให้นิยามว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การรู้จักและตระหนักถึงในศักยภาพของตนเองอย่างถ่องแท้ การมีแรงจูงใจด้านบวกในการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล และใช้ความสามารถของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งมีอิสระในการตัดสินใจเลือก มีการปรับตัวและมีการเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เหมาะสมตามสถานการณ์ เพื่อสนองความต้องการและเป้าหมายของตนเอง เช่น สามารถดำเนินกิจกรรม แสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการ แรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ หรือใช้ความสามารถของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง และมีการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

สรุปได้ว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลง ปรับปรุง แก้ไขพฤติกรรมของตนเองในด้านต่าง ๆ ไปสู่สิ่งที่ดีขึ้น ด้วยการตระหนัก และสร้าง ความพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง รู้จักคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ มีวินัย มีความกระตือรือร้น สามารถเรียนรู้ประสบการณ์และนำไปเป็นบทเรียนสำหรับการปฏิบัติตน ครั้งต่อไป ซึ่งเป็นผลให้เกิดความเจริญก้าวหน้า และยังคงประโยชน์ให้แก่ตนเองในการอยู่ภายในสังคมได้อย่างสงบสุข และประสบความสำเร็จในอนาคต

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ พบว่า ในอดีตมีนักวิชาการหลายคนที่เห็นความสำคัญของการพัฒนาตนเอง ได้กำหนดหลักปฏิบัติ ชี้แนะนำเพื่อการพัฒนาตนเองในรูปแบบ

ต่าง ๆ เช่น คำสอนในศาสนา หลักปรัชญาและทฤษฎีต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก กล่าวได้ว่าในสังคมมนุษย์จะมีผู้มองเห็นความสำคัญในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพอยู่ทุกยุคทุกสมัย ฉะนั้นจึงมีแนวคิดต่าง ๆ เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองมากมาย ในลักษณะปรัชญา คำสอนในศาสนา และกลุ่มนักจิตวิทยาที่สำคัญ ผู้วิจัยได้คัดเลือกแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองที่น่าสนใจ ดังนี้

1. แนวคิดตามหลักปรัชญา

Socrates นักปราชญ์ชาวกรีกที่ได้กล่าวไว้ว่า “ฉันไม่ปรารถนาอะไรเลยในชีวิต นอกจากจะชักชวนท่านทั้งหลายว่า อย่าได้ใส่ใจกับทรัพย์สมบัติหรือบุคคลในปกครองของท่าน แต่อย่างเดียว แต่จงหมั่นชักชวนเขาเหล่านั้นให้รู้จักปรับปรุงตนและจิตใจของตนให้ดีขึ้นเถิด” แสดงให้เห็นว่า แม้ในสมัยกรีกโรมันที่มีความเจริญรุ่งเรืองมาก่อน ไม่ว่าจะเป็นด้านสถาปัตยกรรม การกีฬา และปรัชญาเมธีต่าง ๆ มากมายต่างมีแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองเป็นประการสำคัญ ซึ่งจะละเลยไม่ได้ (แสวง สารະสิทธิ์, 2535)

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเป็นศาสดาเอกของโลกที่ได้ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ทั้งหลายตลอดจนพระชนมชีพของพระองค์ คำสั่งสอนของพระองค์เป็นหลักยึดถือปฏิบัติของพุทธศาสนิกชนทั่วโลกมีคำสั่งสอนที่เกี่ยวกับ “ตน” และการพัฒนาตนไว้มากมาย เช่น “จงเตือนตนด้วยตนเอง” (อิตตนา โจทยัตตนา) “ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน” (อิตตา หิอิตตโน นาโถ) “ขณะตนนั้นแลเป็นดี” (อิตตาหเว ชิตัง เสยโย) เป็นต้น

หลักธรรมที่เรียกว่า “สัปปุริสธรรม” เป็นหลักธรรมที่ใช้ในการพัฒนา หรือทำให้มนุษย์สมบูรณ์ได้มีลักษณะ (แสวง สารະสิทธิ์, 2535) ดังต่อไปนี้

1. รู้หลัก หรือรู้จักเหตุ (อัมมัญญตา) คือ รู้หลักการและกฎเกณฑ์ของสิ่งทั้งหลายที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้องข้องในการดำเนินชีวิต ในการปฏิบัติหน้าที่ และดำเนินกิจการต่าง ๆ มีจิตใจเป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิตนั้น

2. รู้ความมุ่งหมาย หรือรู้จักผล (อิตถัญญตา) คือ รู้ความหมายและความมุ่งหมายของหลักการที่ตนปฏิบัติ เข้าใจวัตถุประสงค์ที่ตนกระทำ เมื่อทำไปแล้วจะเกิดผลอย่างไรบ้าง

3. รู้จักตน (อิตตัญญตา) คือ รู้จักความเป็นจริงว่าตัวเรานั้นโดยฐานะ ภาวะ เพศ กำลัง ความรู้ ความถนัด คุณธรรม ฯลฯ บัดนี้มีอยู่เท่าไร แล้วประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสม รู้ที่จะปรับปรุงแก้ไขให้งอกงามบังเกิดผลดีต่อไป

4. รู้จักประมาณ (มัตตัญญตา) คือ รู้จักพอดีในการกระทำต่าง ๆ เช่น การกิน การใช้จ่าย การทำการต่าง ๆ การพูด การสนทนากัน เป็นต้น

5. รู้จักกาล (กาลัญญตา) คือ รู้กาลเวลาอันเหมาะสม และระยะเวลาที่พึงใช้ในการประกอบกิจการกระทำหน้าที่การงาน และเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เช่น ให้ตรงเวลา ให้ทันเวลา เป็นต้น

6. รู้จักชุมชน (ปรีสัจญตา) คือ รู้จักถิ่น ที่ชุมชน ที่ประชุม รู้ถึงกิริยา ที่ควรจะทำ ประพฤติต่อชุมชนนั้น เช่น การพูด กิริยาท่าทาง วัฒนธรรมประเพณี เป็นต้น

7. รู้จักบุคคล (บุคคลัญญา) คือ รู้จักและเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ในเรื่องต่าง ๆ เช่น อหยาศัย ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น นอกจากนี้ ยังต้องรู้วิธีที่จะปฏิบัติ ต่อบุคคลนั้น ๆ อย่างเหมาะสม

จากหลักธรรมดังกล่าวนี้ จะเห็นได้ว่า “การปรับตัว” เป็นลักษณะของการ “พัฒนาตน” อย่างสำคัญและการปรับตัวจะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ที่มนุษย์ได้จากประสบการณ์ เป็นสำคัญ

2. ทฤษฎีจิตบุคคลเป็นศูนย์กลางของ Carl R. Rogers

Rogers (1951 อ้างอิงใน ธรรมกร วัชรสินธุ์, 2562) เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่ม มนุษยนิยม สนใจศึกษาเรื่องการพัฒนาตนเอง โดยมีความเชื่อว่า บุคคลที่จะพัฒนาตนเองได้จะต้องมีความสามารถที่จะยอมรับความรู้สึก อารมณ์ ตลอดจนสิ่งอื่น ๆ ที่มีอยู่ในตนเองอย่างแท้จริง และตรงไปตรงมา ซึ่งจะนำไปสู่การรู้จักตนเอง ต่อจากนั้นก็ใช้พลังภายในตัวนั้นพัฒนาตนเอง จนกลายเป็น ผู้ที่ได้ชื่อว่าพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ (the fully functioning person) บุคคลประเภทนี้ จะมีบุคลิกภาพที่ดีและพึงปรารถนา ซึ่ง Rogers ได้ประมวลลักษณะบุคลิกภาพของผู้ที่พัฒนาตนเอง ได้อย่างเต็มที่ ไว้ดังนี้

1. รู้จักตนเองตามความเป็นจริง คือ รู้ข้อดีข้อเสีย ความปรารถนา ความเชื่อ ค่านิยม ความรู้สึก สิ่งที่เป็นข้อดีก็รักษาไว้ ข้อบกพร่องก็หาทางแก้ไข

2. ควบคุมตนเองได้ ไม่ว่าจะความ ไม่วิตกกังวลจนเกินเหตุ หรือปล่อยชีวิต ตามยถากรรม มีความสามารถแก้ปัญหาโดยใช้เหตุผล ไม่หนีปัญหา

3. เมื่อจะทำสิ่งใดก็มีความมุ่งมั่น มีใจจดจ่อ เอาจริงเอาจัง ไม่จับจดหรือ ท้อถอย

3. ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow

Maslow เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่มมนุษยนิยมเชื่อว่า การที่บุคคลแสดงพฤติกรรม ใด ๆ มาจากความต้องการของบุคคลในขณะนั้น ซึ่งความต้องการบางอย่างในชีวิตมีส่วนสำคัญและ มีความจำเป็นมากกว่าความต้องการอื่น ๆ มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ โดยกล่าวว่า บุคคล จะแสดงพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการของตนเองและบุคคลก็จะมีไม่มีการพัฒนาลำดับ ความต้องการของตนไปยังขั้นที่สูงกว่า ถ้าความต้องการของตนในขณะนั้นยังไม่ได้รับการตอบสนอง ในยุคแรก ๆ ที่มาสโลว์ทำการศึกษา เขาแบ่งความต้องการของมนุษย์ไว้เป็น 5 ลำดับ ลำดับที่ 1-4 เป็นความต้องการระดับต้น ส่วนลำดับที่ 5 เป็นความต้องการระดับสูง ในยุคต่อมา Maslow

ได้ทำการศึกษาเพิ่มเติมและแบ่งความต้องการลำดับที่ 5 ให้ละเอียดออกไปอีก 3 ลำดับ รวมใหม่ทั้งหมดเป็น 7 ลำดับขั้นของความต้องการของมนุษย์ (ปราณี งามสูตร, 2548) ซึ่งมีลำดับขั้น ดังนี้

ลำดับขั้นที่ 1 ความต้องการทางด้านร่างกาย (physical needs) เป็นความต้องการเบื้องต้นเพื่อความอยู่รอดของชีวิต ได้แก่ อาหาร อากาศ น้ำ ที่อยู่อาศัย ความต้องการทางเพศ ความต้องการทางด้านร่างกายเป็นความต้องการที่มีพลังผลักดันสูงต่อพฤติกรรมของมนุษย์ เป็นความต้องการที่จำเป็นเพื่อความอยู่รอดของชีวิต

ลำดับขั้นที่ 2 ความต้องการความปลอดภัย (safety needs) เป็นความต้องการด้านความมั่นคงปลอดภัยในตนเอง รวมถึงความรู้สึกก้าวหน้า และความอบอุ่นทางด้านจิตใจ

ลำดับขั้นที่ 3 ความต้องการความรัก ความเป็นเจ้าของ (love and belongingness) เป็นความต้องการที่จะได้เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งและได้รับการยอมรับในสังคม ความเป็นมิตร และความรักจากเพื่อนหรือผู้แวดล้อม

ลำดับขั้นที่ 4 ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องนับถือหรือมีชื่อเสียง (esteem needs) เป็นความต้องการระดับสูง ได้แก่ ความต้องการเด่นในสังคม ความสำเร็จ ความรู้ความสามารถ ความเป็นอิสระและเสรีภาพ และการเป็นที่ยอมรับนับถือ

ลำดับขั้นที่ 5 ความต้องการตระหนักรู้ เข้าใจสรรพสิ่ง (need to know and understand) คือ การอยากรู้ อยากรู้อยากเข้าใจ อยากรู้ความสามารถ อยากรู้ทักษะและประสบการณ์

ลำดับขั้นที่ 6 ความต้องการทางสุนทรียะ ความดีงาม (aesthetic needs) ได้แก่ ความต้องการบรรลุด้านความดี ความงาม คุณธรรม และความละเอียดอ่อนทางจิตใจ

ลำดับขั้นที่ 7 ความต้องการที่จะได้รับความสำเร็จในชีวิต (self-actualization needs) เป็นความต้องการระดับสูงสุดของมนุษย์ ซึ่งจะแตกต่างกันไปตามความคิดของตนและถือเป็นความฝันสูงสุดของแต่ละคน

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow ชี้ให้เห็นว่า บุคคลถูกกระตุ้นจากความปรารถนาที่จะสนองความต้องการเฉพาะอย่าง (เรียม ศรีทอง, 2542) เช่น

1. บุคคลย่อมมีความต้องการอยู่เสมอและไม่สิ้นสุด ขณะที่ความต้องการใดตอบสนองแล้ว ความต้องการอื่นก็เกิดขึ้นอีกไม่มีวันจบสิ้น

2. ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้วจะไม่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรมของบุคคลอีกต่อไป ความต้องการที่จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมต้องเป็นความต้องการที่ไม่ได้รับการตอบสนอง

3. ความต้องการของบุคคลเป็นลำดับขั้นจากต่ำไปสูง ในขณะที่ความต้องการลำดับขั้นต่ำได้รับการตอบสนองแล้วนั้น ถูกกระทบกระเทือนก็จะหันกลับมาคิดถึงความต้องการในลำดับขั้นนั้นอีก

จากทฤษฎีของ Maslow จะเห็นได้ว่ามนุษย์พยายามที่จะตอบสนองความต้องการของตนอย่างต่อเนื่อง เรียงลำดับเป็นขั้นตอนตามความสำคัญ กล่าวคือ ในขณะที่ความต้องการที่รุนแรงกว่าได้รับการตอบสนองให้เกิดความพึงพอใจแล้ว ความต้องการอื่น ๆ ก็将按照ขั้นมาแทนที่ ขณะที่มนุษย์เกิดความต้องการ มนุษย์จะกระทำการหลายรูปแบบ เพื่อหาทางสนองความต้องการของตนเอง การพัฒนาตนเองหรือการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองก็เป็นอีกรูปแบบหนึ่ง เพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการดังกล่าว

4. ทฤษฎีความต้องการของ Murray

Murray อธิบายความต้องการของมนุษย์ไว้ในทฤษฎีของเขาว่าในขณะที่หนึ่ง ๆ บุคคลอาจมีความต้องการด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายด้านสูง และความต้องการด้านอื่นต่ำก็ได้ ตามทฤษฎีของ Murray ความต้องการที่จำเป็นและสำคัญของมนุษย์มีอยู่ 4 ประการ คือ ความต้องการความสำเร็จ (needs for achievement) ความต้องการมิตรสัมพันธ์ (needs for affiliation) ความต้องการมีอำนาจ (needs for power) และความต้องการอิสระ (needs for autonomy) (สุพร มุลศรี, 2556) ซึ่งอาจนำมาใช้อธิบายความต้องการของมนุษย์ในการทำงานได้ว่าในการทำงานใด ๆ บุคคลส่วนใหญ่มักต้องการความสำเร็จในการทำงาน ต้องการมีอำนาจหรือตำแหน่งงาน และต้องการเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเองในการตัดสินใจ

จากทฤษฎีความต้องการของ Murray เมื่อนำมาทำความเข้าใจในการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน เขาต้องการการยอมรับจากเพื่อน ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของเพื่อน ต้องการประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งเมื่อเด็กและเยาวชนมีความต้องการเหล่านี้ ก็ไม่ยากนักที่จะเสริมสร้างให้เกิดความต้องการพัฒนาตนเองเพื่อเติมเต็มความต้องการดังกล่าว

5. ทฤษฎีความต้องการพัฒนาตนเองของ Boydell

Boydell (1985 อ้างถึงใน สุภมาส จินะราช, 2549) ได้สร้างทฤษฎีการพัฒนาตนเอง ซึ่งเป็นแนวคิดที่สำคัญอย่างหนึ่งของการเรียนรู้ โดยการพัฒนาจะเกิดขึ้นได้ด้วยการที่เราสามารถทำให้ประสบการณ์จริงที่เกิดขึ้นบางอย่างของเรามีความหมาย หรือด้วยการแก้ไขปัญหาสำคัญบางอย่างที่มีผลกระทบต่อชีวิตเราโดยตรง โดยการพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง และอาจสำเร็จได้ง่ายขึ้นหากมีบุคคลอื่นคอยช่วยเหลือ การพัฒนาตนเอง รวมถึงบรรยากาศและระบบค่านิยมอื่น ๆ ในองค์กรที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเอง ซึ่งการพัฒนาตนเองควรทำให้ทฤษฎีเป็นกฎเกณฑ์ส่วนตัว ทฤษฎีจะมีบทบาทที่ดีมีชีวิตรู้ว่าได้ก็ต่อเมื่อนำไปใช้กับประสบการณ์ส่วนตัวเท่านั้น ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการ ดังต่อไปนี้

1. ตระหนักปัญหา วงจรของการพัฒนาเริ่มต้นด้วยความวิตกกังวลอย่างแท้จริง ซึ่งอาจเป็นปัญหาที่เกิดขึ้น สิ่งที่น่าประหลาดใจหรืองงงวยสงสัย หรือแม้แต่สร้างความตกอกตกใจ เมื่อมีสิ่งที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นอย่างไม่สมเหตุสมผล หรือในที่นี่อาจเปรียบได้กับ

การปรารถนาในการเรียนรู้ (desire to learn) นั่นคือ การพัฒนาตนเองเริ่มจากตัวของบุคคลเองที่มีความต้องการที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ซึ่งเป็นการยากในการทำให้เกิดความก้าวหน้าหากปราศจากความต้องการหรือความตั้งใจของบุคคล ดังนั้น จึงเป็นสิ่งสำคัญที่บุคคลที่ต้องการจะพัฒนาตนเองจะต้องวินิจฉัยถึงความต้องการของตนเอง ซึ่งบุคคลที่ต้องการพัฒนาตนเองนั้นจะต้องไม่พอใจหรือมีความรู้สึกไม่สะดวกสบายกับสภาพของตนเองที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

2. วินิจฉัยตนเอง การใช้ความคิดอ่านต่อปัญหาหรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นการค้นหาคำอธิบายและเส้นทางที่อาจเป็นไปได้และอาจต้องนำไปแก้ปัญหาให้กับคนอื่นด้วยผลที่ได้รับก็คือ วิธีการใหม่ในการมองสิ่งต่าง ๆ รวมทั้งลักษณะการมองตนเองและโลกรอบตัว ความแปลกใหม่เหล่านี้จะเกิดขึ้นได้กับแง่มุมชีวิต 3 อย่าง คือ ความคิด ความรู้สึก และความมุ่งมั่น โดยอาจเกิดขึ้นได้กับอย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งสามอย่างพร้อมกัน บุคคลที่ต้องการพัฒนาตนเองจำเป็นต้องเข้าใจว่าทำไมถึงไม่พอใจในสภาพที่ตนเป็นอยู่ ทำไมอยากมีความก้าวหน้า โดยการสำรวจวิเคราะห์ตนเอง เพื่อทราบถึงจุดเด่นและข้อบกพร่องของตนเองเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข ไม่มีความพอใจกับสิ่งที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน เพราะว่าการสำรวจวิเคราะห์ตนเองนั้นมีหลายแนวทาง เช่น การอ่านหนังสือ การสนทนากับเพื่อน หรือการปรึกษาผู้รู้เพื่อขอคำแนะนำ เพื่อช่วยในการวิเคราะห์ตนเองยอมรับเพื่อที่จะหาข้อบกพร่องตนเองให้เกิดการปรับปรุงและพัฒนาตนเองต่อไป

3. วางแผนการพัฒนาตนและตั้งเป้าหมาย การใช้ความคิดความสามารถนำไปสู่วิธีการใหม่ ๆ ในการสร้างความหมาย แนวคิด ทศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม ฯลฯ มีการพัฒนาการรับรู้และตระหนักในความรู้สึกดังกล่าว รวมทั้งความสามารถในการแสดงออก หรืออาจมีความรู้สึกแตกต่างไปเกี่ยวกับบางสิ่งบางอย่างหรือบางคน ซึ่งทำให้ได้ผลลัพธ์คือ แรงกระตุ้น ทักษะ นิสัย ความมุ่งมั่นหรือความตั้งใจใหม่ที่เกิดขึ้น และการกำหนดเป้าหมาย (set goals) ก็เป็นส่วนประกอบใหญ่ของการวางแผนการพัฒนาตนเอง คือ เมื่อได้มีการวินิจฉัยตนเองแล้วก็จะทราบถึงเป้าหมายในการที่จะพัฒนาตนเองว่าอยากที่จะก้าวหน้าขึ้นจากเดิมอย่างไรบ้าง ความคิดที่อยากจะทำต่อไปคืออะไร เขียนเป้าหมายไว้ ถ้าเป็นไปได้ควรกำหนดระยะเวลาในการประเมินผลหรือวัดความก้าวหน้าของตนเองในการที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายของตนเองที่ตั้งไว้ บางครั้งจะต้องเผชิญความเสี่ยง แต่เป็นความเสี่ยงเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ตนเองพิจารณาแล้วว่าไม่เป็นอันตรายต่อชีวิตของตนเองและผู้อื่น เป็นความเสี่ยงที่ตนเองคิดว่าไม่เกินความรู้ความสามารถของตนเอง และบางครั้งจะต้องมีความเชื่อมั่นในตนเองเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

4. ปฏิบัติตามแผนและประเมินผล ผลของการพัฒนาจะปรากฏขึ้นในขั้นตอนนี้ ซึ่งต้องนำผลลัพธ์ดังกล่าวไปใช้ปรับปรุงตนเองให้มีความเข้มแข็งเพิ่มขึ้นด้วย การลองนำความคิดเห็นใหม่ ๆ ไปใช้ทำงานด้วยความรู้สึคนึกคิดและมีจุดมุ่งหมาย เมื่อเหตุการณ์ดำเนินไปด้วยดีจึงหมายความว่ามีการพัฒนาเพิ่มพูน มั่นคงขึ้น ซึ่งกระทำได้หลายวิธี โดยการแสวงหาแหล่งสนับสนุน

ที่เหมาะสม คือ การศึกษาหาความรู้ในรูปแบบต่าง ๆ กัน และการค้นหาแหล่งข้อมูลที่เป็นประโยชน์ที่เหมาะสมสำหรับตนเอง

6. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura

การพัฒนาตนเอง (Bandura, 1977 อ้างถึงใน สุพร มุลศรี, 2556) สรุปว่าการรับรู้ความสามารถของบุคคลพัฒนามาจากปัจจัยหลัก 4 ประการ คือ

1. ประสบการณ์จากความสำเร็จ (enactive attainment) เป็นส่วนหนึ่งที่มีต่อการรับรู้ความสำเร็จจากการกระทำเป็นประสบการณ์ที่บุคคลได้รับโดยตรงและเป็นข้อมูลที่มีความเที่ยงตรงสูง การได้รับความสำเร็จจากงานซ้ำกันหลาย ๆ ครั้ง ถึงแม้ว่าในบางครั้งจะล้มเหลวบ้าง แต่ก็ไม่ได้มีผลมากนัก เพราะบุคคลจะมองว่าความล้มเหลวที่เกิดมาจากสาเหตุอื่น ๆ

2. การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ (vicarious experience) รับรู้ความสามารถของบุคคล ส่วนหนึ่งได้รับอิทธิพลจากการได้เห็นผู้อื่น การได้เห็นบุคคลอื่นทำสิ่งที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันจะทำให้บุคคลรู้ความสามารถตนเองเพิ่มขึ้น และมีความพยายามจึงจะสามารถทำงานนั้นได้ประสบความสำเร็จเช่นเดียวกัน

3. การพูดชักจูงจากผู้อื่น (verbal persuasion) การที่ผู้อื่นใช้คำพูดชักจูงให้บุคคลเชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งได้สำเร็จจะช่วยให้บุคคลมีกำลังใจมีความเชื่อมั่น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบุคคลที่ชักจูงด้วย จะต้องน่าเชื่อถือ ไว้วางใจและมีความสำคัญต่อตัวเขา เช่น พ่อแม่ ครู เพื่อน หรือบุคคลที่มีอิทธิพลต่อเขาเป็นต้น

4. สภาวะทางกาย (physiological state) เป็นปัจจัยที่สำคัญสามารถมีผลในการตัดสินใจความสามารถในแต่ละคนจะสูงหรือต่ำ ส่วนหนึ่งมาจากสภาวะทางกายของเขาเอง กล่าวคือ ในสภาวะที่ร่างกายเกิดการตื่นตัว เช่น กังวล เครียด ตื่นเต้น อ่อนเพลีย เมื่อยล้าหรืออยู่ในสภาพการณ์ที่ถูกดูหรือในสภาวะที่ร่างกายถูกกระตุ้นมาก ๆ มักจะทำให้แสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีออกมา

การพัฒนาตนเองมาจากการรับรู้ความสามารถ ในแต่ละคนนั้นเกิดขึ้นได้จากปัจจัยต่าง ๆ ส่วนหนึ่งเกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอกแต่การรับรู้ความสามารถในแต่ละคนเกิดจากภายในแต่ละคนเอง การส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการรับรู้ และการปรับปรุงตนเองในระดับที่พอดี มีผลต่อความสำเร็จในสิ่งที่ทำมากกว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงหรือต่ำเกินไป

หลักการพัฒนาตนเอง

เรียม ศรีทอง (2542) เสนอว่า ความเชื่อพื้นฐานของบุคคลในการพัฒนาตนเองว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้การพัฒนาตนเองประสบความสำเร็จ โดยผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองควรตระหนักถึง มีดังนี้

1. มนุษย์ทุกคนมีเอกลักษณ์ มีศักยภาพที่มีคุณค่าเป็นของตนเอง และมนุษย์ทุกคนสามารถพัฒนาตนเองได้

2. ไม่มีบุคคลที่มีความสมบูรณ์พร้อมในทุกด้าน จนไม่สามารถพัฒนาได้
3. ไม่มีใครรู้จักตนเองได้เท่ากับตนเอง แต่ในบางครั้งบุคคลก็ไม่สามารถจัดการสิ่งนั้นได้ด้วยตนเอง
4. การควบคุมสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและสังคมกับการควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองมีผลกระทบซึ่งกันและกัน
5. อุปสรรคที่สำคัญของการพัฒนาตนเอง คือ ตัวบุคคลที่ไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง
6. การพัฒนาตนเองดำเนินการได้ตลอดเวลา ยกเว้นผู้ที่คิดว่าตนเองมีความสมบูรณ์แล้วในทุกด้าน

หลักการสร้างความเจริญงอกงามในชีวิตเพื่อเพิ่มความสุขในชีวิตของคุณ โดยมุ่งพัฒนาการรักษาคุณภาพของชีวิตมี 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกาย (physical component) ด้านจิตใจ ความคิด (psychological component) และด้านจิตวิญญาณ (spiritual component) ซึ่งจะเสนอหลักการสำคัญ 3 แนวทาง ได้แก่ หลักการพัฒนาตนเองเชิงการแพทย์และจิตวิทยาสุขภาพ หลักการพัฒนาตนเองเชิงจิตวิทยา และหลักการพัฒนาตนเองเชิงพุทธศาสตร์

1. หลักการพัฒนาตนเองเชิงการแพทย์และจิตวิทยาสุขภาพ เป็นกระบวนการปฏิบัติตัวของบุคคล เพื่อส่งเสริมให้ระบบการควบคุมความสมดุลในร่างกายให้ทำงานได้ตามปกติ เป็นผลให้บุคคลดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข ตัวบ่งชี้ความสมดุลในร่างกาย ได้แก่ ผลการประเมินการทำหน้าที่ทุกระบบของร่างกายด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ที่เป็นปกติ ส่วนจิตวิทยาสุขภาพมีรูปแบบการรักษาที่เรียกว่า จีวจิตวิทยาแห่งสุขภาพ (biopsychological model of health) เชื่อมโยงระหว่างร่างกาย สภาวะจิตใจ และสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยมองสุขภาพเป็นการเคลื่อนไหวและมีการเรียนรู้หลายมิติทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ จิตวิญญาณ สังคม และสิ่งแวดล้อม

2. หลักการพัฒนาตนเองตามแนวคิดจิตวิทยาพฤติกรรมนิยม เป็นการเรียนรู้ อันเนื่องมาจากผลกระทบหรือเงื่อนไขของการกระทำ ซึ่งมีผลกระทบเชิงบวก ได้แก่ การเสริมแรง และผลกระทบเชิงลบ คือ การลงโทษ และการเรียนรู้ทางสังคม โดยมีตัวแบบที่ได้จากประสบการณ์ตรงและประสบการณ์โดยอ้อมเป็นสำคัญ นอกจากนี้ กระบวนการทางปัญญา ซึ่งมีส่วนที่เอื้อต่อความสำเร็จในการพัฒนาตนเอง โดยมีเทคนิคการพัฒนาตนเอง ได้แก่ การควบคุมตนเอง (self-control)

3. หลักการพัฒนาตนเองตามแนวพุทธศาสตร์ เป็นการพัฒนาตนเพื่อชีวิตที่เป็นสุข ทั้งของตนเองและของผู้อื่น อยู่ร่วมกันภายใต้ธรรมชาติที่กลมกลืนกัน พระธรรมปิฎก ได้ให้แนวทางในการพัฒนาชีวิตที่ยั่งยืน ได้แก่ ความเชื่อในการฝึกฝนพัฒนาตนเอง การมีศีลและปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคม ฝึกการเพิ่มภาวะอิสระจากวิกฤตภายนอก บริจาคและสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน ฝึกการสร้างสมาธิเพื่อการสร้างพลังจิตที่เข้มแข็ง ฝึกพัฒนาปัญหาให้มีความเข้าใจชีวิตและโลกที่แท้จริง เพื่อนำไปสู่ความเป็นอิสระเหนือความสุขและความทุกข์ คือ การฝึกวิปัสสนากรรมฐาน

สอดคล้องกับ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2543) ได้สรุปการพัฒนาตนเองเพื่อสร้าง ความงอกงาม และเพิ่มความสมบูรณ์ในชีวิตของบุคคลมีหลายแนวทางและหลายแนวคิด ซึ่งสรุปหลักการ ที่สำคัญอยู่ใน 3 แนวทาง คือ การพัฒนาตนเองเชิงการแพทย์ การพัฒนาตนเองเชิงจิตวิทยา และ การพัฒนาตนเองเชิงพุทธศาสตร์

1. หลักการพัฒนาตนเองเชิงการแพทย์ เน้นความสำคัญของการรักษาภาวะแวดล้อม ภายในร่างกายให้สมดุล หรือมีการเปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสม กับการทำหน้าที่ต่าง ๆ ของร่างกาย เพราะร่างกายประกอบด้วยระบบอวัยวะต่าง ๆ ที่ทำงานประสานกัน ถ้าทุกระบบทำงานตามปกติ จะเป็นสภาวะการเจริญเติบโต และดำรงชีวิตตามปกติของบุคคล แต่ถ้าหากระบบใดระบบหนึ่ง ไม่สามารถทำงานตามหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ ย่อมเป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิตต่อการเจริญเติบโต และการพัฒนา ทำให้เกิดปัญหาต่อบุคคลนั้น ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาต่อการเรียนรู้ กระบวนการคิด อารมณ์ การทำงาน และพฤติกรรมต่าง ๆ ได้

เทคนิคการพัฒนาตนเองเชิงการแพทย์ที่สำคัญ (ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์, 2552) ได้แก่

1. ตรวจร่างกายโดยทั่วไปทั้งระบบภายในและภายนอก ด้วยการสังเกตตนเอง อย่างสม่ำเสมอและรับการตรวจจากแพทย์อย่างน้อยปีละครั้ง
2. ปรึกษาผู้ชำนาญการเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันตนเองจากโรคร้ายต่าง ๆ ตามที่สมควรเหมาะสมกับเพศและวัย
3. ส่งเสริมความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น ฝึกนิสัย การกินที่ดี รักษาสุขภาพให้แข็งแรงโดยวิถีธรรมชาติ ไม่รอฟังยาเฉพาะเมื่อเวลาเจ็บป่วยเท่านั้น
4. หมั่นออกกำลังกายในที่อากาศบริสุทธิ์ เพื่อบริหารทุกส่วนของร่างกาย อย่างสม่ำเสมอ
5. มองโลกในแง่ดี ทำอารมณ์และจิตใจให้แจ่มใส
6. ศึกษาหาความรู้เรื่องการผ่อนคลายความเครียดและการลดความวิตกกังวล ด้วยตนเอง

2. หลักการพัฒนาตนเองเชิงจิตวิทยา แนวคิดทางจิตวิทยามีหลายกลุ่ม แต่แนวคิด จิตวิทยาพฤติกรรมนิยม (behaviorism) และจิตวิทยาปัญญานิยม (cognitive psychology) ให้หลักการที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองค่อนข้างมาก หลักการจิตวิทยาพฤติกรรมนิยม มีความ เชื่อว่า พฤติกรรมของมนุษย์ ไม่ว่าจะพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือพฤติกรรมที่ต้องการพัฒนา ล้วนเกิดจากการเรียนรู้ คือ เป็นผลของการที่มนุษย์มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมที่ไม่ปกติ ของบุคคล (ยกเว้นเหตุจากพันธุกรรม ความผิดปกติทางชีวเคมี และจากความบกพร่องของระบบ ประสาท) เป็นพฤติกรรมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ที่ไม่ถูกต้อง ถ้าจะปรับปรุงหรือแก้ไขก็ทำได้โดย ให้การเรียนรู้เสียใหม่ การพัฒนาตนเองจึงจำเป็นต้องเข้าใจหลักการสำคัญของการเรียนรู้ เพื่อปรับ

พฤติกรรม โดยการควบคุมตนเอง ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบปฏิบัติการ (operant conditioning) เป็นแนวคิดสำคัญของจิตวิทยาพฤติกรรมนิยมที่เป็นหลักการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ในการพัฒนาหรือปรับปรุงตนเอง ซึ่งอธิบายว่า พฤติกรรมของมนุษย์เป็นผลพวง เนื่องจากการปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม และพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกมาจะเปลี่ยนแปลงไปได้เนื่องจากผลกรรม (consequences) ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมนั้น ผลกรรมนี้มี 2 ประเภท คือ ผลกรรมที่เป็นตัวเสริมแรง (reinforce) ที่มีผลให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำอยู่มีอัตราการทำเพิ่มมากขึ้น และผลกรรมที่เป็นตัวลงโทษ (punisher) ที่มีผลให้พฤติกรรมที่บุคคลกระทำอยู่นั้นลดลง

3. การพัฒนาตนเชิงพุทธศาสตร์ ตามแนวคิดทางพุทธศาสตร์ การพัฒนาตนเป็นการเรียนรู้และการปฏิบัติเพื่อไปสู่ความพอดีหรือการมีคุณภาพของชีวิต มีความสัมพันธ์อันกลมกลืนระหว่างการดำเนินชีวิตของบุคคลกับสภาพแวดล้อม และมุ่งการกระทำตนให้มีความสุขด้วยตนเอง รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเองมากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุ จึงเป็นแนวทางการพัฒนาชีวิตที่ยั่งยืน หลักการพัฒนาตนตามแนวพุทธศาสตร์ ประกอบด้วยสาระสำคัญ 3 ประการ คือ ทมะ สิกขา และภาวนา ทมะ คือการฝึกนิสัยดั้งเดิมที่ยังไม่ได้ขัดเกลาให้เหมาะสมมีขั้นตอนสำคัญ ได้แก่

3.1 การรู้จักข่มใจ ข่มระงับความเคยชินที่ไม่ดีทั้งหลายได้ ไม่ยอมให้กิเลสบรณาไหลล่อ ล่อชักนำไปสู่ความเลวร้ายได้

3.2 การฝึกปรับปรุงตนเอง โดยทำคุณความดี ให้เจริญก้าวหน้าต่อไป ดังนั้นเพื่อให้รู้แจ้ง รู้จักประโยชน์ มองทุกอย่างเป็นการเรียนรู้เพื่อปรับปรุงและพัฒนาตัวเอง เป็นกระบวนการฝึกฝนตนเองในการดำเนินชีวิต เรียกว่าไตรสิกขา มี 3 ประการ คือ

- ศีลสิกขา หมายถึง การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย ทางวาจาและการประกอบอาชีพ ดำรงตนในสังคมแบบสาธุชน เป็นคนดีของสังคม เป็นคนมีระเบียบ มีวินัย ปฏิบัติหน้าที่ตามปทัสถานของสังคม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างดีงาม โดยมีความรับผิดชอบเกื้อกูลต่อสังคม

- จิตสิกขา หมายถึง การฝึกจิต สร้างคุณภาพและสมรรถภาพทางจิต ให้เข้มแข็ง มั่นคงแน่วแน่ ควบคุมตนเองได้ดี มีสมาธิ มีจิตที่สงบ บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งที่ทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพพร้อมที่จะใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามสัจธรรม

- ปัญญาสิกขา หมายถึง การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสรรพสิ่ง รู้แจ้งตามความเป็นจริง มีจิตใจเป็นอิสระและมีปัญญาบริสุทธิ์

จํานงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ (2545) เสนอแนวทางการพัฒนาตนเอง สามารถแบ่งออกได้ ดังนี้

1. ด้านจิตใจ อารมณ์ และความรู้สึก หมายถึง การพัฒนาสภาพของจิตที่มีความสามารถในการควบคุมความรู้สึก การแสดงออก และควบคุมอารมณ์ที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น

2. ด้านร่างกาย หมายถึง มีพัฒนาการด้านรูปร่างหน้าตา กริยาท่าทางการแสดงออก น้ำเสียง วาจา การสื่อความหมาย รวมไปถึงสุขภาพอนามัย และการแต่งกายเหมาะสมกับกาลเทศะรูปร่างและผิวพรรณ

3. ด้านสติปัญญาและความเฉลียวฉลาด คือ รอบรู้ ฉลาด มีไหวพริบ ปฏิภาณ การวิเคราะห์ความสามารถในการแสวงหาความรู้ และฝึกทักษะใหม่ ๆ เรียนรู้วิถีทางการดำเนินชีวิตที่ดี

4. ด้านสังคม หมายถึง การพัฒนาปฏิบัติตน ท่าทีต่อสิ่งแวดล้อม ประพฤติตนตามปทัสสถานทางสังคม

ปราณี รามสูต และจรัส ดั่งสุวรรณ (2545) กล่าวว่า คนที่จะพัฒนาตนเองจะเริ่มด้วยการสำรวจ และพิจารณาตนเองว่ามีข้อดีและข้อบกพร่องอะไรบ้าง เป็นกระบวนการพัฒนาตนที่เป็นระบบ แต่การพัฒนาตนเองจะสัมฤทธิ์ผลผู้นั้นจะต้องตระหนักถึงความจำเป็นและมีความต้องการที่จะปรับปรุงตนเองอย่างจริงจัง กระบวนการดังกล่าวจึงจะถูกนำมาใช้เพื่อการพัฒนาตนเองแล้วย่อมเกิดผลดีต่อผู้นั้น หลักการพัฒนาตนเองควรมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ตระหนักถึงความจำเป็นในการปรับปรุงตนเอง ถือเป็นหัวใจสำคัญ คือ เจ้าตัวมองเห็นประโยชน์ของการพัฒนาตนเสียก่อน หากภูมิใจในตนเองมากไปจนมองไม่เห็นความบกพร่องบางด้านของตนเองเลย หรือบางคนอาจทราบที่ตนเองบกพร่องต้องแก้ไขบางส่วนแต่ไม่สนใจ ไม่ต้องการที่จะปรับปรุงตนเอง เพราะคิดว่าไม่จำเป็น การพัฒนาตนย่อมเกิดขึ้นได้ยากกับคน ๆ นั้น ที่จริงแล้วการพัฒนาตนให้ดีขึ้น นับว่าเป็นต้นทุนอันสูงที่จะทำให้ได้รับผลกำไรทางอื่น ๆ อันเป็นความต้องการพื้นฐานของคนเรา คือ ความรัก ความชอบพอ การเป็นที่ยกย่องในสังคมทั่วไป เป็นต้น ดังนั้นก่อนอื่นถ้าต้องการชีวิตที่ประสบความสำเร็จ นอกจากจะพัฒนาตนเองในแง่ความรู้แล้วจะต้องตั้งมั่นที่จะพัฒนาตนเองในทุกด้านให้ดีขึ้นมากที่สุดเท่าที่จะทำได้

ขั้นที่ 2 การวิเคราะห์ตนเอง เป็นการวิเคราะห์ตนเองว่ามีข้อดีข้อเสียอย่างไรเหมาะสมมากน้อยเพียงไรนั้น เราต้องอาศัยทั้งการสังเกตตนเอง ประเมินตนเอง และสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่นที่แสดงต่อเราว่า เขาชอบเราและไม่ชอบเราในเรื่องใดบ้าง และใช้การเปรียบเทียบบุคลิกภาพของตนที่สังคมต้องการ ต่อปัญหาที่ว่าทำไมเราต้องให้คนอื่นมาตัดสินเราว่าเป็นอย่างไร เราตัดสินตนเองคนเดียวไม่ได้หรือตอบได้ว่า คนแต่ละคนโดยทั่วไปย่อมมีทั้งลักษณะที่ดีและไม่ดีอยู่ในตนเอง ลักษณะที่ดีและไม่ดีเหล่านั้นบางอย่างเรารู้คนอื่นก็รู้ บางอย่างเราไม่รู้แต่คนอื่นรู้และบางอย่างเราก็ไม่รู้และคนอื่นก็ไม่รู้เหมือนกัน

ขั้นที่ 3 การวางแผนพัฒนาตนและการตั้งเป้าหมาย เมื่อได้พิจารณาตนเองว่ามีลักษณะประจำตัวอย่างไร และได้ทราบลักษณะบุคลิกภาพที่ดีของตนในขั้นที่ 2 แล้ว ต่อไปเราจะต้องวางแผนการสำหรับตนเองในการพัฒนาตนแล้วปฏิบัติให้เป็นไปตามแผนนั้น

นอกจากนี้ ปราณี งามสุด และจรัส ดวงสุวรรณ (2545) ได้มีข้อเสนอแนะบางประการ เพื่อช่วยให้บรรลุเป้าหมาย ดังนี้

1. เขียน และเขียนทุกสิ่งทุกอย่าง บันทึกของคุณจะช่วยคุณได้มากกว่าเครื่องมือชนิดอื่นใด ทั้งนี้เพราะบันทึกจะแสดงถึงความก้าวหน้า คุณไม่ต้องเสียเวลาจดจำว่าคุณไปได้ไกลแค่ไหนแล้ว

2. ติดตามความก้าวหน้าอย่างใกล้ชิด คุณอาจจะต้องขีดเส้นตายให้ตนเอง หากคุณทำงานได้ทันตามกำหนดเวลา คุณจะได้อี้อีกโอกาสของความสำเร็จเป็นคราว ๆ ไป

3. ลงมือดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายแทนการปล่อยให้ทุกอย่างเกิดขึ้นเอง ลงมือทำเสียวันนี้เลย

4. ขอความช่วยเหลือเฉพาะเท่าที่จำเป็น จำไว้เสมอว่า คุณต้องรับผิดชอบต่อความสำเร็จของตนเอง

5. เตรียมรับมือกับอุปสรรคและทางตัน แต่อย่าได้ยอมแพ้อย่างย่อท้อ มีบางครั้งที่จะเกิดปัญหา ถ้ายึดติดกับกำหนดการมากเกินไป ถ้าวัตถุประสงค์ของคุณยากเกินไปทำให้มันง่ายขึ้น แต่อย่าได้รำมือ ถ้าข้ามสิ่งกีดขวางไม่ได้หาทางอ้อมด้านข้าง และหาทางเรียนรู้จากปัญหาจุดสำคัญคือ เล่นไม่ยอมเลิก

6. ประเมินผลซ้ำ และพิจารณาเป้าหมายใหม่ทุกครึ่งเดือน บางทีความต้องการของคุณอาจเปลี่ยนไปแล้ว จำไว้เสมอว่าเป้าหมายเป็นของคุณ และคุณพยายามทุกวิถีทางที่จะทำให้เกิดผลสำเร็จ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าเป้าหมายนั้นเป็นสิ่งที่คุณต้องการจริง ๆ ไม่ใช่เป้าหมายที่พ่อแม่หรือเพื่อนเป็นผู้กำหนดแทนคุณ

7. อย่าเป็นมนุษย์สมบูรณ์แบบ พยายามทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ อย่าไปเสียเวลากังวลว่างานชิ้นนั้นยังไม่สมบูรณ์แบบ การเขียนรายงานสมบูรณ์แบบไม่มีประโยชน์อะไรเลย ถ้าคุณทำงานช้ากว่ากำหนด

8. การเตรียมใจให้พร้อมว่า คุณอาจจะรู้สึกผิดหวังบ้างเมื่อบรรลุถึงเป้าหมายแล้ว เรื่องนี้เป็นเรื่องปกติธรรมดา บางคราวอาจรู้สึกอ้างว้างเปล่า บ่อยครั้งที่การบรรลุเป้าหมายไม่ได้ให้ความสุขอย่างที่คิด ถ้าเป็นเช่นนั้นควรหาเป้าหมายใหม่ เป้าหมายที่จะให้คุณได้รับในสิ่งที่คุณต้องการ

สมิต อาชวินิกุล (2543) ได้เสนอขั้นตอนวิธีการมองตนเองเพื่อการพัฒนาตนเอง มีดังนี้

1. ทุกครั้งที่ท่านทำอะไรผิดพลาด ล้มเหลว หรือพ่ายแพ้ต่อชีวิต ก่อนอื่นขอให้ท่านหันเข้ามามองตนเอง และตรวจสอบความบกพร่องของตนเอง มองดูว่า เรายังมีขวัญหรือกำลังใจอยู่หรือไม่และเราจะลุกขึ้นสู้กับวิถีชีวิตใหม่ได้อย่างไร

2. จงหมั่นสำรวจตนเองเป็นครั้งคราว อย่างน้อยสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง แล้วดูว่าตนเองพัฒนาตนเองไปได้ดีเพียงใด ใช้เวลาเป็นประโยชน์หรือไม่ ทำคุณงามความดีอะไรบ้าง ทำคุณให้แก่สังคมหรือครอบครัวบ้างหรือไม่

3. ในการมองตนที่ดีนั้น นั่นคือ การสำรวจอุปนิสัยที่ดีและไม่ดีของตนเองจงทำเป็นตารางสองช่อง เขียนอุปนิสัย บุคลิกลักษณะและความสามารถของตน แล้วเปรียบเทียบดูว่าระหว่างนิสัยที่ดีกับไม่ดี สิ่งไหนมากกว่ากัน แล้วหมั่นแก้ไขไปทุก ๆ ครั้งที่มาองตนเอง

4. จงมีเศษกระดาษเล็ก ๆ สักแผ่นหนึ่ง ก่อนนอนเขียนกิจที่ต้องทำ หรือพึงทำเรียงลำดับความสำคัญ แล้ววันต่อมาดูว่าเราทำหมดในวันนั้นหรือไม่ และในกระดาษแผ่นนี้เขียนด้วยว่า เรามีอุปนิสัยที่อยากจะแก้ไขอะไรบ้าง เช่น ควรตื่นเช้า ควรออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ตรงต่อเวลา อ่านหนังสือเรียนให้ได้ 1 บท มีความเพียรพยายามเพียงพอหรือยัง ฯลฯ

5. สุขภาพกาย สุขภาพใจ เป็นอย่างไร ดีขึ้นหรือเลวลง ละสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ลงบ้างหรือไม่ อาทิ งดสุรา งดบุหรี่ งดพูดเพ้อเจ้อ หรือฟุ้งซ่าน ฯลฯ เราจะทำอะไรในทางที่ให้เกิดสุขภาพกายและสุขภาพจิตแข็งแรงดีขึ้น ให้เท่าเทียมกับคนที่เราเห็นเป็นแบบอย่างในทางที่ดี

6. วันหนึ่ง ๆ เราอ่านหนังสือหรือฟังการอภิปรายหรือรับการฝึกอบรมไปได้เพียงใด เราหาความรู้ด้วยตนเองไปได้มากยิ่งขึ้นหรือไม่ คนที่ไม่เรียนรู้อะไรเลย ในที่สุดก็จะล้าหลังเพื่อนฝูง

7. ในสายตาของคนใกล้ชิด เช่น คนในครอบครัวมีทัศนคติต่อเราอย่างไร เรามีการปรับปรุงตัวเองเพื่อให้ตนเป็นที่พึงแก่คนในครอบครัวหรือไม่ เราเป็นพ่อหรือเป็นแม่ หรือเป็นลูกที่ดีหรือไม่ มีอะไรที่เราควรทำให้ดีกว่าหรือดียิ่งขึ้น ชีวิตในครอบครัวเป็นสุขหรือทุกข์มีการทะเลาะกันบ้างหรือไม่ เราเป็นสาเหตุให้ครอบครัวต้องเดือดร้อนเพราะเราหรือไม่

8. ก่อนนอน เราควรสวดมนต์ไหว้พระบ้างหรือไม่ หรือเราทำจิตใจให้ผ่องใสด้วยการฝึกสมาธิบ้างหรือไม่ เราแผ่เมตตาให้แก่สรรพสัตว์หรือไม่ เราเป็นคนเห็นแก่ตัวเพียงใด ลดละความเห็นแก่ตัวลงมากกว่านี้ ได้หรือไม่

9. ชีวิตในแต่ละวัน เราเป็นสุขหรือทุกข์เกิดจากเหตุอะไร เราสันโดษและหาความสุขจากสิ่งที่มีอยู่หรือไม่ เรากำลังเดินทางไปสู่จุดหมายชีวิตหรือไม่

10. เราลดละ “อัตตา” หรือ “ตัวกู - ของกู” ลงได้บ้างเพียงใด เราแคร่ต่อคำนิทาหรือคำติฉิน ต่อตัวเราหรือไม่ เราโกรธเคือง หรืออนตอคนที่เรารักหรือไม่

ชาญชัย อาจินสมาจาร (2549) ได้เสนอแนวทางการพัฒนาภาวะผู้นำส่วนบุคคล ซึ่งก็คือการพัฒนาตนเองในลักษณะของภาวะผู้นำส่วนบุคคล คือ ความสามารถในการทำให้ความคิดของคุณแน่ชัดขึ้น เพื่อวางทิศทางที่แน่นอนเพื่อชีวิตของคุณเอง ปฏิญาณกับตัวคุณเองเพื่อเคลื่อนไหวไปยังทิศทางนั้น และลงมือกระทำเพื่อให้ได้มาซึ่งความสำเร็จหรืออะไรก็ได้ที่เป็นเป้าประสงค์ที่ต้องการ และได้เสนอขั้นตอนของแผนพัฒนาภาวะผู้นำส่วนบุคคล ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 พัฒนาวิสัยทัศน์และโฟกัสความคิดของคุณ ผู้นำที่ประสบความสำเร็จไม่ว่าเขาจะเป็นผู้นำของคนอื่น หรือเพียงแต่เป็นผู้นำที่มีประสิทธิผลของชีวิตเขาเองล้วนแล้วแต่มีสิ่งหนึ่งที่เหมือนกัน นั่นคือ “วิสัยทัศน์” (vision) คือ ความสามารถในการมีภาพที่ชัดเจนในสิ่งที่คุณต้องการให้บรรลุวิสัยทัศน์ให้ทิศทางปลายทางที่มีคุณค่า แรงจูงใจ ความกระตือรือร้น ความรู้สึกในผลสัมฤทธิ์และการตอบสนองต่อวัตถุประสงค์ของบุคคลในชีวิตของเขา

ขั้นตอนที่ 2 ตั้งเป้าประสงค์เมื่อคุณมีวิสัยทัศน์ของคุณแล้ว ให้ตั้งเป้าประสงค์การตั้งเป้าประสงค์คือ กุญแจสู่ความสำเร็จ พัฒนาแผนการแล้วปฏิบัติตาม คุณต้องการจะเป็นอย่างไร 5, 10 และ 20 ปีจากนี้ไปจงจำไว้ว่า มีคนบางคนวางแผนที่จะล้มเหลว นั่นคือเขาล้มเหลวในการวางแผนตั้งเป้าประสงค์ในขอบข่ายต่อไปนี้ทางกาย ครอบครัวยุทธศาสตร์ การเงิน การศึกษา จริยธรรม และอาชีพ

ขั้นตอนที่ 3 พัฒนาความริเริ่ม จงตื่นตัวและอดทนเพื่อให้เป้าประสงค์ของคุณบรรลุความสำเร็จ ให้ริเริ่ม

ขั้นตอนที่ 4 พัฒนาความมั่นใจในตนเอง หนทางเดียวที่เราจะได้ความมั่นใจในตนเองก็คือ การเอาตัวเราเข้าเสี่ยง โดยการเสี่ยงตัวเราเราจะได้รับประสบการณ์อย่างทิ้งไป

ขั้นตอนที่ 5 พัฒนาความรับผิดชอบส่วนตัว เราต้องมีความรับผิดชอบส่วนตัวต่อความคิด การกระทำและความรู้สึกของเรา ถ้าเราทำผิดพลาด เราต้องยอมรับมัน เรายังต้องเต็มใจที่จะแก้ไขโดยไม่ปกป้องตัวเอง การปกป้องตัวเองคือสัญญาณของความรู้สึกไม่มั่นคง

ขั้นตอนที่ 6 พัฒนาภาพลักษณ์ตัวตนที่สมบูรณ์ ภาพลักษณ์ตัวตน คือ ภาพทางความคิดของบุคคลที่เราคิดว่าคือเรา นั่นคือ เราจะไม่อยู่เหนือภาพที่เราสร้างขึ้นสำหรับตัวเรา ปล่อยให้ภาพลักษณ์ตัวตนของคุณเป็นอิสระ ให้มันมีความริเริ่ม เป็นนวัตกรรม พากันไปสู่ความสำเร็จ ถ้าคุณสามารถฝืนถึงมัน คุณก็จะทำให้สำเร็จได้

ขั้นตอนที่ 7 พัฒนาการจัดระเบียบตัวเอง หนึ่งในคุณลักษณะที่ดีที่สุดของภาวะผู้นำส่วนบุคคลก็คือ การจัดระเบียบตัวเอง คุณต้องรู้ว่าทำอะไรต่อไปเพื่อให้บรรลุผลเป้าประสงค์

ขั้นตอนที่ 8 กำจัดการผลัดวันประกันพรุ่ง การผลัดวันประกันพรุ่ง คือ แนวโน้มในการเลื่อนภารกิจ แทนที่จะลงมือปฏิบัติเดี๋ยวนี้เพื่อเอาชนะการผลัดวันประกันพรุ่ง ให้พัฒนาอุปนิสัยเชิงสร้างสรรค์ เพื่อทดแทนอุปนิสัยที่ไม่สร้างสรรค์ ดังนี้

1. ยอมรับว่าคุณเลื่อนการทำสิ่งต่าง ๆ การยอมรับสิ่งดังกล่าวคือพันธะที่จะแก้ไข
2. เรียนรู้เกี่ยวกับการผลัดวันประกันพรุ่ง ให้เข้าใจว่าทำไมคุณจึงทำสิ่งดังกล่าว

เหตุผลสำคัญที่คนเลื่อนการทำสิ่งต่าง ๆ ได้แก่ ความไม่มั่นคง (กลัวต่อผลสัมฤทธิ์) ความสับสน (ตัดสินใจไม่ได้ว่าทำอะไรต่อไป) การลี้ม (ความจำไม่ดี) กลัวการเปลี่ยนแปลง (ชอบอยู่อย่างสบาย) เป็นต้น

3. เลือกแผนการปฏิบัติการที่แน่นอน ทำรายการขั้นตอนที่คุณตั้งใจจะนำออกใช้ เพื่อให้ได้การตอบสนองที่พึงประสงค์

4. นำแผนปฏิบัติการออกใช้ทำตัวให้เป็นบุคคลที่ทำเดี๋ยวนี้

ขั้นตอนที่ 9 ศึกษา คนที่ต้องการเก่งในงานต้องศึกษา ถ้าคุณต้องการเป็นนักศึกษาที่ดีคุณต้องศึกษา ถ้าคุณต้องการเป็นหมอที่ดีคุณต้องศึกษาการแพทย์ ผู้ประสบความสำเร็จในชีวิต คือ นักศึกษาที่กระตือรือร้นที่จะเรียนรู้มากขึ้น

ขั้นตอนที่ 10 เพิ่มจุดแข็งของคุณ ขั้นตอนแรกสู่ความสำเร็จก็คือการบรรลุจุดแข็งด้านภาวะผู้นำของตนเองไม่ว่าคุณจะมีจุดแข็งอะไร ความอดทน จินตนาการที่ยอดเยียม เจตคติในทางบวก หรือความรู้สึกที่หนักแน่นต่อคุณค่า ให้มันงอกงามสู่ภาวะผู้นำ จงจำไว้ว่า การกระทำมีพลังเหนือกว่าคำพูด

องค์ประกอบของการพัฒนาตนเอง

เนื่องจากตัวของบุคคลประกอบด้วยองค์ประกอบหลายด้าน ซึ่งความสำคัญของแต่ละองค์ประกอบทำให้ต้องมีการพัฒนาเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน ดังนี้ (รุ่งฤดี กิจควร, 2548)

1. องค์ประกอบทางร่างกาย หมายถึง รูปร่างหน้าตา การแสดงออกด้วยสีหน้า ท่าทาง น้ำเสียง ในการเจรจาและการสื่อความหมาย การแต่งกาย การรักษาความสะอาดของร่างกาย รวมไปถึงสุขภาพและสุขอนามัยของร่างกาย

2. องค์ประกอบทางด้านจิตใจ หมายถึง สภาพของจิตที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและสิ่งแวดล้อม มีความสงบเยือกเย็น มีคุณธรรมและมีความยุติธรรม เป็นต้น

3. องค์ประกอบทางด้านอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมความรู้สึกและการแสดงออกซึ่งเป็นหลักสำคัญในการพัฒนาตนเอง เช่น ไม่แสดงอาการทางอารมณ์อย่างรุนแรงจนเกินไป ฝึกควบคุมอารมณ์ที่เป็นโทษทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

4. องค์ประกอบทางด้านสังคม หมายถึง ท่าทีและการปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อม เช่น รู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ขจัดพฤติกรรมเห็นแก่ตัว มีจรรยาบรรณทางสังคม ประพฤติตนตามสังคม เป็นต้น

5. องค์ประกอบทางด้านทักษะและสติปัญญา หมายถึง การรอบรู้ศิลปะและศาสตร์ต่าง ๆ การมีความฉลาดและไหวพริบในการวิเคราะห์และตัดสินใจ ความสามารถในการแสวงหาความรู้ และฝึกทักษะใหม่ ๆ และมีความสามารถในการเรียนรู้แนวทางในการดำเนินชีวิต

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545) สรุปองค์ประกอบของการพัฒนาตนเองมี 6 ด้านที่สำคัญ ดังนี้

1. การพัฒนาด้านสติปัญญาและความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์
2. การพัฒนาด้านร่างกาย

3. การพัฒนาด้านจิตใจ
4. การพัฒนาด้านสังคม
5. การพัฒนาทางการศึกษา
6. การพัฒนาตนเองสู่ความต้องการของตลาด

ปรีชา พรหมบุตร (2555) เสนอว่า การพัฒนาตนเอง (self-development) คนเราจะเก่ง ต้องประกอบด้วย 3 เก่ง คือ

1. เก่งตน (self ability) หมายถึง เป็นผู้ที่ชอบศึกษาหาความรู้อยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ทันโลก ทันคน โดยเริ่มจากการพัฒนาตนเองก่อน การพัฒนาตนเองนั้นพัฒนาได้ 3 ทาง คือ

1.1 ทางกาย องค์ประกอบที่สำคัญ คือ รูปร่าง พัฒนาให้ดีขึ้นโดยใช้การแต่งกาย ช่วยลดจุดด้อยหรือเสริมจุดเด่น หน้าตาสดชื่นแจ่มใส สะอาดหมดจด อากัปกริยา การแสดงออก เข้มแข็งแต่ไม่แข็งกระด้าง อ่อนโยนแต่ไม่อ่อนแอ การยืน การเดิน การนั่ง ต้องมั่นคง เรียบร้อย การแต่งกายต้องสะอาดเหมาะสมกับกาลเทศะ เหมาะสมกับรูปร่างและผิวพรรณ

1.2 ทางวาจา การพูดดีต้องมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ พูดแต่ดี มีประโยชน์ ผู้ฟังชอบ และทุกคนปลอดภัย ก่อนพูดทุกครั้งต้องคิดก่อนพูด คนที่พูดดี มีปิยะวาจา เป็นลมปาก ที่หวานหูไม่รู้หาย เป็นที่รักใคร่ชอบพอกแก่ทุก ๆ ฝ่ายที่ได้ยินได้ฟัง

1.3 ทางใจ การพัฒนาทางใจก็มีองค์ประกอบหลายประการ เช่น ความมั่นใจ ถ้ามีความมั่นใจในตนเอง จะทำอะไรก็สำเร็จ ความจริงใจ คือ เป็นคนปากกับใจตรงกัน ความกระตือรือร้น กระฉับกระเฉง แจ่มใส มีชีวิตชีวา ความมานะพยายามไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค ความซื่อสัตย์สุจริต ความสุขใจ ความอดกลั้น ความมีเหตุผล การมีสมรรถภาพในการจำและมีความคิดสร้างสรรค์

2. เก่งคน (social ability) หมายถึง มีความสามารถที่จะทำตัวให้เข้าไหนเข้าได้ เป็นที่รักใคร่ ชอบพอกแก่ทุกฝ่าย มีมนุษยสัมพันธ์ในครอบครัว พ่อแม่ควรรู้หลักจิตวิทยาในการปกครองลูก ให้ความรัก ความอบอุ่นแก่ลูก ลูกก็ไม่ทำตนให้เป็นปัญหาให้พ่อแม่ และมีมนุษยสัมพันธ์ในการทำงาน สามารถทำตนให้เข้ากับคนได้ทุกคน หากมีผู้บังคับบัญชา ผู้บังคับบัญชาก็รัก หากมีลูกน้อง ลูกน้องก็รัก เพื่อนร่วมงานก็รัก บุคคลภายนอกหรือลูกค้าก็รัก ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองและธุรกิจเป็นอย่างยิ่ง

3. เก่งงาน (task ability) หมายถึง ผู้ที่รักงาน ขยันทำงาน และรู้วิธีทำงาน มีความขยันหมั่นเพียร มานะ อดทน ไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค

จิรประภา อัครบวร (2554) สรุปรว่า การพัฒนาตนเองเป็นการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมไปสู่สิ่งที่ดีขึ้น ซึ่งมีความจำเป็นสำหรับบุคคลที่ต้องการประสบความสำเร็จหรือบรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยสามารถแบ่งการพัฒนาตนเองอย่างครอบคลุมได้เป็น 4 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การพัฒนาด้านร่างกาย (physical development) เป็นการพัฒนาความสามารถด้านร่างกายที่สมบูรณ์ ซึ่งมาจากการกินอาหารที่เหมาะสม ปราศจากสิ่งที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย การออกกำลังกาย ความสมดุลในการทำงานและการพักผ่อน การพัฒนาสุขนิสัยที่ดีต่อชีวิต

2. การพัฒนาด้านอารมณ์ (emotional development) อารมณ์ ความรู้สึก มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาสัมพันธภาพและการติดต่อสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อีกทั้งยังมีส่วนเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ การแก้ไขปัญหาต่าง ๆ และในการนำสติปัญญาความเฉลียวฉลาดมาใช้เพื่อบรรลุเป้าหมายที่เราต้องการ ซึ่งเรียกได้ว่าเป็น การมีความฉลาดทางอารมณ์ (emotional intelligence) และความฉลาดทางอารมณ์มี 2 องค์ประกอบที่สำคัญ ได้แก่ ความสามารถทางด้านส่วนตัว (personality competence) และความสามารถทางด้านสังคม (social competence)

3. การพัฒนาด้านสังคม (social development) เป็นความสามารถในการแสดงออกซึ่งบทบาททางสังคมอย่างเหมาะสม รวมถึงความสามารถในการพัฒนาสัมพันธภาพกับผู้อื่น เป็นการสร้างการยอมรับและการยกย่องจากสังคม และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

4. การพัฒนาด้านสติปัญญา (intelligence development) การพัฒนาด้านปัญญาจะทำให้คนมีความสามารถที่จะเรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิต สามารถทำการตัดสินใจ แก้ไขปัญหา และหลุดพ้นจากความยากลำบากได้ จึงต้องเพิ่มทักษะและประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ ให้กับตนเอง โดยจะสามารถคิดวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ ทำให้การพัฒนาปัญญาเจริญงอกงามได้

สุนิษา กลิ่งพงษ์ (2556) ได้สรุปว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง ความประสงค์ของบุคคลที่ต้องการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของตนเองตามศักยภาพ ให้ดีขึ้นทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อตอบสนองความต้องการหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้ และเพื่อให้ตนเองเป็นสมาชิกที่มีประสิทธิภาพของสังคม เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ตลอดจนเพื่อการดำรงชีวิตอย่างสันติสุขของตน ซึ่งแบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา

ตาราง 1 วิเคราะห์องค์ประกอบของการพัฒนาตนเอง

องค์ประกอบของ การพัฒนาตนเอง	เรียน ศรียทอง (2542)	รุ่งฤดี กิจจิตร (2548)	ปรีชา พรมบุตร (2555)	สุนิษา กลิ่งพงษ์ (2556)	ปรีชา พรมบุตร (2555)	จิรประภา อัครบวร (2554)	ความถี่
ร่างกาย	/	/	/	/	/	/	6
จิตใจ	/	/	/		/		5
อารมณ์	/	/		/		/	4
สังคม	/	/	/	/		/	5
ทักษะและสติปัญญา	/	/	/	/	/	/	5
การเรียนรู้			/		/		2
ทางวาจา					/		1
ขยันทำงาน					/		1
สิ่งแวดล้อม	/						1

จากการวิเคราะห์องค์ประกอบการพัฒนาตนเองที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงเลือกแนวคิดการแบ่งองค์ประกอบของการพัฒนาตนเองให้ตรงตามกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิด และให้ตรงตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัยให้มากที่สุด ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า การพัฒนาตนเองมีความจำเป็นต่อบุคคลที่ต้องการประสบความสำเร็จและบรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งเป็นการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ด้วยการตระหนักและสร้างความพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง รู้จักคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ มีวินัย มีความกระตือรือร้น สามารถเรียนรู้ประสบการณ์และนำไปเป็นบทเรียนสำหรับการปฏิบัติตนครั้งต่อไป ซึ่งเป็นผลให้เกิดความเจริญก้าวหน้าและยังคงประโยชน์ให้แก่ตนเองในการอยู่ภายในสังคมได้อย่างสงบสุขและประสบความสำเร็จในอนาคต

การวัดการพัฒนาตนเอง

วาสนา จันทร์จ่าย (2553) ได้สร้างแบบสอบถามวัดการพัฒนาตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ ได้แก่ จริงมากที่สุด 5 คะแนน จริงมาก 4 คะแนน จริงปานกลาง 3 คะแนน จริงน้อย 2 คะแนน และจริงน้อยที่สุด 1 จำนวน 30 ข้อ

สุพร มุลศรี (2556) ได้สร้างแบบสอบถามการวัดการพัฒนาตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ ได้แก่ จริงมากที่สุด 5 คะแนน จริงมาก 4 คะแนน จริงปานกลาง 3 คะแนน จริงน้อย 2 คะแนน และจริงน้อยที่สุด 1 คะแนน จำนวน 21 ข้อ จำแนกตามองค์ประกอบ 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านตนเอง 7 ข้อ ด้านสังคม 7 ข้อ ด้านการเรียนรู้ 7 ข้อ

สุนิษา กลิ่งพงษ์ (2556) ได้สร้างแบบสอบถามการวัดการพัฒนาตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ ได้แก่ จริงมากที่สุด 5 คะแนน จริงมาก 4 คะแนน จริงปานกลาง 3 คะแนน จริงน้อย 2 คะแนน และจริงน้อยที่สุด 1 คะแนน จำนวน 30 ข้อ จำแนกตามองค์ประกอบ 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกาย 10 ข้อ ด้านอารมณ์ 10 ข้อ ด้านสังคม 10 ข้อ และด้านสติปัญญา 10 ข้อ

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยสนใจจะศึกษาการพัฒนาตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ เรียม ศรีทอง (2542), รุ่งฤดี กิจจวรร (2548), สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545), สุนิษา กลิ่งพงษ์ (2556), ปรีชา พรหมบุตร (2555) และจิรประภา อัครบวร (2554) คือ แยกเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง

วาสนา จันทร์จ่าย (2553) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต มีวัตถุประสงค์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการ ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจภายในตน การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเองและการปรับตัว กับการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต และเพื่อศึกษาค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการดังกล่าวที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักศึกษา โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2552 จำนวน 899 คน จากจำนวนประชากร 14,719 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบสองขั้นตอน (Two-Stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามวัดการรับรู้ ความสามารถของตนเอง แบบสอบถามวัดความเชื่ออำนาจภายในตน แบบสอบถามวัดการควบคุมตนเอง แบบสอบถามวัดการปรับตัว แบบสอบถามวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และแบบสอบถามวัดการพัฒนาตนเอง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 892, 905, 932 932, 934 และ 946 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ วิเคราะห์ข้อมูล คือ สหสัมพันธ์พหุคูณ (Multiple Correlation) และการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้ ปัจจัยบางประการ ได้แก่ แรงจูงใจ

ใฝ่สัมฤทธิ์ เชื่ออำนาจภายในตน การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง และการปรับตัว มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ เท่ากับ 0.798 กำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ มีค่าเท่ากับ 637 ปัจจัยทั้ง 5 ปัจจัย ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนเอง ได้ร้อยละ 63.70 ปัจจัยทั้งห้าประการ ส่งผลทางบวกต่อการพัฒนาตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ส่งผลมากที่สุดต่อการพัฒนาตนเอง รองลงมาได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง ความเชื่ออำนาจภายในตน และการปรับตัว ซึ่งมีค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ 502, 143, 127, 118 และ 084 ตามลำดับ

สนใจ ธนเกียรติมงคล (2553) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของสาเหตุต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ตามทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลกระทบทางตรง ผลกระทบทางอ้อม และผลกระทบรวมของตัวแปรสาเหตุภายใต้กรอบทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ศึกษาพฤติกรรมการทำปริญญานิพนธ์ของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในลักษณะกรณีศึกษา จำนวน 5 คน กลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 เป็น นิสิตระดับบัณฑิตศึกษาที่กำลังศึกษาในคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประจำปีการศึกษา 2552 มีจำนวน 208 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน และกลุ่มที่ 2 คือ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา จำนวน 5 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้างทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างเชิงเส้น ประกอบกับการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาเพื่ออธิบายผลการศึกษาพบว่า 1. โมเดลเชิงสาเหตุของการรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ที่สร้างขึ้นตามทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการทำงานในองค์การเฉพาะส่วนที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในทางการศึกษาได้ ทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการทำงานและพฤติกรรมจริยธรรมและทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($X^2 = 104.064$, $df = 103$, $p > 0.05$, $X^2/df = 1.010$, $RMSEA = 0.007$, $SRMR = 0.050$, $GFI = 0.952$, $AGFI = 0.902$, $CN = 271.904$) 2) การรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ ได้รับผลกระทบรวมสูงสุดจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคม มีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.675 และ 0.271 ตามลำดับ และได้รับผลกระทบทางตรงจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงสุด รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคม มีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.987 และ -0.372 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังได้รับผลกระทบทางอ้อมจากลักษณะมุ่งอนาคต-ควบคุมตนสูงสุด โดยส่งผลกระทบทางอ้อมมายังการรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ผ่านการสนับสนุนทางสังคมและความวิตกกังวลในสถิติเพื่อการวิจัย มีค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง

เท่ากับ 0.143 โดยที่ตัวแปรแฝงเชิงสาเหตุทั้งหมดร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ได้ร้อยละ 59.503 ผลการศึกษาพฤติกรรมการทำปริญญานิพนธ์ของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาด้วยการสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้างพบตัวแปรปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การสนับสนุนทางสังคม บทบาทอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ และลักษณะมุ่งอนาคต ควบคุมตนตามลำดับ

สุปัญญา อำนางวงศ์ (2556) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (ขยายโอกาส) ในโรงเรียนบ้านนอกเขื่อน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 3 การวิจัยนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาการพัฒนาตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (ขยายโอกาส) ในโรงเรียนบ้านนอกเขื่อน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 3 ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (ขยายโอกาส) โรงเรียนบ้านนอกเขื่อน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 3 จำนวน 47 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ผลการวิจัย พบว่า การพัฒนาตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (ขยายโอกาส) ในโรงเรียนบ้านนอกเขื่อน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 3 โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\mu = 3.90$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน อยู่ในระดับมาก 4 ด้าน เรียงตามลำดับคะแนนเฉลี่ยมากไปหาน้อย ได้แก่ ด้านการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ($\mu = 3.94$) ด้านการพัฒนาความสามารถ ($\mu = 3.93$) ด้านการพัฒนาอารมณ์ ($\mu = 3.90$) และด้านการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง ($\mu = 3.84$)

สุพร มุลศรี (2556) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) การวิจัยในครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี ความเชื่อมั่นในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง กับการพัฒนาตนเอง และศึกษาอิทธิพลของปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษา ปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) จำนวน 807 คน ผลการวิจัยปรากฏดังนี้ 1) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองมากที่สุด คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง รองลงมาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.881, 0.874, 0.847, 0.814 และ 0.732 ตามลำดับ ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาตนเองมากที่สุด คือ

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ รองลงมาความเชื่อมั่นในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง มีขนาดน้ำหนักรวมค่าเฉลี่ย 457, 328, 300, 185 และ 146 ตามลำดับ ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อการพัฒนาตนเอง คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง รองลงมาความเชื่อมั่นในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี ควบคุมตนเอง มีขนาดน้ำหนักรวมค่าเฉลี่ย 300, 255, 201, 185, 146 ตามลำดับ และปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและอ้อม คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง มีค่าเท่ากับ 300 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีค่าเท่ากับ 201 โดยปัจจัยทั้งหมดสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนเอง ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย -หนองบัวลำภู) ได้ร้อยละ 90.2

กัญยรัตน์ เมืองแก้ว (2561) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการพัฒนาตนเอง ของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับพฤติกรรมการพัฒนาตนเอง ความเชื่อในประสิทธิภาพแห่งตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การปลุกฝังจากครอบครัว และการได้รับอิทธิพลจากสื่อ 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการพัฒนาตนเอง ของนักศึกษา จำแนกตามเพศ คณะวิชา ชั้นปีที่ศึกษา ผลการเรียนเฉลี่ย ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน และลักษณะการพักอาศัย 3) ศึกษาความเชื่อในประสิทธิภาพแห่งตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การปลุกฝังจากครอบครัว และการได้รับอิทธิพลจากสื่อ เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษา 4) ศึกษามุมมองในการส่งเสริมพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ที่กำลังศึกษาในภาคการศึกษาปลายปีการศึกษา 2558 จำนวน 386 คน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ นักศึกษาที่มีพฤติกรรมการพัฒนาตนเองอย่างเหมาะสม โดยได้รับการรับรองจากอาจารย์ผู้สอนและมีความสมัครใจในการให้ข้อมูลจาก 5 คณะวิชา ๆ ละ 3 คน รวมทั้งสิ้น 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างเกี่ยวกับมุมมองในการส่งเสริมพฤติกรรมการพัฒนาตนเองใน 4 ประเด็น ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณตามลำดับความสำคัญของตัวแปรที่นำเข้าสู่สมการ (Stepwise Multiple Regression Analysis) สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ผลการวิจัย พบว่า

1. พฤติกรรมการพัฒนาตนเอง ความเชื่อในประสิทธิภาพแห่งตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และการปลุกฝังจากครอบครัวของนักศึกษา อยู่ในระดับมาก ส่วนการได้รับอิทธิพลจากสื่อ อยู่ในระดับปานกลาง

2. พฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษาที่มีเพศ คณะวิชา ชั้นปีที่ศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมการพัฒนาตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษามีผลการเรียนเฉลี่ย ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน และลักษณะการพักอาศัยต่างกัน มีพฤติกรรมการพัฒนาตนเอง ไม่แตกต่างกัน

3. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การได้รับอิทธิพลจากสื่อ และความเชื่อในประสิทธิภาพแห่งตนสามารถร่วมกัน ทำนายพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ ได้ร้อยละ 59.40 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

4. นักศึกษามีมุมมองในการส่งเสริมพฤติกรรมการพัฒนาตนเอง ดังนี้

- 1) ด้านร่างกาย ได้แก่ การดูแลรักษา สุขภาพร่างกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของคนที่ช่วยเอื้อให้เกิดการพัฒนาในด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม
- 2) ด้านจิตใจ ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ การหาวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้ อย่างเหมาะสม มีเป้าหมายในการใช้ชีวิต เห็นคุณค่าของตนเอง สามารถเข้าใจและยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมถึงการมีแนวทางดำเนินชีวิตที่มีความสุข
- 3) ด้านสังคม ได้แก่ การรู้จักสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มีความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีทักษะทางการสื่อสาร มีทักษะทางสังคมอันเป็นประโยชน์ต่อการใช้ชีวิต การรู้จักกาลเทศะ และมีความสามารถในการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ และ
- 4) ด้านสติปัญญา ได้แก่ การคิดอย่างมีเหตุผล สามารถคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ รู้จักหาวิธีการจัดการรับมือกับปัญหาหรืออุปสรรค ต่าง ๆ ด้วยปัญญา และมีเทคนิควิธีการพัฒนาการเรียนอย่างเหมาะสม

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง พบว่า การพัฒนาตนเองเป็นการเสริมสร้างความรู้ และการเปลี่ยนแปลงเพื่อปรับปรุงตนเองให้มีความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนตระหนักถึงความจำเป็นในการพัฒนาตนเอง โดยมีพื้นฐานการเข้าใจตนเอง สามารถพัฒนาตนเองในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งการพัฒนาในด้านร่างกายและจิตใจ

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง

การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy)

1. ความหมายของการรับรู้ความสามารถของตนเอง

Pajares (1997 อ้างถึงใน สุพร มูลศรี, 2556) ให้ความหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการจัดระเบียบ และวางระบบรูปแบบการกระทำที่เหมาะสมเพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้น

Bandura (1997 อ้างถึงใน สุพร มูลศรี, 2556) ให้ความหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง การที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ และยังคงกล่าวอีกว่าการรับรู้ความสามารถของตน คือ การตัดสินใจของบุคคลถึงความสามารถของตนในการจัดระบบและทำกิจกรรมที่ต้องทำ เพื่อให้ได้ผลการปฏิบัติตามแบบที่กำหนดได้ ซึ่งความสามารถของตอนนี้สามารถใช้ทำนายพฤติกรรมของบุคคลได้

Staples และคณะ (2009 อ้างถึงใน สุพร มูลศรี, 2556) ให้ความหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเองว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นบทบาทหลักในกระบวนการควบคุมโดยผ่านแรงจูงใจ และการประสบความสำเร็จในการกระทำของบุคคล นอกจากนี้การรับรู้ความสามารถของตนเองยังรวมถึงความพยายามที่บุคคลทุ่มเทลงไป และระยะเวลาที่บุคคลยืนหยัดต่อสิ่งนั้น บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะมีความพยายามที่จะกระทำให้สำเร็จมากกว่าบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ

วิลาสลักษณ์ ชิววัลลี (2538) ให้ความหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง ความเชื่อชอบบุคคลว่าตนมีความสามารถที่จะจัดระบบและกระทำเพื่อให้บรรลุผลตามที่กำหนดไว้

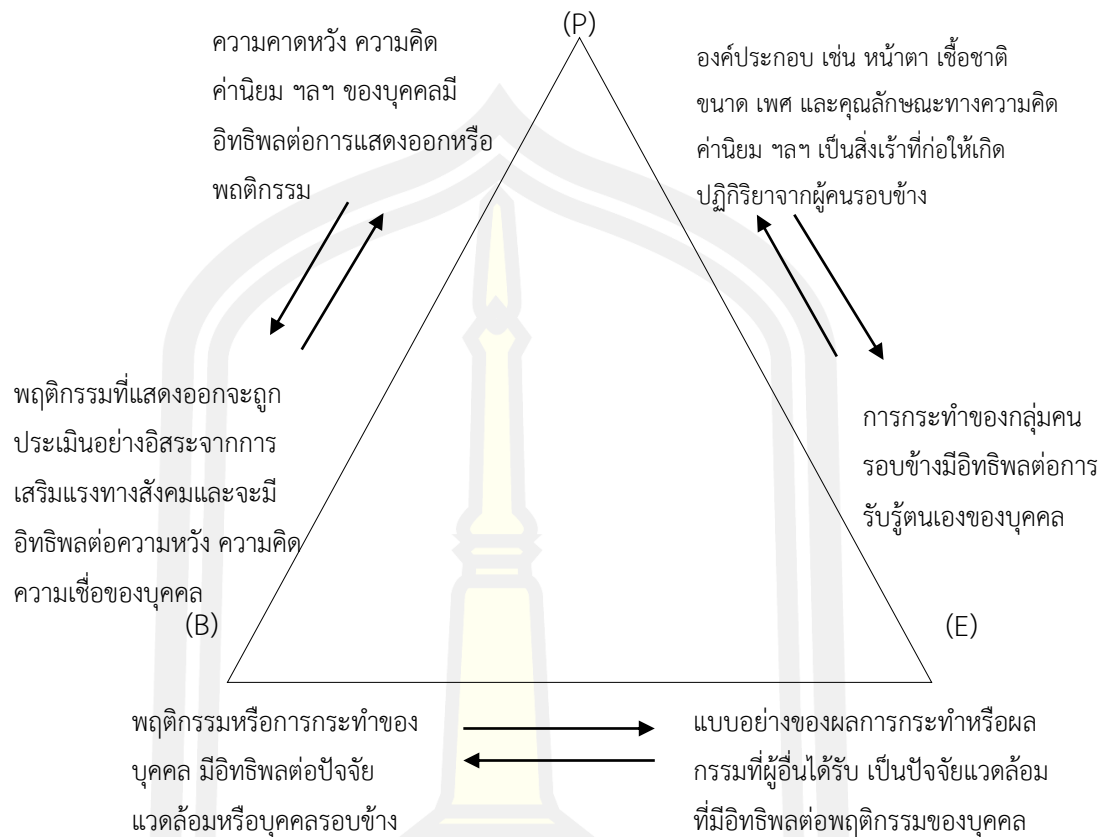
รังสรรค์ โฉมยา (2553) ให้ความหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนในลักษณะเฉพาะเจาะจง และความคาดหวังที่เป็นตัวกำหนดการแสดงออกของพฤติกรรม เป็นการตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

สรุปได้ว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง คุณลักษณะของบุคคลที่จะรับรู้ว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำเรื่องต่าง ๆ ได้บรรลุเป้าหมายอย่างน้อยเพียงไรและจะทำอย่างไรต่อไปให้บรรลุเป้าหมายนั้น ๆ และการรับรู้ในความสามารถนี้มีผลต่อการเลือกการกระทำ ความพยายาม และความอดทนต่อความยากลำบากเพื่อให้การกระทำนั้นประสบผลสำเร็จ

2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง

Bandura (1986 อ้างถึงใน ประสาท อิศรปริดา, 2523) ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy theory) เป็นทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคมของ Bandura ซึ่งอธิบายว่า การเรียนรู้จะเกี่ยวข้องกับปัจจัยหลัก 3 ประการ คือ 1) ความคิดหรือการคาดหวัง หรือความเชื่อและองค์ประกอบส่วนบุคคล (P) 2) พฤติกรรม (B) และ 3) สิ่งแวดล้อม (E)

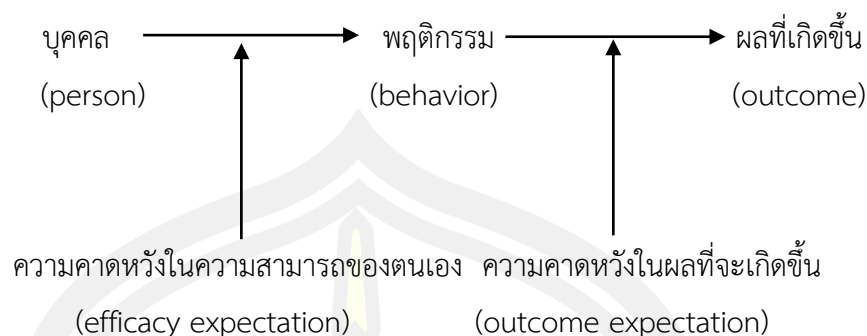
ประสาท อิศรปริดา (2523) กล่าวถึงปัจจัยทั้ง 3 นี้ มีความสัมพันธ์กันแบบ 2 ทาง คือ ต่างคนต่างมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน เรียกความสัมพันธ์ลักษณะนี้ว่า ปัจจัยกำหนดซึ่งกันและกัน (reciprocal determinism) ดังแสดงภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (P) พฤติกรรม (B) และสิ่งแวดล้อม (E) ซึ่งเป็นปัจจัย กำหนดซึ่งกันและกัน (reciprocal determinism)

จากภาพประกอบ 1 แสดงให้เห็นว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พฤติกรรมและ สิ่งแวดล้อมต่างเป็นตัวกำหนดที่มีอิทธิพลเชิงเหตุและผลซึ่งกันและกัน ซึ่งหมายความว่า ถ้าองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งเปลี่ยนแปลงไปก็จะส่งผลต่อองค์ประกอบที่เหลือให้เปลี่ยนแปลง ไปด้วย

บุคคลจะตัดสินใจว่าจะกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งหรือไม่นั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และอีกส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับความคาดหวังเกี่ยวกับผลกรรม ซึ่งการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นการตัดสินใจความสามารถของตนเองว่าจะสามารถทำงานได้ ในระดับใด ในขณะที่ความคาดหวังเกี่ยวกับผลกรรม เป็นการตัดสินใจว่าผลกรรมใดจะเกิดขึ้นจาก การกระทำดังกล่าว ดังภาพประกอบ 2 (Bandura, 1977 อ้างถึงใน นวรินทร์ ตาก้อนทอง, 2549)



ภาพประกอบ 2 ความแตกต่างระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลที่จะเกิดขึ้น

ในขณะที่ความคาดหวังเกี่ยวกับผลที่จะเกิดขึ้นนั้นเป็นการตัดสินใจว่าผลกรรมใดจะเกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมดังกล่าว จะเห็นได้ว่าการรับรู้ในความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลที่จะเกิดขึ้นนั้นมีความสัมพันธ์กันมาก โดยที่ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองนี้มีผลต่อการตัดสินใจที่จะกระทำพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งแสดงไว้ดังภาพประกอบ 3

		ความคาดหวังในผลที่จะเกิดขึ้น	
		สูง	ต่ำ
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	สูง	มีแนวโน้มที่จะทำแน่นอน	มีแนวโน้มที่จะไม่ทำ
	ต่ำ	มีแนวโน้มที่จะไม่ทำ	มีแนวโน้มที่จะไม่ทำแน่นอน

ภาพประกอบ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลที่จะเกิดขึ้น

จากภาพจะเห็นความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองกับความคาดหวังเกี่ยวกับผลของการกระทำที่เกิดขึ้นได้ว่า ถ้าหากบุคคลมีการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเองสูงและมีความคาดหวังเกี่ยวกับผลของการกระทำที่เกิดขึ้นสูงเช่นเดียวกัน บุคคลก็มีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นแน่นอน ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลมีการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเองต่ำและมีความคาดหวังเกี่ยวกับผลของการกระทำที่จะเกิดขึ้นต่ำด้วย ก็มีแนวโน้มที่จะไม่กระทำพฤติกรรมนั้นแน่นอน หรือการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นไปในทางตรงกันข้ามกับความคาดหวังเกี่ยวกับผลที่จะเกิดขึ้น บุคคลก็จะมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจไม่กระทำพฤติกรรมนั้น (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543)

Bandura (1986 อ้างถึงใน ภัทรภรณ์ สังข์ทอง, 2550) อธิบายว่า การรับรู้ความสามารถของบุคคลพัฒนามาจากปัจจัยหลัก 4 ประการ คือ

1. ประสบการณ์จากความสำเร็จ (enactive attainment) เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ความสามารถของบุคคลมากที่สุด เนื่องจากความสำเร็จจากการกระทำเป็นประสบการณ์ที่บุคคลได้รับโดยตรง และเป็นข้อมูลที่มีความเที่ยงตรงสูง การที่บุคคลได้รับความสำเร็จจากการกระทำซ้ำกันหลาย ๆ ครั้ง ทำให้บุคคลรับรู้ความสามารถของตนเองมากยิ่งขึ้น ถึงแม้ในบางครั้งจะประสบความล้มเหลวบ้าง แต่มีผลไม่มากนัก เพราะบุคคลจะมองว่าความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมาจากสาเหตุอื่น ๆ

2. การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ (vicarious experience) การรับรู้ความสามารถของบุคคล ส่วนหนึ่งได้รับอิทธิพลจากการได้เห็นผู้อื่นประสบความสำเร็จ การได้เห็นบุคคลอื่นกระทำพฤติกรรมที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันแล้วประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น หากแต่ว่าบุคคลจะต้องมีความสามารถในการทำกิจกรรมนั้นได้เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ถ้ามีความตั้งใจและความพยายาม เขาจะสามารถกระทำได้ และประสบความสำเร็จเช่นเดียวกัน

3. การพูดชักจูงจากผู้อื่น (verbal persuasion) การที่คนอื่นใช้คำพูดชักจูงให้บุคคลเชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งได้สำเร็จ จะช่วยให้บุคคลมีกำลังใจ มีความเชื่อมั่นในการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ มากขึ้น ซึ่งจะทำให้บุคคลเกิดความพยายามที่จะกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ให้สำเร็จมีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบุคคลที่ชักจูงด้วย บุคคลที่มีอิทธิพลต่อการพูดชักจูงให้ผู้อื่นคล้อยตามนั้นจะต้องเป็นบุคคลที่ถูกชักจูงให้ความเชื่อถือ ไว้วางใจ และมีความสำคัญต่อตัวเขา เช่น พ่อ แม่ ครู เพื่อน เป็นต้น

4. สภาวะทางกาย (physiological state) เป็นปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งที่มีผลต่อการตัดสินใจความสามารถของบุคคล การรับรู้ความสามารถของตนเองจะสูงหรือต่ำ ส่วนหนึ่งมาจากสภาวะทางกายของเขา กล่าวคือ ในสภาวะที่ร่างกายเกิดความตื่นตัว เช่น เครียด วิตกกังวล ตื่นเต้น อ่อนเพลีย เมื่อยล้า หรืออยู่ในสภาวะการณที่ถูกคุก หรือในสภาวะที่ร่างกายถูกกระตุ้นมาก ๆ มักจะทำให้บุคคลกระทำพฤติกรรมได้ไม่เต็มที่เท่าที่ควร ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ

สรุปได้ว่า การรับรู้ความสามารถของบุคคลนั้นสามารถเกิดได้จากปัจจัยต่าง ๆ อันได้แก่ ประสบการณ์จากความสำเร็จ การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ การพูดชักจูงจากผู้อื่น และสภาวะทางกาย ถึงแม้ว่ามีปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง ส่วนหนึ่งเกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอก แต่กระบวนการรับรู้ความสามารถของบุคคลเกิดจากภายในตัวบุคคลเอง

การส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในระดับที่ดีพอจะส่งผลต่อความสำเร็จในการแสดงออกทางพฤติกรรม

Bandura (1986 อ้างถึงใน ภัทรภรณ์ สังข์ทอง, 2550) ได้กล่าวถึงว่า การรับรู้ในความสามารถของตนเองมีผลต่อบุคคลในด้านต่าง ๆ คือ

1. พฤติกรรมการเลือก (choice behavior) การที่บุคคลตัดสินใจเลือกกระทำในสภาพการณ์ใดนั้น ส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากความเชื่อในความสามารถของเขา แต่ในขณะเดียวกันบุคคลจะเลือกกระทำสิ่งนั้น ถ้าเขาเชื่อว่าเขามีความสามารถพอที่จะกระทำให้สำเร็จได้ การรับรู้ในความสามารถของตนเองอย่างถูกต้องเป็นองค์ประกอบหนึ่งของความสำเร็จ บุคคลที่จะประเมินความสามารถของตนสูงเกินไป มักเลือกทำกิจกรรมที่เขาไม่สามารถจะทำให้สำเร็จได้ และเมื่อประสบความล้มเหลวจะส่งผลให้เกิดความเครียด ความผิดหวัง และรู้สึกว่าการล้มเหลวนี้เป็นสิ่งเลวร้ายไม่สามารถแก้ไขได้ และหากประเมินความสามารถของตนเองต่ำเกินไปก็จะทำให้เขาจำกัดตัวเองทำให้ขาดประสบการณ์ได้รับสิ่งดี ๆ

2. การใช้ความพยายามและความพากเพียร (effort expenditure and persistence) การรับรู้ในความสามารถของตนเอง เป็นตัวกำหนดว่าบุคคลจะใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด และจะยังคงพากเพียรที่จะทำกิจกรรมไปนานเท่าไร เมื่อได้เผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ หรือประสบการณ์ที่ไม่น่าพอใจ บุคคลที่เชื่อในความสามารถของตนเองสูง จะยังคงมีความพยายามและพากเพียรในการกระทำนานกว่าบุคคลที่รับรู้ในความสามารถของตนต่ำ และการใช้ความสามารถมูมานะในการกระทำอย่างเต็มที่ตลอดเวลานั้น มีแนวโน้มที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการทำสิ่งนั้นสูง มีความแตกต่างระหว่างความสามารถที่ใช้ในการเรียนรู้กับช่วงพักการเรียนรู้ไปใช้ในตอนเรียนรู้ คนที่รับรู้ในความสามารถของตนเองสูงอาจรู้สึกว่าการจำเป็นมีน้อยที่ต้องใช้ความพยายามมากในตอนเรียนรู้ แต่เมื่อนำทักษะการเรียนรู้ไปใช้จะใช้ความพยายามน้อยกว่า

3. รูปแบบการคิดและปฏิกิริยาทางอารมณ์ (thought and emotion reaction) บุคคลที่รับรู้ในความสามารถของตนต่ำ มีแนวโน้มที่จะมีปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อตนเองในทางลบ เช่น ไม่มีความสุข หวาดหวั่น มีความเครียดสูง กระทำพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างไม่เต็มความสามารถ ซึ่งส่งผลให้บุคคลประสบความล้มเหลวในการกระทำมากขึ้น ส่วนบุคคลซึ่งรับรู้ในความสามารถของตนเองสูง จะมีความพยายามและเอาใจใส่ในการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ มาก และเมื่อพบกับอุปสรรคบุคคลจะกระตุ้นตนเองให้ใช้ความสามารถของตนเอง ยังมีอิทธิพลต่อการคิดแก้ปัญหาที่ยาก คนที่รับรู้ในความสามารถของตนเองสูงมีแนวโน้มที่จะพิจารณาว่า ความล้มเหลวเกิดจากการที่เขาพยายามไม่เพียงพอ แต่คนที่มีความท้อแท้ ๆ กัน แต่เชื่อในความสามารถของตนเองต่ำจะเห็นว่าความล้มเหลวเกิดจากการที่ตนเองไร้ความสามารถ

4. เป็นผู้กำหนดสิ่งที่เกิดขึ้นมากกว่าเป็นการทำนายพฤติกรรม (human as producer rather than) การกระทำพฤติกรรมและยอมรับผลต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมของตน จะเลือกกระทำพฤติกรรมที่มีลักษณะทำทนายและใช้ความพยายามอย่างเต็มที่ เพื่อให้การกระทำนั้นบรรลุเป้าหมาย แม้จะประสบความล้มเหลวในบางครั้ง เขาจะไม่ท้อถอยและอ้างเรื่องของโชคชะตา แต่จะให้เหตุผลของความล้มเหลวที่เกิดขึ้นว่าเป็นสิ่งช่วยสนับสนุนให้เกิดความสำเร็จต่อไป ซึ่งต่างจากบุคคลที่รับรู้ในความสามารถของตนเองต่ำ มักไม่ลงมือกระทำอย่างเต็มที่ แต่จะให้ความสำคัญหรือความล้มเหลวในการกระทำเป็นไป ตามการรับรู้หรือคำทำนาย และมักหลีกเลี่ยงการกระทำที่ยาก ขาดความพยายาม มีความทะเยอทะยานต่ำ และมีความเครียดสูง การรับรู้ในความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของบุคคล คือถ้าบุคคลรับรู้ในความสามารถของตนเองในการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งสูง จะมีแนวโน้มกระทำพฤติกรรมนั้นสูงด้วย ในทางตรงข้าม ถ้าบุคคลรับรู้ในความสามารถของตนเองในการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งต่ำ จะมีแนวโน้มกระทำพฤติกรรมนั้นต่ำหรืออาจไม่แสดงพฤติกรรมนั้นเลย อย่างไรก็ตามแม้ว่าบุคคลจะมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง แต่บุคคลอาจจะไม่กระทำพฤติกรรมก็ได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้

4.1 ขาดสิ่งจูงใจหรือภาวะกระตุ้นให้กระทำพฤติกรรม แม้ว่าบุคคลจะรับรู้ในความสามารถของตนเองเพียงพอสำหรับการกระทำพฤติกรรม แต่อาจไม่กระทำพฤติกรรมก็ได้ ถ้าเขาคิดว่าไม่ได้รับผลตอบแทนใด ๆ หรืออาจจะยับยั้งพฤติกรรมนั้นไว้ ถ้าบุคคลขาดกำลังด้านทรัพยากรอุปกรณ์หรือเครื่องมือที่จำเป็น

4.2 ความผิดพลาดในการประเมินผลกรรมที่จะเกิดขึ้น หากบุคคลประเมินพฤติกรรมที่ตนจะได้รับจากการกระทำที่ผิดพลาดไป จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าจะไม่คุ้มค่าที่ตนจะกระทำพฤติกรรมนั้น

4.3 ความไม่ทันการณ์ในความสามารถของตน เนื่องจากประสบการณ์ทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ หากบุคคลไม่ได้ประเมินตนเองตลอดเวลาจะทำให้การตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองผิดพลาดไป มีผลทำให้บุคคลไม่กระทำพฤติกรรม

4.4 การประเมินเกี่ยวกับการรับรู้ในความสามารถของตนเองผิดพลาดไป บางครั้งบุคคลมีการรับรู้ในความสามารถในการทำงานของตนโดยภาพรวมสูง (global) แต่กลับรับรู้ในความสามารถในการกระทำส่วนที่จำเพาะผิดพลาดไป โดยประเมินว่าตนมีความสามารถในการกระทำส่วนที่จำเพาะต่ำ ดังนั้น แม้จะรับรู้ในความสามารถในการกระทำของตนโดยภาพรวมสูง แต่บุคคลก็จะไม่กระทำพฤติกรรมนั้น

4.5 การประเมินความสำคัญของทักษะย่อย ๆ ที่จำเป็นต้องใช้ในการกระทำพฤติกรรมผิดพลาด การที่บุคคลคิดว่าเขาขาดทักษะหรือมีทักษะต่าง ๆ ไม่เพียงพอจะทำให้เขาไม่กระทำพฤติกรรมนั้น ๆ

4.6 เป้าหมายของการกระทำพฤติกรรมคลุมเครือ ไม่ชัดเจน ไม่สามารถปฏิบัติได้

4.7 การรู้จักตนเองที่ไม่ถูกต้อง อาจเป็นผลมาจากการกระทำที่ไม่ชัดเจนหรืออาจถูกบังคับให้กระทำ หรือได้รับข้อมูลที่ไม่ถูกต้องจากภายนอก

3. การวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง

การวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองแบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ (1) ระดับความยากของงานหรือกิจกรรมที่บุคคลเชื่อว่าตนมีความสามารถที่จะปฏิบัติได้ (level of job difficulties) (2) ความมั่นใจของบุคคลที่จะปฏิบัติกิจกรรมที่ระดับความยากหรือเมื่อมีอุปสรรคต่าง ๆ (strength of confidence) (3) การตัดสินใจว่าตนมีความสามารถในกิจกรรมอื่น ๆ ด้วยหรือมีความสามารถเฉพาะในขอบเขตของกิจกรรมนั้น (generality of ability) โดย Bandura ได้กล่าวว่า แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนควรวัดความเชื่อในความสามารถที่จะกระทำที่ระดับความยากต่าง ๆ ภายใต้อุปสรรคเรื่องที่จะศึกษา ทั้งนี้ผลการวิจัยได้แสดงว่าการวัดความมั่นใจ มีความเที่ยงตรงเชิงเอกนัย (convergent validity) และให้อำนาจในการอธิบายตัวแปรตามได้ สูงที่สุด (วิลาสลักษณ์ ชิววลี, 2538)

มิติที่ 1 ระดับหรือขนาดความยากของงานที่บุคคลเชื่อว่าตนสามารถปฏิบัติได้ เป็นความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนซึ่งจะแตกต่างกันในแต่ละบุคคลในการกระทำพฤติกรรมหนึ่ง หรือแตกต่างกันในบุคคลเดียวกัน เมื่อต้องทำพฤติกรรมที่มีความยากง่ายแตกต่างกัน เป็นการคาดหวังของบุคคลว่าตนจะทำงานสำเร็จถึงระดับไหน เมื่อถูกเสนองานที่มีระดับความยากแตกต่างกัน บุคคลที่มีความคาดหวังในความสามารถของตนเองต่ำหรือมีขีดความสามารถจำกัดทำงานได้เฉพาะเรื่องที่ยาก ๆ ถ้าได้รับมอบหมายให้กระทำสิ่งที่ยากเกินความสามารถก็จะพบความล้มเหลว ดังนั้นการมอบหมายงานต้องพิจารณาไม่ให้ยากเกินความสามารถ ควรเป็นงานที่มีความยากระดับปานกลาง

มิติที่ 2 ความเข้มหรือความมั่นใจ ที่จะปฏิบัติได้ในระดับความยากต่าง ๆ ถ้าความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนมีความเข้มน้อย คือ บุคคลไม่มั่นใจในความสามารถของตนเมื่อประสบเหตุการณ์ที่ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังจะทำให้ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนลดลง แต่ถ้ามีความเข้ม หรือความมั่นใจมาก บุคคลจะมีความบากบั่นมานะพยายามมาก แม้ว่าจะประสบเหตุการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับความคาดหวังบ้างก็ตาม

มิติที่ 3 การแผ่ขยายความสามารถ หรือการนำไปใช้ เป็นการแผ่ขยายความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองไปในสถานการณ์อื่น ประสบการณ์การปฏิบัติงานบางอย่างก่อให้เกิดความสามารถในการนำไปปฏิบัติในสภาพการณ์อื่นที่คล้ายกันแต่ในปริมาณ

ที่แตกต่างกัน ได้รับประสบการณ์บางอย่างอาจไม่ทำให้ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองนำไปใช้ในสถานการณ์อื่นได้

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยสนใจจะศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Bandura (1986 อ้างถึงใน ภัทธาภรณ์ สังข์ทอง, 2550: สุพร มูลศรี, 2556: วาสนา จันทร์จ่าย, 2553) คือ จำแนกเป็น 4 องค์ประกอบ ประกอบด้วย ประสบการณ์จากความสำเร็จ การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ การพูดชักจูงจากผู้อื่น และสภาวะทางกาย

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง

Lin และ Tsai (2015) ได้ศึกษาการตรวจสอบความสัมพันธ์ของการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนวิทยาศาสตร์กับแนวคิดของการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ (COLS) ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนวิทยาศาสตร์ พบว่า แนวคิดของการเรียนรู้วิทยาศาสตร์จะเป็นตัวทำนายเชิงบวกต่อความเข้าใจและการมองในมุมมองใหม่ ขณะที่การทดสอบนั้น แนวคิดของการเรียนรู้วิทยาศาสตร์จะเป็นตัวทำนายเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญ สำหรับการประยุกต์ใช้ จะมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนวิทยาศาสตร์ในด้านทักษะ การคิดขั้นสูงการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และการสื่อสารทางวิทยาศาสตร์ เท่านั้น นอกจากนี้ นักเรียนที่มองว่าการเรียนวิทยาศาสตร์มีจุดมุ่งหมายเพื่อการเตรียมตัวสอบมักจะมี การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนวิทยาศาสตร์ที่ต่ำ โดยทั่วไปนักเรียนที่มีความเข้าใจและการมองในมุมมองใหม่ หรือมีการประยุกต์ความรู้จากการเรียนวิทยาศาสตร์ มีแนวโน้มที่จะมีความมั่นใจสูงขึ้น ในการเรียนวิทยาศาสตร์ อย่างไรก็ตาม นักเรียนที่มองว่าการเรียนวิทยาศาสตร์มีจุดมุ่งหมาย เพื่อการเตรียมตัวสอบมักจะมี การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนวิทยาศาสตร์ที่ต่ำ

Caldwell และ Hayes (2016) ได้ศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองและการตระหนักรู้ในตนเอง: ข้อมูลเชิงลึกทางศีลธรรมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของผู้นำ การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและการตระหนักรู้ในตนเอง และภาวะผูกพันทางศีลธรรมของผู้นำในการทำความเข้าใจและพัฒนาคุณสมบัติส่วนบุคคลเหล่านี้ ในขณะที่ผู้นำมุ่งมั่นสู่ความเป็นเลิศ และนำเสนอ 6 ข้อเสนอที่เพิ่มประสิทธิภาพในการเป็นผู้นำ สร้างมูลค่าให้กับองค์กร และพัฒนาผู้นำที่ผู้อื่นให้ความไว้วางใจ ด้วยวิธีการทบทวนวรรณกรรมผลการวิจัย พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองและการตระหนักรู้ในตนเองมีความสำคัญต่อการพัฒนาของบุคคล และสามารถช่วยให้ผู้นำที่มีจริยธรรมสามารถมีความเชื่อมั่นในอำนาจแห่งตนต่อเพื่อนร่วมงาน และองค์กร

Palamarchuk และ Gurevych (2020) ได้ศึกษานวัตกรรมที่เป็นปัจจัยในการพัฒนาตนเองอย่างมืออาชีพของผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาและการกีฬา โดยการศึกษานี้มีวัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาผลของนวัตกรรมของผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาและการกีฬา และเพื่อศึกษาลักษณะสำคัญของนวัตกรรมกับการพัฒนาตนเอง อีกทั้งยังศึกษาลักษณะทางจิตวิทยา ประกอบด้วย การรับรู้ความสามารถของตนเอง ระดับการควบคุมตนเอง และรูปแบบการตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ มีตัวอย่างประกอบ ด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาและการกีฬาในกลุ่มอายุต่าง ๆ โดยมีประสบการณ์และวุฒิการศึกษาต่างกัน โดยรวมแล้ว มีผู้เข้าร่วมการศึกษา 209 คน สถิติที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์การถดถอย ผลการศึกษาพบว่า นวัตกรรมช่วยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านพลศึกษาและการกีฬาเกิดความสามารถในการพัฒนาตนเอง และพบว่าสามารถเสริมสร้างคุณสมบัติทางจิตวิทยา เช่น การรับรู้ความสามารถของตนเอง การตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงการควบคุมตนเอง ความกล้าที่จะเสี่ยงและกล้ารับผิดชอบต่อความล้มเหลวที่อาจเกิดขึ้น การตัดสินใจอย่างอิสระและมีประสิทธิภาพ

มนานปี คงรักซ่าง (2560) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีวัตถุประสงค์คือ (1) เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพต่อความสามารถในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และ (2) เพื่อเปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพกับการแนะแนวทางอาชีพด้วยวิธีการปกติ ต่อความสามารถในการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ด้วยรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลองแบบมีกลุ่ม ตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ได้ใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพ จำนวน 20 คน และกลุ่มควบคุมที่ใช้การแนะแนวทางอาชีพด้วยวิธีการปกติ จำนวน 20 คน โดยโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพ สำหรับกลุ่มทดลองจากองค์ประกอบ 2 มิติ คือ องค์ประกอบที่ 1 มิติด้านวิธีการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ตามแนวคิดเรื่องการรับรู้ความสามารถของตนเองของทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ของ Bandura (1997) ประกอบด้วยองค์ประกอบที่ 2 คือ มิติด้านเนื้อหาจากการสังเคราะห์แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพ จากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพ (Career Decision-Making Self-Efficacy Scale: CDMSE) ของ Taylor และ Betz (1983) มีเนื้อหาครอบคลุมการแนะแนวด้านอาชีพ การแนะแนวด้านการศึกษา และการแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีความสามารถในการตัดสินใจเลือกอาชีพสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการตัดสินใจเลือกอาชีพสูงกว่านักเรียนกลุ่ม ควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อมรรัตน์ การะมี (2561) ศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้

ความสามารถของตนเองต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน โดยใช้แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา ผลการศึกษาพบว่า 1. ภายหลังจากทดลองกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ หลังได้รับโปรแกรมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 2. ตัวอย่างมีระดับพฤติกรรมในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน หลังได้รับโปรแกรมต่ำกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

กาญจนา คำสมบัติ และคณะ (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองกับกิจกรรมการเรียนการสอน มีวัตถุประสงค์อธิบายความสำคัญของการรับรู้ความสามารถของตนเองของผู้เรียนที่กล่าวถึง กิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อการรับรู้ผู้เรียนในระดับที่เพิ่มขึ้น ส่งผลทำให้ผู้เรียนมีความอดทนในกิจกรรมการเรียน และมีความพยายามที่จะทำให้ตนเองประสบผลสำเร็จ การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองมีผลต่อพฤติกรรมผ่านกระบวนการในแต่ละด้าน ดังนี้ 1) กระบวนการคิด (cognitive process) 2) กระบวนการจูงใจ (motivation process) 3) กระบวนการด้านอารมณ์ (affective process) 4) กระบวนการเลือก (selection process) และมีปัจจัยที่จะส่งผลต่อการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเองของผู้เรียน ดังนี้ 1) ประสบการณ์ที่ประสบผลสำเร็จ (mastery experiences) 2) การใช้ตัวแบบ (modelling) 3) การใช้คำพูด ชักจูง (verbal persuasion) 4) การกระตุ้นทางอารมณ์ (emotional arousal) รูปแบบการประเมินระดับการรับรู้ความสามารถตนเอง ดังนี้ 1) มิติระดับความยากและความซับซ้อนของงาน (magnitude) 2) มิติระดับความมั่นใจของบุคคล (strength) 3) มิติระดับการสรุป โดยนัยสู่งานอื่น (generality) ส่งผลให้มีกิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเอง เช่น กิจกรรม ใบงาน แบบฝึกหัด ที่มีตัวอย่างใกล้เคียงให้กับผู้เรียน การมีคลังข้อมูลส่งเสริมการให้กำลังใจผู้เรียน กิจกรรมศึกษาบุคคลต้นแบบ กิจกรรมการสื่อสารด้วยคำพูดเพื่อให้กำลังใจ ให้คำปรึกษากับผู้เรียนในการปฏิบัติงานให้ประสบผลสำเร็จ

ศรสลัก นิมบุตร (2563) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมที่ตั้งเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมที่ตั้งเป้าหมายทางการเรียนมีคะแนนการตั้งเป้าหมายทางการเรียนสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ที่ระดับ .01 ดังนั้น การวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรม การตั้งเป้าหมายทางการเรียนช่วยเพิ่มพฤติกรรมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนให้กับนักเรียน

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง พบว่า งานวิจัยที่กล่าวมาจะเน้นกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน เกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน เพื่อที่จะรับรู้ว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำเรื่องต่าง ๆ ให้บรรลุเป้าหมาย จากงานวิจัยที่พบ จะทำให้เด็กและเยาวชนมีจุดมุ่งหมายในการกระทำเรื่องต่าง ๆ ที่ส่งเสริมต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง เพื่อการรับรู้ในระดับที่เพิ่มขึ้น ส่งผลทำให้มีความอดทนในการทำกิจกรรมต่าง ๆ และมีความพยายามที่จะทำให้ตนเองประสบผลสำเร็จ โดยมีปัจจัยที่จะส่งผลต่อการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเอง คือ ประสบการณ์ที่ประสบผลสำเร็จ การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง และการกระตุ้นทางอารมณ์

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

1. ความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

จากการศึกษาและทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ ดังต่อไปนี้

McClelland (1961 อ้างถึงใน เมธาวดี สังขะมาน, 2548) ให้ความหมายแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า เป็นความปรารถนาที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีแข่งขันกับมาตรฐานอันดีเยี่ยมหรือทำให้ดีกว่าบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง พยายามเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ มีความรู้สึกสบายใจเมื่อประสบความสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อทำไม่สำเร็จหรือประสบความล้มเหลว

Atkinson (1964 อ้างถึงใน จิรวาดี ชุมพล, 2549) ให้ความหมาย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า เป็นแรงผลักดันที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลรู้ตัวว่าการกระทำของตนจะได้รับการประเมินจากตนเองหรือบุคคลอื่น โดยเทียบกับมาตรฐานอันดีเยี่ยม ผลจากการประเมินอาจเป็นสิ่งที่พอใจเมื่อกระทำจนสำเร็จหรือไม่พอใจเมื่อไม่สำเร็จก็ได้

Spafford, Pesce และ Grosser (1997 อ้างถึงใน เมธาวดี สังขะมาน, 2548) ให้ความหมาย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า เป็นความตั้งใจของบุคคลแต่ละคนที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ดีเพื่อบรรลุความสำเร็จ

อารี พันธุ์มณี (2542) ให้ความหมาย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า เป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ดี และประสบผลสำเร็จ

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภะ (2542) ให้ความหมาย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า เป็นแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลมีความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งในหน้าที่ การงาน และเรื่องราวส่วนตัวให้สำเร็จลุล่วง

สรุปความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือ ความปรารถนาของบุคคลที่จะกระทำการต่าง ๆ ทั้งในหน้าที่การงาน และเรื่องราวส่วนตัวให้ประสบความสำเร็จไปด้วยดีตามเป้าหมายที่วางไว้

2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

McClelland (1961 อ้างถึงใน ศิวพร ไชยพะยอม, 2550) ได้สรุปทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ว่า คนเรามีความต้องการอยู่ 3 ประการ คือ

1. ความต้องการสัมฤทธิ์ผล (need for achievement) เป็นความปรารถนาที่จะกระทำการใดสิ่งหนึ่งให้ลุล่วงไปด้วยดี พยายามเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ มีความสบายใจเมื่อประสบความสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อทำไม่สำเร็จหรือประสบความสำเร็จน้อย

2. ความต้องการความผูกพัน (need for affiliation) เป็นความต้องการกับผู้อื่นในสังคม ต้องการความเป็นมิตรและสัมพันธ์ภาพที่อบอุ่น สิ่งเหล่านี้จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับจากบุคคลอื่น

3. ความต้องการมีอำนาจบารมี (need for power) ได้แก่ ความต้องการรับผิดชอบบุคคลอื่น ต้องการควบคุมและให้โทษแก่คนอื่นได้ ทำให้บุคคลแสวงหาอำนาจเพราะจะเกิดความ รู้สึกว่าหากทำอะไรได้เหนือคนอื่นจะเป็นความภาคภูมิใจ ผู้มีแรงจูงใจใฝ่อำนาจสูงจะเป็นผู้พยายามควบคุมสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้ตนเองบรรลุความต้องการที่จะมีอิทธิพลเหนือกว่าผู้อื่น สำคัญประการหนึ่งของทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือ ผู้ที่จะประสบความสำเร็จจะต้องมีแรงจูงใจด้านความต้องการสัมฤทธิ์ผลอยู่ในระดับสูง หรือกล่าวได้ว่า ความสำเร็จของงานจะทำได้โดยการกระตุ้นความต้องการด้านความสำเร็จเป็นสำคัญ บุคคลแต่ละคนเมื่อมีความต้องการสูงก็จะสามารถกระทำการต่าง ๆ ได้สำเร็จ

Atkinson (1964 อ้างถึงใน พิณกาน ภัทเศรษฐ์, 2551) ได้กล่าวถึง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า ในสถานการณ์หนึ่งผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะพยายามที่จะกระทำการนั้นให้สำเร็จ โดยการเปรียบเทียบกับมาตรฐาน ถ้าการกระทำนั้นได้ผลสูงกว่าหรือเท่ากับเกณฑ์มาตรฐานก็จะถือว่าตนประสบความสำเร็จตามความคิดของเขา แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. ความคาดหวัง (expectation) หมายถึง การคาดการณ์ล่วงหน้าถึงผลการกระทำของตน คนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะคาดการณ์ล่วงหน้าถึงความสำเร็จของการกระทำ

2. สิ่งล่อใจ (incentive) หมายถึง ความพึงพอใจที่ได้รับจากการทำงาน เช่น เป็นงานที่ตนสนใจหรือถนัด และมีผลตอบแทนสูง ถ้ามีสิ่งล่อใจเป็นที่พอใจของบุคคลก็จะทำให้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงด้วย

3. แรงจูงใจจากความพึงพอใจในการแสวงหาความสุข และหลีกเลี่ยงสิ่งผิดหวัง หมายถึง คนเรากระทำการใดก็ย่อมหวังได้รับความสุข ความพอใจกับการกระทำต้องการความสำเร็จ และกลัวความล้มเหลว คนที่ต้องการความสำเร็จมากจะมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง และคนที่กลัวความล้มเหลวมากก็จะพยายามหลีกเลี่ยงงานที่ตนคิดว่าทำไม่ได้ ซึ่งจะเป็นผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ การสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จึงอยู่ที่

3.1 เพิ่มความต้องการความสำเร็จ และลดความกลัวความล้มเหลว

3.2 ช่วยให้ผู้บุคคลรู้สึกว่าจะไม่ยากจนเกินไป จะทำให้เขาเชื่อว่าเขาจะมีโอกาสประสบความสำเร็จได้

ลักษณะของผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ลักษณะของผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ได้มีการรวบรวมลักษณะของผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้โดยบุคคลจากศาสตร์ต่าง ๆ เช่น

Guilford (1967 อ้างถึงใน จีราวดี ชุมพล, 2549) สรุปลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า ประกอบด้วย

1. ความทะเยอทะยานทั่ว ๆ ไป คือ ปรารถนาที่จะกระทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ
2. มีความเพียรพยายาม ได้แก่ ความอดทนมีมานะที่จะทำงานให้เป็นผู้สำเร็จ
3. มีความเต็มใจที่จะลำบากแม้งานจะยากเพียงใดก็ตาม ก็มุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ

McClelland (1961 อ้างถึงใน ศิวพร ไชยพะยอม, 2550) สรุปลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงไว้ ดังนี้

1. กล้าเสี่ยงอย่างเหมาะสม (moderate risk-taking) มีการตัดสินใจที่เด็ดเดี่ยว
2. ไม่ชอบการกระทำที่ต้องอาศัยโชคหรือดวงชะตา ไม่ชอบทำสิ่งง่าย ๆ หรือไม่ต้องใช้ความสามารถ แต่จะเลือกกระทำสิ่งที่ยากและเหมาะสมกับความสามารถของตนเอง
3. มีความกระตือรือร้น (energy) หรือความขยันขันแข็งในการกระทำสิ่งแปลกใหม่ ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงไม่ได้ขยันไปทุกกรณี แต่จะเอาใจใส่มานะพากเพียรต่อสิ่งที่ท้าทาย ซึ่งเป็นการกระทำที่ต้องใช้สมองคิด และจะทำให้ตนเองรู้สึกได้ว่าได้กระทำสิ่งสำคัญและสำเร็จลุล่วงไปได้

4. มีความรับผิดชอบต่อตนเอง (individual responsibility) ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะพยายามกระทำสิ่งนั้นให้สำเร็จเพื่อความพึงพอใจของตนเอง มิใช่หวังแต่จะให้

คนอื่นยกย่องตน แต่ต้องการปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น ไม่ชอบให้ผู้อื่นมาบงการ ว่าตนควรจะทำอะไร ไม่ควรจะทำอะไร

5. ต้องการทราบผลของการตัดสินใจ (knowledge of result decision) ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะติดตามผลของการกระทำของตนว่ามีผลอย่างไร ไม่ใช่คาดคะเนว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ และเมื่อทราบผลของการกระทำแล้วก็ยังพยายามปรับปรุงให้ดีกว่าเดิมอีก

6. คาดการณ์ล่วงหน้า (anticipation of future possibilities) ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงเป็นผู้ที่มีการวางแผนระยะยาว เพราะเล็งเห็นการณ์ไกลกว่าผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

7. มีทักษะในการจัดระบบงาน (organization skill) ให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานอย่างเป็นระบบ

Herman (1970 อ้างถึงใน ปราณี เพ็ชรศิริ, 2549) ได้รวบรวมลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ 10 ประการ ดังนี้

1. บุคคลที่มีระดับความทะเยอทะยานสูง
2. ต้องเป็นผู้ที่มีความหวังอย่างมากว่าตนเองจะประสบผลสำเร็จถึงแม้การกระทำนั้นขึ้นอยู่กับโอกาสก็ตาม

3. มีความพยายามที่จะมุ่งไปสู่สถานะที่สูงขึ้นไปเป็นลำดับ
4. มีความอดทนทำงานที่ยากได้เป็นเวลานาน
5. ถึงแม้งานที่ทำถูกขัดจังหวะ หรือถูกรบกวนจะพยายามทำต่อไป

ให้สำเร็จ

6. รู้สึกว่าเวลาเป็นสิ่งที่ไม่หยุดนิ่งและสิ่งต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว
7. คิดคำนึงถึงเหตุการณ์ในอนาคตมากกว่าอดีตและปัจจุบัน
8. มีความคิดพิจารณาเลือกเพื่อนร่วมงานที่มีความสามารถเป็นอันดับแรก
9. ต้องการเป็นที่รู้จักแก่ผู้อื่น โดยพยายามปรับปรุงการกระทำของตนเอง

ให้ดีขึ้น

10. พยายามปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ของตนเองให้ดีเสมอ
สมใจ จุฑาผาด (2549) ได้ศึกษาทฤษฎีการจัดระบบบุคลิกภาพของ Eysenck มาเป็นแนวทางจำลองทฤษฎีบุคลิกภาพของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยได้กำหนดลักษณะผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ออกเป็น 6 ด้าน ดังนี้

1. ความทะเยอทะยาน (aspiration) เป็นการตั้งระดับความคาดหวังไว้สูง การพยายามไปสู่สถานะที่สูงขึ้น ให้คนอื่นรู้จักด้วยผลของการกระทำ ต้องการชัยชนะเมื่อมีการแข่งขัน

ต้องการดีเด่นเหนือคนอื่น ต้องการให้ตนเองประสบความสำเร็จในระดับสูง ต้องการความก้าวหน้าในการกระทำ

2. ความกระตือรือร้น (energetic) มีความขยันขันแข็ง มีความเอาใจใส่ และตั้งใจจริงในการกระทำ มีความอดทนสูง ทำงานที่ได้รับมอบหมายทันทีไม่ผัดวันประกันพรุ่ง มีมานะพยายามที่จะกระทำให้สำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ สนุกสนานในการทำงาน เห็นคุณค่าของเวลา

3. ความกล้าเสี่ยง (moderate risk-taking) กล้าตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ เลือกรับความเสี่ยงที่เป็นไปได้ มีความเหมาะสมกับความสามารถ มุ่งความสำเร็จมากกว่าหลีกเลี่ยงความล้มเหลว ทำทุกสิ่งด้วยความมั่นใจ ไม่เชื่อโชคกลาง หรือสิ่งมหัศจรรย์ กล้าได้กล้าเสีย

4. ความรับผิดชอบต่อตนเอง (individual responsibility) การทำงานมุ่งให้สำเร็จเพื่อความพึงพอใจของตน การปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น แม้ถูกรบกวนในขณะที่ทำงานก็จะทำงานนั้นให้สำเร็จได้ มีความผูกพันกับงานที่ได้รับมอบหมาย กล้ารับผิดชอบในผลงานของตน

5. การรู้จักวางแผน (planning) การมีแบบแผนในการทำงาน มีจุดประสงค์ในการทำงานที่เด่นชัด มองเห็นเส้นทางในการทำงานอย่างเป็นขั้นตอน เล็งเห็นการณ์ไกล มีความมุ่งมั่นที่ยาวนานเกี่ยวกับความสำเร็จในชีวิต มีความรอบคอบ และรวบรวมรายละเอียดก่อนตัดสินใจการทำงานรัดกุม ประณีต และเป็นระเบียบ การแสดงออกของความคิดที่ถ่มถ้อยแล้วผูกพันกับอนาคตมากกว่าอดีตหรือปัจจุบัน เลือกร่วมงานที่มีความสามารถเป็นอันดับแรก

6. ความมีเอกลักษณ์ (unique of characteristic) การริเริ่มทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความคิดของตนเองสูง มีอิสระในการแสดงออก สนใจเหตุการณ์หรือสิ่งใหม่ ๆ การใช้ความคิดหรือทฤษฎีใหม่ ๆ การใช้ความคิดหรือทฤษฎีใหม่ ๆ ในการแก้ปัญหาการกระทำที่ไม่ซ้ำแบบใคร

3. การวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

สุพจน์ สิ้นสุวงศ์วัฒน์ (2527 อ้างถึงใน สมใจ จุฑาผาด, 2549) กล่าวว่า การวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นการวัดบุคลิกภาพด้านหนึ่ง นักจิตวิทยาได้พยายามสร้างเครื่องมือขึ้นมาเพื่อวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ซึ่งมีอยู่ 5 วิธี คือ

1. วิธีการสังเกต การสังเกตเป็นรากฐานของวิทยาศาสตร์ทุกแขนง
2. วิธีการทดสอบ การทดสอบประกอบด้วยข้อความหลายสิบข้อที่ผู้ทดสอบตั้งขึ้น โดยถือเอาปกติวิสัยของคนทั่ว ๆ ไปเป็นมาตรฐาน ซึ่งบางข้อเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความกลัว ความวิตกกังวล หรือเศรษฐกิจ ความสนใจในสิ่งต่าง ๆ หรือปฏิกิริยาที่ตนทำอยู่เสมอ ๆ เมื่อตกอยู่ในสภาพนั้น ๆ เป็นต้น

3. การประมาณค่าโดยการเลือกคุณลักษณะ บุคลิกภาพที่เป็นเครื่องเช็ดชู่ให้ บุคลิกภาพเด่นสะดุดตา เช่น ความสงบเสงี่ยม แล้วให้หลาย ๆ คนช่วยกันประมาณค่าว่าบุคลิกภาพ ของผู้ถูกประมาณค่านั้นตกอยู่ในขั้นไหน คือ มีความสงบเสงี่ยมมากน้อยเพียงใด

4. การวิเคราะห์ตนเอง คือ การประมาณค่าตนเองแบบวิเคราะห์ เป็นคำถาม แบบปรนัย จะเป็นประโยชน์ในการเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตน

5. การสัมภาษณ์ มีหลักคล้าย ๆ กับการวิเคราะห์ตนเอง ผู้สัมภาษณ์เป็นผู้ จัดบันทึกและประมาณค่าบุคลิกภาพของเรา ผู้ถูกสัมภาษณ์จะไม่ต้องรู้ว่าถูกสอบบุคลิกภาพ

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยสนใจจะศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยใช้กรอบแนวคิดของ McClelland (1961 อ้างถึงใน ศิวพร ไชยพะยอม, 2550), สมใจ จุฑาผาด (2549) และสุพร มูลศรี (2556) คือ จำแนกเป็น 5 องค์ประกอบ ประกอบด้วย ความทะเยอทะยาน ความกระตือรือร้น ความกล้าเสี่ยง การรู้จักวางแผน และความมีเอกลักษณ์

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ลำเพา สุภะ และมนัส ไพฑูรย์เจริญลาภ (2556) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์ทางการคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภช ลาดกระบัง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยต่าง ๆ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ อยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าสภาพแวดล้อมในโรงเรียน ลักษณะ ครูผู้สอน และเจตคติต่อการเรียนมีอิทธิพลทางตรงต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชา คณิตศาสตร์ และยังพบว่า สภาพแวดล้อมในโรงเรียน ลักษณะครูผู้สอน และการสนับสนุนทางด้าน การเรียนของผู้ปกครองมีอิทธิพลทางอ้อมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์

คำปิ่น บุญเลิศ และคณะ (2558) การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มทดลองในโรงเรียนจอมทอง โรงเรียนนวมินทราชูทิศ พายัพ โรงเรียนแม่แตง โรงเรียน แม่อนวิทยาลัย และโรงเรียนบ้านหนองไคร้ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่า กลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในขณะที่โรงเรียนทางดงรัฐราษฎร์อุปถัมภ์ และโรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ก) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างกันระหว่างกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม 2) กลุ่มทดลอง ในโรงเรียนจอมทอง โรงเรียนนวมินทราชูทิศ พายัพ และโรงเรียน แม่อนวิทยาลัย มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชาวิทยาศาสตร์ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ กลุ่มทดลองในโรงเรียนจอมทอง โรงเรียนนวมินทราชูทิศ พายัพ และโรงเรียนแม่อน วิทยาลัย มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชาวิทยาศาสตร์ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองในโรงเรียนจอมทอง และโรงเรียนแม่แตงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชา

ภาษาอังกฤษสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 3) นักเรียนกลุ่มทดลองของทุกโรงเรียน มีความพึงพอใจในกิจกรรมแนะแนวฯ ภายหลังการ ทดลอง ระดับมาก

เกียรติยศ จิตรโกศล (2559) ศึกษาเรื่องการเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการ เรียนวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนกาฬสินธุ์ พิตยาสรรพ์ โดยการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือร่วมกับเครือข่ายสังคมออนไลน์ ผลการศึกษาพบว่า 1) กิจกรรมการเรียนรู้โดยการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือใช้เทคนิคการจัดทีมแข่งขัน ทำให้ผู้เรียนมีการ พึ่งพาอาศัย ร่วมมือกันช่วยเหลือกัน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่ม และกล้าแสดง ความคิดเห็น รวมทั้งมีความสนใจ และมีความกระตือรือร้นในการเรียนวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศและ การสื่อสาร 2) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และคะแนนทดสอบความรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนโดยการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือร่วมกับเครือข่ายออนไลน์ หลังเรียน สูงกว่าก่อนเรียน

จำลอง นามูลตรี (2561) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกศึกษาต่อของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีปัจจัยการทำนาย ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การรับรู้โลกของอาชีพและการทำงาน และความคาดหวังของครอบครัว อยู่ในระดับมาก และปัจจัยการทำนาย ด้านชื่อเสียงของสถาบันที่จะศึกษาต่อ อยู่ในระดับมากที่สุด 2) การเลือกศึกษาต่อของนักเรียนมัธยมศึกษาตอน ปลายโดยรวมอยู่ในระดับมาก 3) ปัจจัยด้าน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์การรับรู้โลกของอาชีพและการทำงาน และความคาดหวังของครอบครัว มีความสัมพันธ์กับการเลือกศึกษาต่อนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 และ 4) ปัจจัยทำนายด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การรับรู้โลกของอาชีพและ การทำงาน และความคาดหวังของครอบครัว สามารถพยากรณ์การเลือกศึกษาต่อของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนปลายได้ ร้อยละ 34.5

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นความ ต้องการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่ยากให้ประสบผลสำเร็จ โดยการเปลี่ยนแปลงหรือจัดการความคิด ของตนเองให้มีความเหมาะสม และเป็นบุคคลที่มีความมุ่งมั่น มีความพยายาม มีความกระตือรือร้น ที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย และเพิ่มโอกาสความสำเร็จในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อให้ ประสบความสำเร็จ

การควบคุมตนเอง (Self-control)

1. ความหมายของการควบคุมตนเอง

Skinner (1953 อ้างถึงใน เรียม ศรีทอง, 2542) ได้ให้ความหมายของการควบคุม ตนเองว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลเลือกกระทำพฤติกรรมที่ให้ผลเป็นที่น่าพอใจ

Comier (1979 อ้างถึงใน ประเทือง ภูมิภัทราคม, 2540) ได้ให้ความหมายของการควบคุมตนเอง คือ กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการรวมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลนั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมายและกระบวนการ ที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นด้วยตนเอง ส่วนผู้บำบัดหรือผู้ให้คำปรึกษานั้น มีบทบาทเพียงเป็นผู้ฝึกวิธีการที่เหมาะสมให้เท่านั้น

Bandura (1977 อ้างถึงใน อรพลอย เกษมสันต์ ณ อยุธยา, 2546) ให้ความหมายการควบคุมตนเองว่า เป็นความสามารถในการกำหนดตนเองของบุคคล ด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และการกระทำให้เป็นไปในทิศทางที่บุคคลต้องการ ไม่ว่าจะเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคใด ๆ หรืออยู่ในสถานการณ์ที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในใจ

Rosenbaum (1980 อ้างถึงใน นงนุช โรจนเลิศ, 2533) ให้ความหมายการควบคุมตนเองว่า เป็นความสามารถของบุคคลที่จะละเว้นการกระทำบางอย่างหรือสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผล และความอดทน เพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการหรือหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดีที่อาจเกิดขึ้น ตลอดจนความสามารถในการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อให้เกิดพฤติกรรมตามที่บุคคลมุ่งหวังไว้ แม้เมื่อบุคคลนั้นต้องเผชิญกับปัญหา อุปสรรค หรืออยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในจิตใจ

Kazdin (1984 อ้างถึงใน เรียม ศรีทอง, 2542) ได้ให้ความหมายการควบคุมตนเองว่า เป็นการดำเนินการด้วยตนเองโดยพิจารณาเลือกตัดสินใจในสิ่งที่ตนมีความต้องการและได้กำหนดไว้

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2540) ได้ให้ความหมายของการควบคุมตนเองว่า การควบคุมตนเอง คือ กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีการรวมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยที่บุคคลผู้นั้นเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย เลือกวิธีการและดำเนินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพื่อไปสู่เป้าหมายด้วยตนเอง

เรียม ศรีทอง (2542) ได้ให้ความหมายของการควบคุมตนเองว่า การควบคุมตนเอง เป็นกระบวนการที่บุคคลปรับปรุง เปลี่ยนแปลง หรือพัฒนาไปสู่พฤติกรรมอันพึงประสงค์ ตามที่ตนได้กำหนดไว้ด้วยวิธีการต่าง ๆ

จิตรภาวิน เอี่ยมอ้อย (2549) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง เป็นวิธีการที่สามารถนำมาใช้ในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หรือต่อต้านพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน เพราะฉะนั้นการควบคุมตนเองจึงต้องใช้ความพยายาม พฤติกรรมใดที่ทำยากก็จะต้องใช้ความพยายามมากกว่าพฤติกรรมที่ทำได้ง่าย และการควบคุมตนเองยังเป็นผลมาจากการเรียนรู้ทางสังคม โดยที่บุคคลพยายามปรับตัวเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของสังคม

สุพร มูลศรี (2556) กล่าวว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง คุณลักษณะที่จะบังคับตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่าง โดยการกำหนดความคิด อารมณ์ ความรู้สึก การเปลี่ยนแปลง การตอบสนองทางอารมณ์ การกระทำด้วยเหตุผล และความอดทน การจัดสภาพแวดล้อมให้หลีกเลี่ยงการกระทำพฤติกรรมสามารถเผชิญ สิ่งยั่วยุ ปัญหา อุปสรรค และสถานการณ์กดดัน แม้อยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในจิตใจ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมเป้าหมายที่ดีตามที่มุ่งหวังไว้

สรุปได้ว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่จะบังคับให้ตนเองละเว้นการกระทำบางอย่างที่ไม่เหมาะสม โดยการกำหนดความคิด อารมณ์ ความรู้สึก การเปลี่ยนแปลง การตอบสนองทางอารมณ์ การกระทำพฤติกรรมด้วยเหตุผล และความอดทน การจัดสภาพแวดล้อมให้หลีกเลี่ยงการกระทำพฤติกรรม สามารถเผชิญสิ่งยั่วยุ ปัญหาและอุปสรรค และสถานการณ์กดดัน แม้อยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในจิตใจ เพื่อให้เกิดพฤติกรรมเป้าหมายที่ดีตามที่มุ่งหวังไว้

2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

Reckless (1967 อ้างถึงใน จรรยา สุวรรณทัต, 2533) Reckless เชื่อว่า คนเรามีพลังที่ผลักดันจากภายในให้พฤติกรรมเบี่ยงเบน ซึ่งอาจจะเกิดจากปัจจัยต่าง ๆ ภายนอก เช่น ความยากจน หรือถูกจำกัดสิทธิเสรีภาพ ความขัดแย้ง การเข้ากันไม่ได้ การถูกควบคุม การอยู่ในสภาพของชนกลุ่มน้อย การถูกกีดกันจากโอกาสที่ตนพึงมี นอกจากนี้ คนเรายังถูกผลักดันให้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนจากจิตใจภายใน เช่น แรงขับความคับข้องใจ ความกระวนกระวายใจ ความผิดหวัง ความรู้สึกทำทนาย ความรู้สึกเป็นปรปักษ์ต่อกัน และความรู้สึกมีปมด้อย เป็นต้น

เมื่อคนเราต้องเผชิญกับสถานการณ์และปัญหาต่าง ๆ อันเป็นปัจจัยผลักดันทั้งภายในและภายนอกดังกล่าว คนเราก็จะมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากปกติของสังคม อย่างไรก็ตาม เมื่อเผชิญสถานการณ์อย่างเดียวกัน บางคนก็มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป แต่บางคนสามารถควบคุมตนเองได้อย่างดี จุดนี้เองทำให้ Reckless ตั้งเป็นสมมติฐาน แล้วทำการวิจัยเด็ก นักเรียนที่ครูแยกประเภทไว้ระหว่างกลุ่ม “เด็กดี” และ “เด็กเกเร” ในปี พ.ศ. 2498 Reckless ได้ทำการวิจัยในถิ่นที่มีปัญหาเด็กวัยร่นมากที่สุดที่เมืองโคลัมเบีย มลรัฐโอไฮโอ ในสหรัฐอเมริกา ซึ่งเป็นการวิจัยอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 4 ปี ผลปรากฏว่า เด็กที่กระทำผิดเพียงร้อยละ 4 ในกลุ่มของคนดี แต่กลุ่มเด็กเกเรทำผิดถึง 39% Reckless จึงเชื่อว่าเด็กมีความสามารถในการควบคุมจากภายในตนเอง เช่น ความเคารพตนเอง ความสำนึกในความรับผิดชอบของตน แต่เด็กเกเรส่วนมากจะมีความสามารถในการควบคุมจากภายในตนเองต่ำ เช่น ไม่มีความเคารพต่อตนเอง หรือมีน้อย และมีความรับผิดชอบในตนเองน้อย

สภาพแวดล้อมภายนอกก็มีส่วนในการควบคุมพฤติกรรมของเด็ก ดังได้แก่ การแนะนำ สั่งสอนจากพ่อแม่ กิจกรรมที่มีประโยชน์และเพื่อนฝูงที่ดี เป็นต้น ซึ่งมีส่วนทำให้เด็กดี

ไม่กระทำพฤติกรรมเบี่ยงเบนซึ่งตรงข้ามกับเด็กเกเร มักจะขาดสภาพแวดล้อมที่ดีดังกล่าว ดังนั้น
ในการควบคุมตนเอง Reckless จึงได้วางหลักทฤษฎี ดังนี้

การควบคุมจากภายในเป็นพลังภายในจิตใจของแต่ละคนซึ่งอาจจะมีมากน้อยต่างกัน
ได้แก่

1. ความสำนึกที่สามารถยับยั้งควบคุมตนเองได้
2. ความสำนึกที่ตึงตัง
3. ความเคารพตนเอง
4. มโนธรรมที่ได้รับการพัฒนาอย่างดี
5. ความอดกลั้นต่อความคับข้องใจ
6. ความสามารถในการต่อสู้กับอารมณ์ฝ่ายต่ำ
7. ความสำนึกรับผิดชอบสูง
8. ความมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย
9. การหาความพึงพอใจอย่างอื่นชดเชย
10. การให้เหตุผลในการถ่วงโยงความเครียด เป็นต้น

การควบคุมจากภายนอก เป็นพลังผลักดันให้เกิดการควบคุมตนเองมาจากภายนอก
ซึ่งเป็นปัจจัยทางสังคมที่ควบคุมตัวบุคคลอย่างใกล้ชิด ได้แก่ ความยึดมั่นในจารีตประเพณี
ความคาดหวังของสังคม ภาระผูกพันที่จะต้องปฏิบัติตามปทัสถานของสถาบัน และ
ตามเป้าหมายความรับผิดชอบที่ได้รับมอบหมาย โอกาสที่จะได้รับการยอมรับ และความสำนึก
เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ตนสังกัดอยู่

สภาพแวดล้อมดังที่กล่าวมา จะเป็นพลังและสร้างความผูกพันให้เกิดขึ้นกับสมาชิก
ในสังคม ซึ่งถ้าพิจารณาให้ลึกซึ้งแล้วเป็นพลังและภารกิจที่เกิดจากกระบวนการอบรมบ่มนิสัยทั้งสิ้น
สรุปได้ว่า การควบคุมจากภายนอกเกิดขึ้นในลักษณะที่เกิดจากความยึดมั่นผูกพันที่จะปฏิบัติ
ตามกรอบปทัสถานของสังคมและความคาดหวังของสังคม (จรรยา สุวรรณทัต, 2533)

Kazdin (1984 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543) มีความเชื่อว่า การควบคุม
ตนเองนั้นจะอยู่บนพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ มีความเชื่อว่า
พฤติกรรมของบุคคลนั้นจะถูกควบคุมด้วยเงื่อนไขผลกรรม นั่นคือ ถ้าเงื่อนไขเปลี่ยนแปลงหรือ
ผลกรรมเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมก็ย่อมจะเปลี่ยนแปลงไปด้วย ในเงื่อนไขของการควบคุมตนเองนั้น
บุคคลจะเป็นผู้จัดการเงื่อนไขและผลกรรมด้วยตนเอง แทนที่บุคคลอื่นจะเป็นผู้จัดการให้
การควบคุมตนเองมักจะเกี่ยวเนื่องกับการเลือกการแสดงพฤติกรรมที่มีเงื่อนไขผลกรรมที่ขัดแย้งกันอยู่
โดยที่เงื่อนไขผลกรรมที่ขัดแย้งกันนี้มีอยู่ด้วยกัน 4 ลักษณะ คือ

1. หลีกเลี่ยงการแสดงพฤติกรรมที่จะทำให้ได้รับผลกระทบทางบวกโดยทันที เพื่อที่ว่าจะไม่ได้รับผลกระทบทางลบในอนาคต เช่น หลีกเลี่ยงการกินอาหารที่ชอบจำนวนมาก เพื่อที่ว่าจะไม่อ้วนในอนาคต หรือหยุดการสูบบุหรี่ เพื่อที่ว่าจะไม่ได้เป็นมะเร็งที่ปอด

2. แสดงพฤติกรรมที่จะได้รับผลกระทบทางลบทันทีเพื่อที่ว่าจะได้รับผลกระทบทางบวกในอนาคต เช่น การทำงานหนักเพื่อที่ว่าจะได้มีฐานะดีขึ้นในอนาคต หรือการที่นักศึกษาฝึกซ้อมอย่างหนักเพื่อที่จะเป็นผู้ชนะในอนาคต

3. การไม่กระทำพฤติกรรมที่ได้รับผลกระทบทางบวกเล็กน้อยทันทีเพื่อที่ว่าจะได้รับผลกระทบทางบวกที่มากกว่าในอนาคต เช่น การที่ไม่ไปเที่ยวงานสังสรรค์ในคืนวันศุกร์เพื่อที่ว่าจะใช้เวลาอ่านหนังสือ อันจะนำผลกระทบทางบวกมาให้ในอนาคต

4. การกระทำพฤติกรรมที่ได้รับผลกระทบทางลบแต่น้อยทันทีเพื่อที่ว่าจะหลีกเลี่ยงผลกระทบทางลบจำนวนมากในอนาคต เช่น การไปหาหมอฟันเพื่ออุดหินปูน ตรวจฟัน เพื่อทำให้ไม่เกิดการปวดฟันอย่างรุนแรงในอนาคต

Cormier (1979 อ้างถึงใน สุพร มูลศรี, 2556) ได้ให้แนวคิดว่าการควบคุมตนเอง หมายถึง ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของตนเองเพื่อให้ได้รับผลกระทบตามที่ตนต้องการ นอกจากนี้การควบคุมตนเองเป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลได้ควบคุมตนเอง โดยที่บุคคลเป็นผู้กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย กระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายและการควบคุมตัวแปรทั้งภายในและภายนอกของบุคคล ตลอดจนประเมินเป้าหมายด้วยตนเอง ทั้งนี้เพื่อเป็นการตอบสนองการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ อันจะมีผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์นั้นด้วยตนเองและมีผลระยะยาวต่อพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงนั้นมีความคงทนถาวร ซึ่งการกระทำดังกล่าวนี้เท่ากับเป็นการลดความสำคัญของอิทธิพลภายนอก และทำให้บุคคลมีอิสระที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนเองได้มากขึ้น

Skinner (1953 อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2543) กล่าวว่า การควบคุมตนเองมิใช่เรื่องใหม่แต่อย่างใด เป็นวิธีการที่คนส่วนใหญ่ได้เคยกระทำมาแล้วในชีวิตประจำวันแทบทั้งสิ้น และได้เสนอถึงวิธีการที่คนเราใช้ในการควบคุมตนเอง ซึ่งมีวิธีการ ดังต่อไปนี้

1. ใช้วิธีการยับยั้งทางร่างกาย เช่น การกัดริมฝีปากตนเองเพื่อไม่ให้หัวเราะ หรือปิดตาตนเองเพื่อไม่ให้เห็นบางสิ่งบางอย่างที่ไม่ต้องการจะเห็น เป็นต้น การกระทำดังกล่าวทำให้บุคคลนั้นสามารถหลีกเลี่ยงจากผลกระทบที่ไม่พึงพอใจได้

2. เปลี่ยนเงื่อนไขสิ่งเร้าหรือสัญญาณต่าง ๆ ที่ควบคุมพฤติกรรมที่ต้องการจะหลีกเลี่ยง เช่น การเลือกสถานที่ตากอากาศ เพื่อที่จะหลีกเลี่ยงสัญญาณต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการทำงาน จดรายการนัดหรือจดวันที่สำคัญลงในปฏิทิน จะเป็นสิ่งเร้าให้แสดงพฤติกรรมบางอย่างในเวลาต่อมา อันเป็นผลทำให้สามารถหลีกเลี่ยง จากสภาพการณ์ที่ไม่พึงพอใจอันจะเกิดจากการลืมที่จะแสดง

พฤติกรรมบางอย่างในเวลาดังกล่าว ดังนั้นการเปลี่ยนเงื่อนไขสิ่งเร้าหรือสัญญาณต่าง ๆ จะช่วยให้คนเราแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนามากยิ่งขึ้น

3. ยุติการกระทำบางอย่าง เช่น การที่คนเรารับประทานอาหารกลางวัน เพื่อที่จะได้รับประทานอาหารเย็นที่แสนจะอร่อยมากขึ้น หรืองดอาหารก่อนการแข่งขันกีฬา เป็นต้น

4. เปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางอารมณ์บางครั้งเราอาจจะพบว่า การแสดงพฤติกรรมตามอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นอาจนำไปสู่ผลกรรมที่ไม่พึงพอใจได้ จึงเปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางอารมณ์ เสียใหม่ โดยการแสดงพฤติกรรมที่ขัดกับพฤติกรรมที่เคยแสดงออกเมื่อมีอารมณ์ดังกล่าว เช่น การเห็นหัวหน้าของตนตกบันไดแล้วรู้สึกขบขันจนถึงขั้นหัวเราะออกมา แต่ก็รู้ว่าถ้าหัวเราะออกมาอาจจะถูกหัวหน้างานลงโทษได้ดังนั้น จึงเปลี่ยนแปลงการสนองตอบใหม่ โดยการเอาพินกั๊ดลิ้นของตนเองหรือหยิกขาตนเอง เป็นต้น

5. ใช้เหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจในสภาพแวดล้อม เพื่อควบคุมพฤติกรรมของตนเอง เช่น การตั้งนาฬิกาปลุก โดยที่เสียงนาฬิกาปลุกจะเป็นเหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ทั้งนี้เพื่อที่จะทำให้สามารถไปทำงานให้ตรงเวลา

6. ใช้ยา แอลกอฮอล์หรือสิ่งกระตุ้นต่าง ๆ เพื่อควบคุมพฤติกรรมของตนเอง เช่น การดื่มสุราเพื่อที่จะให้ลืมความทุกข์หรือดื่มกาแฟ เพื่อที่จะได้ไม่เกิดอาการง่วงนอนในขณะที่อ่านหนังสือหรือขับรถ เป็นต้น

7. การให้การเสริมแรงหรือการลงโทษตนเอง บุคคลอาจจะสัญญากับตนเองว่าถ้าอ่านหนังสือจิตวิทยาจบแล้วจะไปดูโทรทัศน์หรือถ้าทำคะแนนสอบไม่ได้ดีก็อาจจะลงโทษตนเอง โดยการไม่ดูภาพยนตร์เป็นเวลา 1 เดือน

8. ทำสิ่งอื่นแทนสิ่งที่กำลังทำอยู่ โดยบุคคลจะเปลี่ยนไปแสดงพฤติกรรมอื่นแทนที่จะแสดงพฤติกรรมที่จะนำตนเองไปสู่การได้รับผลกรรมที่ไม่พึงพอใจ เช่น การเปลี่ยนหัวข้อสนทนา เพื่อที่จะได้หลีกเลี่ยงการโต้เถียง เป็นต้น

จากวิธีการดังกล่าวที่บุคคลทั่วไปกระทำเพื่อควบคุมตนเองนั้น จะพบว่า มีองค์ประกอบของการตอบสนองอยู่ 2 ประการด้วยกัน คือ การสนองตอบที่ทำการควบคุม (controlling response) กับการสนองตอบที่ถูกควบคุม (controlled response)

Thoreson และ Mohoey (1974 อ้างถึงใน ประเทือง ภูมิภักทราคม, 2540) ได้เสนอแนวทางการควบคุมตนเองอย่างเป็นระบบไว้ 2 แนวทาง คือ

1. การควบคุมสิ่งเร้า (stimulus control) หมายถึง สภาพการณ์สิ่งเร้าที่กำหนด มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงของบุคคล ซึ่งสภาพการณ์สิ่งเร้านี้อาจเป็นสิ่งเร้าภายนอก และสิ่งเร้าภายในก็ได้ อันได้แก่ สถานการณ์เหตุการณ์ต่าง ๆ วัตถุประสงค์ของ หรือการเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรมของบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นหรือกับตนเอง ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของบุคคลนั้น

2. การควบคุมผลกรรม (self-presented consequence) หมายถึง การให้ผลกรรมตนเองหลังจากที่ได้ทำพฤติกรรมเป้าหมายแล้ว การควบคุมผลกรรม ซึ่งผลกรรมนี้อาจเป็นการเสริมแรงตนเองหรือการลงโทษตนเองก็ได้ แต่การลงโทษตนเองนั้นมีลักษณะเป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา จึงเป็นการยากที่บุคคลจะทำให้เกิดปฏิกริยาทางลบต่ออารมณ์ได้อีกด้วย ดังนั้นบุคคลจึงนิยมการเสริมแรงตนเองมากกว่าการลงโทษตนเอง

สรุปได้ว่า การควบคุมตนเอง หมายถึง การที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่ง หรือหลายวิธีการร่วมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเป็นผู้กำหนดเป้าหมาย เลือกริธีการ และดำเนินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการควบคุมตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Reckless (1967 อ้างถึงใน จรรยา สุวรรณทัต, 2533) คือ จำแนกได้เป็น 4 องค์ประกอบ ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมาย การยับยั้งตนเอง การควบคุมอารมณ์ และความอดทน

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง

พงศกร เสงวิวัฒน์ชัย (2561) ศึกษาเรื่อง การเสริมสร้างการควบคุมตนเองของเยาวชนที่กระทำผิดโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) การควบคุมตนเองของเยาวชนที่กระทำผิดใน ภาพรวมของการควบคุมตนเองที่พบว่าอยู่ในระดับมาก และระดับการควบคุมตนเองที่ไม่ดีพบว่า อยู่ในระดับปานกลาง 2) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม ในด้านการควบคุมตนเองที่ดี มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการควบคุมตนเองในภาพรวมและรายด้านสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในด้านการควบคุมตนเองที่ไม่ดีมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการควบคุมตนเองในภาพรวมและราย ด้านต่ำลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิตวันต์ หงส์กิตติยานนท์ และคณะ (2561) ศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงสารเสพติด (บุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า) ในเยาวชน ผลการวิจัยพบว่า 1) รูปแบบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองและการควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด เป็นรูปแบบจากแนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura (1997) เป็นหลักสูตรที่ส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงด้วยตนเอง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น การพูดชักจูงโน้มน้าวด้วยคำพูด การให้กำลังใจ การสร้างแรงจูงใจ การฝึก การปฏิเสธ การเสริมแรงโดยการชื่นชม ให้รางวัลเมื่อสามารถควบคุมตนเองได้ไม่ใช้สารเสพติด 5 ครั้ง 10 ชั่วโมง 2) ประสิทธิภาพของการใช้หลักสูตร พบว่าเยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองและการควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด หลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เยาวชนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย

การรับรู้ความสามารถของตนเอง และการควบคุมตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดสูงกว่า เยาวชนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เยาวชนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดหลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 เยาวชนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับสารเสพติดหลังการฝึกอบรมสูงกว่า เยาวชนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เยาวชนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยเจตคติ ทางลบต่อการใช้สารเสพติดหลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

ธัญญาภรณ์ อุปมัย์รัตน์ (2561) ศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมการกำกับตนเอง ต่อทัศนคติการใช้ความรุนแรงและพฤติกรรมควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีคะแนนทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงต่ำกว่า ก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 มีคะแนนพฤติกรรมควบคุมตนเอง สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และหลังได้รับโปรแกรมการกำกับ ตนเองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนทัศนคติการใช้ความรุนแรงต่ำกว่า กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .001 และมีคะแนนพฤติกรรมควบคุมตนเอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .001

อิสริยา สันติธรรม (2564) ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการควบคุมตนเองของเด็กและ เยาวชนที่ไม่กลับไปกระทำผิดซ้ำในคดีเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ กรณีศึกษา ศูนย์ฝึกและอบรมเด็ก และเยาวชนพระนครศรีอยุธยา ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการควบคุมตนเองของเด็กและเยาวชน ที่ไม่กลับไปกระทำผิดซ้ำ ในคดีเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษในช่วงเวลาที่ได้รับบริการปล่อยตัวจากศูนย์ฝึก และอบรมเด็กและเยาวชน คือ 1) การตระหนักถึงความรักและความห่วงใยของครอบครัว 2) การที่ เด็กและเยาวชน ได้รับโอกาสและการส่งเสริมสนับสนุนจากสังคม 3) การตั้งเป้าหมายในชีวิต และ มุ่งมั่นตั้งใจทำตามเป้าหมายอย่างแน่วแน่ 4) การรู้จักที่จะอดทนรอคอยความสำเร็จ 5) การมีทักษะ ในการปฏิเสธ 6) การมีทักษะในการเลือกคบเพื่อน 7) การมีทักษะในการผ่อนคลายอารมณ์ 8) การหลีกเลี่ยงสภาพการณ์ หรือสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงให้กลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด 9) การนึกถึงประโยชน์และโทษในการไม่กลับไปหรือกลับไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด 10) การทวนคิด/ นึกถึงการกลับเข้าไปในสถานควบคุม 11) การกำหนดต้นแบบที่ดีเพื่อยึดถือเป็นแบบอย่างในการ ดำเนินชีวิต และปัจจัยที่มีผลทำให้เด็กและเยาวชนไม่กระทำผิดซ้ำในคดีเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ มีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยในหลาย ๆ ด้าน ทั้งปัจจัยด้านตนเอง ปัจจัยด้านครอบครัวและบุคคลใกล้ชิด ปัจจัยด้านสังคมชุมชน ปัจจัยด้านการคบเพื่อน และปัจจัยด้านแบบอย่างที่ดี รวมถึงปัจจัยด้านการใช้ เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยแนวทางในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชนในคดี เกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ ในส่วนระดับปฏิบัติ กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวง

ยุคธรรม ควรเน้นการเรียนรู้ และเพิ่มโปรแกรมหรือกิจกรรมที่พัฒนาทักษะชีวิตเด็กและเยาวชน และควรเสริมสร้างให้เด็กและเยาวชนมีการวางแผนอนาคต อีกทั้งควรเน้นกระบวนการเตรียมความพร้อมก่อนปล่อย โดยเฉพาะการให้เด็กและเยาวชนออกไปเตรียมความพร้อมก่อนปล่อยตัวภายนอกสถานควบคุม รวมถึงควรมีการอบรมให้ความรู้ส่งเสริมทักษะการเลี้ยงดูลูกวัยรุ่น การดูแลเด็กและเยาวชนภายหลังปล่อย ตัวอย่างเหมาะสมให้แก่ผู้ปกครอง นอกจากนี้สถาบันครอบครัวและสถาบันการศึกษาควรมีการปลูกฝังความกตัญญูทศวิถีให้แก่เด็กและเยาวชน และควรส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนใช้เวลาว่างที่เหมาะสมควบคู่ไปด้วย ในระดับนโยบาย กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม ควรผลักดันให้มีการจัดตั้งศูนย์เตรียมความพร้อมก่อนปล่อย และเพิ่มการประชาสัมพันธ์เพื่อให้เกิดการให้โอกาสเด็กและเยาวชนที่เคยกระทำผิด รวมถึงผลักดันให้มีระบบการติดตาม การส่งต่อ และเฝ้าระวังเด็กและเยาวชนที่มีความเสี่ยงกระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติด โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของเครือข่ายที่มีความใกล้ชิดกับเด็กและเยาวชน ตลอดจนการสร้าง ความตระหนักและจิตสำนึกที่ดีให้กับประชาชนในการมีส่วนร่วมป้องกันปัญหาการกระทำผิดซ้ำเกี่ยวกับยาเสพติดของเด็กและเยาวชน

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง พบว่า การควบคุมตนเอง เป็นความสามารถของตนเองในการควบคุมอารมณ์ พฤติกรรม ความก้าวร้าวในการตอบสนองต่อเป้าหมายที่มีความสนใจ การควบคุมตนเองเป็นสิ่งจำเป็นเพื่อให้ประสบความสำเร็จในด้านต่าง ๆ เช่น การเรียน การทำงาน และการรักษาความสัมพันธ์ต่อผู้อื่น

ความเชื่อมั่นในตนเอง

1. ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง

Smith (1961 อ้างถึงใน ชัตติยา น้อยาทอง, 2551) ให้ความหมาย ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง การพึงพอใจในตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง หรือการยอมรับตนเอง บุคคลใดมีความเชื่อมั่นในตนเองมากน้อยเพียงใดนั้น สามารถพิจารณาได้จากความขัดแย้งระหว่างตนตามความเป็นจริง (real self) กับตนตามอุดมคติ (ideal self) ถ้าความขัดแย้งเกิดขึ้นมากจะเป็นเหตุทำให้ตนมีความรู้สึกไม่มีคุณค่า ไม่พึงพอใจ ซึ่งหมายถึงขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

Blair (1968 อ้างถึงใน ชัตติยา น้อยาทอง, 2551) ให้ความหมาย ความเชื่อมั่นในตนเองว่า เป็นการที่บุคคลมีความมั่นใจ มีความเพียรพยายาม และกล้าหาญในการที่จะกระทำสิ่งใดให้ประสบความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ โดยไม่หวาดหวั่นต่ออุปสรรค กล้าที่จะเผชิญสถานการณ์ใด ๆ โดยไม่กลัว

Strickland (1977 อ้างถึงใน ปวีณรัตน์ มณีวรรณ, 2548) ให้ความหมายว่า คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง คือ คนที่มีความเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ ที่ตนได้รับเกิดจากการกระทำของตน ไม่ว่าจะป็นด้านดีหรือด้านร้ายก็ตาม

วันชัย ดนัยโตโมนุท (2536) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง การที่บุคคล รับรู้ว่าการกระทำที่เกิดขึ้นกับตนนั้นไม่ว่าจะสำเร็จหรือล้มเหลว จะเกิดผลดีหรือเสียต่อตนเองหรือผู้อื่น ขึ้นอยู่กับการกระทำของตน และตนสามารถทำนาย ควบคุมให้เป็นไปตามที่ตนต้องการได้

บุษกร ดำคง (2542) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ความเชื่อของบุคคล ในเรื่องผลของการกระทำ ไม่ว่าจะประสบผลสำเร็จหรือล้มเหลวว่า เกิดจากความสามารถและ การกระทำของตน สามารถอธิบายผลของการกระทำที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้อง สมเหตุสมผล และสามารถควบคุมผลนั้นได้

ดารุณี บุญวิก (2543) ได้ให้ความหมายว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง การรับรู้ เหตุการณ์หรือสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลมาจากการกระทำ หรือความสามารถของตนเอง ความสำเร็จหรือความล้มเหลวที่ตนได้รับเกิดจากการกระทำของตน

ธีรภาพ วัฒนวิจารณ์ (2545) ให้ความหมายความเชื่อมั่นในตนเองว่า เป็นสิ่งที่อยู่ ภายในตัวเรา โดยจะทำหน้าที่กำกับความคิดและความรู้สึกของเราในปัญหาต่าง ๆ และจะแสดง ออกมาในลักษณะของพฤติกรรมที่ปรากฏต่อบุคคลภายนอก ซึ่งก็คือสิ่งที่เรียกกันว่าบุคลิกภาพ

สรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนในการที่ จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ มีความมั่นใจ เพียรพยายาม มีความเป็นตัวของตัวเองกล้าแสดงออก และยอมรับในความสามารถของตน ไม่ท้อถอยเมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ

2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

จากความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองที่กล่าวมาแล้ว และตามแนวคิดของทฤษฎี การเรียนรู้ทางสังคม (social learning theory) ซึ่งมีผู้ศึกษาและให้รายละเอียดเกี่ยวกับทฤษฎี การเรียนรู้ทางสังคมพอสรุปได้ดังนี้ นักจิตวิทยาชาวอเมริกันชื่อ Rotter (1982 อ้างถึงใน วรรณดี สุทธิรินากร และคณะ, 2541) ได้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองที่ให้เห็นความสำคัญ ของจิตลักษณะประการหนึ่งของบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับความสำเร็จที่ว่า “ตนมีความสามารถในการ ทำนายความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุหนึ่งกับผลหนึ่ง และสามารถควบคุมผลของสาเหตุเหล่านั้น ” โดยเรียกว่า ความเชื่ออำนาจ (locus of control) Rotter ได้อธิบายว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง แบ่งได้เป็น 2 ประเภท โดยบุคคลที่เชื่อว่า ผลดีหรือผลเสียต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นมีสาเหตุที่สำคัญ มาจากการกระทำของตนเอง บุคคลเหล่านี้จะถูกจัดอยู่ในกลุ่มที่เรียกว่า ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง (belief in internal locus of control of reinforcement) ส่วนบุคคลอีกประเภทหนึ่งซึ่งมีความ เชื่อว่า ผลดีหรือผลเสียที่เกิดขึ้นกับตนนั้น มีสาเหตุที่สำคัญมาจากโชคเคราะห์ ความบังเอิญ อำนาจ ของคนอื่น หรือสาเหตุอื่น ๆ ที่อยู่นอกเหนือการควบคุมของตน บุคคลประเภทนี้ถูกจัดอยู่ในกลุ่มที่ เรียกว่า ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในอำนาจนอกตน (belief in external locus of control of reinforcement) หรืออาจเรียกได้ว่าเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ บุคคลประเภทนี้เมื่อมีผลเสีย

เกิดขึ้นกับตนก็มักจะกล่าวโทษผู้อื่น หรือสาเหตุอื่น ๆ ที่ไม่ใช่การกระทำของตนว่า เป็นต้นเหตุของผลเสียนั้น ซึ่งความเชื่อมั่นในตนเองประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการ ได้แก่

1. ความสามารถในการทำนาย (predictability) มี 3 ลักษณะ คือ

1.1 ทำนาย สาเหตุที่ถูกต้องและน่าเชื่อถือได้ของผลหนึ่ง ๆ ว่าคืออะไร

1.2 ถ้าสาเหตุที่ตนทราบจากข้อ 1 นั้นปรากฏขึ้น จะทำนายได้ว่า ผลของสาเหตุดังกล่าวนั้นจะเป็นเช่นไร จะเกิดเมื่อใด และในปริมาณเท่าใด

1.3 ในทางกลับกัน เมื่อผลหนึ่ง ๆ ปรากฏขึ้น ไม่ว่าจะเป็ผลดีหรือผลเสียที่เกิดในเวลาและปริมาณต่าง ๆ ก็จะทำนายได้ว่า สาเหตุแท้จริงที่ถูกต้องและน่าเชื่อถือได้ของผลเหล่านี้คืออะไร รวมเรียกอีกนัยหนึ่งว่า การรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุหนึ่งกับผลหนึ่ง

2. ความเชื่อว่าตนสามารถควบคุม (controllability) ให้ผลตามที่ต้องการได้ มี 3 ลักษณะ คือ

2.1 ถ้าต้องการให้ผลดีปรากฏขึ้นอีกหรือปรากฏในปริมาณที่เพิ่มขึ้น ตนก็สามารถทำให้ผลดีนั้นเกิดขึ้นได้ด้วยความพยายามให้มากขึ้นของตนเอง

2.2 ถ้าต้องการหลีกเลี่ยงหรือลดผลเสียที่จะปรากฏ ตนก็สามารถป้องกันไม่ให้เกิดผลเสียนั้นได้ด้วยตนเอง

2.3 เชื่อว่า “ทำมาก ย่อมได้ผลมาก และทำน้อย ย่อมได้ผลน้อย” ตลอดจนมีความเชื่อว่า “ทำดีย่อมได้ผลดีตอบแทน และทำชั่ว ย่อมได้ผลชั่วตอบแทน”

ลัวน สายยศ และอังคณา สายยศ (2543) กล่าวว่า ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเป็นทฤษฎีที่มีความเชื่อว่า กฎเกณฑ์ของสังคมและวัฒนธรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดการพัฒนาจริยธรรม ทฤษฎีนี้พยายามอธิบายกระบวนการเรียนรู้โดยหลักการเสริมแรงและหลักการเชื่อมโยงความสัมพันธ์จากปรากฏการณ์ของสังคม โดย Skinner มีความเชื่อว่าแรงจูงใจที่ทำให้เกิดการพัฒนาการทางสังคมมีรากฐานมาจากความต้องการรางวัลและหลีกเลี่ยงการลงโทษจากสังคม นอกจากนี้ Bandura ได้ศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม โดยมีความคิดว่าการเรียนรู้ทางสังคมเกิดจากการเรียนรู้โดยสังเกต (observation) การเลียนแบบ (imitation) และการเอาอย่างแบบ (modeling) Bandura มีแนวคิดต่างจากกลุ่มของ Skinner ตรงที่การเรียนรู้ไม่จำเป็นต้องมีการเสริมแรง ความสำคัญของการเรียนรู้ คือ กระบวนการเลียนแบบพฤติกรรมของผู้อื่นหรือพิจารณาการกระทำของผู้อื่นแล้วสังเกตผลที่ตามมา

จิราภา เต็งไตรรัตน์ (2550) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของ Bandura แนวคิดว่าการพฤติกรรมของบุคคลเรียนรู้โดยการสังเกต หรือการเลียนแบบ โดยสิ่งแวดล้อมและตัวผู้เรียนมีความสำคัญเท่า ๆ กัน ผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน เนื่องจากการเรียนรู้เกิดการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์หลายอย่างจึงเกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม

และธีระพร อุวรรณโณ (2530) ได้สรุปแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ดังนี้

1. สิ่ง que เรียนรู้ คือ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่าง ๆ เหตุการณ์กับเหตุการณ์หรือพฤติกรรมกับผลที่เกิดจากการกระทำ เมื่อมนุษย์เรียนรู้สิ่งเหล่านี้ก็จะกลายเป็นความเชื่อมั่นที่มีผลในการควบคุมพฤติกรรมมนุษย์

2. วิธีเรียนรู้ คือ การเรียนรู้เกิดจากประสบการณ์ตรงที่เกิดขึ้นโดยตนเองหรือเกิดจากการสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่น นอกจากนี้มนุษย์ยังสามารถเรียนรู้จากการฟังคำบอกเล่าของบุคคลอื่นจากการอ่านสิ่งที่ผู้อื่นบันทึกไว้ ด้วยวิธีการเรียนรู้หลายรูปแบบทำให้มนุษย์เรียนรู้ได้อย่างกว้างขวางและรวดเร็ว

3. ความเชื่อ ผลของการเรียนรู้ของมนุษย์จะพัฒนาเป็นความเชื่อ ความเชื่อของมนุษย์มีบทบาทในการกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ การควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ให้สอดคล้องกับความเชื่อ

4. การควบคุมพฤติกรรมด้วยความคิด ได้แก่ การคิดในเชิงประเมิน โดยตั้งอยู่บนสมมติฐานของความเชื่อที่เกิดจากการเรียนรู้ของมนุษย์ การคิดในเชิงประเมินเช่นนี้นำไปสู่การควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติตามที่ตนตั้งใจไว้

การพัฒนาองค์ประกอบทั้ง 4 นี้จะนำมาซึ่งการสร้างกฎเกณฑ์ทางจริยธรรมที่มนุษย์ใช้เป็นแนวทางประพฤติปฏิบัติในสังคมต่อไป เมื่อพิจารณาแนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองสรุปได้ว่า ผลของการเสริมแรงพฤติกรรมที่ผ่านมาในอดีต ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมด้านความเชื่อแตกต่างกัน บุคคลที่ได้รับการเสริมแรงอย่างสม่ำเสมอและเหมาะสมกับพฤติกรรมของตน จึงมีความเชื่อว่าสามารถควบคุมผลของการกระทำนั้น ซึ่งบุคคลเหล่านี้จัดว่าเป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

Symonds (1964 อ้างถึงใน ธัญญา คนอยู่, 2547) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง คือ บุคคลที่ไม่ยอมจำนนต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยสิ้นเชิงทีเดียว ต่างกับคนที่เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง คือ มีความขลาดกลัว และไม่แน่ใจในตนเอง ซึ่งใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในทางนี้กวาดภาพเอาเองในสิ่งที่ตนต้องการ หรือปรารถนา ไม่ทำตามลำดับขั้นของความเป็นจริง เนื่องจากเกิดความขลาดกลัว หวั่นวิตกจนกลายเป็นคนทำอะไรไม่เป็นเลย อาจกล่าวได้ว่า ปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้คนเราขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คือ ขาดความรู้ ขาดความกล้าหาญในทางที่ชอบธรรม และมีความเกียจคร้าน นอกจากนี้ยังอาจเนื่องมาจาก ความเชื่อที่ฝังลึกอยู่ในจิตใจหรือบางทีก็เป็นผลจากความล้มเหลวในอดีต

ลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

Symonds (1964 อ้างถึงใน ธนัญญา คนอยู่, 2547) มีความเห็นว่า ลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าไม่ยอมจำนนต่อสิ่งใดโดยสิ้นเชิงทีเดียว และความเชื่อมั่นในตนเองจะเกิดขึ้นด้วยองค์ประกอบ 4 อย่าง คือ

1. ทราบในสิ่งที่ต้องการ
2. คิดในสิ่งที่เห็นว่าจะประสบความสำเร็จ
3. สามารถตัดสินใจได้
4. ลงมือกระทำกับสิ่งที่ได้ตัดสินใจแล้ว

ธนัญญา คนอยู่ (2547) ได้สรุปลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองไว้

ดังนี้

1. กล้าในการคิด การพูด และการกระทำ
2. ใจค่อมั่นคง ไม่เชื่อคนง่าย มีเหตุผล
3. รอบคอบ มีการวางแผน
4. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบทำสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ
5. กล้าเสี่ยง
6. ชอบแสดงตัว
7. ไม่วิตกกังวลเกินไป
8. เป็นผู้นำ
9. รักความยุติธรรม
10. ชอบช่วยเหลือหมู่คณะ
11. ชอบอิสระ ไม่โอ้อวด
12. ตั้งจุดมุ่งหมายไว้สูง และคิดว่าจะทำได้สำเร็จ
13. มีความเกรงใจและเห็นใจผู้อื่น

ธีรภาพ วัฒนวิจารณ์ (2545) กล่าวว่า คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นคนที่มีลักษณะมั่นคง ไม่ลังเลในการตัดสินใจ ไม่วิตกกังวลต่อสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็ไม่พุ่มพวยหรือกังวลต่อสิ่งที่เกิดขึ้นไปแล้ว สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ และเมื่อประเมินว่าตนเองไม่พร้อมก็กล้าและมั่นใจที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นคนที่มีลักษณะมั่นคง ไม่ลังเลในการตัดสินใจ ทราบในสิ่งที่ต้องการ ไม่วิตกกังวลต่อสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น คิดในสิ่งที่เห็นว่าจะประสบความสำเร็จ สามารถตัดสินใจได้และลงมือกระทำกับสิ่งที่ได้ตัดสินใจ

3. การวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

การวัดความเชื่อมั่นในตนเองเป็นเรื่องที่วัดได้ยากและซับซ้อน นักจิตวิทยาได้พยายามสร้างเครื่องมือขึ้นมาเพื่อวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งสามารถใช้วัดบุคลิกภาพด้านความเชื่อมั่นในตนเองตามลักษณะที่ต้องการจะวัดเป็นมาตรฐาน ถูกต้อง แม่นยำ และเชื่อถือได้ วิธีการวัดความเชื่อมั่นในตนเองมีหลายวิธีด้วยกัน เช่น การสังเกต การบันทึก การสนทนา การสัมภาษณ์ เป็นต้น

อังคณา บุญสีสอด (2551) กล่าวว่า ถ้าจะให้เครื่องมือมีความเที่ยงตรงสูงควรจะใช้หลาย ๆ วิธีประกอบกัน ซึ่งโดยทั่ว ๆ ไป วิธีที่ใช้วัดมีอยู่ 5 วิธี คือ

1. วิธีการสังเกต เป็นวิธีการสังเกตพฤติกรรมและลักษณะทั่ว ๆ ไป ที่บุคคลแสดงออก ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 แบบด้วยกัน

1.1 การสังเกตแบบควบคุม เป็นการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่ได้จัดไว้โดยเฉพาะ

1.2 การสังเกตโดยทั่วไปในชีวิตประจำวันที่บุคคลแสดงออก วิธีการสังเกตทั้งสองแบบที่กล่าวไว้ข้างต้นต้องบันทึกผลตามที่เห็นจริง โดยไม่นำความรู้สึกส่วนตัวเข้าไปเกี่ยวข้อง ที่สำคัญผู้สังเกตควรจะได้รับ การฝึกฝนมาเป็นที่เรียบร้อยก่อนจึงจะได้ผลดี

2. วิธีการรายงานตนเอง แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

2.1 การวิเคราะห์ตนเอง เป็นวิธีการให้บุคคลประเมินค่าตนเอง แบบวิเคราะห์ตนเองโดยใช้ลักษณะคำถามเป็นแบบปรนัยที่เป็นนามธรรม เช่น ความสนใจในวิชาต่าง ๆ เจตคติต่อสิ่งเร้าแล้วแปลผลเข้าสู่มาตรฐานการวัด

2.2 การสัมภาษณ์ เป็นวิธีการสนทนาระหว่างบุคคล 2 คน อย่างมีจุดมุ่งหมาย โดยผู้สัมภาษณ์เตรียมคำถามมา และจดบันทึกประมาณค่า ทั้งนี้ผู้ถูกสัมภาษณ์จะต้องไม่รู้ตัวว่าถูกทดสอบลักษณะนิสัย

3. วิธีการศึกษาความคิดเห็นจากคนอื่น เป็นวิธีการที่ผู้วัดจะต้องสร้างแบบทดสอบเพื่อใช้ถามบุคคลอื่นว่ามีความรู้สึกเกี่ยวกับบุคคลนั้น ๆ อย่างไร เช่น ครู ผู้ปกครอง และเพื่อน เป็นต้น

4. วิธีการใช้แบบทดสอบ เป็นวิธีการที่นิยมใช้กันมาก โดยมีการสร้างแบบทดสอบประกอบด้วย คำถามหรือข้อความหลายข้อ ซึ่งผู้ทดสอบสร้างขึ้นโดยยึดถือปกติวิสัยของคน โดยทั่ว ๆ ไปเป็นเกณฑ์มาตรฐาน ข้อคำถามหรือสถานการณ์ที่สร้างขึ้นมักจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกของผู้ถูกทดสอบเองหรือสอดคล้องเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม หรือพฤติกรรมที่ปฏิบัติอยู่เป็นประจำ เมื่อตกอยู่ในสภาพการณ์นั้น ๆ ทั้งนี้ผู้ถูกทดสอบต้องร่วมมือกับผู้ทดสอบในการตอบแบบทดสอบ เพื่อให้ได้ผลที่น่าเชื่อถือหรือเป็นไปตามวัตถุประสงค์

5. วิธีการฉายภาพ (projective technique) เป็นวิธีการที่ผู้วัดได้จัดสิ่งเร้าขึ้นมาให้บุคคลได้แสดงพฤติกรรมการตอบสนอง เช่น เล่าเรื่องจากรูปที่นำมาให้ดูตัวอย่าง ได้แก่ แบบทดสอบบอร์ชัคและรูปภาพที่เกิดจากการหยดหมึก ให้สร้างความสัมพันธ์ต่อเนื่องจากคนที่กำหนดให้ ให้เติมข้อความที่ไม่สมบูรณ์ ให้แสดงออกด้วยการวาดภาพ เป็นต้น ซึ่งเทคนิคเหล่านี้จะต้องใช้ผู้ทดสอบที่ได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดีทั้งสิ้น การเลือกวิธีการวัดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นอยู่กับความเหมาะสมทั้งผู้ทดสอบ และผู้ถูกทดสอบ สภาพการณ์ที่ใช้ทดสอบ และสิ่งที่ใช้วัดเพื่อทำการศึกษา

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความเชื่อมั่นในตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Symonds (1964 อ้างถึงใน ธัญญา คนอยู่, 2547: สุพร มูลศรี, 2556), ชูชีพ อ่อนโคกสูง (2516) และธีรภาพ วัฒนวิจารณ์ (2545) คือ จำแนกเป็น 5 องค์ประกอบ ประกอบด้วย ความมั่นคงทางจิตใจ ความกล้า การพึ่งตนเอง ความเป็นตัวของตัวเอง และความสามารถในการปรับตัว

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

จิตตรี แดงริด (2550) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลการศึกษาของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีของโรเจอร์สที่ต่อความรับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีของโรเจอร์ส มีพฤติกรรมความรับผิดชอบสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และมีพฤติกรรม ความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนการได้รับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบกับนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

วาสนา จันทร์จ่าย (2553) ได้ศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) ปัจจัยบางประการ ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจภายในตน การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง และการปรับตัว มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ส่งผลมากที่สุดต่อการพัฒนาตนเอง รองลงมา ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง ความเชื่ออำนาจภายในตน และการปรับตัว

พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ และคณะ (2555) ศึกษาวิจัยเรื่องการศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก มีผลการศึกษาลักษณะใน 5 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านความเป็นตัวของตัวเอง พบว่า วัยรุ่นในบางครั้งขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกลังเลที่จะต้องตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออก อีกทั้งไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนไม่มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น 2) ด้านการรู้จักตนเองพบว่า วัยรุ่นรู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกสับสนต่อตนเอง และวิธีทางดำเนินชีวิต อีกทั้งไม่รู้ว่าจะตนเองถนัดสิ่งใด 3) ด้านวุฒิทางอารมณ์พบว่า วัยรุ่นเมื่อมีอารมณ์โกรธ โมโห หรือไม่พอใจจะมี

การแสดงทางอารมณ์ด้วยคำพูด และท่าทางที่ไม่เหมาะสม 4) ด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิต พบว่าวัยรุ่นขาดการวางแผนการเรียน การวางแผนอาชีพ และการวางแผนชีวิต เพราะยังขาดข้อมูลคำแนะนำ และผู้ที่ให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและถูกต้อง 5) ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล พบว่าวัยรุ่นมีการเลือกคบเพื่อน เพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ จะช่วยเหลือเฉพาะเพื่อนที่อยู่ในกลุ่มของตนเอง ไม่ค่อยยอมรับฟังความคิดเห็น เห็นของผู้อื่น เมื่อมีปัญหาจะมีความรู้สึกไม่กล้าที่จะปรึกษากับคนในครอบครัวของตนเอง ขาดปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวและกับผู้อื่น

สุพร มุลศรี และคณะ (2556) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) ผลการวิจัยพบว่า 1) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเอง มากที่สุด คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง รองลงมาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาตนเองมากที่สุด คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ รองลงมาความเชื่อมั่นในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อการพัฒนาตนเอง คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง รองลงมาความเชื่อมั่นในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง และปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและอ้อม คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ร่มเกล้า ช้างน้อย และวิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา (2558) ได้ศึกษาผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการทดลองจัดกิจกรรม พบว่า หลังเข้าร่วมกิจกรรมเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์มีระดับความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์สูงขึ้นกว่าก่อนร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ผลการเปรียบเทียบระดับความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังเข้าร่วมกิจกรรม พบว่า มีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ณัฐิกา ปิ่นแก้ว (2561) ศึกษาเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชนเผ่ากะเหรี่ยง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านหัวแม่สุริน จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนชนเผ่ากะเหรี่ยง โรงเรียนบ้านหัวแม่สุริน จังหวัดแม่ฮ่องสอน ที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันทั้งในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง

เหียงวัน วันหงอก (2563) ศึกษาวิจัยเรื่องผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผลของการวิจัยพบว่า 1 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2. หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่มีอยู่ในการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ โดยมีความมั่นใจในตนเอง ไม่รู้สึกกลัวที่จะต้องตัดสินใจ กล้าแสดงออก อีกทั้งกล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนมีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

การมองโลกในแง่ดี

1. ความหมายของการมองโลกในแง่ดี

English (1992 อ้างถึงใน ปิยะวดี ลิขิตบำรุง, 2547) ให้ความหมาย การมองโลกในแง่ดี คือ เจตคติในทางส่วนบุคคลที่จะเลือกโต้ตอบตามสถานการณ์ต่าง ๆ ในแต่ละวัน โดยปรับเปลี่ยนเจตคติในทางที่ควบคุมตนเองได้และมีความพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น

Seligman (1998 อ้างถึงใน สุมาลี พัวชู, 2547) ให้ความหมายการมองโลกในแง่ดีว่า หมายถึง ความคิดความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต โดยใช้รูปแบบการอธิบาย ให้เหตุผลตนเอง แบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ

1. ความคงทนถาวรของเหตุการณ์ว่าเหตุการณ์นั้นเกิดแบบชั่วคราวหรือถาวร
2. ความเป็นตนเอง ซึ่งเป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่า เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเพราะตนเองหรือบุคคลอื่น
3. ความครอบคลุมของเหตุการณ์ว่าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเฉพาะบุคคลหรือว่าเกิดกับคนทั่วไป

ประเวศ วะสี (2541) ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่า หมายถึง การมองโลกแบบพหุลักษณะ คือ การมอง 2 ด้าน นั่นคือ การมองลักษณะของสิ่งต่าง ๆ ทั้งด้านที่เป็นคุณและด้านที่เป็นโทษ การมองโลกในแง่ดีนั้นเป็นการมองสิ่งต่าง ๆ ในด้านที่เป็นคุณ

นิตยา คชภักดี (2542) ให้ความหมายการมองโลกในแง่ดี คือ การที่คนเราสามารถยอมรับและรู้จักตนเอง ซึ่งทำให้สามารถตั้งความคาดหวังที่เป็นจริงเหมาะสมสำหรับตนได้

สรุปได้ว่า การมองโลกในแง่ดี หมายถึง คุณลักษณะของเด็กและเยาวชนในการคิดมีความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต เลือกโต้ตอบสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อดังกล่าวไปในทางที่ควบคุมตนเองและพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี

Seligman (1998 อ้างถึงใน อรพินทร์ ชูชม, 2544) ได้เสนอรูปแบบการอธิบายตนเอง (explanatory style) ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคล จากการบรรยายตนเองสามารถบ่งบอกได้ว่า บุคคลนั้นมีมุมมองชีวิตในลักษณะไหน เป็นการมองโลกในแง่ดีหรือการมองโลกในแง่ร้าย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งรูปแบบการอธิบายตนเองของบุคคลต่าง ๆ ประกอบด้วยมิติที่สำคัญ 3 มิติ ดังนี้

1. ความคงทนถาวร (permanence) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองโดยบุคคลมีความเชื่อว่า สาเหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นถาวร หรือเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นชั่วคราว ลักษณะการอธิบายในรูปความเชื่อว่า สิ่งที่เป็นสาเหตุตามมิตินี้เป็นเรื่องกาลเวลาว่ามีความคงทนถาวรหรือไม่ ซึ่งจะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดีและคนที่มองโลกในแง่ร้าย ตามลักษณะเหตุการณ์ ดังนี้

เหตุการณ์ที่ดี: คนที่มองโลกในแง่ดี จะเชื่อว่าสิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองมาจากสาเหตุที่คงทนถาวร เช่น คุณลักษณะและความสามารถ แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่ดี ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว เช่น สภาวะอารมณ์และความพยายาม ดังนั้นบุคคลกลุ่มที่มองโลกในแง่ร้าย อาจจะไม่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากเชื่อว่าความสำเร็จเป็นเรื่องของความบังเอิญ

เหตุการณ์ที่ไม่ดี: คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่เกิดสิ่งที่ไม่ดีกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว ทำให้บุคคลกลุ่มนี้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะยอมแพ้ต่ออุปสรรคได้อย่างง่ายดาย เพราะเชื่อว่าสิ่งที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้น จะเกิดขึ้นถาวรและตลอดไป

2. ความครอบคลุม (pervasiveness) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่า สาเหตุของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นมีความเฉพาะ (specific) หรือเป็นสิ่งที่สากลทั่วไป (universal) โดยที่ลักษณะการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดีและคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังนี้

เหตุการณ์ที่ดี: คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองเป็นสิ่งที่สากลทั่วไป แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุที่เกิดขึ้นจากปัจจัยที่มีความเฉพาะ

เหตุการณ์ที่ไม่ดี: คนที่มองโลกในแง่ดี จะเชื่อว่าสิ่งที่เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นเฉพาะกับเหตุการณ์นั้นเท่านั้น แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่เลวร้ายที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสาเหตุที่สากลทั่วไปเกิดขึ้นทุกโอกาส

3. ความเป็นตนเอง (personalization) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่า สาเหตุของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเกิดมาจากตนเอง (internal) หรือเกิดมาจากสาเหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดีและคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังนี้

เหตุการณ์ที่ดี: คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าตนเองเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ดี แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าเหตุการณ์ที่ดีเกิดจากคนอื่นหรือสถานการณ์อื่น

เหตุการณ์ที่ไม่ดี: คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ไม่ดีกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากบุคคลอื่นหรือสถานการณ์ภายนอกอื่น เพื่อที่บุคคลนั้นจะไม่ได้สูญเสียความภาคภูมิใจในตนเอง แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะต้องตำหนิตนเองว่าสาเหตุที่เกิดสิ่งไม่ดีขึ้นนั้นมาจากตนเอง ดังนั้น เมื่อประสบความล้มเหลวจะก่อให้เกิดความรู้สึกด้อยคุณค่าในตนเอง

3. การวัดการมองโลกในแง่ดี

การวัดการมองโลกในแง่ดี สามารถวัดได้จากรูปแบบการอธิบายสาเหตุ ซึ่งมีวิธีการวัด 2 วิธี คือ (อรพินทร์ ชูชม, 2544)

1. แบบสอบถามการอธิบายสาเหตุ เป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเพื่อใช้วัดการอธิบายในสถานการณ์ที่หลากหลาย มากกว่าที่จะใช้วัดรูปแบบการอธิบายสาเหตุในสถานการณ์เฉพาะ ประกอบด้วย เหตุการณ์สมมติ 12 สถานการณ์ แบ่งเป็นสถานการณ์ทางบวกและสถานการณ์ทางลบ อย่างละ 6 สถานการณ์ แต่ละสถานการณ์ประกอบด้วย 3 มาตรการย่อย ซึ่งใช้วัด 3 มิติ คือ มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติแห่งความคงทนถาวรของสาเหตุ และมิติแห่งความสามารถในการควบคุมสาเหตุ ในแต่ละสถานการณ์จะมีคำถามให้ตอบ 4 ข้อย่อย ข้อแรกถามถึงสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้น ซึ่งไม่ได้นำมาคิดคะแนน ส่วนอีก 3 ข้อหลังถามเกี่ยวกับสาเหตุของเหตุการณ์นั้น ใน 3 มิติ การคิดคะแนนจะแยกกันระหว่างสถานการณ์ทางบวกและสถานการณ์ทางลบ โดยแบ่งออกเป็นคะแนนเฉลี่ยในแต่ละมิติ คะแนนรวมทางบวก คะแนนรวมทางลบ และคะแนนรวม

2. มาตรการวัดการมองโลกในแง่ดี ใช้สำหรับวัดคุณลักษณะนิสัยการมองโลก จากรูปแบบการอธิบายสถานการณ์ทางบวกและทางลบ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับสถานการณ์ประจำวัน 48 ข้อ แบ่งเป็นสถานการณ์ทางบวกและสถานการณ์ทางลบอย่างละ 24 ข้อ โดยแบ่งเป็นข้อที่วัดในมิติแห่งแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติแห่งความคงทนถาวรของสาเหตุ และมิติแห่งความสามารถในการควบคุมสาเหตุอย่างละ 16 ข้อ ลักษณะการตอบคำถามเป็นลักษณะบังคับให้เลือกตอบ แต่ละสถานการณ์ประกอบด้วย 2 ตัวเลือก ให้ผู้ตอบทำเครื่องหมายกากบาทลงในข้อที่ตรงกับความรู้สึกของตนให้มากที่สุด การให้คะแนนรายข้อ แต่ละข้อจะมีคะแนนเป็น 0 – 1 ขึ้นอยู่กับว่าผู้ตอบจะเลือกตอบข้อใด คะแนนจะถูกรวมเป็นรายมิติ

3. ใช้การวิเคราะห์เนื้อหาคำพูด (the content analysis of verbatim explanation) เป็นวิธีการศึกษาอันเวลา เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการตอบ หรือไม่สามารถตอบแบบสอบถามได้ การใช้การวิเคราะห์เนื้อหาของคำพูดในการศึกษารูปแบบการอธิบายของบุคคล

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการมองโลกในแง่ดี โดยใช้กรอบแนวคิดของ Seligman (1998 อ้างถึงใน อรพินทร์ ชุมชม, 2544: สุพร มูลศรี, 2556) คือ แยกเป็นตัวแปรที่สังเกตได้ 3 ตัว ประกอบด้วย ความคงทนถาวร ความครอบคลุม และความเป็นตนเอง

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี

วรางคณา รัชตะวรรณ (2554) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาและพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม ผลการศึกษา พบว่า 1) โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันการมองโลกในแง่ดี ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ความคาดหวังเชิงบวก การรับรู้ความสามารถของตนเอง การกำกับตนเอง การเผชิญปัญหา และรูปแบบการอธิบาย ซึ่งโมเดลการมองโลกในแง่ดีมีความเหมาะสมพอดีกับข้อมูลเชิงประจักษ์ มีน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานอยู่ในเกณฑ์สูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสามารถวัดองค์ประกอบ การมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นได้ 2) ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่น พบว่า 1) การมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รัชดา อรหันตา และกาญจนา ไชยพันธุ์ (2557) ศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมความคิดเชิงบวกที่มีต่อความเข้มแข็งทางจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการศึกษาพบว่า 1) ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมความคิดเชิงบวก กลุ่มทดลองมีคะแนนความเข้มแข็งทางจิตใจสูงกว่าก่อนการทดลอง และ 2) กลุ่มทดลองมีคะแนนความเข้มแข็งทางจิตใจสูงกว่า กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศิรินยา จิระเจริญพงศ์ (2556) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 11 ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรทุกตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการคิดเชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และโมเดลปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวก ตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยการคิดเชิงบวก ได้รับอิทธิพลรวมสูงสุดมาจากการสนับสนุนทางสังคมของครู รองลงมา คือ การรับรู้ ความสามารถของตนเอง ประสบการณ์ชีวิต การควบคุมตนเอง และการอบรมเลี้ยงดู แบบใช้เหตุผล ตามลำดับ ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงสูงสุด คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง รองลงมา คือ การกำกับตนเอง การสนับสนุนทางสังคมของครู และ ประสบการณ์ชีวิต ตามลำดับ ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมสูงสุด คือ การสนับสนุนทางสังคมของครู

รองลงมา คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ประสบการณ์ชีวิต และการรับรู้ความสามารถของตนเอง ตามลำดับ โดยตัวแปรทั้ง 5 ตัว ร่วมอธิบายความแปรปรวนของการคิดเชิงบวกได้ ร้อยละ 70.6 จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ความคิดเชิงบวกเป็นสิ่งที่สามารถสร้างและพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ทุกเพศทุกวัย ซึ่งความคิดเชิงบวกนั้น มีส่วนสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดการมองโลกในแง่ดี ทั้งกับตัวเอง ผู้อื่น รวมถึงปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ไปในทาง ที่ดีเสมอ รู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มีคุณค่าเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

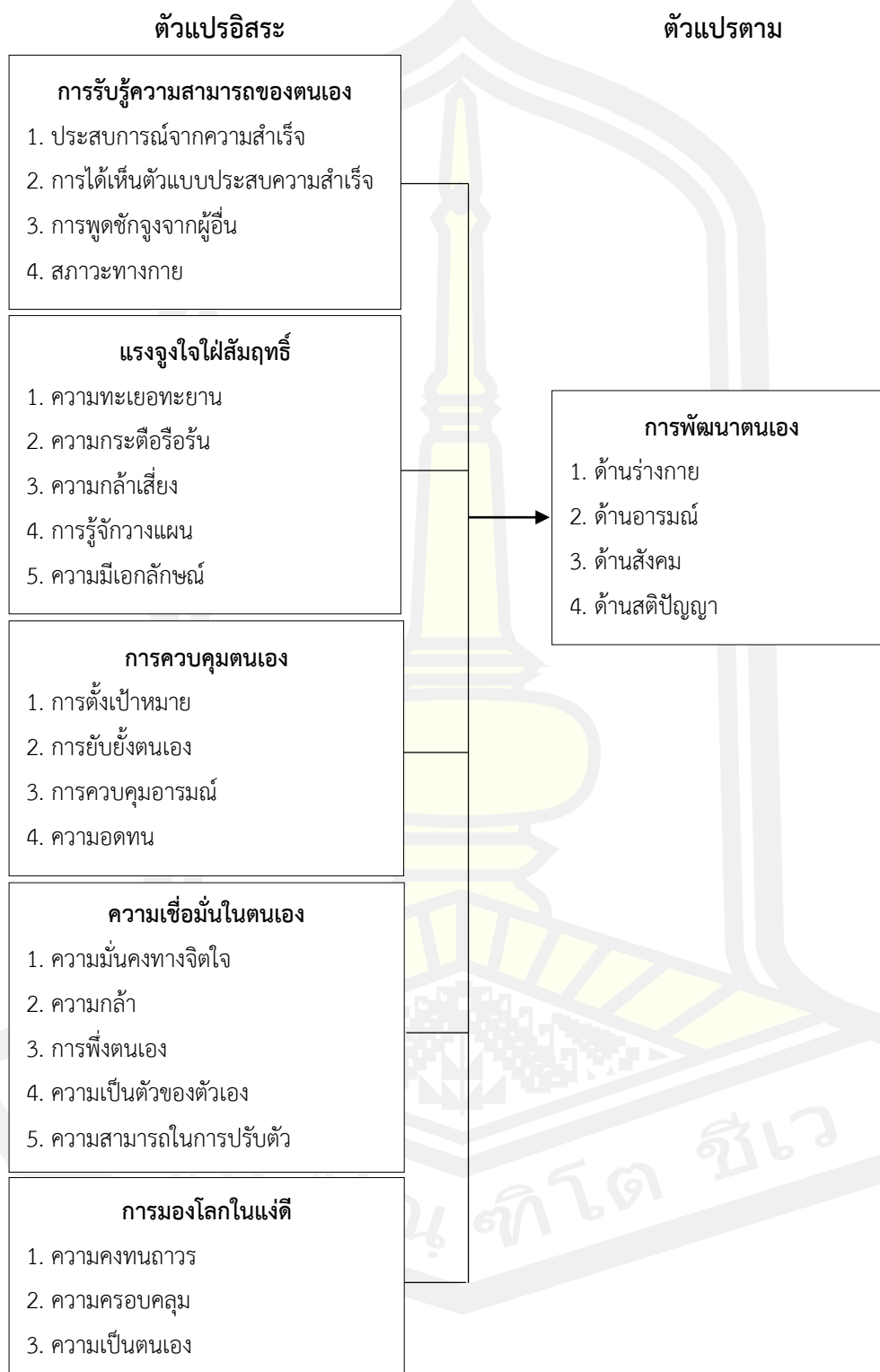
ณัฐนันท์ พิมพาพทย์ (2560) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความคิดเชิงบวกที่มีต่อพลังสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิด ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความคิดเชิงบวก มีพลังสุขภาพจิต สูงกว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างความคิดเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความคิดเชิงบวกมีพลังสุขภาพจิต สูงกว่าเด็กและเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความคิดเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01
3. เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความคิดเชิงบวกมีพลังสุขภาพจิต ในระยะหลัง การทดลองและในระยะติดตามผล 1 เดือน ไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญ .01

มะลิสสา สุธารัตน์ (2561) ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ จังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์ เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีสูงกว่าของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) ความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์ เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี อยู่ในระดับมาก

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี พบว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นการที่บุคคลสามารถมองเห็นถึงสาเหตุหรือคุณลักษณะของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในทางบวก การมีความคิดคาดหวังแต่เรื่องดีและเข้าใจในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ร่วมกับการรับมือที่พร้อมปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ของปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ ด้วยความเข้าใจว่าในชีวิตย่อมมีเหตุการณ์ที่ดีและร้าย ดังนั้น การมองโลกในแง่ดี และสามารถปรับตัวกับทุกสถานการณ์จึงเป็นแนวทางที่เหมาะสมและสามารถนำไปปรับใช้กับชีวิตได้

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพประกอบ 4 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าตามขั้นตอน ดังนี้

1. ประชากรและตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. วิธีดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ เด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาที่ต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 ประจำปี พ.ศ. 2564 ที่ได้รับมาตรการแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 (ซึ่งเป็นมาตรการที่ศาลนำมาใช้แทนการพิพากษาคดีเด็กและเยาวชน กรณีที่ศาลเห็นว่าเด็กและเยาวชนมีพฤติการณ์ในการกระทำความผิดที่ไม่เป็นภัยร้ายแรงและมีแนวโน้มปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้) จำนวน 1,140 คน ปรากฏดังตารางต่อไปนี้

พหุบัณฑิต ชีวะ

ตาราง 2 จำนวนเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ซึ่งได้รับมาตรการพิเศษแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 ประจําปี พ.ศ. 2564 จำแนกตามหน่วยงาน

หน่วยงานศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจําภาค 4	จำนวนเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา (คน)
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดกาฬสินธุ์	120
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดขอนแก่น	259
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดนครพนม	33
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดบึงกาฬ	36
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม	116
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดร้อยเอ็ด	69
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดเลย	48
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดสกลนคร	93
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดหนองคาย	87
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดหนองบัวลำภู	53
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดอุดรธานี	185
รวม	1,140

2. ตัวอย่าง

จากเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา รวมทั้งหมด 1,140 คน (ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจําภาค 4) ซึ่งกำหนดขนาดตัวอย่างได้ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 การกำหนดขนาดของตัวอย่าง

กำหนดขนาดตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*Power 3.1.9.4 สำหรับการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) โดยกำหนดระดับนัยสําคัญทางสถิติ 0.05 (α) อำนาจการทดสอบ (Power) 0.95 และขนาดอิทธิพลระดับกลาง (medium effect size) 0.15 และได้เพิ่มจำนวนตัวอย่างอีกร้อยละ 10 เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนของข้อมูล เช่น การตอบไม่สมบูรณ์ รวมถึงความคลาดเคลื่อนอื่น ๆ ที่อาจเกิดขึ้น จึงได้ตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 420 คน

2.2 วิธีการได้มาซึ่งตัวอย่าง

ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยแบ่งตามหน่วยงาน ตัวอย่างการคำนวณ ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดกาฬสินธุ์ = $\frac{120 \times 420}{1,140} = 44$ คน

ตาราง 3 การสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ จำแนกตามหน่วยงานศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4

หน่วยงานศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำปีภาค 4	จำนวนเด็กและเยาวชน ผู้กระทำความผิดทางอาญา (คน)	สัดส่วนของ ตัวอย่าง (คน)
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดกาฬสินธุ์	120	44
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดขอนแก่น	259	95
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดนครพนม	33	12
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดบึงกาฬ	36	13
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม	116	43
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมุกดาหาร	41	15
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดร้อยเอ็ด	69	26
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดเลย	48	18
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดสกลนคร	93	34
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดหนองคาย	87	32
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดหนองบัวลำภู	53	20
ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดอุดรธานี	185	68
รวม	1,140	420

ลำดับต่อไป ผู้วิจัยจะนำตัวอย่างมาทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับฉลาก เพื่อให้ตัวอย่างย่อยทุกหน่วย มีโอกาสถูกเลือกเท่า ๆ กัน โดยการเขียนหมายเลขให้เท่ากับจำนวนทั้งหมดไว้ในใส่ภาชนะ และทำการจับหมายเลขกับหน่วยงานนั้น ๆ ปรากฏข้อมูลตัวอย่างที่ได้ ดังตารางต่อไปนี้

ตาราง 4 ข้อมูลทั่วไปของตัวอย่างจำแนกตาม เพศ อายุ ฐานความผิด การศึกษาในปัจจุบัน และพักอาศัยกับใครในปัจจุบัน

ข้อมูลทั่วไป	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
เพศ		
1. ชาย	373	88.8
2. หญิง	47	11.2
รวม	420	100.0
อายุ		
1. 13 – 15 ปี	84	20.0
2. 16 – 18 ปี	323	76.9
3. มากกว่า 18 ปี	13	3.1
รวม	420	100.0
ฐานความผิด		
1. ยาเสพติด	253	60.2
2. ความผิดต่อร่างกาย	55	13.1
3. ความผิดเกี่ยวกับเพศ	22	5.2
4. ลักทรัพย์	33	7.9
5. จราจร	27	6.4
6. อื่นๆ	30	7.1
รวม	420	100.0
การศึกษาในปัจจุบัน		
1. มัธยมศึกษาตอนต้น	68	16.2
2. มัธยมศึกษาตอนปลาย	57	13.6
3. ปวช.1-3	59	14.0
4. กศน. ม.ต้น	140	33.3
5. กศน. ม.ปลาย	50	11.9
6. ไม่ได้ศึกษา	46	11.0
รวม	420	100.0

ตาราง 4 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ		
1. บิดาและมารดา	157	37.4
2. บิดา	33	7.9
3. มารดา	63	15.0
4. บุคคลอื่นๆ	167	39.8
รวม	420	100.0

จากตาราง 4 พบว่า ตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 373 คน (ร้อยละ 88.8) และเพศหญิง จำนวน 47 คน (ร้อยละ 11.2) อยู่ในช่วงอายุ 16-18 ปี จำนวน 323 คน (ร้อยละ 76.9) ช่วงอายุ 13-15 ปี จำนวน 84 คน (ร้อยละ 20.0) และมีอายุมากกว่า 18 ปี จำนวน 13 คน (ร้อยละ 3.1) ส่วนใหญ่กระทำความผิดเกี่ยวกับยาเสพติด จำนวน 253 คน (ร้อยละ 60.2) รองลงมา คือ ความผิดต่อร่างกาย จำนวน 55 คน (ร้อยละ 13.1) และลักทรัพย์ จำนวน 33 คน (ร้อยละ 7.9) เป็นต้น และพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กำลังศึกษา กศน. ในระดับ ม.ต้น จำนวน 140 คน (ร้อยละ 33.3) รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 68 คน (ร้อยละ 16.2) และ ปวช. 1-3 จำนวน 59 คน (ร้อยละ 14.0) เป็นต้น อีกทั้งยังพบว่า ในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างได้อาศัยอยู่กับญาติ/อื่น ๆ จำนวน 167 คน (ร้อยละ 39.8) ซึ่งมากกว่าอาศัยอยู่กับบิดาและมารดาที่มี จำนวน 157 คน (ร้อยละ 37.4) นอกจากนั้นกลุ่มตัวอย่างได้อาศัยอยู่กับมารดาจำนวน 63 คน (ร้อยละ 15.0) และอาศัยอยู่กับบิดา จำนวน 33 คน (ร้อยละ 7.9) ตามลำดับ

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแบบวัด เพื่อใช้สังเคราะห์องค์ประกอบในแต่ละแบบวัด
2. เขียนนิยามเชิงปฏิบัติการ จากนิยามศัพท์เฉพาะนำมาสร้างข้อคำถามเพื่อใช้ในการวัดตัวแปรต่าง ๆ โดยศึกษาลักษณะการสร้างข้อคำถามจากเอกสารที่เกี่ยวข้องและแบบวัดมาตรฐานประมาณค่า (rating scale) ที่ได้วิจัยเรื่องคล้ายกัน โดยปรับปรุงภาษาให้เหมาะสมกับตัวอย่างและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะโดยลักษณะของมาตรฐานค่า แบ่งออกเป็น 1 ฉบับ 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ประกอบด้วย เพศ อายุ ฐานความผิด ระดับการศึกษา สูงสุด และอาศัยอยู่กับใครในปัจจุบัน

ตอนที่ 2 แบบวัดการพัฒนาตนเอง เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยใช้การวิเคราะห์ องค์ประกอบการพัฒนาตนเองจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง (เรียม ศรีทอง, 2542: รุ่งฤดี กิจควร, 2548: สงวน สุทธิเลิศอรุณ, 2545) เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำแนกเป็น 4 องค์ประกอบ จำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วย

- | | | |
|-----------------|-------|-------|
| 1. ด้านร่างกาย | จำนวน | 4 ข้อ |
| 2. ด้านอารมณ์ | จำนวน | 4 ข้อ |
| 3. ด้านสังคม | จำนวน | 4 ข้อ |
| 4. ด้านสติปัญญา | จำนวน | 4 ข้อ |

ตอนที่ 3 แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยใช้กรอบแนวคิดของ Bandura (1986 อ้างถึงใน ภัทราภรณ์ สังข์ทอง, 2550: สุพร มูลศรี, 2556: วาสนา จันทร์จ่าย, 2553) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำแนกเป็น 4 องค์ประกอบ จำนวน 8 ข้อ ประกอบด้วย

- | | | |
|------------------------------------|-------|-------|
| 1. ประสบการณ์จากความสำเร็จ | จำนวน | 2 ข้อ |
| 2. การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ | จำนวน | 2 ข้อ |
| 3. การพูดชักจูงจากผู้อื่น | จำนวน | 2 ข้อ |
| 4. สภาวะทางกาย | จำนวน | 2 ข้อ |

ตอนที่ 4 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยใช้กรอบแนวคิดของ McClelland (1961 อ้างถึงใน ศิวพร ไชยพะยอม, 2550: สมใจ จุฑาผาด, 2549: สุพร มูลศรี, 2556) เป็นแบบมาตราส่วน ประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำแนกเป็น 5 องค์ประกอบ จำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วย

- | | | |
|---------------------|-------|-------|
| 1. ความทะเยอทะยาน | จำนวน | 2 ข้อ |
| 2. ความกระตือรือร้น | จำนวน | 2 ข้อ |
| 3. ความกล้าเสี่ยง | จำนวน | 2 ข้อ |
| 4. การรู้จักวางแผน | จำนวน | 2 ข้อ |
| 5. ความมีเอกลักษณ์ | จำนวน | 2 ข้อ |

ตอนที่ 5 แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Symonds (1964 อ้างถึงใน ธัญญา คนอยู่, 2547: สุพร มูลศรี, 2556; ชีรภาพ วัฒนวิจารณ์, 2545) เป็นแบบ มาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำแนกเป็น 5 องค์ประกอบ จำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วย

1. ความมั่นคงทางจิตใจ	จำนวน	2 ข้อ
2. ความกล้า	จำนวน	2 ข้อ
3. การพึ่งตนเอง	จำนวน	2 ข้อ
4. ความเป็นตัวของตัวเอง	จำนวน	2 ข้อ
5. ความสามารถในการปรับตัว	จำนวน	2 ข้อ

ตอนที่ 6 แบบวัดการควบคุมตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ Reckless (1967 อ้างถึงใน จรรยา สุวรรณทัต, 2533) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำแนกเป็น 4 องค์ประกอบ จำนวน 8 ข้อ ประกอบด้วย

1. การตั้งเป้าหมาย	จำนวน	2 ข้อ
2. การยับยั้งตนเอง	จำนวน	2 ข้อ
3. การควบคุมอารมณ์	จำนวน	2 ข้อ
4. ความอดทน	จำนวน	2 ข้อ

ตอนที่ 7 แบบวัดการมองโลกในแง่ดี โดยใช้กรอบแนวคิดของ Seligman (1998 อ้างถึงใน อรพินทร์ ชูชม, 2544: สุพร มุลศรี, 2556) เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำแนกเป็น 3 องค์ประกอบ จำนวน 9 ข้อ ประกอบด้วย

1. ความคงทนถาวร	จำนวน	3 ข้อ
2. ความครอบคลุม	จำนวน	3 ข้อ
3. ความเป็นตนเอง	จำนวน	3 ข้อ

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบวัด ประกอบด้วย แบบวัดการพัฒนาตนเอง แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง แบบวัดการควบคุมตนเอง และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ ตามวิธีของ Likert โดยกำหนดเกณฑ์การตรวจให้คะแนนของแบบวัด ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2554)

คำถามเชิงนิมิตหรือเชิงบวก (positive scale)

มากที่สุด	เท่ากับ	5 คะแนน
มาก	เท่ากับ	4 คะแนน
ปานกลาง	เท่ากับ	3 คะแนน
น้อย	เท่ากับ	2 คะแนน
น้อยที่สุด	เท่ากับ	1 คะแนน

คำถามเชิงนิเสธหรือเชิงลบ (negative scale)

มากที่สุด	เท่ากับ	1	คะแนน
มาก	เท่ากับ	2	คะแนน
ปานกลาง	เท่ากับ	3	คะแนน
น้อย	เท่ากับ	4	คะแนน
น้อยที่สุด	เท่ากับ	5	คะแนน

ตาราง 5 ข้อคำถามเชิงนิเสธหรือเชิงบวกและเชิงนิเสธหรือเชิงลบ

คำถามเชิงนิเสธหรือเชิงบวก	คำถามเชิงนิเสธหรือเชิงลบ
แบบวัดการพัฒนาตนเอง	
1, 2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	3, 4, 6
แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง	
1, 3, 4, 5, 6	2, 7, 8
แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	
1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	2
แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง	
1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10	2, 4
แบบวัดการควบคุมตนเอง	
1, 3, 5, 7, 8	2, 4, 6
แบบวัดการมองโลกในแง่ดี	
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	9

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ค่าเฉลี่ยในการแปลผล ซึ่งผลจากการคำนวณความกว้างของอันตรภาคชั้น
ดังนี้ (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2550)

$$\begin{aligned}
 \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{ข้อมูลที่มีค่าสูงสุด} - \text{ข้อมูลที่มีค่าต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\
 &= \frac{5 - 1}{5} \\
 &= 0.80
 \end{aligned}$$

ดังนั้น การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยได้กำหนดเกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ความหมาย
4.21 – 5.00	มากที่สุด
3.41 – 4.20	มาก
2.61 – 3.40	ปานกลาง
1.81 – 2.60	น้อย
1.00 – 1.80	น้อยที่สุด

การหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้วิจัยศึกษาความรู้จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดขอบเขตของการวิจัย และศึกษาวิธีการสร้างแบบวัดเพื่อให้มีความชัดเจนตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2. ร่างแบบวัดที่จะใช้ในการวิจัย เพื่อนำเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาตรวจแก้ไขเนื้อหาและสำนวนภาษาที่ใช้ ตลอดจนความถูกต้องเหมาะสม

3. นำแบบวัดที่แก้ไขเรียบร้อยแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเพื่อพิจารณาความเหมาะสมของเครื่องมือ ผู้เชี่ยวชาญประกอบด้วย 5 ท่าน ได้แก่

3.1 รองศาสตราจารย์ ดร.บุญชม ศรีสะอาด อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและพัฒนาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

3.2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐภูมิ อรินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

3.3 อาจารย์ ดร.สุรเดช ประยูรศักดิ์ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

3.4 อาจารย์ ดร.ชนิดา พิมพ์ศรี อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

3.5 อาจารย์ ดร.วรางคณา รัชตะวรรณ อาจารย์ประจำภาควิชาฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ วิทยาลัยราชสุตา มหาวิทยาลัยมหิดล

โดยผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยพิจารณาความสอดคล้องระหว่างนิยามเชิงปฏิบัติการแต่ละด้านกับข้อความ ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ให้คะแนน +1 เมื่อแน่ใจว่าข้อความนั้นสอดคล้องกับนิยามศัพท์

ให้คะแนน 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อความนั้นสอดคล้องกับนิยามศัพท์

ให้คะแนน -1 เมื่อแน่ใจว่าข้อความไม่สอดคล้องกับนิยามศัพท์

4. วิเคราะห์ข้อมูลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ โดยใช้สูตร IOC (index of item objective congruence) (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555) เพื่อหาค่าดัชนีความสอดคล้องและพิจารณาคัดเลือกข้อคำถามที่มีคะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 0.50 ถึง 1.00

5. ปรับปรุงแก้ไขแบบวัดตามที่คุณผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะ แล้วนำมาหาค่าคุณภาพ ผลการประเมินความสอดคล้องมีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 0.60 ถึง 1.00 ที่เป็นข้อคำถามที่มีความเที่ยงตรงตามเกณฑ์ แล้วนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบอีกครั้ง ก่อนนำไปทดลองใช้

6. นำแบบวัดไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกับตัวอย่าง จำนวน 40 คน ได้แก่ เด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ซึ่งได้รับมาตรการพิเศษแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 ประจําปี พ.ศ. 2565 ของศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม จำนวน 10 คน ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 10 คน ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดกาฬสินธุ์ จำนวน 10 คน และศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดสกลนคร จำนวน 10 คน รวมทั้งสิ้น 40 คน แล้วนำผลทดลองมาวิเคราะห์คุณภาพโดยใช้วิธีการทางสถิติ ดังนี้

6.1 หาค่าอำนาจจําแนกเป็นรายข้อ โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation) ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (item total correlation) ซึ่งข้อคำถามที่มีคุณภาพจะต้องมีค่าอำนาจจําแนกมากกว่า 0.33 พบว่า แบบวัดที่จะใช้ในการวิจัย มีค่าอำนาจจําแนกตั้งแต่ 0.33 ถึง 0.72

6.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ โดยใช้วิธี Cronbach คือ การหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha-coefficient) (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555) และเลือกข้อคำถามที่มีค่าแอลฟาเท่ากับ .7 ขึ้นไป พบว่า แบบวัดที่จะใช้ในการวิจัยมีความเชื่อมั่นตั้งแต่ 0.80 ถึง 0.84

7. นำข้อคำถามที่ได้คุณภาพไปจัดพิมพ์เป็นแบบวัดฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิจัยต่อไป

ตาราง 6 สรุปเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือ	การตรวจสอบ ความตรง (IOC) จากผู้เชี่ยวชาญ (n = 5)	ผลการ Try out อำนาจจำแนก (r)	สรุปคุณภาพ		
			จำนวนข้อ ที่ใช้จริง	อำนาจ จำแนก	ความ เชื่อมั่น
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป					
ตอนที่ 2 แบบวัดการพัฒนาตนเอง ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้					
การพัฒนา ตนเอง	0.40 ถึง 1.00 ผ่านเกณฑ์ระหว่าง 0.60 ถึง 1.00 จำนวน 23 ข้อ	0.10 ถึง 0.62 ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ 0.33 ขึ้นไป จำนวน 18 ข้อ	16	0.33 ถึง 0.62	0.83
ตอนที่ 3 แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง					
การรับรู้ ความสามารถ ของตนเอง	0.60 ถึง 1.0 ผ่านเกณฑ์ 12 ข้อ	0.18 ถึง 0.57 ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ 0.33 ขึ้นไป จำนวน 9 ข้อ	8	0.33 ถึง 0.57	0.81
ตอนที่ 4 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์					
แรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์	0.60 ถึง 1.00 ผ่านเกณฑ์ 15 ข้อ	0.27 ถึง 0.57 ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ 0.33 ขึ้นไป จำนวน 10 ข้อ	10	0.44 ถึง 0.57	0.84
ตอนที่ 5 แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง					
ความเชื่อมั่น ในตนเอง	0.60 ถึง 1.00 ผ่านเกณฑ์ 15 ข้อ	0.23 ถึง 0.68 ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ 0.33 ขึ้นไป จำนวน 12 ข้อ	10	0.33 ถึง 0.68	0.82

ตาราง 6 (ต่อ)

เครื่องมือ	การตรวจสอบ ความตรง (IOC) จากผู้เชี่ยวชาญ (n = 5)	ผลการ Try out	สรุปคุณภาพ		
		อำนาจจำแนก (r)	จำนวนข้อ ที่ใช้จริง	อำนาจ จำแนก	ความ เชื่อมั่น
ตอนที่ 6 แบบวัดการควบคุมตนเอง					
การควบคุม ตนเอง	0.60 ถึง 1.00 ผ่านเกณฑ์ 12 ข้อ	0.29 ถึง 0.64 ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ 0.33 ขึ้นไป จำนวน 11 ข้อ	8	0.37 ถึง 0.64	0.80
ตอนที่ 7 แบบวัดการมองโลกในแง่ดี					
การมองโลก ในแง่ดี	0.60 ถึง 1.00 ผ่านเกณฑ์ 9 ข้อ	0.36 ถึง 0.72 ผ่านเกณฑ์ตั้งแต่ 0.33 ขึ้นไป จำนวน 9 ข้อ	9	0.36 ถึง 0.72	0.82

วิธีดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล ดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยเสนอโครงร่างวิจัยเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมในการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาการวิจัยในมนุษย์
2. ผู้วิจัยติดต่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลจากอธิบดีผู้พิพากษาศาล 4 จากนั้นผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์ไปยังผู้พิพากษาหัวหน้าศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำนวน 12 หน่วยงาน
3. เมื่อได้รับอนุญาตให้ดำเนินการเก็บข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนักจิตวิทยาประจำศาลฯ เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัย รวมถึงขั้นตอนวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. นักจิตวิทยาประจำศาลฯ มีการชี้แจงรายละเอียดและขอความยินยอมจากเด็กเยาวชน และผู้ปกครองก่อนจึงดำเนินการเก็บข้อมูล

5. จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดที่เก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแล้วคัดเลือกแบบวัดที่สมบูรณ์ นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่รวบรวมมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ซึ่งมีขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์หาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มี 1 ฉบับ ประกอบด้วย 7 ตอน ได้แก่ ข้อมูลทั่วไป แบบวัดการพัฒนาตนเอง แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง แบบวัดการควบคุมตนเอง และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์หาคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

1.1 ความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) ของข้อคำถามแต่ละข้อ กับวัตถุประสงค์ที่ต้องการถามหรือวัด โดยใช้สูตร IOC หาค่าเฉลี่ยดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

1.2 ความเชื่อมั่น (reliability) ของเครื่องมือทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของ Cronbach

1.3 อำนาจจำแนก (discrimination) โดยใช้วิธีการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ที่เหลือทั้งหมด (item total correlation) โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์แบบ Pearson (Pearson product moment correlation)

1.4 การวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (construct validity) ด้วยการวิเคราะห์เชิงยืนยัน (confirm factor analysis) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป

2. วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น (preliminary data analysis) เพื่อให้ทราบลักษณะของตัวอย่างและลักษณะการแจกแจงของตัวแปรโดยการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ประกอบด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

3. วิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานในการวิจัย

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเอง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายแบบ (Pearson product moment coefficient)

3.2 วิเคราะห์อิทธิพลของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี ที่มีต่อการพัฒนาตนเอง โดยใช้สถิติวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุคูณ (multiple regression analysis)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 การตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) ของแบบวัดโดยใช้วิธีหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (index of congruence: IOC) (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555) ใช้สูตร ดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์

$\sum R$ แทน ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

1.2 วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของเครื่องมือที่เป็นแบบวัด โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของแบบวัดแต่ละข้อกับคะแนนรวม (item-total correlation) (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

เมื่อ r_{xy} แทน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง x กับ y

$\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนชุด x

$\sum y$ แทน ผลรวมของคะแนนชุด y

$\sum x^2$ แทน ผลรวมของคะแนน x แต่ละตัวยกกำลังสอง

$\sum y^2$ แทน ผลรวมของคะแนน y แต่ละตัวยกกำลังสอง

$\sum xy$ แทน ผลรวมของผลคูณระหว่าง x กับ y

n แทน จำนวนตัวคู่ของตัวแปรหรือจำนวนสมาชิกในกลุ่ม

1.3 วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบวัด โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของ Cronbach (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555) โดยใช้สูตรดังนี้

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right]$$

เมื่อ α แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
 k แทน จำนวนข้อของแบบวัด
 $\sum s_i^2$ แทน ผลรวมของความแปรปรวนแต่ละข้อ
 s_t^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนรวม

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน

2.1 ร้อยละ (percentage) โดยใช้สูตร ดังนี้ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555)

$$P = \frac{f(100)}{N}$$

เมื่อ P แทน ร้อยละหรือเปอร์เซ็นต์
 f แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นร้อยละ
 N แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

2.2 ค่าเฉลี่ย (means) กรณีคำนวณค่าเฉลี่ยเลขคณิตสำหรับข้อมูลที่แจกแจงความถี่ โดยใช้สูตร ดังนี้ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555)

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อ \bar{x} แทน ค่าเฉลี่ยของตัวอย่าง
 $\sum x$ แทน ผลรวมของข้อมูลในตัวอย่าง
 n แทน จำนวนข้อมูลในตัวอย่าง

2.3 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) กรณีรวบรวมข้อมูลจากตัวอย่าง โดยใช้สูตร ดังนี้ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555)

$$S.D. = \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ $S.D.$ แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวอย่าง
 x แทน ค่าของข้อมูลแต่ละตัวหรือจุดกึ่งกลางชั้นแต่ละชั้น
 n แทน จำนวนข้อมูลทั้งหมดของตัวอย่าง

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson (Pearson's product moment correlation coefficient) โดยใช้สูตร ดังนี้ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2555)

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

เมื่อ r_{xy} แทน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง x กับ y
 $\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนชุด x
 $\sum y$ แทน ผลรวมของคะแนนชุด y
 $\sum x^2$ แทน ผลรวมของคะแนน x แต่ละตัวยกกำลังสอง
 $\sum y^2$ แทน ผลรวมของคะแนน y แต่ละตัวยกกำลังสอง
 $\sum xy$ แทน ผลรวมของผลคูณระหว่าง x กับ y
 n แทน จำนวนตัวคู่ของตัวแปรหรือจำนวนสมาชิกในกลุ่ม

โดยที่ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จะมีค่าระหว่าง $-1 < r < 1$

ค่า r เป็น $-$ แสดงว่า x และ y มีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้าม

ค่า r เป็น $+$ แสดงว่า x และ y มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน

ถ้า r มีค่าเข้าใกล้ 1 หมายถึง x และ y มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันและ

มีความสัมพันธ์กันมาก

ถ้า r มีค่าเข้าใกล้ -1 หมายถึง x และ y มีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้ามและมีความสัมพันธ์กันมาก

ถ้า r มีค่าเท่ากับ 0 หมายถึง x และ y ไม่มีความสัมพันธ์กัน

เกณฑ์การแปลความหมายค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2541)

ถ้า r มีค่าระหว่าง $0.71 - 1.00$ แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับสูง

ถ้า r มีค่าระหว่าง $0.31 - 0.70$ แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

ถ้า r มีค่าระหว่าง $0.01 - 0.30$ แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ

ถ้า r มีค่าเท่ากับ 0 แสดงว่า ไม่มีความสัมพันธ์กันเลย

3.2 การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุคูณ

จากสมการแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตาม (Y) และตัวแปรอิสระ (X) ของประชากรจะเห็นว่า กลุ่มตัวแปรอิสระ ($\alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \dots + \beta_k X_k$) สามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงค่าของตัวแปรตามได้ส่วนหนึ่ง ในส่วนของการเปลี่ยนแปลงที่ไม่สามารถอธิบายได้นี้เรียกว่า ค่าความคลาดเคลื่อนในการพยากรณ์ (Error : ϵ) การวิเคราะห์เชิงถดถอยแบบพหุคูณจะเป็นการพยากรณ์หาค่าสัมประสิทธิ์ α และ β_1 จากค่าสถิติ a และ b ที่ได้จากการคำนวณโดยกลุ่มตัวอย่าง โดยหลักการวิเคราะห์ คือ ค่าสัมประสิทธิ์ที่คำนวณได้จะต้องเป็นค่าสัมประสิทธิ์ที่ทำให้สมการดังกล่าวมีค่าความคลาดเคลื่อนกำลังสองรวมกันน้อยที่สุด (Ordinary Least Square: OLS)

สมการถดถอยเชิงพหุคูณของประชากร

$$(Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \dots + \beta_k X_k) + \epsilon$$

สมการถดถอยเชิงพหุคูณของกลุ่มตัวอย่าง

$$(Y = \alpha + b_1 X_1 + b_2 X_2 + \dots + b_k X_k)$$

โดย X คือ ตัวแปรอิสระ

Y คือ ตัวแปรตาม

K คือ จำนวนตัวแปรอิสระ

เมื่อ α และ a เป็นจุดตัดแกน Y ของสมการถดถอย หรือ ค่าของ Y เมื่อให้ตัวแปรอิสระทั้งหมด มีค่าเท่ากับศูนย์

ส่วน β และ b เป็นสัมประสิทธิ์ถดถอย (partial regression coefficient) ของตัวแปรอิสระแต่ละตัว ซึ่งหมายถึง อัตราการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรตาม (Y) เมื่อตัวแปรอิสระ (X) นั้นเปลี่ยนแปลงไป 1 หน่วย โดยตัวแปรอิสระตัวอื่นมีค่าคงที่ โดยที่ค่าสัมประสิทธิ์ a และ b สามารถคำนวณได้จากสูตร ดังนี้

$$(a = Y - b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_kX_k)$$

$$b_i = \frac{\sum x_i Y_i - \sum x_i \bar{Y}}{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2}$$

การวิเคราะห์เชิงถดถอยเชิงพหุคูณมีเงื่อนไขที่สำคัญ คือ

1. ความผิดพลาด (error) ต้องเป็นตัวแปรสุ่ม และมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ
2. ความแปรปรวนของตัวแปรตาม (Y) ในทุกค่าของตัวแปรอิสระ (X) จะต้องเท่ากัน
3. ค่าความผิดพลาดของตัวแปรตาม (Y) แต่ละค่าเป็นอิสระกัน
4. ตัวแปรอิสระที่นำมาวิเคราะห์จะต้องเป็นอิสระกัน

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล จัดกระทำข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูล โดยจะนำเสนอรายงานผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
2. ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล
3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เข้าใจตรงกันในการแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n	แทน	จำนวนตัวอย่าง
\bar{x}	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
B	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐานเกี่ยวกับค่าเฉลี่ยของสมการแต่ละค่าที่อยู่ในสมการ
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์หาคูณ
R^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์
R^2_{Adj}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์เมื่อปรับแล้ว
SE_{est}	แทน	ค่าคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการพยากรณ์
F	แทน	ค่าสถิติ F ที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน
Sig**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
Sig*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

X_1	แทน	การรับรู้ความสามารถของตนเอง
X_2	แทน	แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
X_3	แทน	ความเชื่อมั่นในตนเอง
X_4	แทน	การควบคุมตนเอง
X_5	แทน	การมองโลกในแง่ดี
Y_1	แทน	การพัฒนาตนเอง ด้านร่างกาย
Y_2	แทน	การพัฒนาตนเอง ด้านอารมณ์
Y_3	แทน	การพัฒนาตนเอง ด้านสังคม
Y_4	แทน	การพัฒนาตนเอง ด้านสติปัญญา

ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาคั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอเป็นลำดับ ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับการพัฒนาตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญาของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับของการรับรู้ความสามารถตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีกับการพัฒนาตนเองทั้ง 4 ด้าน ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชน และครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยได้นำเสนอข้อมูล เพื่อให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับการพัฒนาตนเอง ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญาของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นรายด้าน

การพัฒนาตนเอง	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
ด้านร่างกาย	3.34	1.13	ปานกลาง	4
ด้านอารมณ์	3.55	1.05	มาก	3
ด้านสังคม	3.77	0.99	มาก	2
ด้านสติปัญญา	3.79	0.98	มาก	1
รวม	3.61	1.04	มาก	

จากตาราง 7 ผลการศึกษา พบว่า การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.61$, S.D. = 1.04) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา ($\bar{X} = 3.79$, S.D. = 0.98) รองลงมา คือ การพัฒนาตนเองด้านสังคม ($\bar{X} = 3.77$, S.D. = 0.99) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ การพัฒนาตนเองด้านร่างกาย ($\bar{X} = 3.34$, S.D. = 1.13) ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับของการรับรู้ความสามารถของ
ตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลก
ในแง่ดีของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม
ประจำภาค 4

ตัวแปร	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	3.44	1.04	มาก	5
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	3.62	0.96	มาก	1
ความเชื่อมั่นในตนเอง	3.48	1.05	มาก	4
การควบคุมตนเอง	3.49	1.06	มาก	3
การมองโลกในแง่ดี	3.59	0.92	มาก	2

จากตาราง 8 ผลการศึกษา พบว่า เด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัด
สำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 มีระดับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มากเป็นอันดับแรก ($\bar{X} = 3.62$,
S.D. = 0.96) รองลงมา ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี ($\bar{X} = 3.59$, S.D. = 0.47) การควบคุมตนเอง
($\bar{X} = 3.49$, S.D. = 1.06) ความเชื่อมั่นในตนเอง ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 1.05) และการรับรู้
ความสามารถของตนเอง ($\bar{X} = 3.44$, S.D. = 1.04) ตามลำดับ

ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถ
ของตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาล
ยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
ประสบการณ์จากความสำเร็จ	3.21	1.11	มาก	3
การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ	3.94	0.88	มาก	1
การพูดชักจูงจากผู้อื่น	3.64	0.97	มาก	2
สภาวะทางกาย	2.97	1.22	ปานกลาง	4
รวม	3.44	1.04	มาก	

จากตาราง 9 ผลการศึกษา พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรมประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.44$, S.D. = 1.004) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ ($\bar{X} = 3.94$, S.D. = 0.88) รองลงมา คือ การพูดชักจูงจากผู้อื่น ($\bar{X} = 3.64$, S.D. = 0.97) และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ สภาวะทางกาย ($\bar{X} = 2.97$, S.D. = 1.22) ตามลำดับ

ตาราง 10 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรมประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
ความทะเยอทะยาน	3.30	1.16	ปานกลาง	5
ความกระตือรือร้น	3.91	0.84	มาก	1
ความกล้าเสี่ยง	3.81	0.88	มาก	2
การรู้จักวางแผน	3.47	0.92	มาก	4
ความมีเอกลักษณ์	3.63	0.98	มาก	3
รวม	3.62	1.04	มาก	

จากตาราง 10 ผลการศึกษา พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรมประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.62$, S.D. = 0.96) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความกระตือรือร้น ($\bar{X} = 3.89$, S.D. = 0.84) รองลงมา คือ ความกล้าเสี่ยง ($\bar{X} = 3.81$, S.D. = 0.88) และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความทะเยอทะยาน ($\bar{X} = 3.30$, S.D. = 1.16) ตามลำดับ

ตาราง 11 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
ความมั่นคงทางจิตใจ	3.18	1.09	ปานกลาง	5
ความกล้า	3.21	1.12	ปานกลาง	4
การพึ่งตนเอง	3.78	0.92	มาก	1
ความเป็นตัวของตัวเอง	3.72	0.99	มาก	2
ความสามารถในการปรับตัว	3.52	1.12	มาก	3
รวม	3.48	1.05	มาก	

จากตาราง 11 ผลการศึกษา พบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 1.05) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การพึ่งตนเอง ($\bar{X} = 3.78$, S.D. = 0.92) รองลงมา คือ ความเป็นตัวของตัวเอง ($\bar{X} = 3.72$, S.D. = 0.99) และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความมั่นคงทางจิตใจ ($\bar{X} = 3.18$, S.D. = 1.09) ตามลำดับ

ตาราง 12 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการควบคุมตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
การตั้งเป้าหมาย	3.56	1.05	มาก	2
การยับยั้งตนเอง	3.43	1.15	มาก	3
การควบคุมอารมณ์	3.20	1.11	ปานกลาง	4
ความอดทน	3.75	0.94	มาก	1
รวม	3.49	1.06	มาก	

จากตาราง 12 ผลการศึกษา พบว่า การควบคุมตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.49$, S.D. = 1.06) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความอดทน ($\bar{X} = 3.75$, S.D. = 0.94) รองลงมา คือ การตั้งเป้าหมาย ($\bar{X} = 3.56$, S.D. = 1.05) และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ การควบคุมอารมณ์ ($\bar{X} = 3.20$, S.D. = 0.94) ตามลำดับ

ตาราง 13 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับ และอันดับเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จำแนกเป็นองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
ความคงทนถาวร	3.59	0.91	มาก	2
ความครอบคลุม	3.91	0.91	มาก	1
ความเป็นตนเอง	3.26	0.92	ปานกลาง	3
รวม	3.59	0.92	มาก	

จากตาราง 13 ผลการศึกษา พบว่า การมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.59$, S.D. = 0.92) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความครอบคลุม ($\bar{X} = 3.91$, S.D. = 0.91) รองลงมา คือ ความคงทนถาวร ($\bar{X} = 3.59$, S.D. = 0.91) และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความเป็นตนเอง ($\bar{X} = 3.26$, S.D. = 0.92) ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ผู้วิจัยนำเสนอในรูปของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ดังแสดงในตาราง 14

ตาราง 14 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเอง
ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม
ประจำภาค 4

ตัวแปร	Y	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅
การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X ₁)	.53**	1				
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X ₂)	.66**	.67**	1			
ความเชื่อมั่นในตนเอง (X ₃)	.63**	.61**	.70**	1		
การควบคุมตนเอง (X ₄)	.61**	.61**	.65**	.66**	1	
การมองโลกในแง่ดี (X ₅)	.55**	.43**	.56**	.54**	.50**	1

** p ≤ .01, * p ≤ .05

จากตาราง 14 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีกับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 พบว่า กลุ่มของตัวแปรมีความสัมพันธ์กัน ดังนี้

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองมากที่สุด คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X₂) รองลงมา คือ ความเชื่อมั่นในตนเอง (X₃) การควบคุมตนเอง (X₄) การมองโลกในแง่ดี (X₅) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.65, 0.64, 0.61, 0.56 ตามลำดับ และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (X₁) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองน้อยที่สุด มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.54 ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พหุ มณู ทิโต ชีเว

ตาราง 15 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านร่างกาย (Y_1)

ตัวแปร	Y_1	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5
การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1)	.45**	1				
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2)	.42**	.67**	1			
ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3)	.42**	.61**	.70**	1		
การควบคุมตนเอง (X_4)	.46**	.61**	.65**	.66**	1	
การมองโลกในแง่ดี (X_5)	.25**	.43**	.56**	.54**	.50**	1

** $p \leq .01$, * $p \leq .05$

จากตาราง 15 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีกับการพัฒนาตนเองด้านร่างกายของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 พบว่า กลุ่มของตัวแปรมีความสัมพันธ์กัน ดังนี้

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านร่างกาย (Y_1) มากที่สุด คือ การควบคุมตนเอง (X_4) รองลงมาคือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2) ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.46, 0.45, 0.42, 0.42 ตามลำดับ และการมองโลกในแง่ดี (X_5) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านร่างกายน้อยที่สุด มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.25 ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองด้านร่างกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 16 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ (Y_2)

ตัวแปร	Y_2	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5
การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1)	.39**	1				
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2)	.48**	.67**	1			
ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3)	.47**	.61**	.70**	1		
การควบคุมตนเอง (X_4)	.45**	.61**	.65**	.66**	1	
การมองโลกในแง่ดี (X_5)	.45**	.43**	.56**	.54**	.50**	1

** $p \leq .01$, * $p \leq .05$

จากตาราง 16 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 พบว่า กลุ่มของตัวแปรมีความสัมพันธ์กัน ดังนี้

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์ (Y_2) มากที่สุด คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2) รองลงมา คือ ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3) การควบคุมตนเอง (X_4) การมองโลกในแง่ดี (X_5) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.48, 0.47, 0.45, 0.45 ตามลำดับ และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์น้อยที่สุด มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.39 ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองด้านอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 17 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านสังคม (Y_3)

ตัวแปร	Y_3	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5
การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1)	.13**	1				
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2)	.30**	.67**	1			
ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3)	.33**	.61**	.70**	1		
การควบคุมตนเอง (X_4)	.26**	.61**	.65**	.66**	1	
การมองโลกในแง่ดี (X_5)	.37**	.43**	.56**	.54**	.50**	1

** $p \leq .01$, * $p \leq .05$

จากตาราง 17 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านสังคม ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 พบว่า กลุ่มของตัวแปรมีความสัมพันธ์กัน ดังนี้

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านสังคม (Y_3) มากที่สุด คือ การมองโลกในแง่ดี (X_5) รองลงมาคือ ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2) การควบคุมตนเอง (X_4) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.37, 0.33, 0.30, 0.26 ตามลำดับ และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านสังคมน้อยที่สุด มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.13 ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 18 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา (Y_4)

ตัวแปร	Y_4	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5
การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1)	.50**	1				
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2)	.63**	.67**	1			
ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3)	.53**	.61**	.70**	1		
การควบคุมตนเอง (X_4)	.54**	.61**	.65**	.66**	1	
การมองโลกในแง่ดี (X_5)	.48**	.43**	.56**	.54**	.50**	1

** $p \leq .01$, * $p \leq .05$

จากตาราง 18 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4 พบว่า กลุ่มของตัวแปรมีความสัมพันธ์กัน ดังนี้

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา (Y_4) มากที่สุด คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2) รองลงมาคือ การควบคุมตนเอง (X_4) ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.63, 0.54, 0.53, 0.50 ตามลำดับ และการมองโลกในแง่ดี (X_5) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญาน้อยที่สุด

มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.48 ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเอง ด้านสติปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics Analysis) เป็นสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน เพื่อค้นหาปัจจัยที่สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัด สำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ได้ เป็นการวิเคราะห์เชิงเส้นโดยใช้การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ด้วยวิธีการ Stepwise โดยมีตัวแปรต้น ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่น ในตนเองการควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ และตัวแปรตาม ได้แก่ การพัฒนาตนเอง ดั้งชั้นตอนต่อไปนี้

การตรวจสอบเงื่อนไขของการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ (Assumption)

ตาราง 19 ค่าเฉลี่ยของความคลาดเคลื่อน = 0

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	2.552	4.367	3.615	0.331	420
Residual	-0.990	1.109	0.000	0.308	420
Std. Predicted Value	-3.204	2.265	0.000	1.000	420
Std. Residual	-3.193	3.577	0.000	0.995	420

จากตาราง 19 เงื่อนไขข้อนี้เป็นจริงเสมอจำเป็นต้องตรวจสอบ เนื่องจากใช้วิธีกำลังสองน้อยที่สุดในการประมาณค่าพารามิเตอร์ จะทำให้ $e(\text{error}) = 0$ เสมอ

ตาราง 20 ค่าความคลาดเคลื่อนต้องมีการแจกแจงแบบปกติ

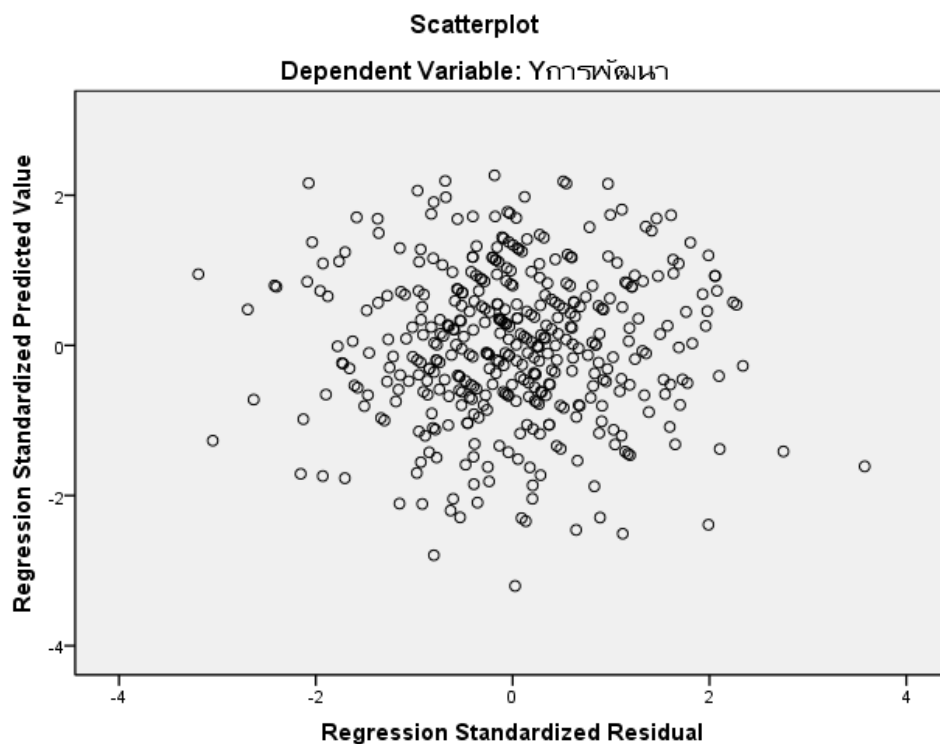
Tests of Normality				
		Kolmogorov-Smirnova		
	Statistic	df	Sig.	Statistic
Unstandardized Predicted Value	0.031	420	.200*	0.994

จากตาราง 20 พบว่า นัยสำคัญของลักษณะการกระจายตัวของค่าคลาดเคลื่อน มีค่า Sig. ของ Kolmogorov-Smirnova หรือ Lilliefor ได้เท่ากับ .200 มากกว่าค่านัยสำคัญที่ 0.05 จึงยอมรับ แสดงว่าตัวอย่างมีการแจกแจงของคลาดเคลื่อนแบบปกติ

ตาราง 21 การตรวจสอบความเป็นอิสระของความคลาดเคลื่อน

Model Summary					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
4	.732d	0.536	0.532	0.31003	2.005

พหุ ประถมศึกษา



ภาพประกอบ 5 ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนต้องคงที่

จากตารางที่ 21 และภาพประกอบ 5 พบว่า ค่าสถิติ Durbin-Watson มีค่าเข้าใกล้ 2 แสดงว่า ความคลาดเคลื่อนแต่ละค่าเป็นอิสระกัน และการกระจาย Scatter Plot มีค่าความคลาดเคลื่อนเปลี่ยนแปลงในช่วงแคบ แสดงว่า ค่าแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการพยากรณ์นี้เป็นค่าคงที่ เนื่องจากค่าความคลาดเคลื่อนส่วนใหญ่กระจายอยู่เหนือ และได้ระดับ 0 ซึ่งจากการกระจายตัวอยู่ในช่วงแคบ ไม่ว่า Y จะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด ดังนั้น จึงสรุปว่า ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนเป็นค่าคงที่

พหุบัณฑิต ชีวะ

ตาราง 22 การตรวจสอบความสัมพันธ์ภายในตัวอิสระ (Multicollinearity)

Model		Coefficients						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
4	(Constant)	0.979	0.128		7.619	0.00		
	แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2)	0.212	0.040	0.276	5.333	0.00	0.417	2.400
	ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3)	0.173	0.046	0.194	3.764	0.00	0.420	2.381
	การควบคุมตนเอง (X_4)	0.178	0.04	0.211	4.415	0.00	0.488	2.049
	การมองโลกในแง่ดี (X_5)	0.18	0.04	0.188	4.476	0.00	0.633	1.579

จากตาราง 22 การตรวจสอบความสัมพันธ์ภายในตัวอิสระ (Multicollinearity) หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อตัวแปรอิสระสองตัว หรือมากกว่าในสมการถดถอยมีความสัมพันธ์กัน (Collins English Dictionary, 2014) เกณฑ์ในการวัดค่าตัวแปรอิสระแต่ละคู่มีภาวะร่วมเส้นตรงพหุหรือไม่ ให้ดูค่า Tolerance ควรมีค่ามากกว่า 0.1 ค่า VIF ควรมีค่าน้อยกว่า 10 (Hair and others, 2006, 230-233) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงทำการตรวจสอบภาวะร่วมเส้นตรงพหุ โดยการวิเคราะห์ถดถอยพหุ เมื่อความตั้งใจเชิงพฤติกรรมเป็นตัวแปรตาม

ตาราง 23 ผลการวิเคราะห์ตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ตัวแปร	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
ค่าคงที่ (Constant)	0.98	0.13		7.62	0.00
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	0.21	0.04	0.28	5.33	0.00
ความเชื่อมั่นในตนเอง	0.17	0.05	0.19	4.41	0.00
การควบคุมตนเอง	0.18	0.04	0.21	4.48	0.00
การมองโลกในแง่ดี	0.18	0.04	0.18	4.59	0.00

$R = .73$, $R^2 = .54$, $R^2_{Adj} = .53$, $SE_{est} = .31$, $F\text{-test} = 116.96$, $Sig = .00$

จากตาราง 23 ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี มีขนาดน้ำหนักความสำคัญ .21, .17, .18, และ .18 ตัวแปรดังกล่าวล้วนมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) = .73 ค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) สามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 54 และความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการพยากรณ์ (SE_{est}) = .31 โดยเขียนในรูปสมการได้ ดังนี้

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ

$$Y' = .98 + .21 (X_2) + .17 (X_3) + .18 (X_4) + .18 (X_5)$$

สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$Z'_Y = .28 (X_2) + .19 (X_3) + .21 (X_4) + .18 (X_5)$$

ให้ Y' แทน คะแนนจำแนกที่ได้จากคะแนนแปลงรูปในรูปคะแนนดิบ

Z'_Y แทน คะแนนจำแนกที่ได้จากคะแนนแปลงรูปในรูปคะแนนมาตรฐาน

X_1 แทน การรับรู้ความสามารถของตนเอง

X_2 แทน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

X_3 แทน ความเชื่อมั่นในตนเอง

X_4 แทน การควบคุมตนเอง

X_5 แทน การมองโลกในแง่ดี

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาที่ต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ประจำปี พ.ศ. 2564 จำนวน 420 คน ผลที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลตามความมุ่งหมายของการวิจัย ผู้วิจัยได้นำมาสรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ความมุ่งหมายของการวิจัย
2. สรุปผล
3. อภิปรายผล
4. ข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4
3. เพื่อศึกษาตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

สรุปผล

การวิจัยในครั้งนี้ สามารถสรุปผลได้ ดังนี้

1. ผลการศึกษาระดับของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชนของศาล

เยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุดทั้งหมด โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อยดังนี้ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความกระตือรือร้น รองลงมา คือ ความกล้าเสี่ยง และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความทะเยอทะยาน

การมองโลกในแง่ดีของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความครอบคลุม รองลงมา คือ ความคงทนถาวร และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความเป็นตนเอง

การควบคุมตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ความอดทน รองลงมา คือ การตั้งเป้าหมาย และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ การควบคุมอารมณ์

ความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การพึ่งตนเอง รองลงมา คือ ความเป็นตัวของตัวเอง และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ความมั่นคงทางจิตใจ

การรับรู้ความสามารถของตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ รองลงมา คือ การพูดชักจูงจากผู้อื่น และองค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ สภาวะทางกาย

ผลการศึกษาระดับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 โดยรวมมีผลอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มากที่สุด คือ การพัฒนาตนเองด้านสติปัญญา รองลงมา คือ การพัฒนาตนเองด้านสังคม และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ การพัฒนาตนเองด้านร่างกาย

2. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองมากที่สุด คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_2) รองลงมาคือ ความเชื่อมั่น

ในตนเอง (X_3) การควบคุมตนเอง (X_4) การมองโลกในแง่ดี (X_5) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.65, 0.64, 0.61, 0.56 ตามลำดับ และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (X_1) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองน้อยที่สุด ทุกปัจจัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเองและมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผลการศึกษาตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 พบว่า ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี มีขนาดน้ำหนักความสำคัญ .21, .17, .18, และ .18 ตัวแปรดังกล่าวล้วนมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยปัจจัยนั้นสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ได้ร้อยละ 54

อภิปรายผล

จากการวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. การศึกษาระดับการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เนื่องจากหน่วยงานในสังกัดศาลเยาวชนและครอบครัว มีหน้าที่ดำเนินการเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมหรือสนับสนุนเด็กและเยาวชนซึ่งต้องหาว่ากระทำความผิดและเข้าสู่กระบวนการพิจารณาพิพากษาคดีของศาลเยาวชนและครอบครัวให้สามารถอยู่กับครอบครัวและชุมชนได้อย่างปกติสุข รวมทั้งดำเนินงานในลักษณะบูรณาการทั้งกับบุคลากรวิชาชีพภายในและภายนอกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ครอบคลุมทั้งด้านการป้องกัน แก้ไข บำบัดและฟื้นฟู อีกทั้งส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวและชุมชนเพื่อให้กลับเป็นสถาบันหลักที่มั่นคง สามารถปรับเปลี่ยนและแก้ไข สนับสนุนให้เด็กหรือเยาวชนมีความเข้มแข็งทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และสามารถใช้ศักยภาพเชิงบวกที่มีอยู่ได้อย่างเหมาะสม ลดปริมาณคดีที่ต้องเข้าสู่กระบวนการ โดยเน้นการทำงานป้องกันเชิงรุก การแก้ไข บำบัดเชิงลึก และให้บริการอย่างทั่วถึงเสมอภาค จากที่กล่าวไปข้างต้นล้วนทำให้เด็กและเยาวชนเกิดการพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้นตามลำดับ ดังนั้น จึงส่งผลกระทบต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองที่พบว่าอยู่ในระดับมากเช่นกัน

เมื่อพิจารณาเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนในแต่ละด้าน พบว่า การพัฒนาตนเองด้านสติปัญญาและสังคมอยู่ในระดับมาก ซึ่งโดยช่วงวัยเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ การศึกษาหาความรู้ และสถาบันทางสังคมจะมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมากที่สุด และส่งผลต่อพฤติกรรมของ วัยรุ่น ทั้งความคิด ค่านิยม และการเรียนรู้ เนื่องจากเป็นวัยที่ค้นหาอัตลักษณ์เฉพาะตนและต้องการ การยอมรับจากสังคม การคบเพื่อนมีความสำคัญและจำเป็น ต่อชีวิตของวัยรุ่นมาก ส่วนการพัฒนา ตนเองด้านร่างกายอยู่ในระดับน้อยที่สุด เนื่องจากช่วงวัยนี้เป็นวัยแห่งการเจริญเติบโต เป็นวัยที่ แข็งแรงหากเทียบกับวัยอื่น จึงยังไม่เกิดการตระหนักเกี่ยวกับปัญหาด้านร่างกายและสุขภาพลักษณะ ในการดำรงชีวิตมากนัก สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพร มูลศรี (2556) ที่ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผล ต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) ที่พบว่า ระดับการพัฒนาตนเองของนักเรียนในการพัฒนาตนเองด้านสังคม และด้านสติปัญญาโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก

ในส่วนของปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองที่พบว่าอยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และการมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นไปตามผลการวิจัยที่พบว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญามากที่สุด เนื่องจากเป็นความปรารถนาของบุคคลที่ จะกระทำการต่าง ๆ ให้สำเร็จตามที่มุ่งหวังไว้ รองลงมา คือ การมองโลกในแง่ดีที่เป็นความเชื่อ ในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ดังที่ทฤษฎีของ Seligman (1998 อ้างถึงใน อรพินทร์ ชูชม, 2544) ที่ว่า บุคคลนั้นมีมุมมองชีวิตในลักษณะไหนเป็นการมองโลก ในแง่ดี หรือการมองโลกในแง่ร้าย ซึ่งจะเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล เด็กและ เยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 มีการพัฒนาตนเอง อยู่ในระดับมาก ซึ่งพฤติกรรมในการพัฒนาตนเองนั้นย่อมต้องอาศัยมุมมองในชีวิตทางบวก นำประสบการณ์ในอดีตมาเป็นบทเรียนในการแสดงออกถึงพฤติกรรมใหม่ ๆ จึงทำให้เกิดผลการศึกษา ในบางส่วนที่แตกต่างกับงานวิจัยของ สุพร มูลศรี (2556) ที่พบว่า นักเรียนมีระดับการมองโลกในแง่ดี มากเป็นลำดับสุดท้าย ในส่วนของปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนที่พบว่า อยู่ในระดับมากเป็นลำดับสุดท้าย ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ที่เป็นคุณลักษณะของ บุคคลที่จะรับรู้ว่าคุณมีความสามารถที่จะกระทำการต่าง ๆ ได้บรรลุเป้าหมายมากน้อยเพียงไร และจะทำอย่างไรต่อไปให้บรรลุเป้าหมายนั้น ๆ และการรับรู้ในความสามารถนี้มีผลต่อการเลือก การกระทำ ความพยายาม และความอดทนต่อความยากลำบากเพื่อให้การกระทำนั้นประสบผลสำเร็จ ถือเป็นกระบวนการที่บุคคลเรียนรู้อย่างซึมซับจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสังคมและ สิ่งต่าง ๆ รอบตัวตลอดช่วงชีวิต และอีกปัจจัยที่พบเป็นลำดับท้าย ๆ ได้แก่ การควบคุมตนเอง เนื่องจากเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดจะมีการควบคุมตนเอง บังคับตนเองให้ละเว้นการกระทำ บางอย่างตามความต้องการได้ยาก สอดคล้องกับทฤษฎีการควบคุมตนเองของ Gottfredson และ

Hirschi (1990 อ้างถึงใน พัชรินทร์ ชำศิริพงษ์, 2561) ที่ได้อธิบายว่า คนเรามีแนวโน้มที่จะกระทำผิดหรือประกอบอาชญากรรมได้ทุกคน เนื่องจากขาดความอดกลั้นขาดความยับยั้งชั่งใจ และขาดการควบคุมตนเอง จึงต้องอาศัยการแก้ไข บำบัด พื้นฟู โดยการฝึกรับรู้ความคิด อารมณ์ ความรู้สึก เพื่อให้เปลี่ยนแปลงการตอบสนองพฤติกรรมด้วยเหตุผล และความอดทนในการยับยั้งชั่งใจ เพื่อให้สามารถเผชิญสิ่งยั่วยุ ปัญหาอุปสรรค และสถานการณ์กดดันเมื่ออยู่ในภาวะที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในจิตใจ จนกระทั่งเกิดพฤติกรรมเป้าหมายที่ดีตามที่มุ่งหวังไว้ และเกิดเป็นการพัฒนาตนเองในที่สุด

2. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 พบว่า ตัวแปรปัจจัยทุกตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาตนเอง โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองมากที่สุดได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ รองลงมา คือ การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาตนเองน้อยที่สุด คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ในส่วนของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญมากต่อการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญาที่บุคคลพยายามทုံมเหตุสติปัญญา ความรู้ ทักษะ ความสามารถ และการแสดงศักยภาพของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ McClelland (1961 อ้างถึงใน เมธวดี สังฆะมาน, 2548) ได้อธิบายว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นความปรารถนาที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จ จุล่งไปด้วยดี พยายามเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ มีความรู้สึกสบายใจเมื่อประสบความสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อทำไม่สำเร็จหรือประสบความสำเร็จล้มเหลว สอดคล้องกับหลักฐานเชิงประจักษ์ในหลายงานวิจัย (สุภมาส จินะราช, 2549: พินกาน ภัทเศรษฐ์, 2551: เนาวรัตน์ ไตรรงค์, 2552) เนื่องจากเป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งในหน้าที่การงาน และเรื่องราวส่วนตัว ให้ประสบความสำเร็จไปได้ด้วยดี ตามเป้าหมายที่วางไว้ ในสถานการณ์ใด ๆ ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะพยายามที่จะกระทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ และคนที่กลัวความล้มเหลวมากก็จะพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งที่คุณคิดว่าทำไม่ได้ ซึ่งจะเป็นผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ ต่อมาเป็นการพัฒนาตนเองด้านสติปัญญากับการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยที่การรับรู้ความสามารถของตนจะนำไปสู่การวางแผนการพัฒนาตนเองอย่างรอบด้าน เพราะเป็นความเชื่อหรือความมั่นใจของบุคคลว่าตนเองมีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ ซึ่งไม่ได้ขึ้นอยู่กับทักษะที่มีอยู่เท่านั้น หากแต่ยังขึ้นอยู่กับการตัดสินใจด้วยว่าสามารถที่จะกระทำสิ่งใดได้ภายใต้ทักษะและความสามารถที่มีอยู่ เป็นการนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่ผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการมองโลกในแง่ดีนั้น มีส่วนสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดการมองโลกในแง่ดีทั้งกับตัวเอง ผู้อื่น รวมถึงปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ไปในทางที่ดีเสมอ รู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มีคุณค่า เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของศิริญา จีระเจริญพงศ์ (2556) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 11 พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการคิดเชิงบวก

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และปัจจัยที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกมาจากการสนับสนุนทางสังคมของครู การรับรู้ความสามารถของตนเอง ประสบการณ์ชีวิต การควบคุมตนเอง และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ความคิดเชิงบวก เป็นสิ่งที่สามารถสร้างและพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ทุกเพศทุกวัย ปัจจัยต่อมา คือ การควบคุมตนเอง เป็นการที่บุคคลใช้วิธีการใด ๆ เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเป็นผู้กำหนดเป้าหมาย เลือกรูปวิธีการ และดำเนินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1977 อ้างถึงใน อรพลอย เกษมสันต์ ณ อยุธยา, 2546) อธิบายว่า เป็นความสามารถในการกำหนดตนเองของบุคคล ด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และการกระทำให้เป็นไปในทิศทางที่บุคคลต้องการ ไม่ว่าจะเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคใด ๆ หรืออยู่ในสถานการณ์ที่เกิดปัญหาความขัดแย้งในใจ ในส่วนของความเชื่อมั่นในตนเองเป็นการที่บุคคลมีความเชื่อหรือรับรู้ว่าการกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้น เป็นผลมาจากความสามารถและการกระทำของตนเอง โดยตนสามารถควบคุมให้เป็นไปตามความต้องการของตนเองได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ Symonds (1964 อ้างถึงใน ธัญญา คนอยู่, 2547) ที่อธิบายว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นคนที่มีลักษณะมั่นคง ไม่ลังเลในการตัดสินใจ ทราบในสิ่งที่ต้องการ ไม่วิตกกังวลต่อสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น สุดท้ายได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ดังแนวคิดของ Bandura (1977 อ้างถึงใน จำนงค์ แจ่มจันทรวงศ์ และคณะ, 2560) ที่กล่าวถึงการรับรู้ความสามารถของตนเองว่า “ถ้าบุคคลมีความเชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะกระทำการสิ่งนั้นให้สำเร็จได้ เขาก็จะมีการพัฒนาตนเองให้มีความก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น” สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิตยา กัณณิกาภรณ์ (2553) และอรรณพ จินะวัฒน์ (2559) ที่พบว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญและเป็นปัจจัยที่ถูกกำหนดขึ้นมาอย่างสอดคล้องและเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาตนเอง คือ ตัวแปรภายในจิตใจด้านการรับรู้ความสามารถของตนที่จะส่งผลให้เกิดการพัฒนาตนเอง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Caldwell และ Hayes (2016) ที่ได้ศึกษาการรับรู้ความสามารถของตนเองและการตระหนักรู้ในตนเอง: ข้อมูลเชิงลึกทางศีลธรรมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของผู้นำ ผลการวิจัย พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองและการตระหนักรู้ในตนเองมีความสำคัญต่อการพัฒนาตนเองของบุคคล และสามารถช่วยให้ผู้นำที่มีจริยธรรมสามารถมีความเชื่อมั่นในอำนาจแห่งตนต่อเพื่อนร่วมงาน และองค์กร อย่างไรก็ตามการวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษากับเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 จึงมีความเป็นไปได้ว่าพบความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเองกับการพัฒนาตนเอง

3. การศึกษาตัวแปรพยากรณ์ของการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และมองโลกในแง่ดี สามารถพยากรณ์การพัฒนาตนเองได้ โดยมีอิทธิพล

ต่อการพัฒนาตนเองตามลำดับ ซึ่งสามารถร่วมกันพยากรณ์การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนได้อย่างมีนัยสำคัญ .05 โดยมีอำนาจพยากรณ์ได้ร้อยละ 54 ทั้งนี้เนื่องจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเองและการมองโลกในแง่ดี ล้วนมีความสำคัญต่อการพัฒนาตนเองตามที่ได้กล่าวไป ซึ่งช่วยให้เด็กและเยาวชนได้มุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่มีความแข็งแรง สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อเพิ่มระดับความพยายามที่จะปรับปรุงตนเองให้สามารถบรรลุเป้าหมายได้ดียิ่งขึ้น เมื่อพิจารณาจากปัจจัยที่มีอิทธิพลรวมสูงสุด ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เนื่องจากเมื่อบุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ จะมีความปรารถนาที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ทั้งในหน้าที่และเรื่องราวส่วนตัวให้ประสบความสำเร็จไปได้ด้วยดีตามเป้าหมายที่วางไว้ ย่อมทำให้การพัฒนาตนเองสูงหรือต่ำได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ Atkinson (1964 อ้างถึงใน พินิกาน ภัทเศรษฐ์, 2551) ได้กล่าวถึง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ว่า ในสถานการณ์หนึ่ง ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะพยายามที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ รองลงมา ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี เนื่องจากการที่บุคคลมองโลกในแง่ดี มีความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต เลือกลงมือทำตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นมีผลต่อการพัฒนาตนเองสูง สอดคล้องกับแนวคิด Seligman (1998 อ้างถึงใน อรพินทร์ ชูชม, 2544) เสนอรูปแบบการอธิบายตนเอง จากการบรรยายตนเองสามารถบ่งบอกได้ว่าบุคคลนั้นมีมุมมองต่อชีวิตในลักษณะไหน เป็นการมองโลกในแง่ดีหรือมองโลกในแง่ร้าย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล และจากผลการวิจัยในครั้งนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพร มูลศรี (2556) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงต่อการพัฒนาตนเอง คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง รองลงมา ความเชื่อมั่นในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การมองโลกในแง่ดี การควบคุมตนเอง มีขนาดน้ำหนักความสำคัญ .300, .255, .201, .185, .146 ตามลำดับ และปัจจัยที่มีอิทธิพลทางตรงและอ้อม คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง มีค่าเท่ากับ .300 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีค่าเท่ากับ .201 โดยปัจจัยทั้งหมดสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19 (เลย-หนองบัวลำภู) ได้ร้อยละ 90.2 และสอดคล้องกับงานวิจัยของวาสนา จันทร์จ่าย (2553) ที่ได้ศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต พบว่า ปัจจัยทั้ง 5 ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ส่งผลมากที่สุดต่อการพัฒนาตนเอง รองลงมา ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การควบคุมตนเอง ความเชื่ออำนาจภายในตน และการปรับตัว ซึ่งมีความน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ .502, .143, .127, .118 และ .084 ตามลำดับ ทุกปัจจัย ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนเองได้ร้อยละ 63.70 และปัจจัยทั้ง 5 ประการ ส่งผลทางบวกต่อการพัฒนาตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับ เนาวรัตน์ ไตรรงค์ (2552) ที่ได้ศึกษา

ความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการพัฒนาตนเองให้รอบรู้ของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 2 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ศรีสะเกษ เขต 3 พบว่า ค่าความสำคัญต่อพฤติกรรมการพัฒนาตนเองให้รอบรู้ของนักเรียน มีทั้งหมด 5 ตัวแปร เรียงตามลำดับความสำคัญ ดังนี้ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตน บรรยากาศในโรงเรียน และการได้รับแบบอย่าง การพัฒนาตนเองให้รอบรู้ ซึ่งตัวแปรพยากรณ์ชุดนี้ร่วมกันสามารถพยากรณ์พฤติกรรมการพัฒนาตนเองให้รอบรู้ของนักเรียนได้ ร้อยละ 59.9 และมีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์เท่ากับ 8.206

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 บุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดหรือนักวิชาการศึกษา สามารถนำแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง แบบวัดการควบคุมตนเอง แบบวัดการมองโลกในแง่ดี และแบบวัดการพัฒนาตนเองไปใช้ประโยชน์ในการประเมิน วางแผนช่วยเหลือ และการวิจัย ซึ่งจะเป็แนวทางในการพัฒนาเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดให้พัฒนาตนเองในทางที่ดีขึ้น อีกทั้งยังสามารถใช้วัดผลการปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน โดยวัดก่อนและหลังการดูแลให้ความช่วยเหลือ เป็นต้น

1.2 หน่วยงานหลักและหน่วยงานสนับสนุนที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมและมีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กและเยาวชน สามารถนำผลการวิจัยเพื่อประกอบเป็นผลของการดำเนินงานให้เกิดการส่งเสริมและสนับสนุนให้เด็กและเยาวชนเกิดการพัฒนาตนเองในทางที่ดี สามารถกลับมาเป็นคนดีของสังคมต่อไป และในเชิงของงานวิชาการงานวิจัย สามารถนำผลจากการศึกษาที่ได้พัฒนาต่อยอดในด้านความรู้และความเข้าใจต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองกับกลุ่มตัวอย่างที่มีความแตกต่าง

1.3 จากผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่าเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 มีระดับของการพัฒนาตนเองที่มาก ดังนั้นควรให้การสนับสนุนแก่เด็กและเยาวชนได้มีโอกาสพัฒนาตนเอง โดยมีการจัดสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ที่เหมาะสม รวมทั้งสนับสนุนให้เด็กและเยาวชนได้ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมการพัฒนาตนเอง เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีประสบการณ์ เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ซึ่งเป็นการช่วยเอื้อให้เกิดการพัฒนาตนเองให้มากยิ่งขึ้นได้

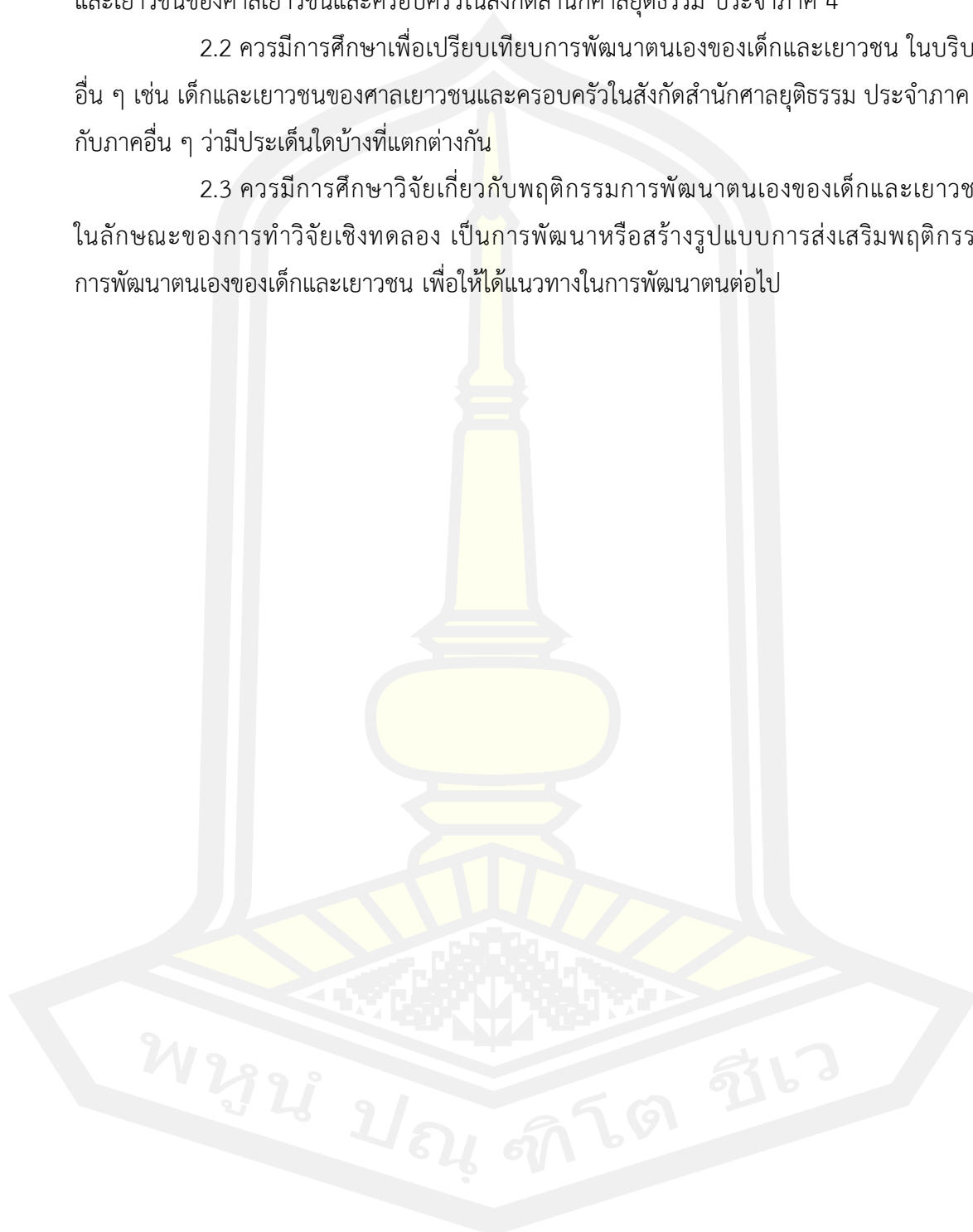
2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากการวิจัยในครั้งนี้ เช่น ความสัมพันธ์ทางครอบครัว การสนับสนุนทางสังคม ประสบการณ์ชีวิต การจัดการความรู้สึก และการปรับตัว

ทางสังคม เป็นต้น เพื่อให้ทราบว่า มีปัจจัยใดบ้างที่เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาตนเองของเด็ก และเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

2.2 ควรมีการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ในบริบทอื่น ๆ เช่น เด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 กับภาคอื่น ๆ ว่ามีประเด็นใดบ้างที่แตกต่างกัน

2.3 ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ในลักษณะของการทำวิจัยเชิงทดลอง เป็นการพัฒนาหรือสร้างรูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรม การพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน เพื่อให้ได้แนวทางในการพัฒนาต่อไป



บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กันยารัตน์ เมืองแก้ว. (2561). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*, 11(2), 197-215.
- กาญจนา คำสมบัติ และคณะ. (2562). การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองกับกิจกรรมการเรียนการสอน. *วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ฉบับบัณฑิตศึกษา) สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 7(3), 69-78.
- เกียรติยศ จิตรโกศล. (2559). การเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสรรพ์ โดยการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือร่วมกับเครือข่ายสังคมออนไลน์. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์ศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ชัตติยา น້ายาทอง. (2551). การศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรคของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรัฐบาลในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชน. (2561). *แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2560-2564*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : เจ.เอส.การพิมพ์.
- คำปิ่น บุญเลิศ และคณะ. (2558). รายงานวิจัย การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- จรรยา สุวรรณทัต. (2533). รายงานการวิจัย ความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กไทยในแง่ของความสัมพันธ์องค์ประกอบทางการศึกษา การฝึกทักษะ และการพัฒนาจิตลักษณะ เพื่อสร้างพลเมืองที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จำนงค์ แจ่มจันทร์วงศ์ และคณะ. (2560). ปัจจัยที่ส่งผลต่อสมรรถนะครูผู้สอนของนักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาวิชาชีพครู วิทยาลัยเชียงราย. *วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร ฉบับภาษาไทย มนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*, 10(1), 269-280.

- จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์. (2545). **สังคมวิทยา**. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- จำลอง นามูลตรี. (2561). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกศึกษาต่อของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย**. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการปรึกษาและการแนะแนวเชิงจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- จิตตรี แดงริด. (2550). **ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีของ Rogers ต่อความรับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย**. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จิตรฎายิน เอี่ยมอ้อย. (2549). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการควบคุมตนเองไม่ให้เกิดเกี่ยวข้องกับอบายมุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- จิรประภา อัครบวร. (2554). **พัฒนาคนบนความยั่งยืน**. กรุงเทพฯ : เต่า (2000).
- จิราภา เต็งไตรรัตน์. (2550). **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จิราวดี ชุมพล. (2549). **การศึกษาระหว่างปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เขตพื้นที่การศึกษาลพบุรี เขต 1**. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. (2552). **80 นวัตกรรมจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ**. กรุงเทพฯ : แดเน็กซ์ อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น.
- ชาญชัย อาจินสมาจาร. (2549). **การบริหารทรัพยากรมนุษย์**. กรุงเทพฯ : K & P BOOKS.
- ชูชีพ อ่อนโคกสูง. (2516). **ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเองกับคุณธรรมแห่งพลเมืองดี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2541). **เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2550). **เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย**. พิมพ์ครั้งที่ 10. นนทบุรี : ไทยเนรมิตกิจอินเตอร์โปรแกรมส์.

- ฐิตวันต์ หงส์กิตติยานนท์ และคณะ. (2561). ศึกษางานวิจัยเรื่องรูปแบบการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงสารเสพติด (บุหรี่และบุหรี่ไฟฟ้า) ในเยาวชน. **การประชุมวิชาการระดับชาติ Proceedings of the First National Conference on Fine and Applied Arts** (น. 125-131). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- ณัฐกร วัชรสินธุ์. (2562). สมรรถนะ : การพัฒนาตนเองของพนักงานรักษาความปลอดภัยก้วทัน การเปลี่ยนแปลงในยุคไทยแลนด์ 4.0. **วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์**, 5(2), 253-264.
- ณรงค์ รอดพันธ์. (2542). **ครูกับการพัฒนาตนเอง**. *ข้าราชการครู*, 19(3), 37-39.
- ณัฐฉิณันท์ พิมพาทย์. (2560). **ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความคิดเชิงบวกที่มีต่อพลังสภาพจิตของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิด**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิกและชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ณัฐิกา ปิ่นแก้ว. (2561). **ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชนเผ่ากะเหรี่ยง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านหัวแม่สุริน จังหวัดแม่ฮ่องสอน**. การศึกษาค้นคว้าอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ดารุณี บุญวิก. (2543). **การศึกษาปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนครศรีธรรมราช**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธัญญา คนอยู่. (2547). **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 3**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธัญญาภรณ์ อุปมัยรัตน์. (2561). **ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อทัศนคติการใช้ความรุนแรงและพฤติกรรมการควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ธีรภาพ วัฒนวิจารณ์. (2545). ความเชื่อมั่น. *นิตยสารผู้จัดการ*, 19(1), 127-128.
- ธีระพร อุวรรณโณ. (2530). **จริยธรรมกับการศึกษา**. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- นงนุช โรจนเลิศ. (2533). การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น.
วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นวรินทร์ ตาก้อนทอง. (2549). การศึกษาเปรียบเทียบการอ้างสาเหตุความสำเร็จและ
ความล้มเหลวในการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่
การศึกษานครสวรรค์ เขต 1 ที่มีระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน
แตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการ
ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิตยา กัณณิกากรณ์. (2553). การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองตาม
จรรยาบรรณวิชาชีพครูของข้าราชการครู สังกัดกรุงเทพมหานคร. นิพนธ์ปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิตยา คชภักดี. (2542). การส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ไช 10 ข้อข้อใจ พัฒนา EQ
คู่ IQ, 2(22), 4.
- เนาวรัตน์ ไตรรงค์. (2552). ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมพัฒนาตนเองให้รอบรู้
ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 3.
วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยบูรพา.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2554). หลักการวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- บุษกร ดำคง. (2542). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการคิดอย่างมี
วิจารณญาณของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มัธยมศึกษาปีที่ 3 และมัธยมศึกษา
ปีที่ 6 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา
จิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เบญจพร ปัญญา. (2555). กระบวนการนิติจิตเวชสำหรับเด็กและเยาวชน. นนทบุรี :
กรมสุขภาพจิต.
- ประเทือง ภูมิภักทราคม. (2540). การปรับพฤติกรรม : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ :
โอเดียนสโตร์.
- ประเวศ วะสี. (2541). คู่กันเรื่องความคิด. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- ประสาธ อิศรปรีดา. (2523). จิตวิทยาการศึกษา. มหาสารคาม : อภิชาติการพิมพ์.

- ปราณี เพ็ชรศิริ. (2549). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง โรงเรียนกรุงเทพการบัญชีวิทยาลัย. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาธุรกิจศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปราณี รามสูต และจำรัส ดั่งสุวรรณ. (2545). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. กรุงเทพฯ : สถาบันราชภัฏธนบุรี.
- ปราณี รามสูต. (2548). จิตวิทยาในองค์กร. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.
- ปรีชา พรหมบุตร. (2555). การพัฒนาตนเอง. [ออนไลน์]. ได้จาก : <http://promboot2011.blogspot.com>. [สืบค้นเมื่อ วันที่ 18 พฤษภาคม 2565].
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2535). จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมกรุงเทพ.
- ปวีณรัตน์ มณีวรรณ. (2548). การศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อยุทธศาสตร์การเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดกาญจนบุรีโดยการวิเคราะห์พหุระดับ. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปิยะวดี ลีหบบำรุง. (2547). การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญาณิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พงศกร เองวิวัฒน์ชัย. (2561). การเสริมสร้างการควบคุมตนเองของเยาวชนที่กระทำผิดโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา ศักยภาพมนุษย์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : พัฒนาศึกษา.
- พัชรินทร์ ชำศิริพงษ์. (2561). การกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชนในคดียาเสพติด. วารสารวิจัยราชภัฏกรุงเทพฯ, 5(3), 23-30.
- พิณกาน ภัทเศรษฐ์. (2551). การแสดงหลักฐานความเที่ยงตรงตามโครงสร้างและความเชื่อมั่นของมาตรวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่มีรูปแบบต่างกัน สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานครเขต 1. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดผลการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ และคณะ. (2555). การศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก. วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 4(7), 81-88.

- ภัทรารณณ์ สังข์ทอง. (2550). **พัฒนาการของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองแตกต่างกัน** สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา นนทบุรี เขต 1. ปริญญาโทศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มนานปี คงรักช้าง. (2560). การศึกษาผลของโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองในอาชีพต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6. **วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา**, 12(4), 169-189.
- มะลิสสา สุธารัตน์. (2561). **ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนิยมศิลป์อนุสรณ์ จังหวัดเพชรบูรณ์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- เมธาวดี สังขะมาน. (2548). **ตัวแปรคัดสรรที่สัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 จังหวัดหนองคาย ปีการศึกษา 2547**. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- ร่มเกล้า ช่างน้อย และวีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. (2558). ผลของการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์. **วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา**, 11(2), 75-91.
- รังสรรค์ โฉมยา. (2553). **รวมศัพท์สำคัญทางจิตวิทยา**. มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- รัชดา อรหันตา และกาญจนา ไชยพันธุ์. (2557). ผลของโปรแกรมความคิดเชิงบวกที่มีต่อความเข้มแข็งทางจิตใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. **วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น**, 8(3), 128-136.
- รุ่งฤดี กิจควร. (2548). **การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์คืออะไร: พัฒนาทำไม ทำไมต้องพัฒนา**. กรุงเทพฯ : อักษรพิพัฒน์.
- เรียม ศรีทอง. (2542). **พฤติกรรมมนุษย์กับพัฒนาการ: ศาสตร์แห่งการพัฒนาชีวิตและสังคม**. กรุงเทพฯ : บริษัท เจริญเวฟเอดดูเคชั่น จำกัด.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2543). **การวัดด้านจิตพิสัย**. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ลำเพา สุภะ และมนัส ไพฑูรย์เจริญลาภ. (2556). ปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชลาดกระบัง. **วารสารวิทยาศาสตร์ลาดกระบัง**, 22(2), 38-50.

- วรรณดี สุทธินรากร และคณะ. (2541). **การศึกษาลักษณะการมุ่งประสบความสำเร็จของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วรางคณา รัชตะวรรณ. (2554). **การศึกษาและพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม**. ปรินญาณิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วันชัย ดนัยโตโมนุท. (2536). **คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดปทุมธานี**. ปรินญาณิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วาสนา จันทร์จ่าย. (2553). **การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต**. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิลาสลักษณ์ ชิววลลี. (2538). **การรับรู้ความสามารถของตนเองในเรื่องอาชีพ**. วารสารจิตวิทยา, 1(1), 97-109.
- ศรสลัก นิมบุตร. (2563). **ประสิทธิผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมการตั้งเป้าหมายทางการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง**. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 15(1), 72-86.
- ศาลเยาวชนและครอบครัวกลาง. (2559). **คู่มือมาตรฐานงานนักจิตวิทยาศาลเยาวชนและครอบครัว**. กรุงเทพฯ : สำนักงานศาลยุติธรรม.
- ศิรินยา จีระเจริญพงศ์. (2556). **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 11**. วารสารวิชาการ Veridian E-Journal, 6(3), 537-555.
- ศิวพร ไชยพะยอม. (2550). **ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยด้านลักษณะทางจิตพิสัยที่ส่งผลต่อความสามารถด้านตัวเลขของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบุรี เขต 1**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวัดและวิจัยผลการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2545). **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์อักษรภาพพัฒนา.

- สมใจ จุฑาผาด. (2549). **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่สัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนช่วงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดกาฬสินธุ์**. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สมใจ ธนเกียรติมงคล. (2553). **การศึกษาโมเดลความสัมพันธ์ของสาเหตุต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการทำปริญญานิพนธ์ตามทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมบัติ ท้ายเรือคำ. (2555). **สถิติขั้นสูงสำหรับการวิจัยทางการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. มหาสารคาม : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ. (2543). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมิต อาชวนิจกุล. (2543). **การพัฒนาตนเอง**. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.
- สำนักงานศาลยุติธรรม. (2562). **รายงานสถิติคดีของศาลยุติธรรมประจำปี 2562**. [ออนไลน์].
ได้จาก : <https://oppb.coj.go.th>. [สืบค้นเมื่อ วันที่ 28 พฤษภาคม 2565].
- _____. (2563). **รายงานสถิติคดีของศาลยุติธรรมประจำปี 2563**. [ออนไลน์].
ได้จาก : <https://oppb.coj.go.th>. [สืบค้นเมื่อ วันที่ 28 พฤษภาคม 2565].
- สุนิษา กลิ้งพงษ์. (2556). **ความต้องการพัฒนาตนเองของบุคลากรสายปฏิบัติการ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**. ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการอุดมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุปัญญา อำนางจวงศ์. (2556). **การพัฒนาตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (ขยายโอกาส) ในโรงเรียนบ้านนอกเชิงอสังกัตสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 3**. สารนิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ.
- สุพร มูลศรี, ประวิต เอรารวรรณ และประเสริฐ เรือนนะการ. (2556). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19**. **วารสารคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม**, 19(1), 143-152.
- สุพร มูลศรี. (2556). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 19**. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

- สุภมาส จินะราช. (2549). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการพัฒนาตนเองของนิสิตภาคพิเศษระดับบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุมาลี พัวชู. (2547). การศึกษาพัฒนาความสามารถในการคิดสังเคราะห์และการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากทม. เขต 3. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุรินทร์ ปู่สาตี. (2545). การพัฒนาตนเองตามเกณฑ์มาตรฐานวิชาชีพครูของข้าราชการครูโรงเรียนวัดพรหมสุวรรณสามัคคี. วิทยานิพนธ์ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.
- แสงวง สาระสิทธิ์. (2535). การพัฒนาตนเอง. เลย : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏเลย.
- เหียงวัน วันหงอก. (2563). ผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปรินญาณิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- อมรรัตน์ การะมี. (2561). ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ปรินญาณิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลอนามัยเด็ก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อมรา รสสุข. (2541). คุณครูยุคโลกาภิวัตน์. การศึกษา กทม., 21(5), 21-22.
- อรพลอย เกษมสันต์ ณ อยุธยา. (2546). การศึกษาเปรียบเทียบการควบคุมตนเอง และมโนภาพแห่งตนของนักศึกษาวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในหอพักกับนักศึกษาวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ตามบ้าน. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรพินทร์ ชูชม. (2544). จากทฤษฎีสู่แนวปฏิบัติในการมองโลกในแง่ดี. วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 7(1), 43-53.
- อรรณพ จินะวัฒน์. (2559). การพัฒนาตนเองของผู้ประกอบวิชาชีพครู. วารสารวิชาการ Veridian E-Journal ฉบับมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ, 9(2), 1382.
- อังคณา บุญสีสอด. (2551). คู่มือพัฒนาความรับผิดชอบของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อัจฉรา ประเสริฐสิน. (2556). การพัฒนาตนเองสำคัญอย่างไรในชีวิตและการทำงาน. **วารสาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร**, 5(10), 73-84.

อารี พันธุ์มณี. (2542). **จิตวิทยาการเรียนรู้และการสอน**. กรุงเทพฯ : เลิฟแอนด์สัพเพรส.

อิสริยา สันติธรรม. (2564). **แนวทางการควบคุมตนเองของเด็กและเยาวชนที่ไม่กลับไปกระทำผิดซ้ำในคดีเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ กรณีศึกษา ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน พระนครศรีอยุธยา**. ปรินญาณิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาอาชญาวิทยาและการบริหารงานยุติธรรม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรังสิต.

Bandura, A. (1997). **Self-Efficacy The Exercise of Control**. New York : W.H. Freeman and Company.

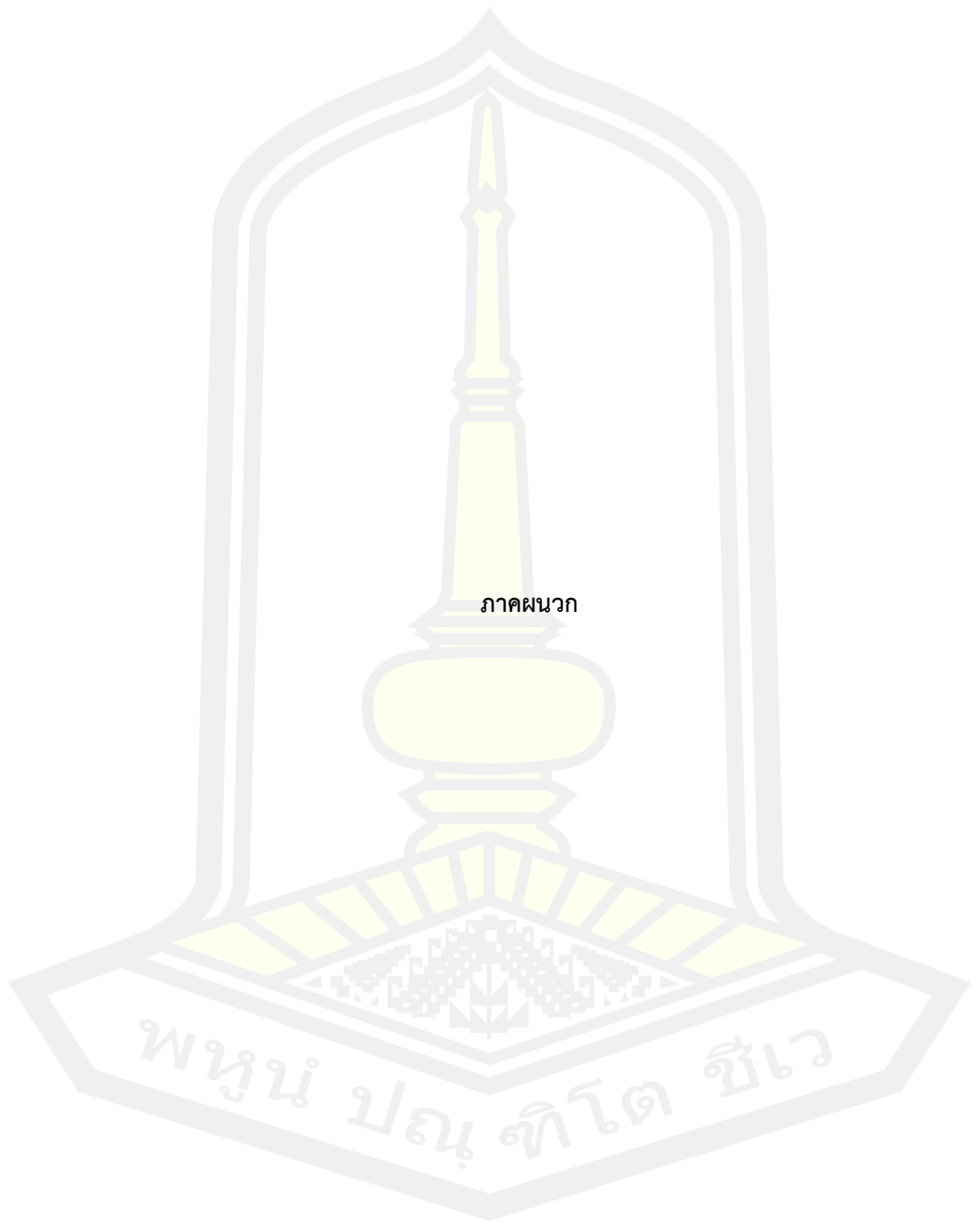
Caldwell, C. and Hayes, L.A. (2016). Self-efficacy and self-awareness: moral insights to increased leader effectiveness. **Journal of Management Development**. 35(9), 1169-1173.

Hair, J.F.Jr. and others. (2006). **Multivariate data analysis**. 6th ed. New Jersey : Prentice Hall.

Lin, T.J. and Tsai, C.C. (2015). An investigation of Taiwanese high school students' science learning self-efficacy in relation to their conceptions of learning science. **Research in Science and Technological Education**, 31(3), 308-323.

Palamarchuk, O. and Gurevych, R. (2020). Studying Innovation as the Factor in Professional Self-Development of Specialists in Physical Education and Sport. **Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala**, 12(4), 118-136.

Taylor, K.M. and Betz, N.E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. **Journal of Vocational Behavior**, 22(1), 63-81.



ภาคผนวก

พหุบัณฑิตวิชเว



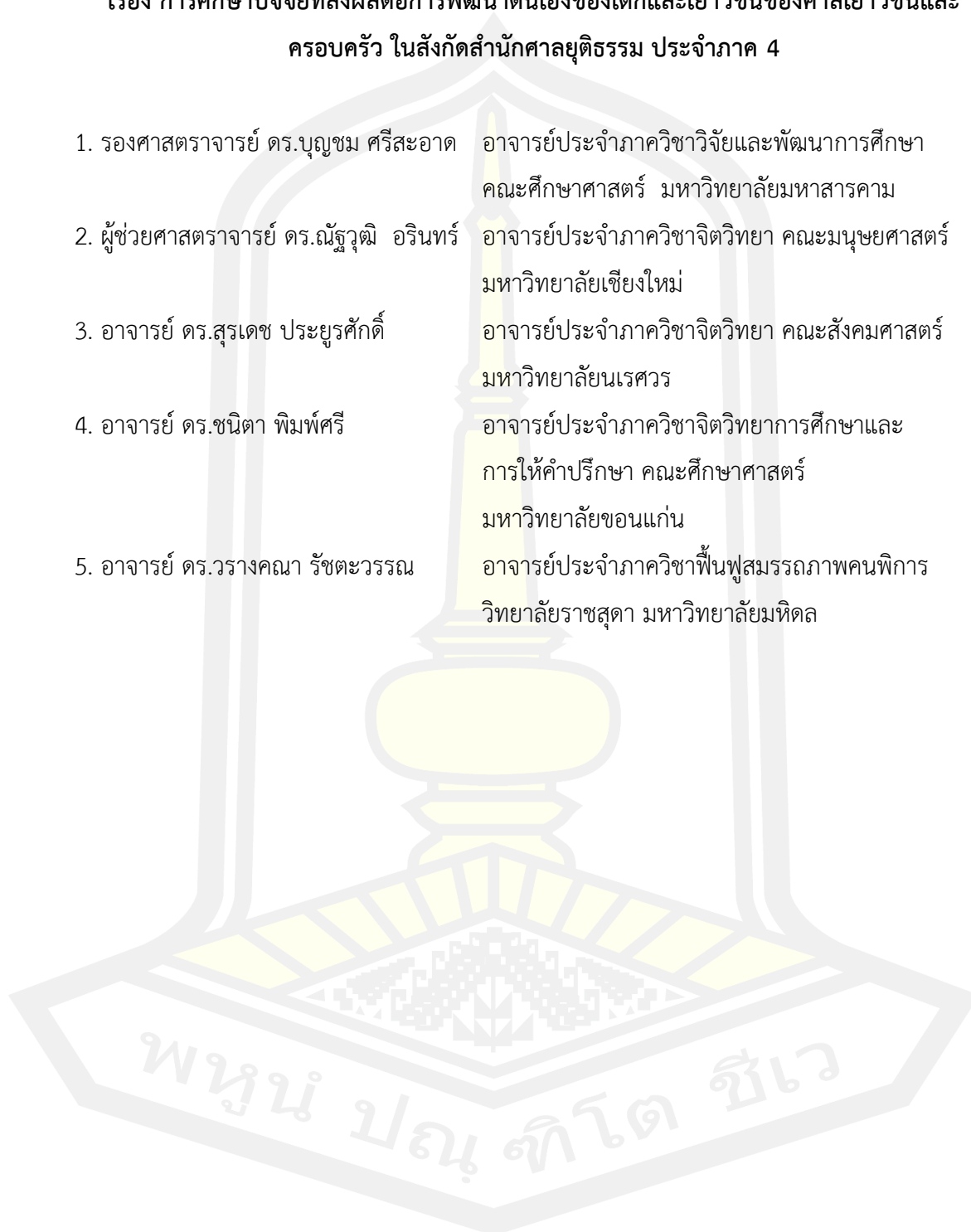
ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

พหุบัณฑิต ชีวะ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและ
ครอบครัว ในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

1. รองศาสตราจารย์ ดร.บุญชม ศรีสะอาด อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและพัฒนาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐวุฒิ อรินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. อาจารย์ ดร.สุรเดช ประยูรศักดิ์ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยนเรศวร
4. อาจารย์ ดร.ชนิตา พิมพ์ศรี อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและ
การให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น
5. อาจารย์ ดร.วรางคณา รัชตะวรรณ อาจารย์ประจำภาควิชาฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ
วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล





ภาคผนวก ข

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

พหุบัณฑิตวิทยา

ตาราง 24 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการพัฒนาตนเอง

ตัวแปร	ข้อที่	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					รวม	สรุปผล	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ฉบับจริงข้อที่
		1	2	3	4	5				
การพัฒนาตนเอง	1	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.48	1
	2	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.62	2
	3	0	0	+1	+1	+1	0.6	สอดคล้อง	.51	3
	4	0	0	+1	+1	0	0.4	ไม่สอดคล้อง	-	-
	5	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.40	4
	6	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.38	-
	7	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.27	-
	8	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.49	5
	9	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.52	6
	10	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.33	7
	11	0	+1	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.61	8
	12	0	0	+1	+1	0	0.4	ไม่สอดคล้อง	-	-
	13	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.10	-
	14	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.37	9
	15	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.47	10
	16	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.28	-
	17	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.37	11
	18	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.29	-
	19	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.39	12
	20	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.28	-
	21	0	0	+1	+1	0	0.4	ไม่สอดคล้อง	-	-
	22	+1	0	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.40	-
	23	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.46	13
	24	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.61	14
	25	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.49	15
	26	+1	0	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.37	16

ค่าความเชื่อมั่น = .86

ตาราง 25 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง

ตัวแปร	ข้อที่	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					รวม	สรุปผล	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ฉบับจริงข้อที่
		1	2	3	4	5				
การรับรู้ ความสามารถ ของตนเอง	1	0	+1	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.31	-
	2	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.32	1
	3	+1	0	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.32	2
	4	+1	+1	+1	+1	0	0.8	สอดคล้อง	.57	3
	5	0	+1	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.50	4
	6	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.36	-
	7	+1	+1	+1	+1	0	0.8	สอดคล้อง	.52	5
	8	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.18	-
	9	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.40	6
	10	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.50	7
	11	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.38	8
	12	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.20	-
ค่าความเชื่อมั่น = .75										

ตาราง 26 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์

ตัวแปร	ข้อที่	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					รวม	สรุปผล	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ฉบับจริงข้อที่
		1	2	3	4	5				
แรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์	1	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.31	-
	2	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.47	1
	3	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.49	2
	4	+1	+1	0	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.50	3
	5	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.51	4
	6	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.44	5
	7	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.53	6
	8	+1	0	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.28	-
	9	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.29	-
	10	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.57	7
	11	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.30	-
	12	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.55	8
	13	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.49	9
	14	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.45	10
	15	+1	+1	+1	+1	0	0.8	สอดคล้อง	.27	-
ค่าความเชื่อมั่น = .81										



ตาราง 27 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

ตัวแปร	ข้อที่	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					รวม	สรุปผล	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ฉบับจริงข้อที่
		1	2	3	4	5				
ความเชื่อมั่นในตนเอง	1	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.44	1
	2	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.49	2
	3	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.35	-
	4	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.35	-
	5	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.34	3
	6	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.42	4
	7	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.30	-
	8	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.34	5
	9	+1	0	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.33	6
	10	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.68	7
	11	+1	+1	+1	+1	0	0.8	สอดคล้อง	.38	8
	12	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.59	9
	13	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.30	-
	14	+1	0	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.23	-
	15	+1	+1	+1	+1	0	0.8	สอดคล้อง	.41	10
ค่าความเชื่อมั่น = .78										



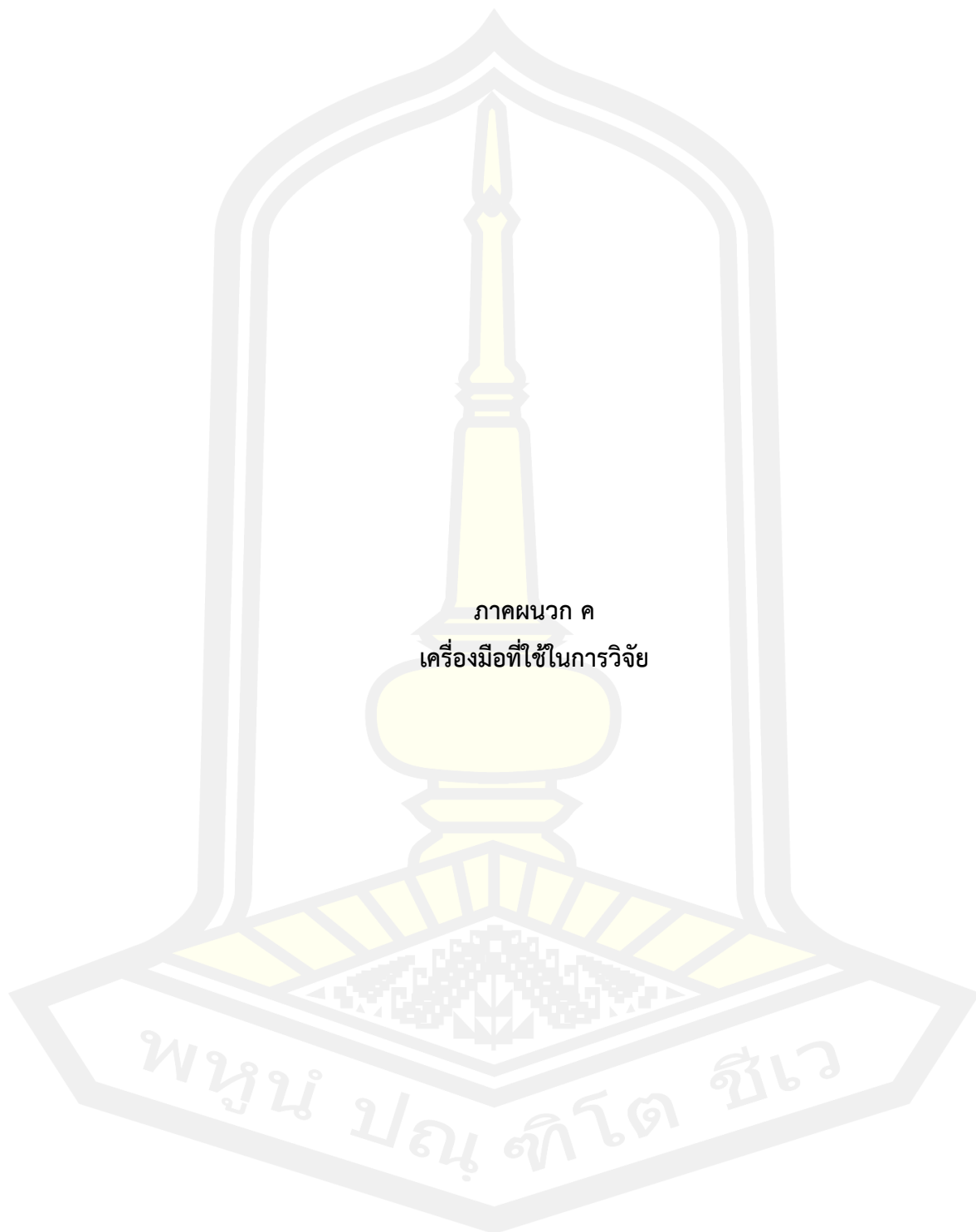
ตาราง 28 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก
และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการควบคุมตนเอง

ตัวแปร	ข้อที่	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					รวม	สรุปผล	ค่าอำนาจ จำแนก (r)	ฉบับจริง ข้อที่
		1	2	3	4	5				
การควบคุม ตนเอง	1	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.38	-
	2	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.49	1
	3	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.64	2
	4	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.29	-
	5	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.47	3
	6	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.61	4
	7	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.37	5
	8	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.56	6
	9	+1	+1	+1	+1	0	0.8	สอดคล้อง	.40	-
	10	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.59	7
	11	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.32	-
	12	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.43	8
ค่าความเชื่อมั่น = .81										

ตาราง 29 ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์เฉพาะ ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการมองโลกในแง่ดี

ตัวแปร	ข้อที่	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ					รวม	สรุปผล	ค่าอำนาจจำแนก (r)	ฉบับจริงข้อที่
		1	2	3	4	5				
การควบคุมตนเอง	1	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.50	1
	2	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.36	2
	3	+1	+1	0	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.40	3
	4	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.49	4
	5	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.43	5
	6	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.51	6
	7	+1	+1	+1	+1	+1	1.0	สอดคล้อง	.63	7
	8	0	+1	+1	+1	0	0.6	สอดคล้อง	.72	8
	9	+1	0	+1	+1	+1	0.8	สอดคล้อง	.62	9
ค่าความเชื่อมั่น = .82										





ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

พหุบัน ปณฺ ทิโต ชีเว

คำอธิบายโครงการวิจัยและการแสดงความยินยอมเข้าร่วมวิจัย
(สำหรับเด็กและเยาวชน อายุ 13-18 ปี)
(Assent form for Juvenile 13-18 years)

โครงการวิจัยนี้ทำขึ้นเพื่อจะศึกษาว่า เด็กและเยาวชนมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง และการมองโลกในแง่ดี กับการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนเป็นอย่างไร

ที่ชวนน้องเข้าร่วมโครงการนี้เพราะว่าน้องมีอายุระหว่าง 13 - 18 ปี มีสุขภาพแข็งแรง และมีความสามารถในการเข้าใจข้อความได้เป็นอย่างดี

ซึ่งผลการศึกษานี้จะช่วยเป็นแนวทางในการวางแผนและพัฒนารูปแบบการแก้ไข บำบัดฟื้นฟูเด็ก และเยาวชนต่อไป

ถ้าน้องยินดีเข้าร่วมโครงการนี้ น้องจะต้องปฏิบัติ ดังนี้

- ตอบคำถามเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุมตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเอง ซึ่งประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 7 ส่วน รวมจำนวน 84 ข้อ โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30 นาที

งานวิจัยนี้มีความเสี่ยงน้อย พี่จะคอยดูแลน้องอย่างดี ไม่ให้น้องเหนื่อยเกินไป แต่ถ้าน้องรู้สึกไม่สบายใจ อึดอัดกับบางคำถาม น้องมีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบคำถามเหล่านั้นได้ รวมถึงน้องมีสิทธิ์ถอนตัวออกจากโครงการนี้เมื่อใด ก็ได้ หากไม่อยากเข้าร่วมในการวิจัยนี้ น้องสามารถบอกพี่ได้ตลอดเวลา และถ้าน้องหรือผู้ปกครองมีเรื่องสงสัยประการใดสามารถถามได้ พี่ชื่อ นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล โทรศัพท์มือถือ 095-5414392 ตลอด 24 ชั่วโมง

พี่จะเก็บเรื่องส่วนตัวน้องเป็นความลับ ไม่เปิดเผยให้ใครทราบ

น้องได้อ่านและเข้าใจรายละเอียดของโครงการแล้ว

- ☺ ถ้าน้องเต็มใจเข้าร่วมในโครงการนี้ ลงชื่อ.....
- ☹ ถ้าน้องไม่เต็มใจเข้าร่วมโครงการนี้ ลงชื่อ.....

แบบยินยอมให้ทำการวิจัยสำหรับอาสาสมัครอายุ 13-18 ปี

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว).....นามสกุล.....อายุ.....ปี
 เกี่ยวข้องเป็น บิดา/มารดา/ผู้ปกครอง ของ (ด.ญ./ด.ช./นาย/นางสาว).....
 นามสกุล.....อายุ.....ปี

ขอแสดงความยินยอมให้เด็กในปกครองของข้าพเจ้าเข้าร่วมการวิจัย ในโครงการวิจัยเรื่อง
 “การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวใน
 สังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4”

ข้าพเจ้าและเด็กในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มา
 และวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่าง ๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ
 ความเสี่ยง/อันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ ข้าพเจ้าได้อ่านรายละเอียดใน
 แบบชี้แจงสำหรับอาสาสมัครหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัยจน
 เข้าใจเป็นอย่างดี

ตลอดจนการรับรองจากผู้วิจัยที่จะเก็บรักษาข้อมูลของเด็กในปกครองของข้าพเจ้าไว้เป็น
 ความลับ และจะไม่ระบุชื่อ หรือข้อมูลส่วนตัวเป็นรายบุคคลต่อสาธารณชน โดยผลการวิจัยจะ
 นำเสนอในลักษณะภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัยเพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจให้เด็กในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้าเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้
 ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้ในแบบชี้แจงอาสาสมัคร โดยข้าพเจ้ายินยอมให้เด็กในปกครอง/ในความดูแล
 ของข้าพเจ้า เข้าร่วมในการวิจัย และเด็กในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้าสมัครใจเข้าร่วม
 การวิจัยนี้ ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้ในแบบชี้แจงอาสาสมัครในการตอบแบบสอบถามในประเด็น
 เกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่อมั่นในตนเอง การควบคุม
 ตนเอง การมองโลกในแง่ดี และการพัฒนาตนเอง ซึ่งประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 7 ส่วน
 รวม จำนวน 84 ข้อ โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30 นาที เมื่อเสร็จสิ้นการวิจัยแล้ว
 ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะถูกทำลายทั้งหมด

ข้าพเจ้ามีสิทธิให้ผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้าหรือเป็นความประสงค์ของผู้ที่
 อยู่ในปกครอง/ในความดูแล ถอนตัวออกจากกรวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอนตัว
 ออกจากการวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนในการดำเนินคดีตามกระบวนการยุติธรรม
 ทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติต่อผู้ที่อยู่ในปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า
 ตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้ที่อยู่ใน
 ปกครอง/ในความดูแลของข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยจะนำเสนอข้อมูลจากการ

วิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวผู้ที่อยู่ในปกครอง/
ในความดูแลของข้าพเจ้าและตัวข้าพเจ้า

หากข้าพเจ้าและผู้ที่อยู่ในความปกครองของข้าพเจ้ามีข้อข้องใจเกี่ยวกับขั้นตอนของการ
วิจัย ข้าพเจ้าสามารถติดต่อกับนางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล ที่อยู่: ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัด
มหาสารคาม หมายเลขโทรศัพท์: 095-5414392 ได้ตลอด

ข้าพเจ้าและผู้ที่อยู่ในปกครองของข้าพเจ้าเข้าใจข้อความในแบบคำชี้แจงอาสาสมัคร และ
แบบยินยอมนี้โดยตลอดแล้ว จึงลงลายมือชื่อไว้

ลงชื่อ.....อาสาสมัคร

ลงชื่อ.....ผู้ปกครอง

(.....)

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ลงชื่อ.....ผู้ให้ข้อมูลและขอความยินยอม

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

พหุบัน ปณฺ ทิโต ชิว

~ 1 ~

แบบวัดเพื่อการวิจัย
เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน
ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

คำชี้แจง

1. แบบวัดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรมประจำภาค 4

2. แบบวัดนี้มีทั้งหมด 7 ตอน ได้แก่

- | | |
|---------------------------------------|--------------|
| 2.1 ข้อมูลทั่วไป | |
| 2.2 แบบวัดการพัฒนาตนเอง | จำนวน 16 ข้อ |
| 2.3 แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง | จำนวน 8 ข้อ |
| 2.4 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ | จำนวน 10 ข้อ |
| 2.5 แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง | จำนวน 10 ข้อ |
| 2.6 แบบวัดการควบคุมตนเอง | จำนวน 8 ข้อ |
| 2.7 แบบวัดการมองโลกในแง่ดี | จำนวน 9 ข้อ |

รวมทั้งสิ้น 61 ข้อ

ขอให้เด็กและเยาวชนตอบแบบวัดนี้ให้ตรงกับความเป็นจริงให้มากที่สุด คำตอบจะไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาตามกระบวนการยุติธรรมของเด็กและเยาวชนแต่อย่างใด คำถามแต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด คำตอบที่ดีที่สุดคือคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบันของเด็กและเยาวชนมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ขอให้ตอบให้ครบทุกข้อ

และขอขอบคุณเด็กและเยาวชนทุกคนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี



นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล
นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

~ 2 ~

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

เพศ ชาย หญิง อายุ ปี

ฐานความผิด (ข้อหา)

การศึกษาในปัจจุบัน

มัธยมศึกษาตอนต้น ปวช. 1-3

มัธยมศึกษาตอนปลาย กศน. ม.ต้น

กศน. ม.ปลาย ไม่ได้ศึกษา และจบการศึกษาสูงสุดในชั้น.....

ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ

บิดาและมารดา บิดา

มารดา บุคคลอื่น ๆ (ระบุ)

คำชี้แจง

ให้เด็กและเยาวชนอ่านข้อความและพิจารณาว่าข้อความตรงกับความจริงของเด็กและเยาวชนในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างช่องใดช่องหนึ่งที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดหรือพฤติกรรมของตน

ตอนที่ 2 แบบวัดการพัฒนาตนเอง

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านร่างกาย						
1	ฉันต้องการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อบริหารร่างกายให้มีสุขภาพแข็งแรง					
2	ฉันคิดว่ากิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริหารร่างกายจะสามารถสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้เป็นอย่างดี					
3	บ่อยครั้งที่ฉันให้ความสำคัญกับสิ่งอื่น จนทำให้นอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ					
4	ฉันมักรับประทานอาหารตามสิ่งที่ชอบ แม้ว่าสิ่งนั้นไม่มีประโยชน์และอาจให้โทษต่อร่างกาย					

แบบวัดการพัฒนาตนเอง (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านอารมณ์						
5	ฉันต้องการฝึกฝนตนเองให้มีจิตใจสงบมั่นคง เพื่อสามารถควบคุมตนเองให้มีสติอยู่เสมอ					
6	ฉันไม่แน่ใจว่าตนเองจะควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกอย่างเหมาะสมได้หรือไม่ หากต้องเผชิญสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย					
7	ฉันพยายามควบคุมตนเอง โดยไม่แสดงออกทางอารมณ์ที่เป็นโทษต่อตนเองและผู้อื่น					
8	ฉันเรียนรู้ที่จะเข้าใจอารมณ์ของตนเองอยู่เสมอ					
ด้านสังคม						
9	ฉันเรียนรู้ที่จะปรับปรุงตนเองเพื่อให้เข้ากับผู้อื่นได้					
10	ฉันคิดว่าการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่น					
11	ฉันเรียนรู้ที่จะทบทวนข้อบกพร่องของตนเองอยู่เสมอ					
12	ฉันคิดว่าการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลเป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม					
ด้านสติปัญญา						
13	ฉันต้องการได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านที่สนใจมากขึ้น					
14	ฉันต้องการพัฒนาความรู้ความสามารถตลอดเวลาด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การอ่านหนังสือ การเรียนรู้เพิ่มเติมบนอินเทอร์เน็ต หรือแหล่งเรียนรู้อื่น ๆ ที่ฉันสนใจ					
15	ฉันคิดว่าการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันเป็นสิ่งที่ดีต่อการดำเนินชีวิต					
16	ฉันคิดว่าการเรียนรู้วิธีการดำเนินชีวิต จะทำให้ฉันสามารถดำเนินชีวิตได้ดีขึ้นกว่าเดิม					



ตอนที่ 3 แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ประสบการณ์จากความสำเร็จ						
1	ฉันรู้ว่าควรทำอะไรเพื่อให้ประสบความสำเร็จ					
2	เมื่อฉันทำงานผิดพลาด ฉันไม่แน่ใจว่าจะสามารถแก้ไขหรือปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ในครั้งต่อไป					
การได้เห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ						
3	เมื่อฉันเห็นแนวทางของเพื่อนที่ประสบความสำเร็จ ฉันมั่นใจว่าตนเองก็สามารถทำได้					
4	ฉันยินดีที่จะปรับปรุงพัฒนาตนเองตามคำแนะนำของผู้ที่ประสบความสำเร็จ เพราะถือว่าเป็นผู้มีประสบการณ์มาก่อน					
การพูดชักจูงจากผู้อื่น						
5	เมื่อคนรอบข้างบอกว่า ฉันมีความสามารถพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ ฉันจึงเชื่ออย่างนั้น					
6	ฉันได้รับกำลังใจจากการยกย่อง ชมเชยของผู้อื่น จึงทำให้เกิดแรงผลักดันให้แสดงพฤติกรรมที่ดีขึ้น จนไปสู่ความสำเร็จได้					
สภาวะทางกาย						
7	เมื่อฉันตกอยู่ในสถานการณ์ที่กดดัน ร่างกายของฉันมักแสดงออกถึงความเครียด เช่น แ่นหน้าอก เหนื่อยเพลีย เป็นต้น					
8	ฉันรู้สึกตื่นเต้นและไม่มั่นใจเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย					

ตอนที่ 4 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความทะเยอทะยาน						
1	ฉันเลิกคาดหวังต่อความสำเร็จ เพราะการไปสู่จุดมุ่งหมายต้องใช้เวลานาน					
2	ฉันมักคาดหวังต่อความสำเร็จไว้ค่อนข้างสูง					

แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความกระตือรือร้น						
3	เมื่อฉันต้องทำอะไร ฉันจะเอาใจใส่เต็มที่ เพื่อให้เกิดผลสำเร็จ					
4	ฉันมีความตั้งใจที่จะทำอะไรต่าง ๆ ด้วยความมานะอดทน ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก					
ความกล้าเสี่ยง						
5	ฉันเลือกจะลงมือกระทำ แม้ว่าต้องเผชิญกับความเสี่ยง เพราะสิ่งนั้นอาจนำไปสู่ความสำเร็จได้					
6	ฉันพร้อมที่จะเลือกทำอะไรบางอย่างแม้ไม่สามารถคาดการณ์ได้แน่นอนในอนาคต					
การรู้จักวางแผน						
7	ฉันสามารถจัดลำดับความสำคัญก่อนหลังได้ หากมีสิ่งที่ต้องทำหลายอย่างในเวลาเดียวกัน					
8	เมื่อฉันจะทำอะไร ฉันมีจุดประสงค์ที่ชัดเจนเสมอ เพื่อจะนำไปสู่ความสำเร็จ					
ความมีเอกลักษณ์						
9	ฉันมีความคิดเป็นของตนเอง และมีอิสระในการแสดงออกค่อนข้างสูง					
10	ฉันคิดว่าตนเองมีความคิดริเริ่มที่จะแก้ไขสิ่งต่าง ๆ ให้ดีขึ้น อยู่ตลอดเวลา					

ตอนที่ 5 แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความมั่นคงทางจิตใจ						
1	ฉันมีจิตใจที่หนักแน่น กล้าตัดสินใจในสิ่งต่าง ๆ ที่คิดไว้รอบคอบ					
2	ฉันรู้สึกสงบเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย					
ความกล้า						
3	ฉันกล้าที่จะยอมรับผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง					
4	เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่กดดันหรือลำบากใจ ฉันไม่กล้าที่จะเผชิญหน้ากับสิ่งนั้น					

แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การพึ่งตนเอง						
5	ฉันสามารถใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่แก้ไขอุปสรรคต่าง ๆ ได้					
6	ฉันคิดว่าการทำงานผู้อื่นมากเกินไปจะเป็นภาระของผู้อื่นได้					
ความเป็นตัวของตัวเอง						
7	ฉันมักทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองมากกว่าทำตามผู้อื่น					
8	เมื่อฉันคิดอย่างรอบคอบแล้ว ฉันมักจะไม่คล้อยตามผู้อื่น					
ความสามารถในการปรับตัว						
9	ฉันสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้					
10	ฉันยอมรับฟังความคิดเห็นและประสบการณ์ใหม่ ๆ จากผู้อื่นเสมอ					

ตอนที่ 6 แบบวัดการควบคุมตนเอง

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
การตั้งเป้าหมาย						
1	เมื่อฉันจะลงมือทำสิ่งใด ฉันต้องประสบความสำเร็จเสมอ					
2	ฉันมักใช้ชีวิตไปวัน ๆ ไม่ได้สนใจถึงผลกระทบในอนาคต					
การยับยั้งตนเอง						
3	ฉันจะไม่กระทำสิ่งใดตามความต้องการของตน หากสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมกับบรรทัดฐานของสังคม					
4	เมื่อฉันอยากทำอะไร ฉันจะไม่สามารถห้ามตนเองได้เลย					
การควบคุมอารมณ์						
5	ฉันสามารถระงับอารมณ์โกรธได้ เมื่ออยู่ในสภาวะที่คับข้องใจ					
6	ฉันไม่สามารถเก็บความรู้สึกที่มีอยู่ภายในได้เพราะทำให้ฉันเกิดความกระวนกระวายใจ					

~ 7 ~

แบบวัดการควบคุมตนเอง (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความอดทน						
7	แม้จะลำบาก ฉันจะพยายามทำสิ่งต่าง ๆ จนสุดความสามารถเพื่อให้เกิดความสำเร็จ					
8	เมื่อเกิดอุปสรรคใด ๆ ขึ้น ฉันจะไม่ย่อท้อ ไม่เหนียวหนำยที่จะทำสิ่งนั้นต่อไป					

ตอนที่ 7 แบบวัดการมองโลกในแง่ดี

ข้อ	คำถาม	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความคงทนถาวร						
1	สาเหตุที่ฉันได้รับการชื่นชมจากผู้อื่นเป็นเพราะการกระทำที่สม่ำเสมอของตัวเอง					
2	บางครั้งที่ฉันไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนๆ เป็นเพราะเหตุผลและความจำเป็นในครั้งนั้นของเพื่อนมากกว่า					
3	ทุกคนสามารถพบเจอเหตุการณ์ที่ไม่ดีได้ แต่ฉันเชื่อว่าไม่ใช่ตลอดไป					
ความครอบคลุม						
4	การที่ฉันเข้ากับเพื่อนๆ ได้ดี จะทำให้ฉันเข้ากับคนอื่นได้ดีเช่นกัน ถึงแม้จะไม่เคยรู้จักกับคน ๆ นั้นมาก่อน					
5	ฉันคิดว่าอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตเปรียบเสมือนบทเรียนที่ดี					
6	เมื่อฉันทำบางสิ่งได้ดี ก็มักทำให้ฉันมีกำลังใจที่จะกระทำสิ่งอื่นให้ได้ดีและประสบความสำเร็จเช่นกัน					
ความเป็นตนเอง						
7	สาเหตุที่ฉันเข้ากับเพื่อนๆ ได้ดี เพราะเพื่อน ๆ เห็นว่าฉันมีความเป็นมิตร					
8	สาเหตุที่ผู้อื่นยกย่องชื่นชมฉัน เป็นเพราะผู้อื่นมีความภาคภูมิใจในตัวของฉัน					
9	สาเหตุที่ฉันกระทำบางอย่างได้ไม่ดีและยังไม่สำเร็จ เป็นเพราะตัวฉันที่ยังไม่ตีพอ					

ขอบคุณเด็กและเยาวชนทุกคนที่ให้ความร่วมมือ





ภาคผนวก ง

หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
และหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล



ที่ อว 0605.5(2)/ว1167

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44000

10 พฤษภาคม 2565

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.บุญชม ศรีสะอาด

ด้วย นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร (กศ.ม.) จิตวิทยา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรหม ยุระยาตร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในครั้งนี้

เพื่อให้การจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรอบรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ ในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อนิสิตจะนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงได้รับความกรุณาจากท่านด้วย และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.รังสรรค์ โฉมยา)

รองคณบดี ปฏิบัติราชการแทน

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

งานวิชาการและบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

โทรศัพท์, โทรสาร 0-4371-3174

เบอร์โทรนิสิต 0955414392



ที่ อว 0605.5(2)/ว1167

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44000

10 พฤษภาคม 2565

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐฉาน อรินทร์

ด้วย นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร (กศ.ม.) จิตวิทยา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรรณ ยูระยาตร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในครั้งนี้

เพื่อให้การจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรอบรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ ในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อนิสิตจะนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการในขั้นต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงได้รับความกรุณาจากท่านด้วย และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.รังสรรค์ โฉมยา)
รองคณบดี ปฏิบัติราชการแทน
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์งานวิชาการและบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
โทรศัพท์, โทรสาร 0-4371-3174
เบอร์โทรนิสิต 0955414392



ที่ อว 0605.5(2)/ว1167

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44000

10 พฤษภาคม 2565

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.สุรเดช ประยูรศักดิ์

ด้วย นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร (กศ.ม.) จิตวิทยา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรรณ ยุระยาตร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในครั้งนี้

เพื่อให้การจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรอบรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ ในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อนิสิตจะนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงได้รับความกรุณาจากท่านด้วย และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.รังสรรค์ โอมยา)
รองคณบดี ปฏิบัติราชการแทน
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์งานวิชาการและบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
โทรศัพท์, โทรสาร 0-4371-3174
เบอร์โทรนิสิต 0955414392

ศูนย์ ปณู ทิโต บง



ที่ อว 0605.5(2)/ว1167

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44000

10 พฤษภาคม 2565

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.ชนิตา พิมพ์ศรี

ด้วย นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักงานศาลยุติธรรม ประจําภาค 4 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร (กศ.ม.) จิตวิทยา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรหม ยูระยาตร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในครั้งนี้

เพื่อให้การจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรอบรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ ในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อนิสิตจะนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงได้รับความกรุณาจากท่านด้วย และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.รังสรรค์ โนมยา)

รองคณบดี ปฏิบัติราชการแทน

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

งานวิชาการและบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

โทรศัพท์, โทรสาร 0-4371-3174

เบอร์โทรนิสิต 0955414392



ที่ อว 0605.5(2)/ว1167

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44000

10 พฤษภาคม 2565

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.วรางคณา รัชตะวรรณ

ด้วย นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร (กศ.ม.) จิตวิทยา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรรณ ยุระยาตร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ในครั้งนี้

เพื่อให้การจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรอบรู้ ความสามารถ และมีประสบการณ์ ในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อนิสิตจะนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงได้รับความกรุณาจากท่านด้วย และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.รังสรรค์ โฉมยา)
รองคณบดี ปฏิบัติราชการแทน
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์งานวิชาการและบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
โทรศัพท์, โทรสาร 0-4371-3174
เบอร์โทรนิสิต 0955414392



ที่ อว 0605.5(2)/ 2095

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม 44000

30 สิงหาคม 2565

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการทำวิทยานิพนธ์**เรียน** อธิบดีผู้พิพากษภาค 4**สิ่งที่ส่งมาด้วย** 1. แบบวัดเพื่อการวิจัย

ด้วย นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม กำลังศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4” ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาจิตวิทยา โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภมรพรรณ ยุระยาตย์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก โดยการศึกษาในครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญา ศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 และสามารถนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนและพัฒนารูปแบบการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู เด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดต่อไป

เพื่อให้การจัดทำวิทยานิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านอนุญาตให้นิสิตคนดังกล่าวทำการเก็บรวบรวมข้อมูล จากเด็กและเยาวชนผู้กระทำความผิดทางอาญาที่ได้รับมาตรการพิเศษแทนการพิพากษาคดีตามมาตรา 132 วรรค 1 โดยขอความร่วมมือจากนักจิตวิทยาประจำศูนย์ให้คำปรึกษาแนะนำและประสานการประชุม เพื่อแก้ไข บำบัด ฟื้นฟูเด็ก เยาวชน และครอบครัว ในศาลเยาวชนและครอบครัว สังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4 ในการรวบรวมข้อมูล จำนวน 12 หน่วยงาน ดังนี้

1. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดกาฬสินธุ์
2. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดขอนแก่น
3. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดนครพนม
4. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดบึงกาฬ
5. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม
6. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมุกดาหาร
7. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดร้อยเอ็ด
8. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดเลย
9. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดสกลนคร
10. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดหนองคาย

ศูนย์ ปณ. จิต โด ขบ

11. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดหนองบัวลำภู
 12. ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดอุดรธานี
- ทั้งนี้ นิสิตจะประสานไปยังผู้เกี่ยวข้องในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
คงได้รับความกรุณาจากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



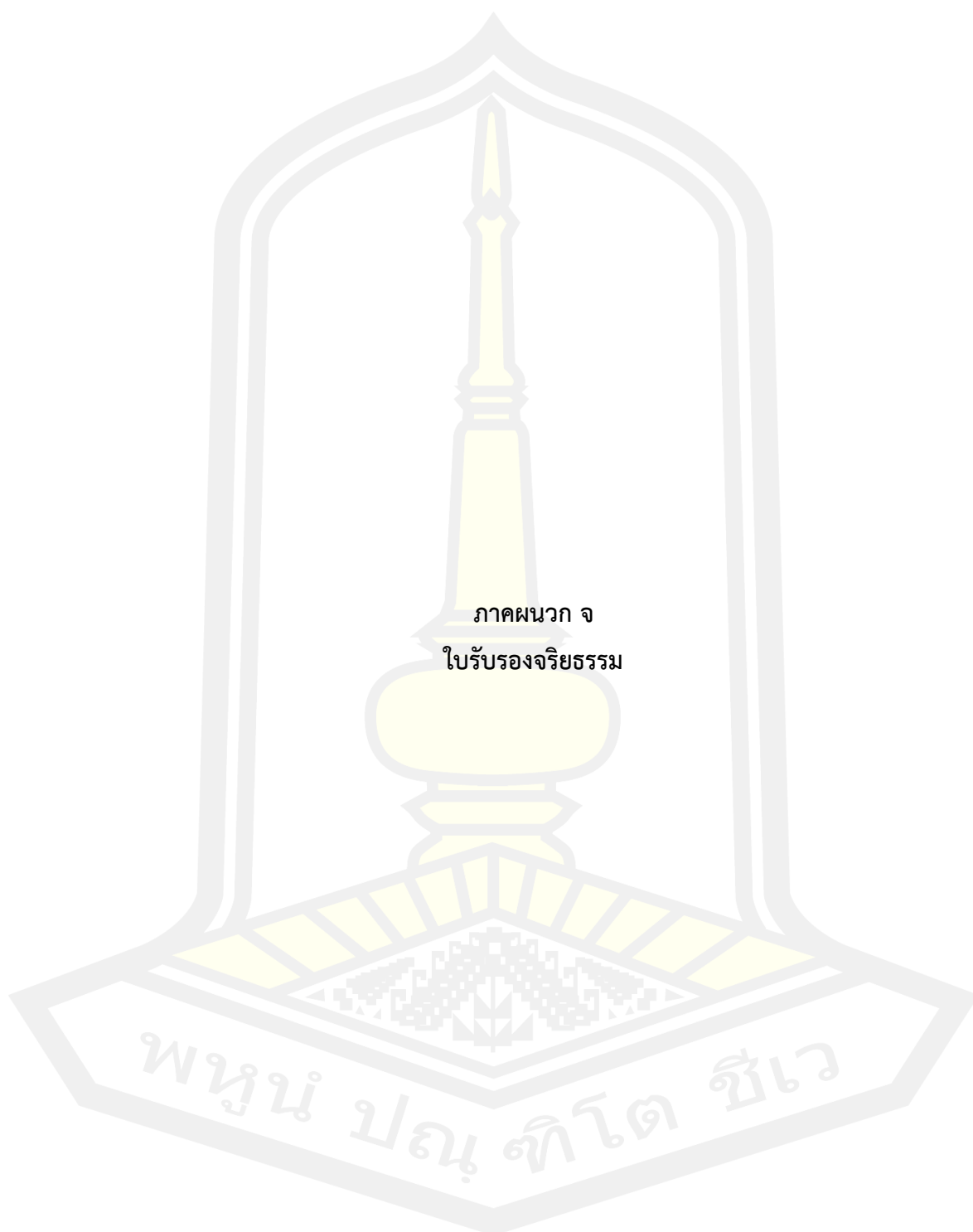
(รองศาสตราจารย์ ดร.มนตรี วงษ์สะพาน)

รองคณบดี ปฏิบัติราชการแทน

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

งานวิชาการและบัณฑิตศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
โทรศัพท์, โทรสาร 0-4371-3174

ศูนย์ ปณฺ ทั โด ษณ



ภาคผนวก จ
ใบรับรองจริยธรรม

พหุมนุ ปณฺ ทิโต ชีเว



คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

เลขที่การรับรอง : 289-247/2565

ชื่อโครงการวิจัย (ภาษาไทย) การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กและเยาวชน ของศาลเยาวชนและครอบครัวในสังกัดสำนักศาลยุติธรรม ประจำภาค 4

ชื่อโครงการวิจัย (ภาษาอังกฤษ) The Factors Influencing Self-Development of Juvenile in Juvenile and Family Court under the Administrative Office of the Court of Justice, Region 4.

ผู้วิจัย : นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล

หน่วยงานที่รับผิดชอบ : คณะศึกษาศาสตร์

สถานที่ทำการวิจัย : ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม

ประเภทการพิจารณาแบบ : แบบเร่งรัด

วันที่รับรอง : 26 สิงหาคม 2565

วันหมดอายุ : 25 สิงหาคม 2566

ข้อเสนอการวิจัยนี้ ได้รับการพิจารณาและให้ความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหาสารคามแล้ว และอนุมัติในด้านจริยธรรมให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องข้างต้นได้ บนพื้นฐานของโครงการงานวิจัยที่คณะกรรมการฯ ได้รับและพิจารณา เมื่อเสร็จสิ้นโครงการแล้วให้ผู้วิจัยส่งแบบฟอร์มการปิดโครงการและรายงานผลการดำเนินงานมายังคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหาสารคาม หรือหากมีการเปลี่ยนแปลงใดๆ ในโครงการวิจัย ผู้วิจัยจักต้องยื่นขอรับการพิจารณาใหม่

ภรณ์ สว่างจิตรา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เกษิษฐาหญิงรัตรี สว่างจิตรา)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ทั้งนี้ การรับรองนี้มีเงื่อนไขดังที่ระบุไว้ด้านหลังทุกข้อ (ดูด้านหลังของเอกสารรับรองโครงการวิจัย)



MAHASARAKHAM UNIVERSITY ETHICS COMMITTEE FOR
RESEARCH INVOLVING HUMAN SUBJECTS

Certificate of Approval

Approval number: 289-247/2022

Title : The Factors Influencing Self-Development of Juvenile in Juvenile and Family Court under the Administrative Office of the Court of Justice, Region 4.

Principal Investigator : Miss. Sirirat Wannakul

Responsible Department : Faculty of Education

Research site : Juvenile and Family Court, Maha Sarakham Province

Review Method : Expedited Review

Date of Manufacture : 26 August 2022 expire : 25 August 2023

This research application has been reviewed and approved by the Ethics Committee for Research Involving Human Subjects, Mahasarakham University, Thailand. Approval is dependent on local ethical approval having been received. Any subsequent changes to the consent form must be re-submitted to the Committee.

Ratree S.

(Asst. Prof. Ratree Sawangjit)

Chairman

Approval is granted subject to the following conditions: (see back of this Certificate)

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นางสาวสิริรัตน์ วรรณกุล
วันเกิด	วันที่ 17 ธันวาคม พ.ศ. 2538
สถานที่เกิด	อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 466 หมู่ที่ 12 ตำบลเวียงนาง อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม รหัสไปรษณีย์ 44000
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	นักจิตวิทยาปฏิบัติการ
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	ศาลเยาวชนและครอบครัวจังหวัดมหาสารคาม ตำบลเวียงนาง อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม รหัสไปรษณีย์ 44000
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2561 ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต (วท.บ.) สาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พ.ศ. 2566 ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

พูน ปณ ฑิต ชีวะ