

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การที่คนเราขาดการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความรู้สึกที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ไม่จำกัดเพศวัย โดยเฉพาะสังคมในยุคปัจจุบันนี้มีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม ยิ่งทำให้วิถีทางการดำเนินชีวิตของคนไทยเปลี่ยนแปลงไป กระแสทางด้านวัตถุ มีการแข่งขันอย่างสูง รูปแบบของการใช้ชีวิตก็เปลี่ยนไปทำให้รู้สึก หรือรับรู้ได้ว่าวัยรุ่นในปัจจุบัน มีการยึดติดกับค่านิยมต่าง ๆ มาก และนำพฤติกรรมของบุคคลอื่นมาลอกเลียนแบบ ทำให้ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง อาจถูกชักนำไปในทางที่เสื่อมเสียได้ง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนที่เป็นวัยรุ่น ซึ่งหลายคนยังไม่สามารถที่จะค้นหาความต้องการที่แท้จริงของตน ค้นหาคตินิยมของตัวเองได้ ค้นหาเป้าหมายในชีวิตของตัวเอง หรือแม้แต่ความคาดหวังก็ตาม ถ้าเขาเหล่านั้นยังไม่เริ่มที่จะใช้ความคิด เพื่อค้นหาตัวเองอย่างจริงจัง ในอันที่จริงแล้วความสัมพันธ์ในครอบครัวก็มีส่วนที่สำคัญเป็นอย่างมาก แต่ปัจจุบันความสัมพันธ์ในครอบครัวแทบมีบทบาทลดน้อยลงไป เพราะบิดามารดา หรือผู้ปกครองต้องออกไปทำงานนอกบ้านมากขึ้น ทำให้หน้าที่ในการดูแล การให้คำปรึกษาแนะนำอบรมสั่งสอนบุตรหลานลดน้อยลงตามไปด้วย โดยเฉพาะกับครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์แล้ว การดูแลเอาใจใส่บุตรหลานยิ่งทำได้ไม่ดีเท่าที่ควร อาจทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดต่ำลงได้

สิ่งที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนเรา เพื่อไปสู่เป้าหมายด้วยความสุขและความสำเร็จ ในชีวิตนั้น บุคคลจะต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ นานับประการที่ผ่านเข้ามา ซึ่งปัญหาในปัจจุบันนี้ถูกถาม ส่งผลกระทบและบั่นทอนสังคมไทยอย่างรุนแรง อมรวิรัช นาคทรพรพ (2547, หน้า 14) กล่าวว่า สภาพสังคมในปัจจุบันนี้ พบว่าเด็กไทยมีคุณสมบัติ 10 ข้อ ได้แก่ 1) ยึดติดกับวัตถุนิยมมากขึ้น 2) ขี้เหงา 3) กินไม่เป็น บริโภคอาหารขยะ 4) หมกหมุ่นเซ็กซ์ มีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น 5) แพ้ไม่เป็น 6) รักไม่เป็น คือ แยกไม่ออกระหว่างความรักความใคร่ 7) ก้าวร้าว รุนแรง พุคจา แข็งกระด้าง 8) ติดการพนัน ชอบวัดดวง 9) ขี้เมา ติดสุราทั้งชายและหญิงมากขึ้น 10) มีพฤติกรรมที่เสี่ยงตาย เช่น แข่งรถ มั่วเซ็กซ์ ปัญหาเหล่านี้เกิดจาก สภาพครอบครัวมีปัญหา, โรงเรียนสอนธรรมะเด็กน่าเบื่อหน่าย, สื่อทำให้เด็กบริโภคนิยมและขี้เหงามากขึ้น, ปัญหาจากสภาพแวดล้อมของสังคม, รัฐไม่มีนโยบายด้านสังคม จึงเป็นสาเหตุทำให้เยาวชนนั้นขาดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เพราะว่าระบบ หรือกระบวนการทางความคิดในเยาวชนไม่ได้รู้จักใช้การฝึกคิด แต่ใช้อารมณ์และความรู้สึก

ส่วนตัวเป็นหลัก วัลลท ปิยมนิพนธ์ (2547, หน้า 37) กล่าวว่า สังคมไทยกำลังตกอยู่ในสภาพ “สังคมขาดสติ” คือ แต่ละคนไม่รู้ว่าตัวเองรู้สึกอย่างไร เพราะถูกสังคมอุปโลกปรีภคควบคุมให้ทำตามกระแสของวัตถุนิยม การป้องกันที่ดีที่สุด คือ การพัฒนาให้มีวินัย มีเอกลักษณ์ และรู้จักเลือกรับสิ่งต่าง ๆ เข้ามา ซึ่งความจริงแล้วเรื่องการพัฒนาเด็กให้มีวินัย รู้จักคิดและหลักการคิดอย่างสมเหตุสมผล ซึ่งประกอบด้วยความเชื่อมั่นในเหตุผล มีทักษะในการรู้จักตัดสินใจ รู้จักสร้างแรงบันดาลใจ รู้จักความต้องการของตนเองเป็นสิ่งสำคัญ เราจำเป็นต้องจัดกระบวนการของการศึกษาที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิต ให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและมีคุณค่า ซึ่งถือได้ว่าเป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างหนึ่ง การเรียนรู้ดังกล่าวเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสังคมอื่นที่อยู่รอบ ๆ ตัว โรงเรียนจึงนับว่าเป็นสถาบันทางสังคมแห่งหนึ่งที่มีความสำคัญรองลงมาจากครอบครัว เนื่องจากโรงเรียนเป็นสถานศึกษาที่จะคอยหล่อหลอมอบรมบ่มนิสัยที่พึงงาม ถ่ายทอดวิชาความรู้ ให้แก่เด็กและเยาวชน เด็กนักเรียนจะใช้เวลาในการศึกษาเล่าเรียนอยู่ในสถานศึกษาจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ สถานศึกษาจึงเป็นแหล่งที่จะผลิตผู้ที่มีความรู้ ออกสู่สังคม แต่ปัจจุบันนี้มีปัญหาต่าง ๆ มากมายที่เกิดขึ้นในโรงเรียนรวมไปถึงปัญหาสาเหตุที่แพร่ขยายเข้าสู่สถานศึกษาซึ่งมีนักเรียนจำนวนไม่น้อยที่คิดยาเสพติด และมีแนวโน้มมากขึ้น ดังนั้น โรงเรียนจึงเป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเด็กนักเรียน ควรจะปลูกฝังให้เด็กนักเรียนรู้จักใช้ความคิด ฝึกให้เด็กนักเรียนรู้จักสร้างคุณภาพภูมิใจในตนเอง และให้รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มาริสา ทะสามาอะ (2540, หน้า 25) ได้อธิบายว่า ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองจะมีจิตใจที่มั่นคง มีความมั่นใจในการกระทำ กล้าแสดงออก ขอมให้สังคมกำหนดการกระทำของตนน้อยที่สุดและเป็นผู้มีอิทธิพลเหนือคนอื่น จึงเป็นผู้ที่ถูกชักจูงได้ยาก ดังนั้น เมื่อเด็กเห็นคุณค่าในตนเองแล้วจะสามารถหาทางออก ในการแก้ปัญหาได้ด้วยความสามารถของนักเรียน จะต้องอาศัยเวลาและการเรียนรู้ ซึ่งในเด็กแต่ละคนจะมีมากน้อยต่างกัน เช่น เมื่อเด็กได้รับการอบรมสั่งสอน ได้รับความรู้ ความเข้าใจ ได้ตระหนักถึงปัญหา และมีทักษะต่าง ๆ ในการปฏิบัติตนให้ห่างไกลจากปัญหา เด็กนักเรียนจะต้องนำความรู้ไปปฏิบัติด้วยเพื่อให้เกิดประโยชน์ได้จริง ดังนั้น นักเรียนจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อให้ตัวเองนั้นมีความรับผิดชอบมากยิ่งขึ้น ในกรณีที่นักเรียนบางคนนั้นไม่สามารถปรับตัว หรือการควบคุมตนเองในเรื่องการเรียน จึงเกิดเป็นปัญหาด้านการศึกษาขึ้นมาได้ จากแนวคิด และผลงานวิจัยของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, pp. 236) ที่พบว่า ลักษณะของบุคคลในส่วนที่เป็นลักษณะที่แตกต่างกันทางกายภาพ และส่วนที่แตกต่างกันจากสภาพแวดล้อม เช่น สภาพครอบครัว สถาบันทางการศึกษา สภาพสังคมที่บุคคลดำเนินชีวิตอยู่ ล้วนมีผลทำให้บุคคลมีความรู้สึกว่ามีคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น บุคคลที่มีคุณลักษณะทางกายภาพอันเป็นที่ชื่นชม มีสถานภาพทางสังคมอันเป็นที่ยอมรับนับถือจากผู้อื่น เป็นบุคคลที่ประสบ

ความสำเร็จไม่ว่าจะเป็นด้านครอบครัว หรือการงานย่อม ส่งผลให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าคุณค่ามีคุณค่ายิ่งขึ้น ประกอบกับผลการวิจัยของศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ กระทรวงศึกษาธิการ(2540, หน้า 47) ที่ได้ศึกษาผลของลักษณะส่วนบุคคลที่มีต่อความรู้สึกมีคุณค่า ในตนเอง พบว่า บุคคลที่มีลักษณะต่างกันจะมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน เมื่อนักเรียน มีปัญหาในด้านต่าง ๆ ส่วนใหญ่จะปรึกษา หรือขอความช่วยเหลือจากบิดามารดา การที่นักเรียน มีปัญหาและมีบุคคลคอยให้คำปรึกษา มีผู้รับฟังปัญหา จะทำให้นักเรียนไม่รู้สึกว่าตัวเองอ้างว้าง ไร้หนทาง แต่กลับรู้สึกว่าตนเองก็มีคุณค่าเป็นที่ต้องการเช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการที่ขอรับ คำปรึกษาจากบิดามารดา ก็จะได้รับความแนะนำ หรือข้อชี้แนะในการที่จะแก้ไขปัญหานั้นให้เป็นไป ในทางที่ถูกที่ควร แต่ในทางตรงกันข้าม นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ มักจะขาดผู้ที่คอย ให้ความช่วยเหลือในการให้คำปรึกษาต่าง ๆ ซึ่งส่งผลกระทบต่อเด็กทางด้านจิตใจ ทำให้เด็กเกิด ความรู้สึกท้อแท้ ไม่มีความมั่นใจ มีผลการเรียนค่อนข้างต่ำ มีปัญหาเรื่องการปรับตัว เข้ากับเพื่อน ครูอาจารย์ ครอบครัว และคนอื่น ๆ รู้สึกเป็นปมด้อย ขาดความอบอุ่น มีแนวโน้มต่อการเห็นคุณค่า ในตนเองต่ำ จะโทษผู้อื่นโดยมีความเชื่อว่า คนอื่นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวของเขาในทางที่ด้อย กว่าคนอื่น สภาพจิตใจไม่เข้มแข็งพอที่จะรับการถูกวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น และปฏิเสธการถูก วิพากษ์วิจารณ์นั้น มักจะหลีกเลี่ยงพฤติกรรมการแสดงออก และอาจเป็นสาเหตุให้ประสบกับความสำเร็จ ในชีวิตได้ยาก อารยา ด่านพานิช (2542, บทคัดย่อ) พบว่า นักเรียนที่มีความวิตกกังวลสูง รู้สึกอ่อนเพลีย มีความเจ็บป่วยทางร่างกาย ขาดความเชื่อมั่น และขาดความสุขทางสังคมแล้ว จะมีระดับความรู้สึกของการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง และมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเพิ่มขึ้น ในเด็กวัยรุ่นโดยทั่วไปที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะไม่กล้าแสดงออก จะแกล้งตัว ท้อแท้ และซึมเศร้า ไม่มีความพยายามที่จะต่อสู้กับอุปสรรค มักเป็นผู้ฟังมากกว่าเป็นผู้แสดงความคิดเห็น และชอบที่จะหมกมุ่นอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้นภายในจิตใจบ่อย ๆ ส่วนใหญ่ปัญหาของเขาวน ในปัจจุบันนี้จะเกิดมาจากครอบครัวเป็นสำคัญ โดยเฉพาะในเรื่องของการเลี้ยงดู การเอาใจใส่ การให้ความรัก เป็นสาเหตุที่เด็กขาดการใช้ความคิด ขาดการยับยั้งชั่งใจ เด็กจึงต้องออกไปแสวงหา ความรักจากคนนอกบ้าน

การเห็นคุณค่าในตนเองนับเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีวิตของบุคคล เป็นพลังให้ บุคคลผ่านพ้นอุปสรรคมีชีวิตอยู่อย่างเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ การที่ บุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองได้นั้นย่อมเกิดจากการได้รับการยอมรับนับถือ จากบุคคลรอบ ๆ ข้าง ทำให้เกิดการคิดเกี่ยวกับตนเองในทางที่ดีขึ้นเหมาะสมขึ้น การคิดที่เกิดเกี่ยวกับตนเองหลาย ๆ วิธี นั้น แนวการคิดตามหลัก โยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ สามารถช่วยให้มีความคิดที่เหมาะสม

เกี่ยวกับตนเองได้ ผู้วิจัยจึงต้องการใช้หลักการคิดนี้เข้ามาช่วยในการปรับพฤติกรรมให้รู้จักคิดและพิจารณาเพื่อให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น อันจะทำให้เกิดความคิด ความรู้สึกใหม่ ๆ มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปอย่างเหมาะสม เกิดความเข้าใจที่รู้แจ้งขึ้นมาจากภายในจิตใจด้วยตนเอง การยอมรับและเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตตามธรรมชาติที่เป็นจริงของแต่ละคน และเมื่อใดได้ปรับเปลี่ยนวิธีการคิดใหม่ ก็สามารถนำวิธีการคิดนั้นมาใช้แก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ได้จึงควรที่จะสร้างเสริมให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเองโดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่น เพื่อที่เขาจะได้พัฒนาความคิดของตนเองให้ดียิ่งขึ้น เป็นผลให้เกิดการพัฒนาชีวิตได้อย่างเต็มคุณค่าเต็มศักยภาพของคนรวมถึงการดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมายและเป็นคนดีของสังคม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการใช้หลักวิธีคิดตามแนวโยนิโสมนสิการต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิธีคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนา มีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างจากกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิธีคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนา มีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างจากกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิธีคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนา มีการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิธีคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนา มีการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง
6. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ที่ได้รับโปรแกรมการใช้วิธีคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนา มีการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามไม่ต่างกัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

หลักการคิดตามแนวโยนิโสมนสิการของพุทธศาสนา เป็นการศึกษาที่จะทำให้บุคคลวางใจไว้ในที่อันควร ส่งผลให้ความคิดถูกต้อง เมื่อความคิดถูกต้องเหมาะสมก็จะส่งผลต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมด้วย การเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์เหมาะสมไม่ทำสิ่งที่เสียหายต่อตนเองและสังคม โดยเฉพาะผู้ที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ จะทำให้เด็กในครอบครัวดังกล่าวเห็นว่าตนเองไร้ค่า อาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่เกิดผลเสียอย่างมากมาย ดังนั้นการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสิ่งหนึ่งในช่วงชีวิตวัยรุ่น เป็นแนวทางให้นักเรียน นักศึกษาและอาจารย์ผู้เกี่ยวข้องได้เข้าใจถึงความสำคัญและ ได้เรียนรู้วิธีการที่จะนำไปสู่การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยการใช้หลักการคิดตามแนวโยนิโสมนสิการ ว่ามีผลต่อการพัฒนา ด้านความคิด สติปัญญา จิตใจ และพฤติกรรม ทำให้มีการตระหนักรู้ในตนเอง เข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น ตลอดจนมีการเห็นคุณค่าในชีวิตตนเองสูง มีแนวทางการดำเนินชีวิตในอนาคตได้อย่างมีความหมาย

ขอบเขตของการวิจัย

เป็นการศึกษาการประยุกต์การคิดตามหลัก โยนิโสมนสิการต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ซึ่งมีขอบเขตที่ใช้ศึกษาในครั้งนี้ได้แก่

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง สามารถแบ่งได้ดังนี้

1.1 ประชากร นักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์และเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25

1.2 กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 6 คน กลุ่มทดลอง 6 คน

2. ตัวแปร

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ

2.1.1 วิธีการแบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่ วิธีการใช้โปรแกรมการคิดตามหลัก โยนิโสมนสิการ และวิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาของการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2.2 ตัวแปรตาม คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การรับรู้ที่บุคคลมีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ในทางด้านต่าง ๆ 4 ด้าน คือ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านตนเองโดยทั่วไป ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านสังคม ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้านโรงเรียน ในการวิจัยนี้วัดจากแบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ของอนุสรณ์ พงษ์สวัสดิ์ ที่ดัดแปลงมาจาก คูเปอร์สมิธ อีกที่หนึ่ง

2. โปรแกรมการใช้วิธีคิดตามแนวโยนิโสมนสิการ หมายถึง การจัดประสบการณ์ คัดอย่างมีวิธีต่อเนื่องเป็นลำดับ มีขั้นตอน คิดพิจารณาสืบสาวหาสาเหตุให้เข้าใจถึงต้นเค้า หรือ แหล่งที่มา คิดให้เกิดผล คิดอย่างมีเป้าหมาย และปฏิบัติต่อสถานการณ์ได้ถูกต้อง ทำให้ผู้ฝึกหัดสามารถแก้ปัญหาได้ วิธีคิดตามแนวโยนิโสมนสิการประกอบด้วยวิธีคิด 10 วิธี ดังนี้

2.1 วิธีคิดแบบสืบสาวหาเหตุและปัจจัย หมายถึง การคิดค้นหาสาเหตุและองค์ประกอบต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดผลนั้น ๆ

2.2 วิธีคิดแบบแยกแยะองค์ประกอบ หมายถึง การคิดแยกแยะสิ่งหนึ่ง ๆ ให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนประกอบย่อยอะไรบ้างมารวมกัน

2.3 วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (สามัญลักษณะ) หมายถึง การคิดให้เข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยรู้เท่าทันว่าสิ่งต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุและปัจจัย มิได้เปลี่ยนแปลงไปตามความพึงพอใจของผู้ใด เมื่อรู้เท่าทันแล้วต้องเร่งทำโดยการแก้ไขปรับปรุง หรือสร้างสรรค์ไปตามเหตุปัจจัย

2.4 วิธีคิดแบบแก้ปัญหา หมายถึง การคิดที่เริ่มต้นจากการทำความเข้าใจปัญหา แล้วสืบค้นหาสาเหตุเพื่อเตรียมแก้ไข พร้อมกันนั้นก็กำหนดเป้าหมายให้แน่ชัด แล้วคิดวางวิธีปฏิบัติที่จะกำจัดสาเหตุของปัญหาให้สอดคล้องตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

2.5 วิธีคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย หมายถึง การคิดโดยเข้าใจถึงหลักการและความมุ่งหมายของเรื่องนั้น ๆ ว่าจะดำเนินไปเพื่อจุดมุ่งหมายอะไร โดยมีหลักการสอดคล้องกันที่จะให้การปฏิบัติได้ผลตรงตามความมุ่งหมาย และไม่กลายเป็นการปฏิบัติที่คลาดเคลื่อนเลื่อนลอย

2.6 วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าและทางออก หมายถึง การคิดให้ครบ ทั้งข้อดี-ข้อเสีย หรือการยอมรับทั้งสองส่วนตามจริง ตลอดจนมองหาแนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่อง และภาวะอันสมบูรณ์ที่ไม่ต้องขึ้นต่อข้อดีและข้อเสีย นั้น ๆ

2.7 วิธีคิดแบบรู้คุณค่าแท้คุณค่าเทียม หมายถึง การคิดหาคุณค่าหรือประโยชน์ เมื่อเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับการใช้สอยหรือบริโภคสิ่งต่าง ๆ โดยสามารถจำแนกคุณค่าแท้ คือ ประโยชน์ที่สิ่งนั้น ๆ มีต่อชีวิตอย่างแท้จริง เช่น เป็นประโยชน์เกื้อกูลในด้านความดีงามของชีวิต เป็นไปเพื่อ

ดำรงอยู่ด้วยดีของชีวิต เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของทั้งคอตตนเองและผู้อื่น ส่วนคุณค่าเทียม คือ ประโยชน์ที่มนุษย์พอก เสริม ตีค่า เพื่อสนองความรู้สึกของตนเอง หรือตามกระแสค่านิยมของ สังคม

2.8 วิธีคิดในแง่บวก คิดแบบเร้าคุณธรรม หมายถึง การคิดมองหาส่วนดี หรือ คิดเชิงสร้างสรรค์ จากสถานการณ์ต่าง ๆ มาใช้เป็นประโยชน์ เช่น เป็นกำลังใจในการพัฒนาตน หรือคิดริเริ่มสิ่งใหม่ ๆ แม้แต่ในสถานการณ์ที่เลวร้าย หรือไม่น่าพึงพอใจก็มองเห็นส่วนดีหรือ คิดเชิงสร้างสรรค์ได้

2.9 วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน หมายถึง การคิดเพื่อให้เกิดประโยชน์ ต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน โดยไม่เพ้อฝันกับเรื่องราวในอดีต อนาคต แต่เป็นการนำเรื่องราว ในอดีต ปัจจุบัน อนาคต มาพิจารณาคำเนินการ หรือวางแผนในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

2.10 วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม หมายถึง การคิดแจกแจงหลาย ๆ แง่มุม หรือ การคิดแต่ละประเด็นจนครบทุกด้าน เพื่อประกอบการตัดสินใจ หรือเพื่อให้รู้ เข้าใจถึงนั้นเรื่องนั้น ถูกต้องแท้จริง เช่น การจำแนกให้ครบทุกแง่ในด้านของความจริง การจำแนกตามลำดับเหตุปัจจัย การจำแนกตามความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัย การจำแนกตามเงื่อนไข การจำแนกทางเลือกหรือ ความเป็นไปได้อื่น ๆ

3. วิธีปกติ หมายถึง การเรียนในชั้นเรียนตามปกติ ของกลุ่มตัวอย่าง

4. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสิงห์สมุทร ซึ่งเป็นนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง บิดามารดา จดทะเบียนหย่าร้างตามกฎหมายหรือแยกกันอยู่ หรือนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดาและ/หรือ มารดาไปทำงานที่อื่นแล้วทิ้งบุตร ให้ญาติหรือพี่น้องดูแล หรือนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดา และ/หรือมารดาเสียชีวิตฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง หรือกรณีที่บิดามารดาไม่ได้อยู่ร่วมกันเลี้ยงดูบุตร