

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความภาคภูมิใจในตนเองของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สาขาช่างอุตสาหกรรม นำเสนอโดยแบ่งเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง

ตอนที่ 2 บุคลิกภาพ พฤติกรรมนักศึกษาอาชีพและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 3 เทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน

ตอนที่ 1 แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง

มโนภาพแห่งตน (self - concept) เป็นลักษณะของหน่วยรวมของความคิด ประกอบด้วย การรับรู้คุณลักษณะของสิ่งที่แสดงถึงความเป็น “ตน” และเป็นการรับรู้ถึงความสัมพันธ์ที่ “ตน” นั้นมีต่อผู้อื่นและสิ่งอื่น การรับรู้ตนอยู่ในแง่ของความสามารถ คุณค่า ค่านิยม ฯลฯ (Roger, 1959, p. 200) บุคคลประเมินมโนภาพแห่งตนออกมาเป็นความภาคภูมิใจในตนเอง (self esteem) แสดงออกมาให้เห็นได้ด้วยลักษณะท่าทาง พฤติกรรมภายนอก (Coopersmith, 1981, p. 236) โดยความภาคภูมิใจในตนเองเกิดจากการสะสมความพึงพอใจที่ตนเองได้ทำสิ่งต่าง ๆ ได้บรรลุเป้าหมายตามที่คาดหวังกลายเป็นความเชื่อมั่นในความสามารถของตนที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้ประสบความสำเร็จ ซิงเจมส์ (James, 1950, pp. 310-311) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองตามกระบวนการทางจิตวิทยาไว้เป็นสูตรดังนี้คือ

$$\text{ความภาคภูมิใจในตนเอง (self esteem)} = \frac{\text{ความสำเร็จ (success)}}{\text{ความคาดหวัง (pretentions)}}$$

หรือแจคสัน (Jackson, 1979 อ้างถึงใน นภาพร พุ่มพฤษ, 2529, หน้า 8) แปลความในรูปของจิตวิทยาสมัยใหม่ไว้ดังนี้

$$\text{ความภาคภูมิใจในตนเอง (self esteem)} = \frac{\text{คุณค่าที่บุคคลมีอยู่ (material goods possessed)}}{\text{คุณค่าที่บุคคลต้องการ (material goods needed)}}$$

ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง

ได้มีผู้ให้ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเองไว้ดังนี้คือ

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1979, p. 30) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความรู้สึกทั้งในแง่บวกและแง่ลบที่มีต่อตนเอง

มาสโลว์ (Maslow, 1970, p. 45) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสรรถภาพ ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ มีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถ

ปาติโต (Palito, 1977, p. 72) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการประเมินค่าของตนเองตามที่ตนคิด อันประกอบด้วยความรู้สึกที่เชื่อมั่นในตนเอง ความสามารถและคุณค่าของตนเอง

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1967, pp. 4 - 5) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึง การประเมินหรือตัดสินคุณค่าจากการกระทำของแต่ละบุคคลแสดงออกมาในทัศนคติของการยอมรับหรือการไม่ยอมรับตนเองและชี้ให้เห็นถึงความเชื่อของแต่ละบุคคลว่า ตนมีความสามารถ มีความสำคัญ มีความสำเร็จและมีคุณค่า

แบรนด์เดน (Branden, 1981, p. 110) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็น ความเชื่อมั่นและนับถือตนเองที่เกิดจากความเชื่อมั่นในความมีคุณค่าของตนเองและความมั่นใจในความสามารถของตนเองที่จะประสบความสำเร็จในสิ่งที่พอใจ

โป๊ป (Pope, 1988, p. 35) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการประเมินตนเองตามที่ตนรับรู้ (perceived self) และตนเองในอุดมคติ (ideal self) เกี่ยวกับภาพพจน์ของตน (body image) และความสามารถในด้านต่าง ๆ ของตน (competencies) หากตนเองตามที่ตนรับรู้และตนเองในอุดมคติผสมผสานกันได้เป็นอย่างดี ยังผลให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

เอลเดอร์ (Elder, 1965, p. 258) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความรู้สึกมีคุณค่าที่มีอิทธิพลมาจากการกระทำ ความสามารถ รูปร่างหน้าตาและตัดสินคุณค่าจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อเขา

แซสซี (Sasse, 1978, p. 48) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความต้องการที่จะรู้สึกถึงความสำคัญและคุณค่าที่มีอยู่ในตนเอง ต้องการการยอมรับและเชื่อถือจากบุคคลอื่น เพื่อให้ตนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองและเกิดความนับถือตนเอง

ไรซ์ (Rice, 1996, p. 184) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการรับรู้ตนเองว่าตนเองมีคุณค่าตามที่ตนเองรับรู้ ซึ่งการประเมินคุณค่านี้นำไปสู่การยอมรับตนเอง มีความพอใจในตนเองและมีความสอดคล้องกันระหว่างมโนทัศน์ของตนเองและจินตนาการส่วนตน

สถิติ ภัศระ (2535, หน้า 17) กล่าวว่าความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึงการพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนตามความรู้สึกและทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเองในเรื่องความสำเร็จ ความล้มเหลว การยอมรับตนเอง การยอมรับจากคนอื่น การมีความสามารถเพียงพอในการทำสิ่งต่าง ๆ การมีคุณค่าและการมีความสำเร็จต่อสังคม

สุพรรณิ จันทรวินิช (2539, หน้า 10) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการประเมินคุณค่าให้กับตนเองในด้านความสามารถ ความสำเร็จ การได้รับการยอมรับจากบุคคลในสังคมตลอดจนมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง

สมพิศ ไชยกิจ (2536, หน้า 12) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการประเมินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึก ความเชื่อและทัศนคติเกี่ยวกับการยอมรับตนเอง การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับจากบิดามารดาและการประสบความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่าง ๆ

เขาวนา อมรสังเจริญ (2537, หน้า 7) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึงความรู้สึกพึงพอใจและเห็นคุณค่าในเรื่องการยอมรับตนเอง การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน บิดามารดาและการประสบความสำเร็จในตนเอง

ระจิตรแก้ว เล็กอุทัย (2542, หน้า 14) กล่าวว่าความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการพิจารณาและตัดสินประเมินคุณค่าของตนเองด้วยความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถ มีความสำคัญประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคมเป็นที่ยอมรับของตนเอง และบุคคลรอบข้าง

ปรารธนา ช้อนแก้ว (2542, หน้า 13 - 14) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองในเรื่องความสำเร็จ ความล้มเหลว การยอมรับจากบุคคลอื่น ซึ่งการประเมินคุณค่านี้นำไปสู่การยอมรับตนเอง มีความพอใจในตนเอง มีความเชื่อมั่นในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ

อรอุมา สวงวนญาติ (2544, หน้า 10 - 11) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการพิจารณาตัดสินค่าของตนเองตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเอง ทั้งในด้านดีและด้านไม่ดี ในเรื่องต่าง ๆ เช่น การประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จล้มเหลว การปฏิเสธตนเอง การพึ่งตนเองคิดว่าตนเองมีค่าในสังคม ตลอดจนถึงคิดว่าตนเองได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นในสังคม

สุกัญญา มหัทธนานันท์ (2544, หน้า 10) ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการที่บุคคลรู้สึกกว่าตนเองมีความสามารถ มีประโยชน์ มีคุณค่า ยอมรับตนเอง และรู้สึกได้รับการยอมรับจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตน

จากความหมายที่นักวิชาการและผู้ทรงคุณวุฒิ ทั้งในและต่างประเทศกล่าวไว้สรุปได้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึง สภาวะทางความรู้สึกของบุคคลซึ่งเกิดจากการพิจารณา คัดสินใจ ความมีคุณค่าและการกระทำของคนตามทัศนคติหรือค่านิยมที่ตนเองยึดถือและจากบุคคลอื่นที่มีความสำคัญต่อคนทั้งในแง่บวกและแง่ลบ แสดงออกมาในรูปของความเชื่อมั่น การยอมรับหรือไม่ยอมรับในความสามารถ ความมีคุณค่าและความสำคัญของตนเอง

ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง

ทฤษฎีทางจิตวิทยาในเรื่องการจัดลำดับความต้องการของมนุษย์ตามแนวคิดของมาสโลว์ มี 5 ชั้น ความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในลำดับที่ 4 มีความสัมพันธ์กับการต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ ความต้องการนี้ประกอบด้วยความนับถือตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสามารถเพียงพอที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ หากได้รับการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ขึ้นไปก็จะนำเข้าสู่ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน (self actualization) คือการรู้จัก เข้าใจยอมรับตนเองและพร้อมที่จะแก้ไขตนเองได้ จัดว่าเป็นความต้องการสูงสุดของมนุษย์ (Maslow, 1970, p. 45)

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นผลมาจากความสัมพันธ์ของการประเมินประสบการณ์ที่ได้พบของบุคคลกับความรู้สึกนึกคิดของตนเอง (Roger, 1959, p. 35) มาสโลว์ (Maslow, 1970, pp. 258-262) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองมีส่วนสำคัญต่อความสุขและการประสบความสำเร็จในชีวิต มีผลกระทบต่ออารมณ์ บุคลิกภาพ กระบวนการทางความคิด ความปรารถนา การประเมินคุณค่าในตนเอง การตั้งเป้าหมายในชีวิต การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นตลอดจนการรับรู้โลกภายนอกและการมีปฏิริยาการตอบสนอง สอดคล้องกับแนวคิดของ เจอร์ซิลด์ (Jersild, 1963, p. 22) ที่ว่าความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการชื่นชม เป็นการให้คุณค่าแก่ตนเองซึ่งเกิดจากการรับรู้ เกิดจากการผสมผสานระหว่างลักษณะทางกายภาพ จิตใจ ความเชื่อ ทัศนคติ ค่านิยม ความสามารถทางปัญญา รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลแวดล้อม บุคคลที่มีประสบการณ์ สอดคล้องกับความรู้สึกนึกคิดของตนเองจะเกิดการยอมรับและมีความภาคภูมิใจในตนเอง เกิดการรับรู้และยอมรับในคุณค่าของตนตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตนเอง มีจิตใจที่เปิดกว้างยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง ส่งผลให้เกิดการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่เหมาะสม (Gammon, 1991, p. 137) เป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความกระตือรือร้น มองโลกในแง่ดีมีความคิดสร้างสรรค์ ปรับตัวได้ดี มีวิจรรณญาณ มีบุคลิกน่าเชื่อถือ และมีความคาดหวังในชีวิตสูง (Hamacheck, 1978, p. 180; Coopersmith, 1981, p. 105) ความภาคภูมิใจในตนเองนำไปสู่การเป็นบุคคลที่สมบูรณ์นั่นเอง (Olds, 1975, pp. 160 - 161) ตรงข้ามกับบุคคลที่รู้สึกถึงความด้อยคุณค่าในตนเอง ไม่มีผู้ให้ความสนใจ ถูกดูถูกเหยียดหยามหรือ

ไม่ได้รับการยอมรับจากคนในสังคม ความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้บุคคลขาดความเชื่อมั่น มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ (Newman, 1986, p. 281) อยู่ในภาวะของการไม่สอดคล้องกลมกลืนในความเป็น "คน" จึงมักใช้กลไกการป้องกันตนเอง เป็นผลให้เกิดการรับรู้ตนเองด้อยคุณค่าเกินจริง (Gammon, 1991) ส่งผลให้บุคคลเหล่านี้ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นที่แปลกไปจากธรรมดา พยายามทำในสิ่งที่สังคมยอมรับ เก็บตัว ชอบเป็นผู้ฟังมากกว่าที่จะแสดงบทบาท ไม่กล้ายุ่งเกี่ยวกับการกระทำที่ถูกปฏิเสธ ไม่อาจแสดงตนอยู่ในตำแหน่งที่ต้องเผชิญกับปฏิกิริยาหลาย ๆ แบบ กลัวการทำให้ผู้อื่นโกรธ อ่อนไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ ปิดกั้นตนเอง พอใจที่จะอยู่เฉย ๆ ยอมรับสภาพที่จะคล้อยตามผู้อื่น เชื่อว่าผู้อื่นจะมองตนในสภาพที่ไม่ดี ยอมรับคำพูดผู้อื่นที่กล่าวถึงตนในด้านลบ ขาดความมั่นใจที่จะปฏิเสธคำวิพากษ์วิจารณ์ของผู้อื่นจึงต้องจมอยู่กับความด้อยที่เป็นจริงหรือคิดขึ้นเอง คิดว่าตนเองไม่มีความสามารถเพียงพอ ไม่มีความเหมาะสมจึงมักมีบทบาทในสังคมน้อย ทำให้โอกาสที่จะประสบความสำเร็จลดน้อยไปด้วย หวั่นไหวต่ออิทธิพลในสังคมและกลายเป็นความรู้สึกกดดัน ขาดพลังความสามารถที่จะทำอะไรให้ประสบความสำเร็จ จึงมีความวิตกกังวลสูง หลีกเลี่ยงปัญหา (Coopersmith, 1967, p. 345; 1981, pp. 67 - 69; Mussen, Conger & Kagan, 1969, pp. 189 - 492; Kellellis, 1982, p. 129) หรือมักใช้วิธีการแก้ปัญหาโดยไม่คำนึงถึงความเดือนร้อนที่จะเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น ขอเพียงให้ตนเองนั้นพ้นจากความยุ่งยากก็เพียงพอ (กรมสุขภาพจิต, 2541, หน้า 42) นอกจากนี้บรูโน (Bruno, 1983 อ้างถึงใน นุปผา อยู่ยี่ด, 2534, หน้า 26) พบว่า ผู้มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับต่ำจะประสบกับภาวะวิกฤตของความภาคภูมิใจในตนเอง (crisis of self esteem) หรือเรียกว่าความภาคภูมิใจในตนเองแบบเทียม (pseudo self esteem) เป็นลักษณะของบุคคลที่ประเมินลักษณะความเป็นตนเกินจริง รู้สึกว่าตนนั้นมีค่ามีความสามารถเหนือกว่าผู้อื่นภายใต้การตัดสินใจที่ยึดตนเองเป็นหลัก

จะเห็นได้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเองนับว่ามีความสำคัญยิ่ง เป็นพื้นฐานการมองชีวิตของมนุษย์ เป็นความรู้สึกภายในของบุคคลที่ทำให้เกิดการพัฒนาคำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า (Walz, 1993, p. 16) เสริมสร้างให้บุคคลแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพ (Coopersmith, 1967, p. 135) การเสริมสร้างให้บุคคลเกิดความรู้สึกนั้นนอกจากเป็นการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานขั้นสูงของมนุษย์แล้วยังเป็นการช่วยพัฒนาโครงสร้างทางบุคลิกภาพเฉพาะตัว คุณภาพของคนและความมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันของคนในสังคมด้วย (Maslow, 1970, p. 100)

พัฒนาการความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล

ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลมีรากฐานมาจากการอบรมเลี้ยงดูในวัยเด็ก เกิดจากประสบการณ์ความต้องการเป็นที่รักของบุคคลใกล้ชิด ในช่วงของวัยทารก ลักษณะความคาดหวัง บุคลิกภาพ การแสดงออกซึ่งพฤติกรรมความเข้าใจและการยอมรับในความแตกต่างตามธรรมชาติ ในตัวเด็กของผู้เลี้ยงดูเป็นพื้นฐานสำคัญที่ทำให้เด็กมีความภาคภูมิใจสูงหรือต่ำได้ในอนาคต ต่อมาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กจะขยายจากความรัก ความเอาใจใส่ของพ่อแม่ผู้เลี้ยงดูมาสู่บุคคลอื่นในครอบครัวและขยายกว้างออกสู่เพื่อน เด็กอายุ 7 – 8 ขวบจะมีความภาคภูมิใจในตนเองตามองค์ประกอบ 3 ด้านคือ (Berk, 1994, p. 76) ด้านการศึกษา ด้านร่างกายและด้านสังคม ช่วงนี้การยอมรับในตนเองจะเกิดขึ้นจากการได้รับความสำเร็จตามเป้าหมาย เด็กจะปฏิบัติตนเพื่อให้พ่อแม่เกิดความพอใจ ต่อมาเป้าหมายจะขยายตัวอยู่บนมาตรฐานของสังคมภายนอกครอบครัว โครงสร้างทางสังคมของวัยเด็กตอนกลางจะครอบคลุมกลุ่มเพื่อน สถานะทางสังคม ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กในวัยนี้คือ (Harter, 1993, p. 87) ลักษณะทางกาย อารมณ์ ระดับสติปัญญา ความสามารถของตนเองตลอดจนทักษะทางสังคม ลักษณะครอบครัว ความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัว สังคมวัฒนธรรมและฐานะทางเศรษฐกิจ เด็กจะมีความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองตามวิถีทางที่เด็กเรียนรู้เอง เด็กเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะสังคมและสร้างความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น

ในช่วงของวัยรุ่น เป็นวัยเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างมากมายทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ เป็นช่วงที่ได้รับผลกระทบจากการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองมากที่สุด เบอร์ก (Berk, 1994, p. 176) พบว่า บุคคลวัยรุ่นเกิดการรับรู้ลักษณะความเป็นตนเอง 2 ประการคือ

1. รับรู้ว่าตนเองเป็นศูนย์กลางของความสนใจ (imaginary audience) ความเชื่อนี้จะทำให้วัยรุ่นมีความเอาใจใส่ดูแลรูปร่างหน้าตาของตนให้คืออยู่เสมอ
 2. รับรู้ว่าตนเองแตกต่างบุคคลอื่น (personal fable) ความเชื่อนี้จะทำให้เขารู้สึกว่าตนเองมีความแตกต่างจากบุคคลอื่นโดยสิ้นเชิง ทำให้เขาเกิดความกล้าที่จะเสี่ยง ไม่เกรงกลัวสิ่งใด
- วัยรุ่นมีความต้องการในสิ่งใหม่เกิดขึ้นคือความต้องการตำแหน่งทางสังคม ซึ่งครอบครัวไม่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้ กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อคนสูง พฤติกรรมของวัยรุ่นจะเปลี่ยนไปตามเพื่อนในวัยเดียวกัน การได้รับการยอมรับและวิพากษ์วิจารณ์จากเพื่อนเกี่ยวกับตัวเขาจะเป็นผลให้เขาเกิดทัศนคติต่อตนเองขึ้น โดยผ่านกระบวนการรับรู้ของบุคคลต่อความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองมี 2 ขั้นตอนคือ (Taft, 1985, p. 48)

1. ความรู้สึกที่ได้รับจากภายนอกต่อความภาคภูมิใจในตนเอง (outer – self esteem) การประเมินทัศนคติและการกระทำของสังคมที่มีต่อตน บุคคลสามารถรับรู้ความเป็นตนได้โดยอาศัย การประเมินและการยอมรับของบุคคลอื่น

2. ความรู้สึกภายในต่อความภาคภูมิใจในตนเอง (inner – self esteem) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อความสามารถในการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมและการปฏิบัติเพื่อควบคุมสิ่งต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง

หากเขาเกิดการรับรู้เกี่ยวกับตนเองทางบวก ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มที่เขาชื่นชอบ จะเป็นผลให้ความภาคภูมิใจในตนเองของเขาพัฒนาเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่เด็กใน กลุ่มอันธพาลแสดงออกซึ่งพฤติกรรมก้าวร้าวเพียงใด กลุ่มจะให้ความสำคัญกับเขามากขึ้น ความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองจึงสามารถผลักดันให้เด็กแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา ทั้งทางบวกและทางลบ (Craig, 1976, p. 360) ดังนั้นสถาบันครอบครัว และ โรงเรียนจึงต้องให้ความสำคัญและเอาใจใส่ต่อเด็กเป็นพิเศษ

เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ วุฒิภาวะที่เพิ่มขึ้นทำให้บุคคลรับรู้ความเป็นตนได้อย่างชัดเจน ระดับ ความพอฝืนน้อยลงกว่าช่วงวัยรุ่น สามารถรับรู้และเรียนรู้ที่จะเผชิญกับสิ่งที่ตนขาดไป ขณะ เดียวกันก็พยายามเพิ่มความเข้มแข็งให้แก่ตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงน้อยมาก ส่วนในวัยสูงอายุเป็นช่วงวัยที่เกิดการสูญเสียสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตหลายอย่าง เช่น ด้านสุขภาพ ความสามารถพื้นฐานทางกาย การเกษียณอายุการทำงานหรือสูญเสียคู่ครอง เป็นผลให้ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลในช่วงนี้เกิดการเปลี่ยนแปลงลดระดับลง (Driever, 1984, pp. 394 – 404)

จากแนวคิดข้างต้นสรุปได้ว่าพัฒนาการความภาคภูมิใจในตนเองมีความต่อเนื่องมาจาก ประสบการณ์ในวัยเด็ก ประสบการณ์ที่ได้รับมีผลต่อการสร้างเสริมและบั่นทอนความภาคภูมิใจในตนเองได้ เบิร์นไซด์ และคณะ (Burnside & other, 1979, p. 57) พบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองจะเพิ่มขึ้นได้เรื่อย ๆ จนกระทั่งถึงวัยกลางคนจึงมีความคงที่และเสื่อมถอยลง

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, pp. 120 - 148) แบ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก

1. ปัจจัยภายใน หมายถึงคุณลักษณะเฉพาะตัวของบุคคลที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ได้แก่

1.1 ลักษณะทางกายภาพ (physical attributes) เป็นลักษณะรูปร่างภายนอก ลักษณะทางกายของบุคคล เช่น ความสูง น้ำหนัก บุคลิกภาพ ความแข็งแรงทางร่างกาย เสื้อผ้าที่สวมใส่

ตลอดจนคุณสมบัติอื่น ๆ ที่ปรากฏให้เห็นได้ หากบุคคลใดมีลักษณะทางกายภาพที่ดี ฟังพอใจในลักษณะของตน สุขภาพดีจะมีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองส่วนหนึ่ง ลักษณะทางกายภาพดังกล่าวจะส่งผลต่อการเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับค่านิยมส่วนตัวและค่านิยมของสังคมนั้นด้วย

1.2 ความสามารถ สมรรถภาพและความสำเร็จของงาน (general capacity ability and performance) ลักษณะทั้ง 3 มีความสัมพันธ์ต่อกันอันจะเป็นตัวบ่งชี้ถึงความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการปฏิบัติงาน การประสบความสำเร็จในการะงานจะเป็นการเสริมแรงแก่ตนเอง ซึ่งถ้าบุคคลนั้นมีประสบการณ์ในความสำเร็จอยู่เสมอจะมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มีประสบการณ์ในความสำเร็จน้อยครั้ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฮามาเชค (Hamachek, 1978, pp. 220 - 221) ที่พบว่า บุคคลที่เคยประสบความสำเร็จและล้มเหลวมาก่อนมักมีความแตกต่างในด้านความกล้าเสี่ยง การตั้งเป้าหมาย บุคคลที่เคยประสบความสำเร็จจะมีความกล้าเสี่ยงกล้าทำงานที่ ท้าทายความสามารถโดยที่งานนั้นไม่เป็นงานที่ยากหรือง่ายจนเกินไป กล้าตั้งระดับความปรารถนาที่เป็นจริง มองตนเองในด้านที่ดีมากกว่าบุคคลที่มักประสบความล้มเหลว

สำหรับบุคคลที่อยู่ในวัยเรียนนั้นถือได้ว่าการเรียนเป็นกิจกรรมที่ใช้วัดการประสบความสำเร็จในช่วงชีวิตขณะนั้น แต่ยังไม่มีการวิจัยใดที่ระบุแน่ชัดได้ว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในด้านการเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ดังข้อขัดแย้งทางงานวิจัยของลีเวนเบิร์ก (Levenberg, 1976, p. 729) สเตน (Stein, 1971, pp. 448 - 450) มอริสัน (Morrison, 1973, pp. 412 - 415) คินนี และคณะ (Kinney & others, 1989, p. 38149-A) ที่พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนงานวิจัยของมารูยามา, รูบิน และคิงส์เบอรี (Maruyama, Rubin, & Kingsbery, 1981, pp. 962 - 975) สุนารี เตชะ โชควิวัฒน์ (2527, หน้า 64) สถิตย์ ภัทระ (2535, หน้า 79) พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเอง ทั้งนี้คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981, pp. 123 - 125) ได้ให้เหตุผลว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นเพียงส่วนหนึ่งที่แสดงสมรรถภาพของระดับสติปัญญาเท่านั้น ถึงแม้ว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำแต่ไม่ด้อยทางสติปัญญาแล้วยังมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงซึ่งอาจสูงกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงด้วย ทั้งนี้เพราะนักเรียนมีความสามารถทางด้านอื่นมาทดแทน เช่นการมีทักษะบางอย่างซึ่งทำให้นักเรียนมุ่งสนใจในด้านนั้นมากกว่าด้านวิชาการ คำกล่าวนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของมารูยามา และคณะ (Maruyama & other, 1981, pp. 962 - 975) พบว่าจากการติดตามผลระยะยาวของเด็กที่เกิดในโรงพยาบาลตอนช่วงแรกของรอบปี 1960 - 1970 จำนวน 1,613 คน โดยใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของคูเปอร์สมิท และวัดความสามารถทางสติปัญญาด้วย Wechsler Intelligence Scale เมื่อเด็กอายุ 9 ขวบ และ 15

ขวบ ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถทางสติปัญญาและความภาคภูมิใจในตนเองมีความสัมพันธ์กันสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

1.3 เพศ (sex) เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลและยังเป็นตัวทำนายความภาคภูมิใจในตนเอง (สถิติ กัสระ, 2535, หน้า 89) จากงานวิจัยของมิลเลอร์ (Miller, 1975, pp. 141 – 142) และ ชาวทส์ (Schwartz, 1988) พบว่าเพศชายมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าเพศหญิง ทั้งนี้เนื่องจาก สังคมและวัฒนธรรมโดยส่วนใหญ่มักให้คุณค่าและยกย่องเพศชายสูงกว่าเพศหญิง พิจารณาได้จากการได้รับมอบหมายตำแหน่งหน้าที่สำคัญในสังคมที่มักเป็นเพศชาย ตลอดจนพัฒนาการต่างๆ ของเพศหญิงมักถูกปิดกั้นจากลักษณะการอบรมเลี้ยงดู ความคาดหวังและค่านิยมของบิดามารดาทำให้เพศหญิงขาดความเชื่อมั่นในตนเองและส่งผลกระทบต่อความภาคภูมิใจในตนเองที่มักต่ำกว่าเพศชาย

1.4 ระดับความมุ่งหวัง (aspiration) บุคคลแต่ละบุคคลจะมีระดับความมุ่งหวังที่แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นความมุ่งหวังในเรื่องการประสบความสำเร็จทางหน้าที่การทำงาน ความสามารถในด้านต่างๆ การพิจารณาคัดสินคุณค่าของคนโดยเปรียบเทียบผลการปฏิบัติงานและความสามารถกับเกณฑ์ที่ตนตั้งไว้หรือจากประสบการณ์ของความสำเร็จที่ตนเคยได้รับ ถ้าผลงานหรือการแสดงความสามารถเป็นไปตามเกณฑ์หรือดีกว่าเกณฑ์ที่ตนตั้งไว้ จะทำให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น ในทางตรงกันข้าม หากบุคคลตั้งเกณฑ์ของความสำเร็จไว้เกินความสามารถที่เป็นจริงของตนเอง โอกาสที่จะประสบความสำเร็จในงานย่อมมีน้อย บุคคลจะคิดว่า ตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ ทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดลงได้ (Coopersmith, 1981, pp. 142 - 148)

1.5 ค่านิยมส่วนบุคคล (self values) ในการประเมินคุณค่าแห่งตน บุคคลจะเทียบเคียงกับสิ่งที่ตนให้คุณค่าหรืออุดมคติที่ตนให้ความสำคัญ ซึ่งแต่ละคนจะมีค่านิยมต่อสิ่งต่างๆ ไม่เหมือนกัน อาทิเช่น เพศชายให้ความสำคัญต่อผลการเรียน กีฬาและความเป็นคนกว้างขวางตามลำดับ ในขณะที่เพศหญิงให้ความสำคัญต่อผลการเรียน การเป็นคนกว้างขวางและกีฬาตามลำดับ เป็นต้น (Bradshaw, 1981, p. 6) ตรงกับงานวิจัยของมะติ อุดมภาพ (2538, บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่าปัจจัยด้านการประสบความสำเร็จทางวิชาการ การประสบความสำเร็จในกิจกรรมมีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 บุคคลให้คุณค่าต่อสิ่งใดแล้วกระทำตนไปสู่เป้าหมายในสิ่งนั้นไม่ได้ จะเกิดความรู้สึกที่ไม่ดี เช่น อับอาย วิตกกังวลและมีผลกระทบต่อความภาคภูมิใจในตนเอง นอกจากค่านิยมส่วนบุคคลแล้วจะมีแนวโน้มที่บุคคลใช้เกณฑ์ค่านิยมของสังคมเป็นตัวตัดสินคุณค่าของตนเองอีกด้วย (Coopersmith, 1981, pp. 133 - 142)

1.6 ภาวะทางอารมณ์และความรู้สึก (affective states) หมายถึง ความพอใจความเสียใจ ความวิตกกังวล ฯลฯ ที่อยู่ในตัวบุคคลทั้งที่แสดงออกและไม่แสดงออก อารมณ์ดังกล่าวเกิดจากการประเมินประสบการณ์หรือการได้รับการปฏิบัติจากผู้อื่น และมีผลต่อการประเมินตนเองในเวลาต่อมา ถ้าบุคคลประเมินว่าบุคคลรอบข้างให้การยอมรับและรู้สึกถึงความชื่นชม เขาก็รู้สึกพอใจและเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง แต่ถ้าตนถูกประเมินในด้านลบก็รู้สึกด้อย วิตกกังวลและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ตรงกับงานวิจัยของเล็งและแซนด์ (Leung & Sand, 1981, pp. 213 – 215) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับวุฒิภาวะทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับวิทยาลัยทุกชั้นปีพบว่า นักศึกษาที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงมีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ และนักศึกษาวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงก็มีระดับความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ต่ำ

2. ปัจจัยภายนอก หมายถึงสภาพสิ่งแวดล้อมที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ เป็นปัจจัยในด้านของการได้รับการปฏิบัติจากบุคคลอื่น ได้แก่

2.1 ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว พื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเองนั้นเริ่มพัฒนามาจากการอบรมเลี้ยงดู การยอมรับเด็กอย่างแท้จริงของบิดามารดา ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของบิดาจะก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีและไม่ดีระหว่างตัวบิดามารดากับบุตร แอทวอเตอร์ (Atwater, 1974, pp. 128 – 129) พบว่าความภาคภูมิใจในตนเองเป็นผลมาจากความรักที่ได้รับจากลักษณะท่าทีของผู้ให้การอบรมเลี้ยงดูมากกว่าสถานภาพสังคมและปริมาณวัตถุสิ่งของที่ได้รับ

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981, p. 236) ได้กำหนดเงื่อนไขอันเป็นแนวทางการอบรมเลี้ยงดู เพื่อสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเองและการคาดหวังให้ผู้อื่นรักอันเป็นรากฐานของความภาคภูมิใจในตนเองดังนี้คือ

1. บิดามารดาให้การยอมรับบุตรทุกเรื่องหรือเกือบทุกเรื่อง
2. บิดามารดากำหนดขอบเขตของการกระทำที่ถูกทราบอย่างชัดเจนและคอยดูแลให้เป็นไปตามนั้น
3. บิดามารดาให้การนับถือและให้เสรีภาพต่อการกระทำของลูกถ้าเห็นว่าอยู่ในขอบเขตที่กำหนดให้

สัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุตร โดยการแสดงการยอมรับในตัวเด็กเน้นหลักการให้เหตุผล มีการกำหนดมาตรฐานและขอบเขตของการกระทำอย่างกว้าง ๆ แต่ไม่ควรใช้อำนาจบังคับ ตลอดจนควรให้ความสนใจสิ่งต่าง ๆ ที่แวดล้อมตัวเด็ก เช่นการคบเพื่อน การแต่งกาย กิจกรรมต่าง ๆ ที่เด็กกระทำ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองทั้งสิ้น (Rubin & Mcneil, 1981, p. 317) และงานวิจัยของสติดิช ภัศระ (2535, หน้า 83) ที่กล่าวถึงการอบรมเลี้ยงดูแบบ

ประชาธิปไตย การใช้เหตุผลในการฝึกนิสัย ให้การชมเชยมากกว่าการลงโทษ ให้อิสระแก่เด็กในขอบเขตที่เหมาะสม ทำให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น เป็นคนมีเหตุผลอีกทั้งเด็กจะเกิดความรักและพึงพอใจในครอบครัวของตน ลักษณะดังกล่าวจะมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความภาคภูมิใจในตนเองด้วย ตรงข้ามกับสภาพครอบครัวที่ไม่มีเวลาเอาใจใส่บุตร ขาดกิจกรรมที่ทำร่วมกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ไม่ให้อิสระในการแสดงความคิดเห็น ใช้วิธีการลงโทษที่รุนแรง เด็กจะเกิดความสับสน ท้อถอยต่ออุปสรรคและปัญหา ขาดแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์ มีทัศนคติในด้านลบต่อตนเองและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ (Rosenberg, 1965, p. 158; Kalellis, 1982, p. 309)

จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีผู้สนใจศึกษาปัจจัยด้านความสัมพันธ์ภายในครอบครัวต่ออิทธิพลต่อระดับความภาคภูมิใจในตนเองดังนี้คือ

สมพร สุทัศน์ีย์ (2542, หน้า 77 - 79) ศึกษาตัวทำนายที่สามารถทำนายความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กก่อนวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นอายุ 12 - 15 ปี จากโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาจังหวัดฉะเชิงเทรา สังกัดกรมสามัญศึกษา สังกัดเทศบาลและสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชนจำนวน 1,321 คน พบว่าปัจจัยที่ร่วมกันทำนายความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กก่อนวัยรุ่น ได้ดีที่สุดมี 9 ตัวแปรคือการรับรู้ตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ความสัมพันธ์ของบิดามารดา การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย สังกัดโรงเรียน การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เพศ ประเภทของบุตรและสภาพ ครอบครัว ตัวแปรแต่ละตัวทำให้สัมประสิทธิ์ของการทำนายเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .7754 และตัวแปรทั้ง 9 ตัว สามารถทำนายความเห็นคุณค่าในตนเองได้ร้อยละ 60.12

จงกลณี ดุษฎีเจริญ และคณะ (2541, หน้า 22) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธ์ภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา การเห็นคุณค่าในตน กับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ของโรงเรียนรัฐบาลแบบสหศึกษาจำนวน 3 โรงเรียนในอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา ประจำปีการศึกษา 2539 จำนวน 440 คน พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเองและสัมพันธ์ภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดา ซึ่ง 2 ปัจจัยนี้สามารถทำนายการปรับตัวของวัยรุ่นได้ร้อยละ 33.7

สาวิตรี ทยานศิลป์ (2541, บทคัดย่อ) ศึกษาอิทธิพลของครอบครัวต่อความภาคภูมิใจในตนเองของวัยรุ่น พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความภาคภูมิใจใน

ตนเองของวัยรุ่น ได้แก่ ความสัมพันธ์ของบิดามารดา ความใกล้ชิดผูกพันของครอบครัว ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู บุคคลที่ให้การอบรมเลี้ยงดู และระดับการศึกษาของวัยรุ่น

2.2 สถานภาพทางสังคม หมายถึงองค์ประกอบที่เป็นตัวบ่งชี้สถานะทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล เช่น ลักษณะอาชีพ ตำแหน่งหน้าที่ สถานะทางสังคม รายได้ วงศ์ตระกูล เนื่องจากสถานภาพทางสังคมเป็นสิ่งบ่งบอกถึงความสำเร็จและความมีเกียรติ บุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมระดับสูงจึงมีความเชื่อว่าตนมีคุณค่าสูง อย่างไรก็ตามแม้ว่าบุคคลที่อยู่ในสังคมระดับต่ำอาจมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงเทียบเท่าหรือมากกว่าบุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมระดับปานกลางหรือสูงได้ ซึ่ง อัลเบรนชท์ (Albrecht, 1987, p. 167) ได้ให้เหตุผลว่าเนื่องจากการรับรู้ของบุคคลนั้น วัตถุประสงค์ทางสังคมที่อยู่ใกล้ ดังนั้นเด็กที่มาจากสังคมระดับต่ำจะเปรียบเทียบกับตนเองกับบุคคลในระดับเดียวกันหรือเด็กที่อยู่ในระดับต่ำกว่า จึงทำให้ตนมีความภาคภูมิใจสูงขึ้นได้ ส่วนงานวิจัยของ เจอร์นี่ (Gurney, 1980, p. 48) ที่พบว่าบุคคลที่มาจากสังคมที่ระดับแตกต่างกันมีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน

2.3 โรงเรียนและการศึกษา โรงเรียนเป็นสถานที่พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองต่อจากที่บ้าน โดยมีหน้าที่พัฒนาให้เด็กเกิดความรู้สึกมั่นใจในทักษะ ความสามารถ และความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองเมื่ออยู่ในชั้นเรียน เช่น ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนได้อย่างอิสระ ไม่ขัดต่อกฎระเบียบที่โรงเรียนกำหนดไว้ จัดกิจกรรมที่สนองต่อความต้องการตามความถนัดที่แตกต่างกันระหว่างบุคคล การฝึกทักษะการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ มีคุณธรรม สร้างวินัยให้เกิดขึ้นกับตนเอง การฝึกให้นักเรียนได้แก้ไขปัญหาคำถามต่างๆ จะเป็นการส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง การสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนให้มีความอบอุ่นและเป็นกันเองตลอดจนบุคลิกของครู เช่นลักษณะทางกายภาพ อารมณ์ ความเชื่อและทัศนคติของครูที่มีต่อเด็กนักเรียนล้วนส่งเสริมให้เด็กมีความภาคภูมิใจในตนเองได้ (Coopersmith, 1981, pp. 9-10) ตรงกับงานวิจัยของ เบิร์นไซด์ (Burnside, 1979, p. 134) ที่ได้ศึกษาพบว่า การเอาใจใส่ของครู การจัด กิจกรรมนอกหลักสูตรและงานที่โรงเรียนมอบหมายมีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองด้วย นอกจากนี้ ประเภทโรงเรียน ความมีชื่อเสียง หรือลักษณะเด่นของโรงเรียน เด็กที่มาจากโรงเรียนที่มีชื่อเสียงมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่านักเรียนที่มาจากโรงเรียนที่ไม่เป็นที่รู้จักและขาดความพร้อม (สุกัญญา มัทธานานันท์, 2544, หน้า 18)

2.4 สังคมและกลุ่มเพื่อน การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมและกลุ่มเพื่อนเกิดการรับรู้ในการเปรียบเทียบกับตนเองกับบุคคลอื่นที่มีลักษณะคล้ายกับตนเองด้านทักษะ ความสามารถ ความถนัด ผู้ที่ไม่ได้รับการยอมรับหรือไม่ได้อยู่ในความสนใจของเพื่อนจะเกิดความรู้สึกว่ามีใครชอบหรือไม่ใครสนใจตนเอง บุคคลจะมองตนเองในด้านลบเกี่ยวกับ

ความสามารถที่จะเป็นเพื่อนที่ดีกับคนอื่น หรือเปรียบเทียบความสำเร็จที่ต่ำกว่าบุคคลรอบข้าง มีแนวโน้มที่ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำลงเช่นกัน (Rosenberg, 1955, p. 158)

สรุปได้ว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองประกอบไปด้วยปัจจัยภายในซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลในด้านต่าง ๆ และปัจจัยภายนอกซึ่งเป็นการรับรู้ความรู้สึกถึงความมีคุณค่าในตนจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

การเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลจะมีการเปลี่ยนแปลงได้เรื่อยๆจนถึงวัยกลางคนจึงคงที่ (Burnside & other, 1979, p. 486) สัมพันธ์กับงานวิจัยของวิงจิสต์ และจิลส์ (Wiggins & Giles, 1984, p. 18) ที่พบว่าความภาคภูมิใจในตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มมากขึ้นได้ การเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้เกิดขึ้นกับบุคคลช่วยให้เขาคำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีนักจิตวิทยาหลายท่านได้เสนอแนะแนวทางการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองดังต่อไปนี้

เฟลเกอร์ (Felker, 1974, p. 245) กล่าวว่า การเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้เกิดขึ้นนั้น จะต้องให้บุคคลได้รับความรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีโอกาสประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนได้ทำไป มีความเชื่อว่าตนมีคุณค่าและมีโอกาสสร้างคุณค่าขึ้นมาใหม่หากรู้สึกว่าคุณค่าของตนลดลง

แซสซี (Sasse, 1978, p. 48) เสนอวิธีการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองดังนี้

1. สร้างความมั่นใจในตนเองโดยนึกถึงความสำเร็จในวันข้างหน้าของชีวิต
2. ให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จ อาจเป็นคำชมเชยหรือให้สิ่งของที่มีความหมายต่อตนเอง
3. สะสมบันทึกความสำเร็จ โดยเขียนลงสมุดบันทึกถึงสิ่งที่ตนเองทำได้ดีหรือทำสำเร็จ เป็นเวลาติดต่อกันหลาย ๆ สัปดาห์หรือหลาย ๆ เดือน

จอห์นสัน (Johnson, 1979, p. 261) ได้เสนอแบบแผนของปฏิสัมพันธ์ของการเข้าร่วมกลุ่มที่ช่วยเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองดังนี้

1. ให้การยอมรับในตัวบุคคลอย่างไม่มีเงื่อนไข
2. ให้การสนับสนุนช่วยเหลือบุคคลทั้งในด้านการเรียนหรือเรื่องส่วนตัว
3. เข้าใจความรู้สึกของบุคคลนั้น
4. ช่วยให้ผู้ใดได้รับความสำเร็จในสถานการณ์ที่ต้องการ
5. ให้การตอบสนองทางจิตใจ
6. ช่วยให้ผู้ใดสามารถสร้างกำลังใจให้กับตนเองได้

7. ให้มองความผิดพลาดหรือล้มเหลวเป็นตัวเร้า ทำให้เกิดความวิตกกังวลในระดับปานกลางซึ่งจะทำให้เกิดความกระตือรือร้น

เจอร์นาโด และเอเวอร์ลี (Gerdano & Everly, 1979, pp. 146 – 149) ได้เสนอกลวิธี 3 อย่างที่สามารถพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองอย่างได้ผลคือ

1. การใช้ภาษาทางบวก (positive verbalization) หมายถึงกระบวนการที่บุคคลเสริมภาพเกี่ยวกับตน (self image) โดยชี้ให้เห็นถึงคุณลักษณะทางบวกของตนเองโดยใช้ภาษาเป็นสื่อ

2. การยอมรับคำยกย่องชมเชย (accepting compliments) เมื่อมีใครยกย่องชมเชยเรา เราก็ยอมรับโดยปราศจากท่าทีหรือคำตอบที่ด่อมตนแต่ใช้ประโยคแสดงความยินดีแทน วิธีนี้จะเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมทำให้บุคคลประทับใจและมองตนในแง่บวกยิ่งขึ้น

3. การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสม (assertiveness) เป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมทางบวก กล้าแสดงออกในทางที่เหมาะสมและมีการรับรู้ที่มีประสิทธิภาพ

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984, pp. 9 - 11) เสนอแนวทางการเสริมสร้างและรักษา ระดับสูงของความภาคภูมิใจในตนเองไว้ดังนี้คือ

1. ให้การยอมรับความรู้สึกของบุคคลตามความเป็นจริง ช่วยให้บุคคลได้ถ่ายทอดความรู้สึกของตนออกมาโดยเฉพาะการยอมรับความรู้สึกในด้านลบ เช่น ความรู้สึกกลัว ขัดแย้ง เป็นต้น

2. ยอมรับในความแตกต่างของบุคคลในการเผชิญปัญหาและวิธีการแก้ปัญหา เปิดโอกาสให้คน ๆ นั้นได้แก้ปัญหาของตนอย่างเต็มที่

3. หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงและกระทันหันอันเป็นการสร้างความไม่มั่นใจให้กับบุคคล

4. ให้เห็นแบบอย่างที่มีประสิทธิภาพในการเผชิญปัญหา ให้บุคคลได้ถือเป็นตัวอย่าง เพื่อสนับสนุนให้เขาได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่เผชิญกับปัญหาด้วยความมั่นใจและส่งเสริมให้เกิดกำลังใจที่จะต่อสู้ต่อไป

5. ช่วยให้ผู้บุคคลพัฒนาวิธีการแก้ปัญหาในทางสร้างสรรค์ ด้วยการระบายอารมณ์ที่ขุ่นมัว ซึ่งเป็นโอกาสที่เขาได้ค่อย ๆ เข้าใจความยุ่งยากของตนเอง ช่วยลดระดับความเครียดลงได้

6. ให้ความสำคัญกับการนับถือตนเอง เพื่อเพิ่มความเข้มแข็งในการที่จะแก้ปัญหา

7. สนับสนุนให้ผู้ใกล้ชิดมีความรู้ความเข้าใจในตัวบุคคลนั้น และให้ความร่วมมือในการเสริมสร้างความเข้มแข็งในการแก้ปัญหา

นอกจากนี้ยังมีผู้ทำการศึกษาแนวทางการเสริมสร้างระดับความภาคภูมิใจในตนเองด้วยการฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสมด้วยกิจกรรมประสบการณ์กลุ่มมนุษยสัมพันธ์ การฝึกทักษะสังคม ทักษะทางการสื่อสาร การฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์และการฝึกอบรมเกี่ยวกับขนบธรรมเนียมประเพณีให้กับนักเรียน กิจกรรมเหล่านี้ล้วนทำให้นักเรียนที่ผ่านการอบรมมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้งการฝึกอบรมเกี่ยวกับขนบธรรมเนียมประเพณียังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอีกด้วย (Parker, 1983, p. 2894 – A; Ronkin, 1982, p. 1093 – 4; Smilon, 1984, Abstract; Yekta, 1984, Abstract)

การวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นบุคลิกภาพซึ่งเกิดจากความรู้สึกรับรู้คุณค่าของบุคคลที่มีความซับซ้อนและมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา (อรอุมา สวงวนญาติ, 2544, หน้า 26) ดังนั้น การวัดความภาคภูมิใจในตนเองให้ครอบคลุมและมีความถูกต้องนั้นต้องอาศัยเครื่องมือที่มีมาตรฐาน แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองโดยทั่วไปเป็นรูปแบบการรายงานตนเอง (self report) เนื่องจากเป็นวิธีการที่มีความเป็นปรนัยและให้ข้อมูลที่ถูกต้องมากกว่าวิธีการอื่น ๆ (เกียรติศักดิ์ ส่องแสง, 2538, หน้า 27; ระจิตระแก้ว เล็กอุทัย, 2542, หน้า 21) โรบินสัน (Robinson, 1976 อ้างถึงใน อรอุมา พุ่มสวัสดิ์, 2539, หน้า 19) กล่าวว่า การพัฒนาแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองโดยวิธีการรายงานตนเองอย่างมีมาตรฐานนั้น ประกอบด้วยคุณสมบัติ 2 ประการคือ

1. มีข้อคำถามวัดความจริงใจผู้ตอบ ประกอบด้วยข้อความด้านบวก ข้อความด้านลบ และผู้สร้างควรกำหนดให้มีข้อความการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ตอบตอบแบบวัดในลักษณะประเมินตนเองเกินความเป็นจริง
2. มีการประเมินพฤติกรรมโดยบุคคลต่าง ๆ เช่น นักจิตวิทยา พ่อแม่ ครูอาจารย์และกลุ่มเพื่อน

นักจิตวิทยาได้สร้างแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองรูปแบบการรายงานตนเองขึ้นหลายฉบับ ที่นิยมใช้ในงานวิจัยทางสังคมวิทยาได้แก่ แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg Self Esteem หรือ RSE) (Rosenberg, 1965) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ เน้นการวัดเป้าหมายของความภาคภูมิใจในตนเองตามระดับความคิดเห็นของบุคคล 4 ระดับ ตั้งแต่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึงไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เบเกอร์ และกัลแลนท์ (Baker & Gallant, 1985 อ้างถึงใน อรอุมา สวงวนญาติ, 2544, หน้า 26) กล่าวว่า แบบวัด RSE เป็นแบบวัดที่ดีกว่าแบบวัดอื่น ๆ ในด้านของความเที่ยงตรงเชิงเหมือนและการทำนายค่าความเที่ยงตรง อย่างไรก็ตามแบบวัด RSE นี้ไม่มีทั้งสเกลการตอบไม่ตรงความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรมจากบุคคลอื่น

(ระจิตร์แก้ว เล็กอุทัย, 2542, หน้า 21) ทำให้ไม่สามารถนำมาใช้วัดความภาคภูมิใจในตนเองได้อย่างครอบคลุมและตรงตามเป็นจริง (อรอุมา สงวนญาติ, 2544, หน้า 26) จึงมีการพัฒนาแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองใช้รูปแบบการรายงานตนเองโดยคูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981) มีชื่อเรียกว่า Coopersmith Self Esteem Inventory หรือ SEI เป็นลักษณะการวัดเป้าหมายความภาคภูมิใจในตนเองอันประกอบด้วย การวัดความภาคภูมิใจในตนเองด้านบวก (self worth) และความภาคภูมิใจในตนเองด้านลบ (self derogation) เป็นสเกลการวัดระดับความรู้สึกเช่นเดียวกับ RSE แต่มีคุณสมบัติตามมาตรฐานการสร้างแบบวัดทั้ง 2 ลักษณะ คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984, pp. 12 - 13) ได้ทำการศึกษาความเชื่อมั่นของแบบวัดโดยตรวจสอบความสอดคล้องภายในและความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างพบว่าแบบวัดมีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดีมาก แบบวัดฉบับดังกล่าวจึงสามารถวัดระดับความรู้สึกของบุคคลที่เกิดขึ้นได้อย่างแท้จริง ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงใช้แบบวัดและแนวคิดเชิงทฤษฎีองค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเองของคูเปอร์สมิทเป็นหลักผนวกกับแนวคิดของนักจิตวิทยาท่านอื่นเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง

องค์ประกอบของความภาคภูมิใจในตนเอง

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยของคูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981) บาร์รี (Barry, 1988) และ โป๊ป (Pope, 1988) นำมาเป็นแนวทางในการสังเคราะห์องค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเองในการวิจัยครั้งนี้

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981, pp. 2-4) แบ่งลักษณะความภาคภูมิใจในตนเองออกเป็น 4 องค์ประกอบดังนี้คือ

1. ความรู้สึกของการมีความสำคัญ (feeling of significance) เป็นวิถีทางที่บุคคลรู้สึกเกี่ยวกับการได้รับการยอมรับ การมีคุณค่าอย่างเหมาะสม ตนเองยังเป็นที่รักของบุคคลอื่น มีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและสังคม

บาร์รี (Barry, 1988) โป๊ป (Pope, 1988) ได้แบ่งองค์ประกอบด้านการรู้สึกมีความสำคัญออกเป็น 2 องค์ประกอบย่อย คือความสัมพันธ์ของบุคคลกับคนในสังคมและความสัมพันธ์ของบุคคลกับคนในครอบครัว บ่งบอกถึงความรู้สึกเกี่ยวกับการมีสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น ดังนั้นเพื่อให้เกิดความครอบคลุมในคุณลักษณะดังกล่าวผู้วิจัยจึงเรียกองค์ประกอบย่อยทั้งสองว่า

1.1 การยอมรับของสังคม

1.2 การยอมรับของครอบครัว

2. ความรู้สึกเกี่ยวกับการมีความสามารถ (feeling of competence) เป็นการพิจารณาถึงความสำคัญของการกระทำให้สำเร็จตามเป้าหมาย สามารถเผชิญอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาใน

ชีวิตด้วยความมั่นใจ ปรับตัวได้ดี ไข่ก่ดไปป้องกันตนเองน้อย และสามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ความรู้สึกของการมีอำนาจ (feeling of power) เป็นอิทธิพลที่บุคคลมีต่อชีวิตตนเอง และต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัว มีความเชื่อมั่นในอำนาจการกระทำของตนว่าจะก่อให้เกิดผลตามต้องการ และมีความสามารถเพียงพอในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้บรรลุวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเอง เป็นองค์ประกอบที่มีนัยเดียวกับองค์ประกอบด้านความสำเร็จของตนเอง (self achievement) ตามแนวคิดของบาร์รี (Barry, 1988) และ โป๊ป (Pope, 1988) ที่อธิบายถึงการรับรู้ในความสำเร็จในด้านการศึกษาและการทำงานต่าง ๆ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความสำเร็จแห่งตน

4. ความรู้สึกของการมีคุณธรรม (feeling of virtue) เป็นความรู้สึกของบุคคลทางนามธรรม มีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสนใจในศีลธรรม ปฏิบัติตัวที่สอดคล้องกับจริยธรรม ค่านิยม และวัฒนธรรมประเพณี สามารถรับรู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง มองโลกในแง่ดี พอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ มีการแสดงออกของความคิดที่ดีและถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

นอกจากนี้ยังมีองค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเองของ โป๊ป และบาร์รี (Barry, 1988; Pope, 1988) นอกเหนือจากที่คูเปอร์สมิทกล่าวไว้คือ

1. ด้านภาพพจน์ของตนเอง (body image) ความรู้สึกต่อร่างกายตน (the body self) บุคลิกภาพแห่งตน (personality) เป็นการรวมลักษณะทางกายภาพที่ปรากฏและความสามารถของหน้าที่พื้นฐานของร่างกายของบุคคล ความภาคภูมิใจในตนเองในส่วนนี้จะขึ้นอยู่กับความรู้สึกพึงพอใจต่อภาพลักษณ์ของคนอื่นมองเห็นและที่ตนแสดงออก

2. ด้านมุมมองรวม (global) หรือการยอมรับตนเอง (self regard) เป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองโดยทั่วไปของบุคคล ซึ่งอยู่บนพื้นฐานของการประเมินตนเองในทุกด้าน ความภาคภูมิใจในตนเองโดยรวมจะสะท้อนถึงความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง เช่น ความรู้สึกพึงพอใจในทุกสิ่งที่เป็นตนเอง

จากองค์ประกอบย่อยความภาคภูมิใจในตนเองที่ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ข้างต้น พบว่าประกอบด้วย 7 ด้านดังนี้คือ

- การยอมรับตนเอง
- การมีความสามารถ
- ความสำเร็จแห่งตน
- การยอมรับของครอบครัว
- การยอมรับของสังคม
- การมีคุณธรรม