



การศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว :
กรณีศึกษาผู้ใหญ่ตอนต้น

A STUDY OF THE EXPERIENCE OF DEVELOPING IDENTITY UNDER NEGATIVE
FAMILY ATTITUDES : CASE STUDIES OF YOUNG ADULTS

วิภาภค แก้วอิม

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2565

การศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว :
กรณีศึกษาผู้ใหญ่ตอนต้น



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2565
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

A STUDY OF THE EXPERIENCE OF DEVELOPING IDENTITY UNDER NEGATIVE
FAMILY ATTITUDES : CASE STUDIES OF YOUNG ADULTS



VIPAPAK KAEW-IM

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF ARTS
(Developmental Psychology)

Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University

2022

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การศึกษาประสพการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว :

กรณีศึกษาผู้ใหญ่ตอนต้น

ของ

วิภาภค แก้วอิม

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... ที่ปรึกษาหลัก ประธาน
(อาจารย์ ดร.ธีระชน พลโยธา)	(รองศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพชร)
..... ที่ปรึกษาร่วม กรรมการ
(อาจารย์ ดร.สุพัทธ แสนแจ่มใส)	(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัญญา ลี้ศัตร์พ่าย)

ชื่อเรื่อง	การศึกษาประสบการณ์การพัฒนาลักษณะแห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว : กรณีศึกษาผู้ใหญ่ตอนต้น
ผู้วิจัย	วิภาภัค แก้วอิม
ปริญญา	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2565
อาจารย์ที่ปรึกษา	อาจารย์ ดร. ธีระชน พลโยธา
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	อาจารย์ ดร. สุพัทธ แสนแจ่มใส

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาลักษณะแห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จากประชากรช่วงอายุ 21–39 ปี ที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาลักษณะแห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวนทั้งหมด 8 ราย โดยในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยมีรูปแบบเป็นการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และมีการใช้เทคนิคการเก็บข้อมูลแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก ในรูปแบบการสัมภาษณ์รายบุคคล โดยลักษณะของคำถามจะเป็นประเภทคำถามปลายเปิด ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงเจตคติที่บุคคลมีทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านรูปแบบของการสะท้อนการตนเอง โดยในส่วนของข้อคำถามในการสัมภาษณ์นั้น ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามดังกล่าวให้ทางอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญอีก 3 ท่าน ตรวจสอบเพื่อปรับปรุงแก้ไขความถูกต้องของเนื้อหาและภาษาที่ใช้ เพื่อให้สามารถเก็บรายละเอียดของข้อมูลได้อย่างครบถ้วน เพื่อนำมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) และมีการควบคุมคุณภาพความน่าเชื่อถือของข้อมูล โดยการตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล ด้านผู้วิจัย และด้านทฤษฎี จากผลการวิจัยพบว่ากระบวนการในการพัฒนาลักษณะแห่งตนภายใต้ทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น สามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การยอมรับในตนเอง ขั้นตอนที่ 2 การมองเห็นคุณค่าในตนเอง ขั้นตอนที่ 3 การพัฒนาตนเอง ขั้นตอนที่ 4 การวางเป้าหมายมุ่งอนาคต

คำสำคัญ : อีตลัษณ์แห่งตน, ทัศนคติทางลบ, ครอบครัว, การก้าวข้ามผ่าน, วัยผู้ใหญ่ตอนต้น

Title	A STUDY OF THE EXPERIENCE OF DEVELOPING IDENTITY UNDER NEGATIVE FAMILY ATTITUDES : CASE STUDIES OF YOUNG ADULTS
Author	VIPAPAK KAEW-IM
Degree	MASTER OF ARTS
Academic Year	2022
Thesis Advisor	Dr. Teerachon Polyota
Co Advisor	Supat Sanjamsai

This research aims to study the self-identity development process in terms of negative family attitudes during early adulthood. This study used purposive sampling from a population aged 21–39 years, who experienced negative family attitudes and were able to develop their identity appropriately. A total of eight cases fell within this criteria. This study used a qualitative research design, using semi-structured interviews and in-depth interview data collection techniques were employed through individual interviews with each participant. The questions were open-ended, which allowed attitudes towards self, family, and society through self-reflection to be expressed. Then, three experts examined the accuracy of the content and the language used in each question so that the details of the data could be fully captured and analyzed with content analysis, and to have control over the reliability of the data by examining the triangulation of this information. According to the findings, the self-identity development process regarding negative family attitudes during early adulthood could be divided into four steps: (1) self-acceptance; (2) self-esteem; (3) self-improvement, and (4) setting goals for the future.

Keyword : Self-identity, Negative attitudes, Early adulthood

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีเป็นเพราะผู้วิจัยได้รับความกรุณาและได้รับคำแนะนำอย่างดีจากอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระชน พลโยธา กรรมการอาจารย์ที่ปรึกษาหลัก อาจารย์ ดร.สุพัทธ แสนแจ่มใส กรรมการอาจารย์ที่ปรึกษา ประธานหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัญญา ลีศัตบุพ่าย รวมไปถึงคณาจารย์ในหลักสูตรทุกท่านที่ได้มอบคำแนะนำในการทำให้ปริญญานิพนธ์เล่มนี้จนเสร็จสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นนกก วงศ์ปิ่นเพชร ที่กรุณาเป็นประธาน คณะกรรมการสอบปากเปล่าพร้อมให้คำแนะนำในการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชาญณรงค์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พิพัฒน์ สุยะ ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในส่วนของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยพร้อมให้คำแนะนำในการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ ผู้เข้าร่วมวิจัยทุกท่าน ที่ได้สละเวลาในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ เพื่อให้การวิจัยครั้งนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ เพื่อนๆ ทุกคนที่คอยช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา ให้คำแนะนำ ตลอดจนให้กำลังใจในการดำเนินงานต่างๆ เพื่อให้การวิจัยครั้งนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ที่สำคัญอย่างยิ่งขอขอบพระคุณครอบครัวที่คอยให้การสนับสนุน คอยให้กำลังใจ คอยช่วยเหลือห่วงใย และคอยเป็นแรงสนับสนุนผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา ในการทำให้ปริญญานิพนธ์เล่มนี้จนเสร็จสมบูรณ์

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทางผู้วิจัยจึงขอขอบพระคุณทางหลักสูตรเป็นอย่างยิ่งที่ได้เห็นถึงประโยชน์ของงานวิจัยฉบับนี้

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณความดีและประโยชน์อันเกิดจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ให้แก่ทุกท่านที่มีส่วนร่วมในงานวิจัยครั้งนี้ ตลอดจนทั้งผู้มีพระคุณทุกท่านที่ผู้วิจัยอาจมิได้กล่าวถึง ณ ที่นี้ ที่ให้โอกาสและให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยอย่างดีเสมอมา จนผู้วิจัยประสบความสำเร็จในวันนี้

วิภาภักดิ์ แก้ววอิม

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญรูปภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย	4
ขอบเขตการวิจัย	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
1. พัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood).....	9
1.1 ทฤษฎีด้านพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory).....	11
2. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน	13
2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน.....	13
2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน	15
2.2.1 ทฤษฎีอัตลักษณ์บุคคลของสไตรเกอร์ (Identity Theory)	15
2.2.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริคสัน.....	18
2.3 การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน.....	18
2.4 อิทธิพลของการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน	19
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับทัศนคติ.....	22

3.1 องค์ประกอบของทัศนคติ	23
3.2 ประเภทของทัศนคติ	24
3.3 หน้าที่ของทัศนคติ	24
3.4 ทัศนคติทางลบจากครอบครัว	25
4. แนวคิดเกี่ยวกับสถาบันครอบครัว	26
4.1 ความสำคัญของครอบครัว	27
4.2 อิทธิพลของครอบครัวต่ออัตลักษณ์แห่งตน	27
5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ	29
5.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ	30
5.1.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง (Jung's theory of personality)	31
5.1.2 ทฤษฎีบุคลิกภาพของคาร์ล โรเจอร์ส (Self theory)	32
6. ความหมายและแนวคิดความเข้มแข็งทางใจ (Resilience)	34
6.1 องค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ	35
7. ทฤษฎีเกี่ยวกับ Post-traumatic Growth	36
7.1 ปัจจัยที่ส่งผลต่อ Post-traumatic Growth	38
8. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research)	39
8.1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)	39
8.1.1 ขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพ	39
8.2 การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research)	42
8.2.1 ลักษณะสำคัญของการศึกษาเฉพาะกรณีเชิงคุณภาพ	43
8.2.2 ประเภทการศึกษาเฉพาะกรณี	43
บทที่ 3 วิธีดำเนินงานวิจัย	45
ความสำคัญของวิธีการดำเนินงานวิจัย	45

1. วิธีการศึกษา	45
2. ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย	46
2.1 ลักษณะของผู้ให้ข้อมูลหลัก	47
2.2 วิธีการเข้าถึงกลุ่มผู้ให้ข้อมูล	47
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	48
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล	52
5. การวิเคราะห์ข้อมูล	54
บทที่ 4 ผลการศึกษา	55
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	55
1.1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก	55
ส่วนที่ 2 กระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน	63
ขั้นตอนที่ 1 รับรู้และเข้าใจตนเอง	63
1.1 เราคือใคร	63
1.2. เราทำในสิ่งที่เราเป็น	64
1.3. เราภูมิใจในความเป็นเรา	65
1.4 คนรอบข้างกับความเป็นเรา	66
ขั้นตอนที่ 2 มองเห็นคุณค่าในตนเอง	66
2.1. เราเชื่อว่าเราทำได้	67
2.2 เรารู้ว่าเราสำคัญกับใคร	67
2.3 ชีวิตเรากำหนดเอง	68
2.4. เรารู้จักตัวเองดีที่สุด	69
ขั้นตอนที่ 3 พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน	69
3.1. เพราะมีเราจึงมีเขา	70

3.2 เราคือเราที่ดีที่สุด	71
3.3 ความแตกต่างที่สมบูรณ์แบบ	72
3.4. เพราะชีวิตลิขิตเอง	72
<u>ขั้นตอนที่ 4</u> ค้นพบเป้าหมายของชีวิต	73
4.1 แรงผลักดันสู่การมีชีวิตที่ตั้งใจ	73
4.2 ตั้งมั่นและตั้งใจไปสู่เป้าหมาย	74
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	78
1. สรุปผลการวิจัย	79
2. อภิปรายผล	80
กระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน	80
<u>ขั้นตอนที่ 1</u> รับรู้และเข้าใจตนเอง	80
<u>ขั้นตอนที่ 2</u> มองเห็นคุณค่าในตนเอง	81
<u>ขั้นตอนที่ 3</u> พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน	82
<u>ขั้นตอนที่ 4</u> ค้นพบเป้าหมายในชีวิต	83
แนวทางในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน	86
3. ข้อเสนอแนะ	88
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้	89
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	89
ข้อจำกัดงานวิจัย	90
บรรณานุกรม	91
ภาคผนวก	100
ตัวอย่างแบบคัดกรองเบื้องต้น	101

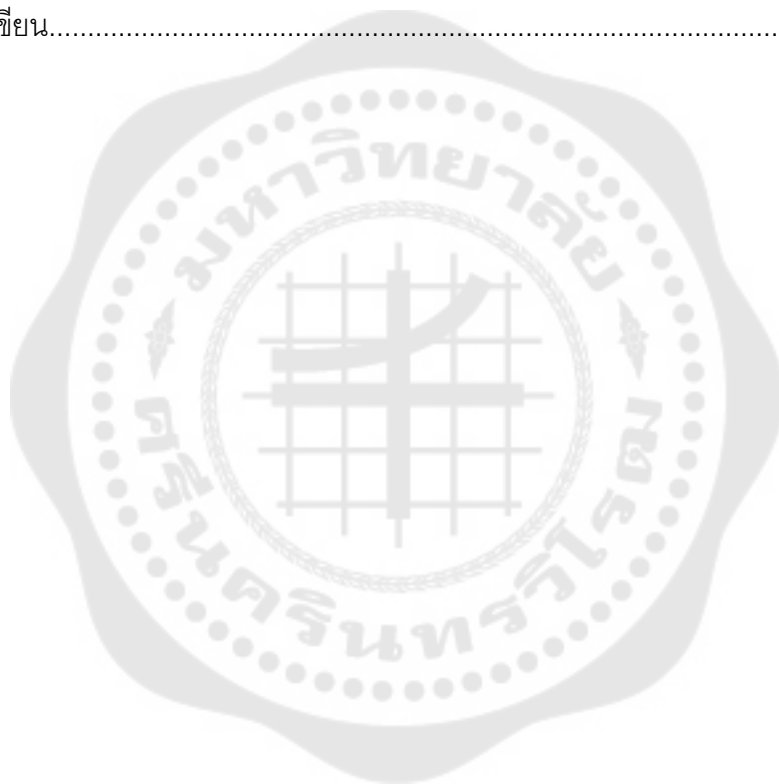
ตอนที่ 1 : ข้อมูลภูมิหลังเบื้องต้น เพศ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพการงาน และระดับ
การศึกษา..... 101

ตอนที่ 2 : แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ..... 102
การแปลผล..... 103

ตอนที่ 3 : แบบวัดการ Self – Reflection 104

ตอนที่ 4 : ตัวอย่าง ข้อคำถามการสัมภาษณ์ 105

ประวัติผู้เขียน..... 107



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างสังคม ตัวตนและพฤติกรรมทางสังคม	16
ภาพประกอบ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพัน ความเด่นของอัตลักษณ์ ความรู้สึก สำคัญ และการเลือกบทบาท.....	17
ภาพประกอบ 3 แสดงโครงสร้างบุคลิกภาพของโรเจอร์ส	33



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในปัจจุบันที่สังคมแห่งยุคสมัยได้ขับเคลื่อนความเป็นอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคล ให้พัฒนาไปอย่างรวดเร็ว หากจะกล่าวถึงการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนนั้น อาจกล่าวได้ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการประสานระหว่างคุณลักษณะภายใน ที่เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ให้มีความสอดคล้องหรือประสานไปกับคุณลักษณะภายนอก ที่เป็นลักษณะทั่วไปที่แสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรมและสามารถมองเห็นได้จากกระทำต่างๆ โดยการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น จะเริ่มตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นและมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตามขั้นของพัฒนาการและการที่บุคคลจะสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้นั้น บุคคลจำเป็นต้องมีการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เพื่อสามารถพัฒนาความเป็นตนเองและสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม (Erikson, 1968) การที่บุคคลสามารถพัฒนาอัตลักษณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม หรือสามารถรู้จักตนเองอย่างถ่องแท้ จึงเปรียบเสมือนการที่บุคคลได้พบหนทางลัดในเส้นทางของชีวิต บุคคลจะมีเป้าหมายในการใช้ชีวิต มีความเชื่อมั่นและมั่นใจในตนเอง สามารถวางแผนอนาคตตนเองได้ และมีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตมากขึ้น ในทางตรงกันข้าม หากบุคคลเกิดความสับสนในอัตลักษณ์ หรือขาดความเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้ จึงเปรียบเสมือนการที่บุคคลเดินทางในเส้นทางของชีวิต บุคคลจะขาดเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน มีความสับสนและไม่มั่นใจในตนเอง ไม่สามารถวางแผนอนาคตของตนเองได้ และมีโอกาสเกิดความล้มเหลวในระยะต่อมาของชีวิตมากขึ้น (สาวิตรี เต็งถนุศิริ, 2547) และอาจนำมาสู่การสับสนในอัตลักษณ์ขั้นรุนแรง และแสดงออกในลักษณะของกลุ่มพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อสังคมตามมา เช่น ปัญหาเรื่องการติดยาเสพติด ปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ ปัญหาด้านครอบครัว รวมถึงปัญหาการใช้ความรุนแรงทั้งต่อตนเองและครอบครัว ซึ่งปัญหาเหล่านี้อาจทวีความรุนแรงมากขึ้น จนอาจกลายเป็นปัญหาที่ร้ายแรงทั้งต่อตัวบุคคลเอง และเป็นปัญหาอาชญากรรมทางสังคมต่อไป (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540, น. 325)

ตามที่ อีริกสัน Erikson (1968) ได้ให้ความสำคัญกับพัฒนาการอัตลักษณ์แห่งตน และให้นิยามว่าเป็นเรื่องของความเป็นตนเอง (sense of self) ที่สมบูรณ์และชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) โดยอีริกสันกล่าวว่า บุคคลที่มีโครงสร้างอัตลักษณ์แห่งตนที่ดีนั้น จะสามารถตระหนักถึงข้อดีตลอดจนข้อบกพร่องของตนเอง และการตระหนักนี้จะส่งผลให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จในชีวิต ส่วนบุคคลที่มีโครงสร้างอัตลักษณ์แห่งตนที่ไม่ดีนั้น จะมีความสับสนในตัวเอง มีความกังวล และอาจส่งผลให้เกิดปัญหาในชีวิตตามมา แต่หากบุคคลนั้นสามารถแก้ไข

วิกฤตการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นไปในทางบวกจะส่งเสริมให้บุคคลนั้น สามารถค้นหาอัตลักษณ์ของตนได้อย่างสมบูรณ์ (Marcia, 1980) มีความเป็นตัวของตัวเอง แสดงออกได้อย่างอิสระ และมีการยอมรับตนเองสูง มีอุดมการณ์ของตนเอง และสามารถตกลงใจแน่วแน่ใจการเลือกอาชีพและวางเป้าหมายชีวิตต่อไปในอนาคตได้เช่นกัน (ปรีชา ธรรมา, 2548)

การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น เริ่มมาตั้งแต่ช่วงวัยรุ่น เนื่องจากเป็นช่วงรอยต่อของวัยเด็กและผู้ใหญ่ เป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมากมาย ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ จากการศึกษาผู้วิจัยพบว่า ปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นในช่วงวัยรุ่น ทั้งปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว ปัญหาการมีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง ปัญหาการทะเลาะวิวาทระหว่างกัน หรือปัญหาการกระทำผิดกฎหมาย ซึ่งอาจเกิดจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งโดยเฉพาะ หรือหลายสาเหตุประกอบกัน จนส่งผลทำให้วัยรุ่นเกิดเป็นความรู้สึกทางลบทั้งต่อตนเอง และต่อบุคคลอื่น ๆ รอบตัว และเป็นผลทำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกที่ไม่ดีกับสิ่งเร้าและเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกันตามไปด้วย จนเกิดเป็นทัศนคติเชิงลบ และทัศนคติทางลบนี้เองจะเป็นสิ่งที่บ่มเพาะและส่งผลทำให้วัยรุ่นเกิดการกระทำเชิงลบต่อเหตุการณ์ และสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งจะเป็นผลเสียทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่นตามมา อาจกล่าวได้ว่า ทัศนคติทางลบนั้นมีผลการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง รวมไปถึงรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวด้วยเช่นกัน

การฟื้นฟูพลังทางด้านจิตใจ (Resilience) และการก้าวผ่านปัญหาและความเจ็บปวด หลังเผชิญกับประสบการณ์ หรือเหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ Post-traumatic Growth (PTG) เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจในเชิงบวก โดยเมื่อบุคคลต้องเจอกับภาวะวิกฤตครั้งสำคัญในชีวิต (Tedeschi และ Calhoun, 2004; Yalom และ Lieberman, 1991) ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวมีความสอดคล้อง หรือแตกต่างกันออกไปตามประสบการณ์ของแต่ละบุคคล โดยขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งส่วนบุคคล วัฒนธรรม สภาพสิ่งแวดล้อมและสังคม หรือวิธีการการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล ภายหลังจากผ่านประสบการณ์เหล่านั้นมา โดยผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการยอมรับ และการเปิดกว้างทางจิตใจของบุคคลที่เกิดขึ้น และศึกษาไปถึงส่วนร่วมที่มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมระหว่างบุคคล มีการศึกษาจากองค์ประกอบที่ทำให้เกิด Post-traumatic Growth (PTG) ร่วมด้วยดังนี้ 1) เหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ (The Traumatic Event) 2) ประสบการณ์ส่วนตัว (The Personal Experience) ซึ่งเป็นการศึกษาถึงเป็นองค์ประกอบหลักที่สะท้อนให้เห็นถึงกระบวนการ หรือรูปแบบที่ทำให้บุคคลเกิดการก้าวผ่านความเจ็บปวด หรือเกิดการองงามทางจิตใจได้แตกต่างกัน และยังเชื่อมโยงไปถึงกระบวนการที่

ทำให้บุคคลสามารถมีการปรับตัว และเกิดเป็นการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่เหมาะสมตามมา ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood) ในช่วงวัยนี้จะมีพัฒนาการเข้าสู่วุฒิภาวะค่อนข้างสมบูรณ์ ตลอดจนบุคคลในช่วงวัยนี้จะมีการตัดสินใจต่างๆ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา และมีการเรียนรู้ตลอดทั้งช่วงชีวิต ดังนั้นในการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงสามารถสะท้อนให้เห็นถึงองค์ประกอบและกระบวนการทำงานทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวกับการรับรู้ การใช้ชีวิต ค่านิยม สังคมและสภาพแวดล้อม รวมไปถึงความคาดหวังจากคนในครอบครัวและคนรอบข้าง (สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2542) กล่าวคือ มีการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่มั่นคง และพร้อมสำหรับการทำงาน เข้าร่วมสังคม หรือการมีความรัก รู้จักการประนีประนอม เสียสละในความสุขส่วนตัวบางอย่างและมีการไว้วางใจในความสัมพันธ์ (สิทธิพงษ์ วัฒนานนท์ สกกุล, 2562) สอดคล้องกับ ทฤษฎีของ Erikson (1968) ตามพัฒนาการในขั้นที่ 6 คือบุคคลที่มีช่วงอายุระหว่าง 21-39 ปี ประกอบไปด้วย ปัจจัยการมีความสัมพันธ์และความโดดเดี่ยว (Intimacy vs Isolation) ซึ่งหากพัฒนาการก่อนหน้าสมบูรณ์ บุคคลนั้นจะมีการสร้างสัมพันธ์ด้วยศักยภาพ อัตลักษณ์ และความมั่นใจที่ดี และนำไปให้เกิดการช่วยเหลือและหล่อหลอมมิตรภาพ ให้สมบูรณ์เพื่อเตรียมพร้อมในพัฒนาการขั้นที่ 7 ต่อไป

ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาในรูปแบบของการทำวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีหัวใจหลักคือการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์กับสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้น ผ่านวิธีการวิจัยแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research) เนื่องจากการวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี มีกระบวนการจากการสืบหาความรู้ และความจริงอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับกรณีหรือปรากฏการณ์บางอย่างที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาเพื่ออธิบาย (Explanation) ถึงเหตุและผลของสิ่งที่เกิดขึ้นในเบื้องต้น โดยเฉพาะในสภาพแวดล้อมที่ซับซ้อน หรือผู้วิจัยพอจะทราบอยู่บ้างถึงสิ่งที่เลือกมาเป็นกรณีศึกษานั้น แต่ต้องการคำอธิบายเพิ่มเติมอีกครั้ง เพื่อที่ผู้วิจัยจะสามารถเข้าใจความสำคัญของประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา และสามารถถ่ายทอดข้อมูลเชิงประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลมีต่อกระบวนการในการก้าวข้ามผ่านปัญหาหรืออุปสรรคในชีวิต อันเกิดจากทัศนคติทางลบจากครอบครัว และนำไปสู่การศึกษาการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ได้อย่างเหมาะสมต่อไป และใช้เทคนิคการเก็บข้อมูลแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กระบวนการสัมภาษณ์เชิงลึกที่ผู้วิจัยเลือกใช้ ถือเป็นอีกหนึ่งกระบวนการสำคัญที่สะท้อนให้ผู้วิจัยได้เห็นถึงกระบวนการ หรือรูปแบบการปรับตัวของ

บุคคลในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนว่าเป็นอย่างไร อีกทั้งยังสามารถนำข้อเท็จจริงที่ได้มาเชื่อมโยงสู่การทบทวนวรรณกรรม และเกิดการแลกเปลี่ยนมุมมองที่หลากหลายได้มากยิ่งขึ้น และยังเป็นการแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากภาพรวมที่มาจากหลากหลายมิติ ทั้งจากตัวผู้เข้าร่วมวิจัย จากครอบครัว จากสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง จากรายละเอียดของตัวบุคคลอันมีความหลากหลายและมีความเฉพาะเจาะจง โดยผู้วิจัยสามารถยืดหยุ่นได้ และสามารถเก็บข้อมูลเชิงลึกผ่านคำตอบของกลุ่มตัวอย่างด้วยความละเอียดถี่ถ้วน สู่การรวบรวมเพื่อวิเคราะห์ และค้นหาถึงเนื้อหาของประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา

รวมถึงผู้วิจัยสามารถนำผลการศึกษาออกเผยแพร่ เพื่อเป็นองค์ความรู้ให้แก่บุคคลที่สนใจศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้อง ได้เห็นถึงมิติที่หลากหลายและลึกซึ้งของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เพื่อสามารถให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุดทั้งในการศึกษาและการเผยแพร่ต่อไป และนอกจากผู้วิจัย จะทำการศึกษาในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นแล้ว ผลการศึกษายังสามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับศึกษาได้ตลอดทุกช่วงวัยของพัฒนาการ ตั้งแต่วัยเด็กไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ เพื่อเป็นการป้องกันความสูญเสีย และลดความรุนแรงจากการได้รับผลกระทบที่เกิดจากภาวะบีบคั้นต่างๆ ที่บุคคลต้องเผชิญในชีวิตและสามารถช่วยให้บุคคลผ่านพ้นทุกอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตไปได้ด้วยดี อีกทั้งผู้วิจัยสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้มาสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต ในการปรับตัวต่อสภาวะแวดล้อมที่เป็นปัญหาในชีวิต และสามารถสะท้อนถึงแง่มุมของการมีชีวิต และทำให้เกิดการเรียนรู้ และการพัฒนาร่วมกัน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ความสำคัญของการวิจัย

1. เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงประจักษ์การที่มีต่อกระบวนการในการก้าวข้ามผ่านปัญหา หรืออุปสรรคอันเกิดขึ้นจากทัศนคติทางลบจากครอบครัว และนำไปสู่การศึกษาการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสมของแต่ละบุคคล เพื่อนำเป็นข้อมูลสำหรับผู้สนใจศึกษาหรือสืบค้นต่อไป อาทิเช่น บุคคลทั่วไป นักจิตวิทยา ครูผู้สอน หรือหน่วยงานและองค์กรต่างๆ

2. ผู้วิจัยสามารถนำผลการศึกษาออกเผยแพร่ เพื่อเป็นแนวทางในการฟื้นฟูพลังใจ และปรับตัวต่อปัญหาอุปสรรคในชีวิต ซึ่งสามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงจากผู้เข้าร่วมวิจัย และ

พัฒนาให้เกิดเป็นผลลัพธ์ที่ดีและส่งต่อกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนจากทัศนคติทางลบ

3. เป็นการขยายฐานองค์ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการในการเผชิญต่อปัญหาและอุปสรรค และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคล ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อนำความรู้ที่ได้มาสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต ในการปรับตัวต่อสภาวะแวดล้อมที่เป็นปัญหาในชีวิต และสามารถสะท้อนถึงแง่มุมของการมีชีวิต และทำให้เกิดการเรียนรู้และการพัฒนาร่วมกัน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

1. ขอบเขตด้านกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

การศึกษานี้มีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลมาจาก ประชากรชาย-หญิงในวัยทำงาน ที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ช่วงอายุประมาณ 21-39 ปี ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเฉพาะกรณีแบบเน้นสาระภายใน (Intrinsic case study) อ้างอิงจาก Creswell และ Plano Clark (2007) ที่กล่าวว่า จำนวนที่เหมาะสมที่สุดในการศึกษาแบบกรณีศึกษานั้นคือ จำนวน 5 ราย สำหรับการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เพื่อให้ผู้วิจัยสามารถเข้าใจถึงสถานการณ์ที่มีลักษณะเฉพาะเจาะจงตามบริบทของพื้นที่และเวลาที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่าง หรือจำนวนผู้ให้ข้อมูลหลัก จึงขึ้นอยู่กับความอิมพัลส์และความสมบูรณ์ของข้อมูลที่สามารถช่วยตอบคำถามการวิจัยครั้งนี้ โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จากผู้ที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ (Inclusion criteria) ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น คือ ผู้ที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว และมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย คือสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยผู้วิจัยจะเริ่มเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามภูมิหลังเบื้องต้น ที่เป็นแบบสอบถามแบบตรวจคำตอบ (Checklist) เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมวิจัย และทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ RQ (Resilience Quotient) (กรมสุขภาพจิต, 2552) เพื่อวัดศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจ ในการปรับตัวภายหลังที่บุคคลพบกับเหตุการณ์วิกฤตหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบากในชีวิต เป็นกระบวนการที่แสดงให้เห็นถึงการเอาชนะปัญหาอุปสรรคของชีวิตของแต่ละบุคคล เพื่อนำไปสู่การศึกษารูปแบบการพัฒนาอัตลักษณ์ที่เหมาะสมในช่วงวัยผู้ใหญ่ และทำแบบสอบถาม Self – Reflection ที่เป็นแบบสอบถามคำถามปลายเปิด (Open Ended

Question) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้สะท้อนเกี่ยวกับประสบการณ์และความเข้าใจในการ “การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน” ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงเจตคติที่บุคคลมีทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านรูปแบบของการสะท้อนการตนเอง จากนั้นผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์หาความเกี่ยวข้องของข้อมูลที่ได้กับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของแต่ละบุคคลและคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่มีความเหมาะสม และมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานมากที่สุด

2. ขอบเขตด้านพื้นที่

การศึกษาครั้งนี้มีขอบเขตทางด้านพื้นที่หลากหลาย และไม่จำกัดเฉพาะพื้นที่อย่างชัดเจน เนื่องจากเกิดสถานการณ์การระบาดของไวรัสโควิด-19 ในช่วง 2 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2563-2564) ที่ทั้งสังคมโลกและสังคมไทยต้องประสบปัญหาวิกฤติการแพร่ระบาดกันอย่างแพร่หลาย และยังไม่สามารถที่จะควบคุมการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ในวงกว้าง ส่งผลให้ในการศึกษาครั้งนี้จึงไม่สามารถกำหนดขอบเขตด้านพื้นที่ในการศึกษาได้อย่างเฉพาะเจาะจง เพราะทั้งตัวผู้วิจัย คณาจารย์ รวมไปถึงกลุ่มตัวอย่าง ต่างต้องร่วมกันรักษามาตรการป้องกันส่วนบุคคล มีการรักษาระยะห่างระหว่างบุคคล และหลีกเลี่ยงการพบปะกัน ซึ่งมาตรการเหล่านี้ยังคงดำเนินการไปอย่างต่อเนื่อง เพื่อประโยชน์ในการป้องกันตนเองของแต่ละบุคคล และป้องกันเชื้อในทุกสายพันธุ์ แต่ในทุกวิกฤตย่อมมีโอกาส และทุกวิกฤตย่อมทิ้งร่องรอยไว้เสมอ เพราะกระแสโลกาภิวัตน์ (deglobalization) ได้มีการเติบโตอย่างรวดเร็ว จึงส่งผลทำให้ขอบเขตด้านพื้นที่ที่กว้างขวาง ที่เคยถูกจำกัดด้วยเงื่อนไขของระยะทาง และเงื่อนไขของเวลา ได้ถูกเปิดกว้างมากขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถเก็บข้อมูลได้อย่างหลากหลาย และสามารถติดต่อสื่อสารกับกลุ่มตัวอย่างได้ทางช่องทางออนไลน์ ถึงแม้ว่าขอบเขตทางด้านพื้นที่ได้ถูกทลายลงไปด้วยสถานการณ์ไวรัสโควิด-19 แต่อาจกล่าวได้ว่า ในส่วนของการศึกษาในเชิงคุณภาพนั้น กระแสโลกาภิวัตน์ที่เข้ามาแทรกแซงสถานการณ์ได้อย่างรวดเร็ว อาจทำให้มิติที่หลากหลาย และความซับซ้อนของการศึกษาในเชิงคุณภาพนั้น ย่อมถูกจำกัดไปด้วยเช่นกัน

3. ขอบเขตด้านเนื้อหา

บทความ ทฤษฎี และชุดข้อมูลเชิงจิตวิทยา

การกำหนดขอบเขตเนื้อหาเชิงจิตวิทยา ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ศึกษากระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน รวมถึงการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory) เป็นทฤษฎีหลัก เพื่อศึกษาทำความเข้าใจและสร้างขอบเขตแก่กลุ่มตัวอย่างให้ดำเนินไปตามแกนหลักของทฤษฎี และมีการใช้ทฤษฎีความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Resilience) และ Post-

traumatic Growth (PTG) เพื่ออธิบายถึงกระบวนการในการเผชิญหน้ากับปัญหา และการก้าวข้ามผ่านของแต่ละบุคคล และนำไปสู่การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นต่อไป

นิยามศัพท์

1. อัตลักษณ์แห่งตน (Identity) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการประสานระหว่างคุณลักษณะภายในที่เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ให้มีความสอดคล้องไปกับคุณลักษณะภายนอกที่เป็นลักษณะทั่วไปที่แสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรม และยังหมายถึง การที่บุคคลสามารถประเมิน หรือตัดสินใจเกี่ยวกับตนเอง ความสามารถของตน ความเชื่อ ตลอดจนแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนต่อไปได้ โดยบุคคลนั้นจำเป็นต้องมีการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เรียนรู้ในบทบาทของตนเอง เพื่อพัฒนาความเป็นตนเอง และแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมตามขั้นพัฒนาการ และการที่บุคคลจะสร้างอัตลักษณ์ของตนเองขึ้นมาได้นั้นแต่ละคนต้องผ่านกระบวนการสร้างความเป็นตัวตนผ่านวิธีการต่างๆ เช่น ประสบการณ์ทางสังคม วัฒนธรรมหรือสิ่งแวดล้อมรอบตัว ความเชื่อ และความสามารถของตน เป็นต้น

2. วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood) หมายถึง บุคคลที่มีช่วงอายุระหว่าง 21-39 ปี เป็นช่วงวัยที่บุคคลสามารถมีพัฒนาการของบุคลิกภาพที่เหมาะสม และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของตนเองได้อย่างสมบูรณ์แบบ เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่ผ่านประสบการณ์ชีวิตมาในระดับหนึ่ง และสามารถจัดการกับความรู้สึกทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้เป็นอย่างดี มีความเข้าใจในบริบทของความสัมพันธ์ต่างๆ ในชีวิต มีการให้ความสำคัญกับความมั่นคงของชีวิตและครอบครัว อีกทั้งยังเป็นวัยที่พร้อมก้าวสู่ความสำเร็จและความมั่นคงในชีวิต มีการเลือกรูปแบบของชีวิตสังคม หน้าที่การงานที่ตนพึงพอใจและทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามความคิดและความต้องการอย่างเต็มที่ ซึ่งเป็นระยะที่มีการพัฒนาอัตลักษณ์ที่มั่นคงและพร้อมสำหรับการทำงาน รู้จักการประนีประนอม เสียสละในความสุขส่วนตัวบางอย่างและมีการไว้วางใจในความสัมพันธ์

3. ทัศนคติทางลบจากครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลมีประสบการณ์ในการรับรู้ และเข้าใจต่อสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัวอย่างไม่เหมาะสม เช่น การที่บุคคลเกิดความความรู้สึกที่ไม่ดี ไม่เห็นด้วย และไม่พึงพอใจกับสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัว และเป็นผลทำให้บุคคลเกิดความความรู้สึกที่ไม่ดี กับสิ่งเร้าและเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกันตามไปด้วย ซึ่งการมีทัศนคติเชิงลบ จะเป็นสิ่งที่บ่มเพาะและส่งผลทำให้บุคคลเกิดการกระทำเชิงลบต่อเหตุการณ์และสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งจะเป็นผลเสียทั้งต่อตัวเอง และต่อผู้อื่นตามมา

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เพื่อให้การศึกษามีความครอบคลุม และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ในการศึกษา สำหรับเนื้อหาในบทนี้ ผู้วิจัยมีการนำเสนอรายละเอียดตามลำดับคือ ส่วนแรกเป็นการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของช่วงวัย ที่มีความเชื่อมโยงกับอัตลักษณ์แห่งตนและนำไปสู่ปัจจัยต่างๆ ที่สัมพันธ์กับประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว โดยผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมด้วยการตรวจสอบเอกสาร และข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ โดยนำเสนอรายละเอียดตามหัวข้อ ดังต่อไปนี้

1. พัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

1.1 ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory)

2. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน

2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน

2.2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน

2.2.1 ทฤษฎีอัตลักษณ์บุคคลสไตเกอร์ (Identity Theory)

2.2.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมอีริคสัน (Psychosocial Development)

2.3 การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน

2.4 อิทธิพลของการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน

3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับทัศนคติ

3.1 องค์ประกอบของทัศนคติ

3.2 ประเภทของทัศนคติ

3.3 หน้าที่ของทัศนคติ

3.4 อิทธิพลของทัศนคติทางลบจากครอบครัว

4. แนวคิดเกี่ยวกับสถาบันครอบครัว

4.1 ความสำคัญของครอบครัว

4.2 อิทธิพลของครอบครัวที่มีต่ออัตลักษณ์แห่งตน

5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

5.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

5.1.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง (Jung's theory of personality)

- 5.1.2 ทฤษฎีบุคลิกภาพของคาร์ล โรเจอร์ส (Self theory)
- 6. ความหมายและแนวคิดความเข้มแข็งทางใจ (Resilience)
 - 6.1 องค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ
- 7. ทฤษฎีเกี่ยวกับ Post-traumatic Growth
 - 7.1 การวัด Post-traumatic Growth
 - 7.2 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเติบโตหลังถูกทารุณกรรม
- 8. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research)
 - 8.1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)
 - 8.1.1 ขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพ
 - 8.2 การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research)
 - 8.2.1 ลักษณะสำคัญของการศึกษาเฉพาะกรณีเชิงคุณภาพ
 - 8.2.2 ประเภทการศึกษาเฉพาะกรณี

1. พัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood)

วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood) คือกลุ่มคนที่มีช่วงอายุระหว่าง 20 - 40 ปี เป็นช่วงวัยรอยต่อของวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ เป็นระยะที่บุคคลเริ่มมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตและครอบครัว มีการประกอบอาชีพและสร้างฐานะของตนเอง มีการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่มั่นคง และหากพัฒนาการในระยะนี้ล้มเหลว บุคคลจะเริ่มมีการแยกตัวออกจากสังคม จะมีความสนใจและหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องของตนเอง และสามารถส่งผลให้เกิดภาวะเชิงลบต่างๆ ในระดับพัฒนาการต่อไปได้ (สิทธิพงษ์ วัฒนานนท์สกุล, 2562)

วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงวัยที่พัฒนาการค่อยข้างสมบูรณ์ ทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และการปรับตัวเข้ากับสังคมที่ ซึ่งทำให้เป็นวัยที่พร้อมก้าวสู่สังคมในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเต็มที่ ตลอดจนเป็นวัยแห่งความสำเร็จของชีวิต สำหรับด้านพัฒนาการวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามแนวคิดของ Havighurst (1972) ได้กล่าวถึง เกณฑ์ของผู้ใหญ่วัยตอนต้นคือ จะเป็นช่วงวัยที่เริ่มต้นประกอบอาชีพและสร้างความมั่นคงให้กับตนเอง รู้จักบทบาทหน้าที่ มีการเลือกคู่ครองและเริ่มต้นสร้างครอบครัวซึ่งนำไปสู่บทบาทหน้าที่ในครอบครัว และสิ่งที่จะช่วยบ่งชี้ถึงพัฒนาการมนุษย์ในวัยต่างได้อย่างดีก็คือ “ภารกิจเชิงพัฒนาการ” โดยเกณฑ์ของวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีดังนี้ ได้อธิบายถึงภาพรวมพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น สามารถจำแนกได้เป็น 4 ด้านดังนี้

1. พัฒนาการด้านร่างกาย (Physical Development) ได้แก่ เป็นช่วงวัยที่ร่างกายมีประสิทธิภาพของระบบภายในร่างกายสูง ทั้งระบบสืบพันธุ์ ระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก เพศชายจะมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรงมากกว่าเพศหญิง แต่ในส่วนของระบบหายใจ ระบบประสาท ระบบผิวหนัง และระบบทางเดินอาหาร เริ่มมีประสิทธิภาพการทำงานลดลง เช่น เมื่ออายุอยู่ในช่วง 30 ปี ระบบทางเดินอาหารจะมีความต้องการแคลอรีจะลดลง และเมื่อรับประทานอาหารมากจะมีผลต่อปริมาณน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นได้ง่าย เป็นต้น

2. พัฒนาการด้านสติปัญญาหรือความคิด (Cognitive Development) ซึ่งเป็นช่วงที่สติปัญญาจะมีพัฒนาการเต็มที่ ทำให้เป็นวัยที่มีความสามารถในการเรียนรู้ และการคิดในเครื่องต่างๆ กล่าวคือ เป็นวัยที่มีระบบความคิดที่มีคุณภาพมีความคิดที่เปิดกว้าง ยืดหยุ่นมากขึ้น และรู้จักนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากที่ผ่านมาในตลอดช่วงชีวิตมาปรับใช้ให้เข้ากับสถานการณ์ได้ หรือเป็นวัยที่มีทักษะทางความคิดที่มีกระบวนการดังนี้ มีความรู้ มีความเข้าใจ รู้จักการนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และมีความสามารถในการประเมินผลในเรื่องต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

3. พัฒนาการด้านอารมณ์ (Emotional Development) เป็นวัยที่มีวุฒิภาวะทางด้านอารมณ์ กล่าวคือ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ หรือมีความมั่นคงทางอารมณ์ อีกทั้งยังมีความอดทนต่อความรู้สึกในด้านลบของตนหรือของผู้อื่นที่ส่งผลกระทบมายังตนเอง รู้จักการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในการแสดงออก รู้จักตนเองเป็นอย่างดี มีความอ่อนน้อมถ่อมตน และสามารถปรับตัวได้ดี ซึ่งความแตกต่างของผู้ใหญ่ตอนต้นกับวัยรุ่นในเรื่องของความรักคือ การมีความรู้สึกปรารถนาการใช้ชีวิตคู่ด้วยกันเป็นครอบครัว

4. พัฒนาการด้านสังคม (Psychosocial Development) อ้างอิงจากแนวคิดทฤษฎีพัฒนาบุคลิกภาพของอีริคสัน Erikson (1968) กล่าวคือ มีการความใกล้ชิดสนิทสนมหรือการแยกตัวจากสังคมไม่ว่าจะเป็น ครอบครัว เพื่อน คู่รัก ครูครอง หรือบุคคลที่รู้จัก ซึ่งหากบุคคลนั้นจะมีความสัมพันธ์ที่สามารถให้ความเชื่อใจผู้อื่นได้ และเป็นที่ยอมรับซึ่งกันและกันกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง จะสามารถปรับตัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลไม่สามารถสร้างความสนิทสนมกับผู้อื่นได้ บุคคลนั้นจะมีความรู้สึกเดียวดายเหมือนอยู่ตัวคนเดียว โดยปกติกลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจะให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนลดลง แต่จะให้ความสำคัญกับเพื่อนที่สนิทใกล้ชิดหรือเพื่อนรักของตนมากกว่า รวมถึงให้ความสำคัญกับครอบครัวและคู่ครองหรือคู่รัก โดยภาพรวมพัฒนาการด้านสังคมของผู้ใหญ่ตอนต้นจะมีความเกี่ยวข้องกับ มิตรภาพ การช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการทำงาน รวมถึงกิจกรรมในครอบครัว ความรัก มีความใกล้ชิดแน่นแฟ้น ปรารถนาที่จะใช้ชีวิตร่วมกันเป็นครอบครัว ได้รับบทบาทการเป็นพ่อและแม่ การทำงาน ซึ่ง

นับว่ามีความสำคัญอย่างมากต่อการดำเนินชีวิต ก่อให้เกิดคุณค่า ความสำคัญ เป็นที่ยอมรับ อีกทั้งยังเป็นส่วนช่วยในการสร้างความมั่นคงให้กับตนเองและครอบครัว รวมถึงการปรับตัวตามบทบาทใหม่ ซึ่งจะมีผลต่อสภาพด้านอารมณ์ สภาพสังคม บุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งหากการปรับตัวนั้นเป็นไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมอาจเป็นหนทางไปสู่ความสำเร็จของชีวิตได้

จากการศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early Adulthood) หมายถึง บุคคลที่มีช่วงอายุระหว่าง 21-39 ปี เป็นช่วงวัยที่บุคคลสามารถมีพัฒนาการของบุคลิกภาพที่เหมาะสม และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างสมบูรณ์ เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่ผ่านประสบการณ์ชีวิตมาในระดับหนึ่ง และสามารถจัดการกับความรู้สึกทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้เป็นอย่างดี มีความเข้าใจในบริบทของความสัมพันธ์ต่างๆ ในชีวิต มีการให้ความสำคัญกับความมั่นคงของชีวิตและครอบครัว อีกทั้งยังเป็นวัยที่พร้อมก้าวสู่ความสำเร็จและความมั่นคงในชีวิต มีการเลือกรูปแบบของชีวิต สังคม หน้าที่การงานที่ตนพึงพอใจและทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ตามความคิดและความต้องการอย่างเต็มที่ ทั้งนี้ อย่างไรก็ตาม หากพัฒนาการในระยะนี้ล้มเหลว บุคคลจะแยกตัวออกจากสังคม และไม่สามารถยอมรับความแตกต่างหรือสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ สนใจหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องของตนเอง ส่งผลให้เกิดภาวะเชิงลบต่างๆ ในระดับพัฒนาการ ซึ่งสิ่งนี้เองอาจส่งผลให้เกิดปัญหาทั้งการปรับตัวและการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนในขั้นอื่นๆ ต่อไปตามลำดับ

1.1 ทฤษฎีด้านพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory)

ทฤษฎีด้านพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory) ของ Erikson (1968) ประกอบไปด้วยคุณลักษณะ 8 ขั้น ที่มีจุดเริ่มต้นตั้งแต่วัยทารกไปจนถึงวัยผู้สูงอายุ ซึ่งในแต่ละขั้น และแต่ละช่วงวัยจะพบกับวิกฤติการณ์ทางสังคม (social crisis) ที่แตกต่างกัน Erikson ได้อธิบายว่าวิกฤติการณ์เหล่านี้เกิดจากธรรมชาติของจิตสังคม ที่ขัดแย้งกับความต้องการทางสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน ซึ่งอาจส่งผลลัพธ์ในทางบวกหรือลบต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลทั้งสิ้น โดย Erikson แบ่งพัฒนาการด้านจิตสังคมของบุคคลเป็น 8 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นไว้วางใจและไม่ไว้วางใจผู้อื่น (Trust vs Mistrust) อายุ 0-2 ปี ในขั้นนี้ทารกมีความต้องการการดูแลเอาใจใส่ ตลอดจนให้ความรัก และความอบอุ่นในทุกด้าน และในขั้นนี้ทารกจะมีความรู้สึกกับสิ่งเร้าบริเวณปากเป็นส่วนใหญ่ เมื่อได้ดูดนม ได้รับสัมผัสอันอ่อนโยนจากผู้ดูแล ทารกจะเรียนรู้ที่จะไว้วางใจในสิ่งต่างๆ รอบข้าง ในทางตรงข้ามหากทารกไม่ได้รับการ

ตอบสนองต่อความต้องการอย่างเหมาะสม ทารกจะมีความหวาดระแวง และไม่ไว้วางใจทั้งตนเอง และผู้อื่นต่อไปในอนาคต

ขั้นที่ 2 ขั้นที่มีความเป็นอิสระกับความละอายและสงสัย (Autonomy vs Shame and doubt) อายุ 2-3 ปี ในขั้นนี้เด็กจะเริ่มเรียนรู้และเริ่มทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง ตามความชอบและความสนใจของตนเอง เด็กจะมีการเรียนรู้จะมีการพัฒนาตัวเอง มีความกล้าในการทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง ในทางตรงข้ามหากเด็กถูกบังคับให้อยู่ในระเบียบตลอดเวลา หรือเลี้ยงดูแบบปกป้องมากเกินไป (over protective) เด็กจะไม่สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ หรือไม่กล้าที่จะทำอะไรด้วยตนเองอยู่ตลอดเวลา

ขั้นที่ 3 ขั้นมีความคิดริเริ่มกับความรู้สึกผิด (Initiative vs Guilt) อายุ 3-6 ปี ในขั้นนี้เด็กมีการเรียนรู้อย่างอิสระ มีความสัมพันธ์กับเพื่อนและมีการปรับตัวเข้าหาผู้อื่นมากขึ้น มีความอยากรู้อยากเห็น มีความมั่นใจในตนเอง กล้าซักถาม มีความคิดริเริ่มและพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งต่างๆ ในทางตรงกันข้ามหากเด็กถูกควบคุมความประพฤติตลอดเวลา เด็กจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองทำผิด และนำไปสู่การไม่พยายามทำอะไรด้วยตัวของตัวเอง

ขั้นที่ 4 ขั้นขยันหมั่นเพียรกับความมีปมด้อย (Industry vs Inferiority) อายุ 6-12 ปี ในขั้นนี้เด็กเรียนรู้ที่จะตั้งคำถาม มีความคิดและมีความพยายามในการทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง ถ้าเด็กได้รับการสนับสนุนจะทำให้มีการพัฒนาบุคลิกภาพและมีความขยันหมั่นเพียรในการพัฒนาตนเองในขั้นต่อไป ในทางตรงกันข้ามหากเด็กถูกปิดกั้นการเรียนรู้ หรือถูกละเลยในการสนับสนุน อาจทำให้เด็กมีความรู้สึกต่ำต้อยด้อยค่า อาจต้องถอยกลับไปสู่วัยทารกอีกเพื่อหลีกเลี่ยงภาวะอันต้องรับผิดชอบ

ขั้นที่ 5 ขั้นการเข้าใจอัตลักษณ์ของตนเองกับสับสนในอัตลักษณ์ของตนเอง (Identity vs role confusion) อายุ 12-20 ปี ในขั้นนี้เด็กจะเริ่มสนใจเรื่องเพศ และต้องการการยอมรับทางสังคม ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ต้องการเป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง มีการพัฒนาอัตลักษณ์ของตนเอง ถ้าเด็กรู้ว่าตัวเองต้องการอะไร จะช่วยให้เด็กสามารถรับรู้และเข้าใจอัตลักษณ์ของตนเอง และมีพัฒนาการในขั้นต่อไปได้อย่างดี ในทางตรงกันข้ามหากเด็กไม่สามารถค้นหาอัตลักษณ์ของตนเองได้ จะเกิดเป็นความรู้สึกสับสน ไม่สามารถเข้าใจตัวเอง และเกิดความขัดแย้งในอัตลักษณ์ของตนเองต่อไปในอนาคต

ขั้นที่ 6 ขั้นความใกล้ชิดสนิทสนมกับความรู้สึกเปล่าเปลี่ยว (Intimacy vs Isolation) อายุ 20-40 ปี ในขั้นนี้บุคคลจะเริ่มมีการวางแผนชีวิต วางแผนอนาคต มีการแต่งงาน มีชีวิตที่มั่นคงทั้งในด้านการงาน และด้านครอบครัว สามารถบรรลุอัตลักษณ์ของตนเอง เกิดการ

สร้างและแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์อย่างสนิทสนมกับบุคคลอื่นได้ ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลไม่สามารถแสวงหาแนวทางในการดำเนินชีวิต หรือการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ จะเกิดเป็นความรู้สึกเหงา เปล่าเปลี่ยว และขาดที่พึ่งพาในการดำเนินชีวิต

ขั้นที่ 7 ขั้นการอนุเคราะห์ที่เกื้อกูลกับการคิดถึงแต่ตนเอง (Generativity vs Self-Absorption) ระยะเวลาผู้ใหญ่ (Adult period) อายุ 40-60 ปี ในขั้นนี้บุคคลจะเริ่มหันมาสนใจถึงเป้าหมายของส่วนรวม เริ่มมีการสร้างสรรค์งานต่างๆ เพื่อสังคม เริ่มมีการคิดถึงผู้อื่น มีการปล่อยวางและเข้าใจชีวิตในมิติที่ลึกซึ้งมากขึ้น ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลไม่สามารถทำเช่นนี้ได้ จะเกิดเป็นความรู้สึกคิดถึงอดีต หมกมุ่นอยู่กับตนเอง ยึดเอาตนเองเป็นศูนย์กลาง และมีชีวิตอย่างไร้ความสุข

ขั้นที่ 8 ขั้นความมั่นคงทางจิตใจกับความสิ้นหวัง (Integrity vs Despair) อายุประมาณ 60 ปีขึ้นไป ในขั้นสุดท้ายนี้บุคคลจะยอมรับความเป็นจริงของชีวิตมากขึ้น มีการระลึกถึงความทรงจำในอดีต มีความมั่นคงทางจิตใจ มีการถ่ายทอดและบอกเล่าเกี่ยวกับประสบการณ์ชีวิตให้ผู้อื่นได้รับรู้ ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลต้องประสบกับความล้มเหลวและความผิดหวังในอดีต จะเกิดเป็นความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง รู้สึกคับข้องใจ และไม่สามารถดำเนินชีวิตในปัจจุบันได้อย่างมีความสุข

จากการศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีด้านพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory) ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า อีริกสันถือว่าชีวิตของคนเรา แต่ละวัยจะมีปัญหาที่แตกต่างกัน ตั้งแต่ช่วงวัยทารก ไปจนถึงช่วงวัยชรา กล่าวคือ ถ้าเด็กได้รับการดูแลอย่างอบอุ่น เมื่อเติบโตขึ้นเด็กจะสามารถพัฒนาตนเองได้ มีความมั่นใจในตนเอง มีความเพียรพยายามทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จ และสามารถเข้าใจในอัตลักษณ์ของตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใครและต้องการอะไรในชีวิต ตลอดจนสามารถปรับตัวเข้าสู่ช่วงวัยผู้ใหญ่ และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างดี และมีความสุขในปัจจุบันปลายชีวิตอย่างแท้จริง โดยอีริกสันเชื่อว่า บุคลิกภาพของแต่ละบุคคลเป็นเรื่องที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอและทุกคนมีโอกาสที่จะแก้ไขบุคลิกภาพของตน ซึ่งนอกจากตัวบุคคลเองแล้ว สิ่งแวดล้อมยังถือปัจจัยสนับสนุนที่จะช่วยส่งเสริม หรือแก้ไขบุคลิกภาพของบุคคลให้สมบูรณ์และเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสุขในอนาคต

2. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน

2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตน ดังนี้ Nash (1985) ได้ให้ความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนไว้ว่า เป็นความรู้สึกนึกคิดของบุคคลและแสดงให้เห็นผ่านการ

แสดงออกทางพฤติกรรม เช่นเดียวกับ Frager (1984) ที่ระบุว่าอัตลักษณ์แห่งตนนั้นเป็นการให้คุณค่า และเป็นการฝึกความอดทนของบุคคลที่เกิดจากพื้นฐานทางสังคมรวมถึงจากการสนับสนุนของคนรอบข้างซึ่งมีความแตกต่างกันไปตามแต่ละสังคม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Offer D, Ostrov E, และ Howard KI (1981) ว่าเกิดจากความเข้าใจของตนเองและผู้อื่น โดยอาศัยประสบการณ์จากกระบวนการทางสังคม และวัฒนธรรมในวัยเด็กที่ได้รับมา และสอดคล้องกับ Erikson (1968) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรม และการรู้คิดของกระบวนการก่อตัวของอัตลักษณ์แห่งตน ได้กล่าวถึงความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนว่า เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคลจากการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในและภายนอกของบุคคลนั้นๆ ที่เกิดจากการประสบการณ์ต่างๆ ทั้งประสบการณ์ทางสังคม รวมถึงความสามารถและความเชื่อส่วนบุคคล

นักจิตวิทยาแต่ละคน ต่างได้ให้ความหมายและอธิบายถึง อัตลักษณ์ ไว้แตกต่างกัน โดยมีรายละเอียดดังนี้

เสาวภา เบ็ญจพันธุ์ทวี (2540, น. 8-9) กล่าวถึงอัตลักษณ์แห่งตนในลักษณะที่เป็นโครงสร้างแห่งตน (Self-Structure) โดยเป็นสิ่งที่เกิดภายในตัวบุคคล มีการเปลี่ยนแปลงไปตามความสามารถ ความเชื่อ และประสบการณ์ในการปรับตัวของแต่ละบุคคล และถ้าบุคคลมีโครงสร้างแห่งตนที่ดี บุคคลนั้นจะสามารถรู้และเข้าใจในตนเอง และสามารถเข้าใจถึงความเหมือนและความแตกต่างของตนเองกับผู้อื่น มีความเข้าใจจุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง และทำให้เกิดการกำหนดแนวทางของตนเองได้อย่างชัดเจน

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2541) ให้ความหมายของอัตลักษณ์ว่า เป็นโครงสร้างของบุคคลที่เกิดได้จากการรับรู้ตนเอง การรู้จักตนเอง รวมถึงการยอมรับตนเองที่มีลักษณะมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็กมาจนถึงวัยผู้ใหญ่ ซึ่งส่วนใหญ่มักมีผลมาจากบทบาทหน้าที่ตามสังคมและวัฒนธรรมที่รอบตัวเป็นตัวกำหนดอัตลักษณ์เช่นกัน

อิริคสัน Erikson (1968, P. 157) กล่าวว่าความสามารถของบุคคลในการประสานระหว่างคุณลักษณะภายในที่เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ให้มีความสอดคล้องหรือประสานไปกับคุณลักษณะภายนอกที่เป็นลักษณะทั่วไปที่แสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรมและสามารถมองเห็นได้จากกระทำต่างๆ การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น เริ่มมาตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นและมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องไปตลอดช่วงชีวิตของบุคคล

สไตรเกอร์ และเบิร์ก (Stryker, 1968; Stryker และ Burke, 2000) ได้กล่าวถึงนิยามของอัตลักษณ์ว่า เป็นความสัมพันธ์ในเชิงบทบาทหน้าที่ และพฤติกรรมอันเกิดจากบทบาทของ

บุคคล เช่นเดียวกับการที่เราตอบคำถามตัวเองว่า ตัวฉันคือใคร ซึ่งคำตอบเหล่านี้ก็เชื่อมโยงบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล

ไรซ์ Rice (1996, P. 36) ได้กล่าวว่าอัตลักษณ์ คือผลรวมของการรับรู้ว่าคุณเป็นอย่างไร มีบทบาททางสังคมอย่างไร ซึ่งการที่บุคคลที่มีการยอมรับในตนเอง จึงเป็นบุคคลที่มีความสำเร็จในการพัฒนาอัตลักษณ์

จากการศึกษานิยามของอัตลักษณ์แห่งตน ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า อัตลักษณ์แห่งตน หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการประสานระหว่างคุณลักษณะภายในที่เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ให้มีความสอดคล้องไปกับคุณลักษณะภายนอกที่เป็นลักษณะทั่วไปที่แสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรม และยังหมายถึงการที่บุคคลสามารถประเมิน หรือตัดสินเกี่ยวกับตนเอง ความสามารถของตน ความเชื่อ ตลอดจนแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนต่อไปได้ บุคคลนั้นจำเป็นต้องมีการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เรียนรู้ในบทบาทของตนเอง เพื่อพัฒนาความเป็นตนเอง และแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมตามขั้นพัฒนาการ และการที่บุคคลจะสร้างอัตลักษณ์ของตนเองขึ้นมาได้นั้นแต่ละคนต้องผ่านกระบวนการสร้างความเป็นตัวตนผ่านวิธีการต่างๆ เช่น ประสบการณ์ทางสังคม วัฒนธรรมหรือสิ่งแวดล้อมรอบตัว ความเชื่อ และความสามารถของตน เป็นต้น

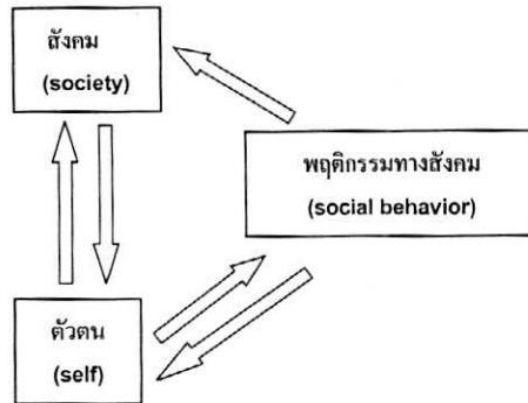
2.2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน

“อัตลักษณ์” (Identity) มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินคือ Identitas เดิมใช้คำว่า Idem ซึ่งมีความหมายว่าเหมือนกัน (the same) อย่างไรก็ตามโดนพินฐานภาษาอังกฤษแล้ว อัตลักษณ์มีความหมาย 2 แบบคือ 1) เหมือน และ 2) ความเป็นลักษณะเฉพาะที่แตกต่างออกไปสามารถตีความหมายได้ว่า ความเหมือนกันบนพื้นฐานของความสัมพันธ์ที่แตกต่างกันออกไป ทฤษฎีอัตลักษณ์แห่งตนเกี่ยวข้องกับวงจรพัฒนาการของชีวิต ซึ่งนักทฤษฎีแต่ละคนได้สะท้อนความคิดที่แสดงให้เห็นถึงแนวคิดและความเป็นมาในแต่ละขั้นของวงจรชีวิตที่เป็นส่วนหนึ่งของพัฒนาการของอัตลักษณ์แห่งตน ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีอัตลักษณ์แห่งตนที่มีความเกี่ยวข้องกับแนวคิดทางจิตวิทยา เนื่องจากการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาทางด้านจิตของมนุษย์ที่ดำเนินไปตามขั้นตอนในแต่ละระยะของช่วงชีวิต โดยมีนักทฤษฎีและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน ดังนี้

2.2.1 ทฤษฎีอัตลักษณ์บุคคลของสไตรเกอร์ (Identity Theory)

ทฤษฎีอัตลักษณ์บุคคลของสไตรเกอร์ (identity theory) อธิบายพฤติกรรมที่แสดงบทบาท ซึ่งเกิดจากการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ระหว่างสังคม และตัวตนของบุคคล โดยมีโครงสร้างทางสังคม และการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเป็นตัวกำหนด หรือควบคุมการแสดงพฤติกรรม

ของบุคคล กล่าวคือพฤติกรรมกำเลือกบทบาทของบุคคล เกิดจากความเด่นของอัตลักษณ์ได้อัตลักษณ์หนึ่งของบุคคล ซึ่งเป็นส่วนประกอบหนึ่งของตัวตน แสดงให้เห็นว่า ตัวตน (self) มีผลต่อสังคม (society) และเป็นตัวที่กำหนดพฤติกรรมทางสังคม ซึ่งต่างมีความสัมพันธ์กันระหว่างพฤติกรรมทางสังคมมีผลต่อตัวตนและสังคม และตัวตนสามารถมีผลต่อสังคมด้วยเช่นกัน (Stryker, 1992) โดยแสดงความสัมพันธ์ดังภาพที่ 1 ดังนี้



ภาพประกอบ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างสังคม ตัวตนและพฤติกรรมทางสังคม

J. Res. Unit Sci. Technol. Environ. Learning Vol. 2 No. 2 (2011)

ทฤษฎีอัตลักษณ์บุคคลของสไตรเกอร์ (identity theory) ซึ่งให้ความสำคัญต่อการเลือกบทบาท กล่าวคือ ลำดับขั้นทั่วไปของพฤติกรรมทางสังคมถูกกำหนดด้วยการเลือกบทบาท ซึ่งถูกตั้งสมมติฐานว่าเป็นผลลัพธ์ของความผูกพัน (commitment) (Stryker, 1992, 2007) โดยแสดงความสัมพันธ์ดังภาพที่ 2 ดังนี้



ภาพประกอบ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพัน ความเด่นของอัตลักษณ์
ความรู้สึกสำคัญ และการเลือกบทบาท

องค์ประกอบพื้นฐานของทฤษฎีอัตลักษณ์ คือ ความผูกพัน ความเด่นของอัตลักษณ์ ความรู้สึกสำคัญและการเลือกบทบาท (Burke และ Reitzes, 1991; Stryker, 1980, 1992; Stryker และ Burke, 2000; Stryker และ Serpe, 1994; พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิ์พงษ์, ม.ป.ป.) ซึ่งแต่ละองค์ประกอบมีรายละเอียดดังนี้ คือ

1. ความผูกพัน (commitment) หมายถึง ระดับความสัมพันธ์ของบุคคลกับสมาชิกในเครือข่ายทางสังคมนั้นๆ ดังนั้นความผูกพัน จึงขึ้นอยู่กับความสำคัญของการมีความสัมพันธ์กับบุคคลกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง

2. ความเด่นของอัตลักษณ์ (identity salience) หมายถึง การนำอัตลักษณ์ใดอัตลักษณ์หนึ่งมาใช้ในการแสดงออกกับบุคคลอื่นๆ ในสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน ดังนั้นบุคคลจึงสามารถมีอัตลักษณ์ได้แตกต่างกันจำนวนมากตามบทบาทต่างๆ ที่เขาครอบครอง และอัตลักษณ์ทั้งหลายเหล่านั้น จะถูกจัดเรียงลำดับตามความสำคัญ

3. ความรู้สึกสำคัญ (psychological centrality) หมายถึง การตระหนักถึงความสำคัญ หรือการเห็นคุณค่าของการแสดงออกถึงการมีอัตลักษณ์นั้นๆ ของบุคคล ถือเป็นระดับการตระหนักรู้ในตนเอง (self-awareness) ดังนั้นความรู้สึกสำคัญของอัตลักษณ์ จึงเป็นพื้นฐานของการเห็นคุณค่าของการแสดงออกถึงการมีอัตลักษณ์นั้นๆ ของบุคคล

4. การเลือกบทบาท (role choice) หมายถึง การเลือกที่จะปฏิบัติตามความคาดหวังในบทบาทใดบทบาทหนึ่งมากกว่าบทบาทอื่นๆ ดังนั้นการเลือกบทบาท จึงเป็นผลลัพธ์ของความเด่นของอัตลักษณ์และเป็นความสำคัญของอัตลักษณ์นั้น

จากการศึกษาทฤษฎีอัตลักษณ์ของบุคคล ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า อัตลักษณ์ของบุคคลตามแนวคิดของสไตรเกอร์ (Identity Theory) หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้คิดเกี่ยวกับบทบาทเฉพาะตนในการแสดงออก เพื่อติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม ทั้งนี้บุคคลที่อยู่ในบทบาทและตำแหน่งเดียวกันจะมีการแสดงออกที่เหมือนกันและแตกต่างกันไป ดังนั้นอัตลักษณ์จึงเป็นความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองที่รับรู้ว่าเป็นใครและคนอื่นเป็นใคร เป็นการสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของบุคคล โดยเป็นผลมาจากการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ระหว่างบุคคลกับสังคม ซึ่งทำให้เกิดจากการถ่ายทอดความคิด และการได้ทดลองปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาท ซึ่งการประเมินนี้จะสะท้อนกลับให้บุคคลเกิดความภาคภูมิใจในบทบาทของตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกเป็นปมเด่นในบทบาท และความรู้สึกนี้เองจะทำให้อัตลักษณ์ของบุคคลนั้นมีการพัฒนาได้สูงขึ้น

2.2.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริคสัน

ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory) ของอีริคสัน เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงความเกี่ยวข้องของการพัฒนาทางอายุหรือการพัฒนาบุคลิกภาพตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยชรา และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อตัวบุคคล ทฤษฎีของ Erikson ถือเป็นจิตวิทยาสังคมที่ให้ความสำคัญกับปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมตลอดช่วงอายุขัย (Woolfolk, 1993, P. 66; ประสาท อิศรปริดา, 2547, น. 78-79) ซึ่งแต่ละปัจจัยมีรายละเอียดดังนี้ คือ

1. การเปลี่ยนแปลงทางจิตสังคมของมนุษย์เกิดขึ้นตั้งแต่เด็กและเกิดขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งทำให้มนุษย์ทุกคนนั้นมีความคิดพื้นฐานในแบบเดียวกัน
2. การพัฒนาของมนุษย์เป็นการพัฒนาที่เป็นไปตามลำดับ การพัฒนาจะถูกพัฒนาได้มากขึ้นเมื่อผ่านการพัฒนาในขั้นต้นแล้ว
3. การพัฒนาทางจิตใจของมนุษย์แตกต่างกันไปตามในแต่ละขั้นของการพัฒนาตลอดช่วงชีวิตโดยมีเหตุการณ์ต่าง ๆ เข้ามาเกี่ยวข้อง
4. วิกฤตการณ์ในแต่ละขั้นหรือในแต่ละช่วงอายุเป็นสิ่งที่สำคัญ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งในทางบวกหรือทางลบที่ส่งผลต่อความรู้สึกของบุคคลนั้น
5. การพัฒนาทางจิตใจ เกิดขึ้นจากการผ่านพ้นวิกฤตขัดแย้งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และนำไปสู่การพัฒนาที่ดีขึ้นนำมาสู่พฤติกรรมหรือบุคลิกที่ดีตามมา ซึ่งล้วนมาจากการพัฒนาทางจิตใจในทางบวก

โดยตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริคสัน ได้กล่าวถึงบุคคลที่ไม่สามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสมจะนำไปสู่ลักษณะต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำตามความต้องการ ความปรารถนาของผู้อื่น หรือตอบสนองต่อสังคมมากเกินไป ซึ่งเป็นการกระทำเพื่อให้ตนเป็นที่ยอมรับจนขาดความเป็นตัวของตัวเอง เกิดการกระทำที่ไม่เหมาะสมกับศักยภาพที่แท้จริงของตนจนนำไปสู่ความสับสนในความต้องการของตนเอง ไม่เข้าใจตนเอง และขาดความชัดเจนกับตนเองในหลายด้าน ซึ่งอาจจะนำไปสู่การกระทำที่ลอกเลียนแบบพฤติกรรมของผู้อื่นมากเกินไป และในบางรายอาจพบได้ว่าบุคคลเกิดกระทำในสิ่งที่ไม่ดีนำไปสู่ความเสียหาย ขัดต่อหลักศีลธรรม และกฎหมาย หรือแยกตัวออกจากสังคม ไม่สามารถเข้ากับผู้อื่นได้

2.3 การสร้างอัตลักษณ์แห่งตน

การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลเป็นความพยายามในการใช้ศักยภาพของตน เพื่อประเมินผลการกระทำของตนเอง การสร้างความรู้สึกเป็นอัตลักษณ์แห่งตน และผ่านพ้นความรู้สึกสับสนในตนเอง (นวลละออง สุภาผล, 2527, น. 92-95) ซึ่งแต่ละองค์ประกอบมีรายละเอียดดังนี้ คือ

1. การเลือกและการสับสนในบทบาท (role selection and role diffusion) โดยในช่วงวัยรุ่นบุคคลจะเกิดความสงสัยในตนเอง เช่น เกิดการถามตนเองว่า “ฉันเป็นใคร” หรือ “ฉันทำอะไรดี” เนื่องจากวัยรุ่นเป็นระยะที่มีความสับสน ขาดความมั่นใจ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ดังนั้นวัฒนธรรมจึงมีผลต่อการปรับตัวและการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลในช่วงวัยนี้เป็นอย่างมาก

2. การแสวงหาสถานภาพทางสังคม (acquisition of social status) โดยในช่วงวัยรุ่นบุคคลจะมีการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองขึ้นอย่างช้าๆ เพื่อแสวงหาคนตามอุดมคติ (ego-ideal) และค้นหาอัตลักษณ์แห่งตนเพื่อบทบาทใหม่ในสังคม อีริคสัน กล่าวว่า มีเด็กวัยรุ่นอีกจำนวนมากที่ยังไม่เป็นตัวของตัวเอง และยังไม่พบอัตลักษณ์ในตนเอง แต่อย่างไรก็ตามวัยรุ่นแต่ละคนย่อมต้องการเวลาในการปรับตัว เพื่อการเข้าสู่วัยผู้ใหญ่และให้สังคมยอมรับต่อไปในอนาคตข้างหน้า

จากการศึกษาการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น มีการเริ่มสร้างและมีการพัฒนาขึ้นตั้งแต่ช่วงวัยรุ่น คือการเลือกและการสับสนในบทบาท (role selection and role diffusion) ดังนั้นการที่บุคคลมีความสามารถในการเข้าใจในอัตลักษณ์ของตนเองได้ตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นนั้น จะเป็นปัจจัยส่งเสริมที่ช่วยให้บุคคลนั้นเกิดความเข้าใจปัญหาต่าง ๆ และช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคต เช่น การเลือกอาชีพ การเลือกคู่ครอง เป็นต้น และอีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญความสำคัญต่อการสร้างและการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลในวัยนี้ นั่นซึ่งมีรากฐานมาจากการครอบครัวทั้งสิ้น ทั้งจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ ความรู้สึกไว้วางใจ และความมั่นใจในตนเอง เพื่อเตรียมตัวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ต่อไป ซึ่งหากบุคคลนั้นมีการสับสนต่อบทบาทในช่วงวัยรุ่นนั้น อาจส่งผลให้บุคคลเกิดการแสวงหาสถานภาพทางสังคม (acquisition of social status) ในรูปแบบที่แตกต่างออกไป เพื่อพัฒนาเป็นระดับมาตรฐานของตนเอง และแสวงหาคนตามอุดมคติ (ego-ideal) เพื่อค้นหาอัตลักษณ์แห่งตนบทบาทใหม่ในสังคมต่อไป

2.4 อิทธิพลของการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน

อิทธิพลต่อการสร้างเอกลักษณ์แห่งตน สามารถเกิดขึ้นได้จากทั้งภายในและภายนอกของตัวบุคคล ตามแนวคิดของแพรสคอตท์ สามารถจำแนกองค์ประกอบหรือปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้เป็น 6 ด้านดังนี้ (Prescott, 1957; ปรีชา ธรรมมา, 2548)

1. องค์ประกอบและกระบวนการทางกายภาพ คือ การเจริญเติบโตในด้านต่าง ๆ ของร่างกาย อาทิ น้ำหนัก ส่วนสูง หน้าตา ผิวพรรณที่เปลี่ยนแปลง เป็นต้น รวมถึงวุฒิภาวะในด้าน

ต่าง ๆ จากการใช้พลังงานจนเกิดเป็นความเมื่อยล้าและการคลายตัวเองออกจากความเมื่อยล้า สุขภาพ ข้อจำกัดทางร่างกาย ความบกพร่อง ความพิการ การใช้ร่างกาย ทักษะต่าง ๆ การแต่งกาย เป็นต้น

2. องค์ประกอบและกระบวนการทางครอบครัว คือ ความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว พ่อ แม่ พี่น้อง ในที่นี้หมายรวมถึงความสัมพันธ์กับสัตว์เลี้ยง เป็นต้น

3. องค์ประกอบและกระบวนการทางสังคมและวัฒนธรรม คือ วัฒนธรรมของครอบครัวจากสภาพแวดล้อมที่อยู่ว่าจะเป็นพื้นที่ในเมือง ชนบท ชานเมือง หรือชุมชนแออัด นอกจากนี้ยังเป็นวัฒนธรรมจากแหล่งกำเนิด ชนชั้นทางสังคม บทบาทในสถานศึกษา ตลอดจนประสบการณ์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม ความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคม แรงกดดันที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นฐานทางสังคม ครอบครัว หรือความแตกต่างด้านเชื้อชาติ ศาสนา เป็นต้น

4. องค์ประกอบและกระบวนการทางสถานภาพ คือ การทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นการทำกิจกรรมต่าง ๆ บทบาท ความรู้ ทักษะ สถานภาพภายในกลุ่ม ความสำเร็จที่ได้รับ ความล้มเหลว ส่วนหนึ่งของการปฏิบัติตนมาจากองค์ประกอบของกายภาพทั้งในด้านครอบครัว ด้านสังคมและวัฒนธรรม

5. องค์ประกอบและกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน คือ สิ่งที่เกิดจากประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสังคม ความรู้สึกระหว่างตัวบุคคลและสภาพแวดล้อมนอกจากครอบครัวหรือบุคคลอื่น ๆ การทำงานและทัศนคติต่อการเรียนรู้และการทำงาน ซึ่งเป็นโอกาสในการใช้ความสามารถตามศักยภาพที่มี ก่อให้เกิดกระบวนการทางความคิดในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับตนเอง ครอบครัว และสังคม

6. องค์ประกอบและกระบวนการด้านการปรับตัว คือ ความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการร่างกาย ประสิทธิภาพต่าง ๆ ของตน เพื่อรองรับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ หรือการมีขีดจำกัดของร่างกาย อาทิ ความพิการ ข้อบกพร่อง ความรู้สึกเกี่ยวกับครอบครัว หรือบทบาทของตนเองที่มีในสังคม และความรู้สึกเกี่ยวกับความสำคัญของตนกับสังคมที่ตนอยู่ รูปแบบของการปรับตัวในเหตุการณ์ต่าง ๆ ให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้นหรือแย่ลง ปัญหาของการปรับตัวอาจรุนแรงได้ถึงการเข้าพบแพทย์เพื่อบำบัดรักษา

อ้างอิงจากงานวิจัยของ Hargrove, Creagh, และ Burgess (2002, P. 185-201) ศึกษาแบบปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวที่เป็นตัวทำนายอัตลักษณ์ทางอาชีพ และการตัดสินใจในอาชีพการงาน การศึกษานี้สำรวจความสัมพันธ์ของรูปแบบปฏิสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับต้น

กำเนิดที่รับรู้ (เช่น คุณภาพของความสัมพันธ์ในครอบครัว ทิศทางเป้าหมายที่ครอบครัวสนับสนุน และระดับของการควบคุมและการจัดองค์การในครอบครัว) กับอัตลักษณ์ทางอาชีพและการตัดสินใจในอาชีพการงาน ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า รูปแบบปฏิสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับแหล่งกำเนิด อาจมีบทบาทเล็กๆ แต่มีความสำคัญในการกำหนดเป้าหมายอาชีพที่ชัดเจนและความมั่นคง และยังเป็นการส่งเสริมความมั่นใจในตนเองในการทำกิจกรรมการวางแผนอาชีพให้สำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับ Bosma และ Gerrits (1985, P. 69-80) ที่ได้ทำการศึกษานำที่การงานของครอบครัวและอัตลักษณ์แห่งตนในวัยรุ่น ในการศึกษานี้จะมีการตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างแง่มุมต่างๆ ของการทำงานของครอบครัวและความสำเร็จของอัตลักษณ์ในวัยรุ่น ตัวแปรปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว 3 อย่าง ได้แก่ 1) ความเป็นอิสระของวัยรุ่น 2) ทศนคติของผู้ปกครองที่มีต่อการปกครองตนเองของวัยรุ่น และ 3) ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวแต่ละคน ผลการวิจัยระบุว่า อัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นมีความเกี่ยวข้องกับตัวแปรปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว กล่าวคือ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวแต่ละคน ต่างส่งผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่น

จากการศึกษาอิทธิพลต่อการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างเอกลักษณ์แห่งตนนั้น ประกอบไปด้วยหลากหลายองค์ประกอบ และหลากหลายปัจจัยโดยสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งจากองค์ประกอบภายใน และภายนอกของตัวบุคคล ซึ่งแต่ละองค์ประกอบที่กล่าวมาข้างต้นต่างมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน และเป็นปัจจัยสนับสนุนสนับสนุนให้บุคคลเกิดการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนร่วมกันอย่างสมบูรณ์ ซึ่งการศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว นอกจากจะที่ผู้วิจัยจะศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างโดยตรงแล้ว การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างเอกลักษณ์แห่งตน ถือเป็นอีกปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลในทุกช่วงวัย ซึ่งจากการศึกษา ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนตามแนวคิดของแพรสคอตท์ ที่สามารถจำแนกได้เป็น 6 ด้าน (Prescott, 1957) ดังที่กล่าวมาข้างต้นนี้ ซึ่งทุกองค์ประกอบต่างมีองค์ประกอบของครอบครัวร่วมด้วยทั้งสิ้น ตั้งแต่องค์ประกอบและกระบวนการทางกายภาพ ไปจนถึงองค์ประกอบและกระบวนการด้านการปรับตัว ซึ่งครอบครัวถือเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญเป็นอย่างมาก ทั้งต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และการก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ของบุคคล ดังนั้นผู้วิจัยจึงจำเป็นต้องมีการศึกษาปัจจัยของครอบครัวประกอบไปพร้อมกันกับปัจจัยและองค์ประกอบอื่นๆ ร่วมกัน เพราะครอบครัวถือเป็นสถาบันพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาและขับเคลื่อนอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลไปตลอดช่วงวัย ตั้งแต่วัยเด็ก

ไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ ครอบคลุมเปรียบเทียบเสมือนเป็นเป้าหมายทางอัตลักษณ์ที่สำคัญที่สุด ที่ทำให้บุคคลมีพื้นฐานที่ดีหรือไม่ดีต่างกันไป (พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539)

3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับทัศนคติ

ทัศนคติ (attitude) คือ ความคิด ความรู้สึก ท่าที และพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่สะท้อนถึงสภาพจิตใจของคนผู้นั้น นอกจากนี้ Newcomb (1854) ได้ให้คำจำกัดความของทัศนคติว่าเป็น สิ่งที่อยู่ในบุคคลคนซึ่งแสดงออกใน 2 รูปแบบ ดังนี้ คือ 1. ทัศนคติทางบวก (positive attitude) คือ การแสดงออกในลักษณะถึงความพึงพอใจ และเห็นชอบด้วยในการกระทำ และอยากเข้าใกล้กับสิ่งนั้น 2. ทัศนคติทางลบ (negative attitude) ซึ่งเป็นการแสดงออกในลักษณะที่เห็นถึงความไม่พึงพอใจ และไม่เห็นด้วยในการที่จะกระทำ ซึ่งอาจทำให้บุคคลนั้นเกิดความเบื่อหน่าย และต้องการที่จะหนีให้ห่างจากสิ่งนั้นหรือไม่อยากใกล้กับสิ่งนั้น

นักจิตวิทยาแต่ละคน ต่างได้ให้ความหมายและอธิบายถึง ทัศนคติ ไว้แตกต่างกัน โดยมีรายละเอียดดังนี้

เจลิเยว บุริภักดี (2540, น. 8) ได้ให้ความหมายของทัศนคติว่าเป็นความรู้สึกชอบ หรือไม่ชอบที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด หรือบุคคลหนึ่งบุคคลใด ทัศนคติที่เรามีต่อสิ่งต่างๆ เกิดจากประสบการณ์หรือการเรียนรู้ทั้งสิ้น ดังนั้นจึงอาจเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาตามประสบการณ์ที่รับได้เพิ่มขึ้น แต่กระบวนการเปลี่ยนแปลงอาจจะเร็ว หรือช้าแล้วแต่ปัญหาชนิดทัศนคติ และประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับ

วรวัจน์ สุวคนธ์ (2557) ได้ให้ความหมายของทัศนคติว่าเป็นจุดเริ่มต้นของทุกสิ่งทุกอย่าง โดยทัศนคติอาจไม่ใช่เพียงความคิดหรือมุมมองที่เกิดขึ้น จากการสังสมเฉพาะตัวหรือบุคคลตั้งแต่เกิดเท่านั้น แต่รวมถึงเป็นตัวกำหนดการตอบสนองของบุคคลต่อสิ่งต่างๆ ในอนาคตด้วย

Schiffman และ Kanuk (2004, P. 312) ได้ให้ความหมายของทัศนคติว่าเป็น การที่บุคคลมีการเรียนรู้และมีความโน้มเอียง เพื่อให้มีพฤติกรรมที่สอดคล้องกับลักษณะที่พอใจ หรือไม่พอใจที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยทัศนคติของบุคคลจะสะท้อนมุมมองที่มีต่อสภาพแวดล้อม ซึ่งในขณะเดียวกัน ทัศนคติก็น่าจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและการแสดงออกของบุคคล โดยทัศนคติเป็นสิ่งที่ไม่สามารถเห็นได้โดยตรงแต่ต้องพิจารณาจากสิ่งที่แต่ละบุคคลพูด หรือกระทำออกมา

จากการศึกษานิยามเกี่ยวกับทัศนคติ ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ทัศนคติมีความเกี่ยวข้องและเชื่อมโยงกับความรู้สึกภายใน และประสบการณ์ชีวิตของแต่ละบุคคล และเป็นอิทธิพลต่อพฤติกรรม และการแสดงออกของบุคคลในทางด้านใดด้านหนึ่ง ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่คาบเกี่ยวระหว่างความรู้สึก ความเชื่อ การอบรมเลี้ยงดู การรับรู้จากประสบการณ์ต่างๆ รวมไปถึง

ข้อมูลข่าวสารที่บุคคลได้รับ โดยการแสดงออกทางพฤติกรรมนั้น สามารถเป็นไปได้ทั้งในทางบวก และทางลบ ซึ่งทัศนคติจะเปรียบเสมือน เป็นตัวกำหนดทิศทางในการแสดงออกทางพฤติกรรมต่างๆ ของแต่ละบุคคล ที่ทำให้แต่ละบุคคลมีการแสดงออก หรือมีการตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ หรือ เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในได้ชีวิตแตกต่างกัน

3.1 องค์ประกอบของทัศนคติ

ทัศนคติของบุคคลมีผลต่อพฤติกรรมที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีส่วนประกอบมาจาก ความคิด ความรู้ ความเข้าใจ โดยแต่ละคนอาจจะแสดงออกในรูปแบบที่ต่างกันซึ่งเกิดขึ้นได้ทั้ง ทางบวกและทางลบ ซึ่งสามารถจำแนกองค์ประกอบของทัศนคติได้เป็น 3 ประการ ดังนี้ (Zimbardo และ Ebbesen, 1970; พรทิพย์ บุญนิพัทธ์, 2531, น. 49)

1. องค์ประกอบด้านความรู้ (The Cognitive Component) คือ ความเชื่อของ บุคคลในสิ่งต่าง ๆ ซึ่งมีรากฐานมาจากการมีความรู้หรือคิดต่อสิ่งนั้น ๆ ซึ่งหากมีความรู้มาก่อนว่า สิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีก็จะมีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งนั้น และหากรู้ว่าสิ่งนั้นไม่ดีก็จะมีทัศนคติไม่ดีกับสิ่งนั้น

2. องค์ประกอบด้านความรู้สึก (The Affective Component) เป็นอารมณ์ที่มีต่อ สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งส่งผลต่อบุคลิกภาพและค่านิยมของบุคคลนั้นที่แตกต่างกันออกไป

3. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (The Behavioral Component) เป็นการ แสดงออกของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งหรือบุคคลอื่น ๆ ซึ่งเป็นผลมาจากองค์ประกอบด้านความรู้ และ ความรู้สึก

นอกจากนี้การเกิดของทัศนคติของบุคคล เกิดจากที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งได้รับ ประสบการณ์ ทั้งทางตรงที่เกิดจากการพบเห็น การทดลอง และการได้คุ้นเคยกับสิ่งนั้น รวมถึง ประสบการณ์ทางอ้อมที่เกิดจากการได้ยิน การได้รับฟัง หรือการได้อ่านเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ เหล่านั้น รวมถึงการพบเจอ และการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น หรือสิ่งอื่นรอบตัวในชีวิตประจำวัน ตลอดจนการเป็นสมาชิกในกลุ่มสังคมใดสังคมหนึ่ง เช่น ครอบครัว ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน และ ผู้เชี่ยวชาญ เป็นต้น จนทำให้เกิดการเรียนรู้และก่อตัวเกิดเป็นทัศนคติขึ้น ซึ่งทัศนคติสามารถ เปลี่ยนแปลงได้ตามความต้องการที่เปลี่ยนไปตามกาลเวลา และขั้นพัฒนาการของช่วงวัย นอกจากนี้ทัศนคดียังขึ้นอยู่กับแนวความคิดและบุคลิกภาพของบุคคลนั้นด้วยเช่นกัน (ดารา ที่ ปะปาล, 2542, น. 123) ดังนั้น ทัศนคติสามารถเกิดขึ้นได้จากสิ่งต่างๆ ดังนี้

1. เกิดจากการเรียนรู้ ซึ่งสังเกตได้จากเด็กเกิดใหม่จะได้รับอิทธิพลจากการเลี้ยงดู แนวทางการปฏิบัติของผู้ปกครองและได้รับการอบรมสั่งสอนเกี่ยวกับวัฒนธรรมจากบิดามารดาทั้ง ในรูปแบบทางตรง และทางอ้อม ซึ่งเป็นสิ่งที่เด็กเรียนรู้และนำมาปฏิบัติตาม

2. เกิดจากความสามารถในการแยกแยะว่าจะเป็นการแยกแยะในสิ่งที่ดีหรือไม่ดี เช่น คนที่ต่างกันมีการกระทำแตกต่างกัน มีทั้งการทำดีและทำไม่ดีแตกต่างกันไป

3. เกิดจากประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งแตกต่างกันตามประสบการณ์ที่ต่างกัน เช่น บางคนมีทัศนคติไม่ดีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพราะเคยได้รับประสบการณ์ด้านลบมา เป็นต้น

4. เกิดจากการเลียนแบบหรือนำทัศนคติของบุคคลอื่นมาใช้ เช่น เด็กรับทัศนคติของเพื่อนที่ตนสนิทมาเป็นทัศนคติของตนเอง เป็นต้น

3.2 ประเภทของทัศนคติ

ทัศนคติที่บุคคลแสดงออกสามารถจำแนกได้ 3 ประเภท คือ (ชวนะ ภาคานนท์, 2527, น. 24)

1. ทัศนคติเชิงบวก ซึ่งเป็นทัศนคติที่ชักนำให้บุคคลแสดงออกของความรู้สึก หรืออารมณ์จากจิตใจในด้านดีต่อบุคคลอื่น

2. ทัศนคติเชิงลบ ซึ่งเป็นทัศนคติที่สร้างความรู้สึกในทางเสื่อมเสีย หรือเกิดจากการไม่ได้รับความเชื่อถือหรือไว้วางใจจากบุคคลอื่น รวมทั้งความรู้สึกเกลียดชังที่มีต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

3. ทัศนคติที่บุคคลนั้นไม่แสดงความคิดเห็นถึงเรื่องราวหรือปัญหาใดปัญหาหนึ่งหรือต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรืออื่นๆ เช่น การไม่มีความคิดเห็น นิ่งเฉยต่อปัญหาที่เกิดขึ้นโดยไม่สนใจแต่อย่างไร

ซึ่งทัศนคติ ทั้ง 3 ประเภท อาจเกิดขึ้นในบุคคลเพียงประการเดียวหรือหลายประการก็ได้ ขึ้นอยู่กับความมั่นคงทางอารมณ์ ความรู้สึก ความเชื่อ และความนึกคิดของบุคคลนั้น ภูมิพัฒน์ พลราช (2560, น. 7) กล่าวไว้ว่า ทัศนคติเป็นความรู้สึกเอนเอียง ของจิตใจที่มีต่อประสบการณ์ที่มนุษย์เราได้รับอาจมากหรือน้อยก็ได้ และทัศนคตินี้จะแสดงออกได้ทางพฤติกรรมคือ การแสดงออกในลักษณะของความพึงพอใจหรือทัศนคติทางบวก คือแสดงความอยากได้และอยากเข้าใกล้สิ่งนั้น อีกลักษณะการแสดงออกในทำนองไม่พึงพอใจ ไม่ชอบ หรือไม่เห็นด้วยเกิดความเบื่อหน่าย ซึ่งซึ่งอยากหนีอยากอยู่ให้ห่างจากสิ่งนั้นหรือทัศนคติทางลบ และการแสดงออกแบบนิ่งเฉย โดยไม่สนใจถึงปัญหาและผลที่ตามมาแต่อย่างใด คือทัศนคติที่ไม่แสดงความคิดเห็น

3.3 หน้าทีของทัศนคติ

หน้าทีของทัศนคติ ที่สำคัญประกอบด้วย 4 ประการ โดยมีรายละเอียดดังนี้ (Daniel, 1960, P. 163-191)

1. สำหรับการปรับตัว (Adjustment) คือ บุคคลทุกคนย่อมอาศัยทัศนคติเป็นเครื่องยึดถือหลัก ในการปรับพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและเกิดผลเสียน้อยสุด ทัศนคติจึงสะท้อนให้เห็นถึงเป้าหมายที่ต้องการของบุคคลนั้น

2. เพื่อป้องกันตัว (Ego – Defensive) ทัศนคติสะท้อนออกมาเป็นกลไกที่ป้องกันตัว โดยอาจเป็นการแสดงออกเป็นความรู้สึกถูกเหยียดหยาม หรือการยอมรับในทุกสิ่ง เพื่อไม่ให้ตนเองได้รับผลกระทบใด ๆ หรือมีความรู้สึกที่ไม่มีใครสามารถทำอะไรได้ ซึ่งคนทั่วไปนั้นมักมีแนวโน้มไม่ยอมรับความจริงกับสิ่งที่ขัดแย้งกับความคิดของตน จึงมีทัศนคติต่าง ๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง

3. แสดงออกถึงค่านิยม (Value Expressive) ทัศนคติถือเป็นส่วนหนึ่งของค่านิยมต่าง ๆ และใช้สะท้อนให้เห็นถึงค่านิยมในลักษณะจำเพาะเจาะจงมากยิ่งขึ้น ซึ่งสามารถอธิบายและบรรยายความเกี่ยวกับค่านิยมของบุคคลนั้นได้อย่างชัดเจน

4. เพื่อสะท้อนถึงความรู้ (Knowledge) ทัศนคติสามารถใช้ประเมิน และทำความเข้าใจสภาพแวดล้อมที่มีอยู่รอบตัวได้ซึ่งทำให้บุคคลนั้นสามารถรับรู้ เข้าใจได้ถึงระบบ และระเบียบของสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ในรอบตัว

3.4 ทัศนคติทางลบจากครอบครัว

ทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว มีสาเหตุหลักมาจากปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว โดยประเมินจากสภาพปัญหาต่างๆที่สำคัญ (ศรีสว่าง พ่วงศ์แพทย์, 2539) ได้แก่ การไม่ได้เตรียมพร้อมของชายหรือหญิงในการมีครอบครัว การมีทัศนคติและค่านิยมที่ผิดๆ ในการอบรมเลี้ยงดู หรือการให้การศึกษาแก่เด็กโดยไม่ยึดเด็กเป็นศูนย์กลางในการพัฒนาตามศักยภาพของตัวเอง และผลกระทบจากปัจจัยภายนอก หรือกระแสโลกาภิวัตน์ที่มีต่อครอบครัวทำให้ส่งผลกระทบต่อสถาบันครอบครัวและเกิดปัญหาครอบครัวต่างๆตามมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัวส่วนใหญ่ต้องประสบปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งเป็นผลมาจากการขาดสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทำให้ครอบครัวเกิดความไม่เข้าใจกัน ดังนั้นหากสมาชิกในครอบครัวมีความรัก ความอบอุ่น และความเอื้ออาทร ยอมรับพฤติกรรมและปรับตัวเข้าหากัน จะนำไปสู่สัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว ในทางตรงกันข้าม หากสมาชิกในครอบครัวขาดความรัก ความอบอุ่น และความเอื้ออาทรต่อกัน รวมทั้งไม่พยายามปรับตัวเข้าหากัน เมื่อสมาชิกในครอบครัวต้องประสบปัญหา จึงขาดทักษะในการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม และอาจก่อให้เกิดความขัดแย้ง ซึ่งหากสมาชิกในครอบครัวสะสมความขัดแย้งเป็นเวลานาน ความขัดแย้งนั้นอาจเกิดเป็นทัศนคติทางลบและนำมาสู่การใช้ความรุนแรงในครอบครัวในอนาคตได้ในที่สุด

นักจิตวิทยาแต่ละคน ต่างได้ให้ความหมายและอธิบายถึง ทักษะคติทางลบจากครอบครัว ไว้แตกต่างกัน โดยมีรายละเอียดดังนี้

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (2539) กล่าวว่า ทักษะคติหมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งบุคคลสามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีต และนำมาใช้ปรับใช้เป็นตัวเชื่อมระหว่างความคิดและพฤติกรรมที่แสดงออกมาในปัจจุบัน

ฉัตรยาพร เสมอใจ (2550, น. 106) กล่าวว่า ความรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึก และพฤติกรรม ล้วนเป็นองค์ประกอบหลักของทักษะคติที่ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ เพราะบุคคลต่างมีความรู้ ความเข้าใจจากการที่ได้รับจากสิ่งต่างๆผ่านประสบการณ์ ซึ่งความเข้าใจจะส่งผลต่อความรู้สึกของแต่ละบุคคล ซึ่งแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมที่แสดงออกมา เช่น ความกลัว ความโกรธ ความชอบ ความเกลียด และอื่นๆ อันสะท้อนถึงความรู้สึกในใจ

วรวิจน์ สุวคนธ์ (2557) กล่าวว่า ทักษะคติคือ จุดเริ่มต้นของทุกสิ่งทุกอย่าง และทักษะคติไม่ใช่เป็นแค่ความคิดหรือมุมมองที่เกิดจากการสั่งสมเฉพาะตัวหรือเป็นสิ่งที่ติดตัวบุคคลตั้งแต่เกิดเท่านั้น แต่ยังเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมและการตอบสนองของบุคคลต่อสิ่งต่างๆ ในอนาคตด้วย

จากการศึกษาทักษะคติทางลบจากครอบครัว ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ทักษะคติทางลบจากครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลมีประสบการณ์ในการรับรู้ และเข้าใจต่อสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัวอย่างไม่เหมาะสม เช่น การที่บุคคลเกิดความความรู้สึกที่ไม่ดีไม่เห็นด้วย และไม่พึงพอใจกับสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัว และเป็นผลทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกที่ไม่ดี กับสิ่งเร้าและเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกันตามไปด้วย ซึ่งการมีทักษะคติเชิงลบ จะเป็นสิ่งที่บ่มเพาะและส่งผลทำให้บุคคลเกิดการกระทำเชิงลบต่อเหตุการณ์ และสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งจะเป็นผลเสียทั้งต่อตัวเอง และต่อผู้อื่นตามมา ซึ่งทักษะคติกับพฤติกรรมต่างมีความสัมพันธ์และเชื่อมโยงกับการมีประสบการณ์ที่แตกต่างกันของบุคคล การเปลี่ยนแปลงทักษะคตินั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลทั้งสิ้น

4. แนวคิดเกี่ยวกับสถาบันครอบครัว

ครอบครัว ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2525 (พจนานุกรม, 2539, น. 167) หมายถึง ผู้ร่วมครอบครัว คือ สามี ภรรยาและบุตร เป็นต้น ซึ่งเป็นกลุ่มคนที่เกี่ยวพันกันทางสายโลหิต และในแง่ของทางด้านกฎหมายชายและหญิงที่จดทะเบียนสมรสกัน มีบุตร คนเหล่านี้เป็นครอบครัวเดียวกัน ในแง่ทางด้านสังคมครอบครัว หมายถึง กลุ่มที่รวมอยู่ในบ้านเดียวกัน ซึ่งอาจจะเกี่ยวหรือไม่เกี่ยวพันทางสายโลหิตหรือทางกฎหมายก็ได้ แต่เป็น

กลุ่มคนที่มีความปรารถนาดีต่อกันและกัน ภาวินี เฟ็งศาสตร์ (2531) ให้ความหมายของครอบครัวว่าเป็นสถาบัน องค์กรหรือหน่วยงานทางสังคมขนาดเล็กที่เพศชายและหญิงมีความสัมพันธ์กันและให้กำเนิดบุตรและสามารถเลี้ยงดูบุตรนั้นให้อยู่ในสังคมนั้น ๆ ได้ เช่นเดียวกับ (Burgess และ Locke, 1960; อ้างถึงใน ภาวินี เฟ็งศาสตร์, 2531) ที่ให้คำจำกัดความของครอบครัวว่า คือกลุ่มบุคคลที่มารวมกันโดยการสมรส และทางสายโลหิตหรือการรับการเลี้ยงดูที่เป็นในรูปแบบของคือเป็นบุตรบุญธรรม ที่มีการก่อตั้งขึ้นเป็นครอบครัว ที่ได้มีความสัมพันธ์ในฐานะสามีภรรยา พ่อและแม่ ลูกชายลูกสาว หรือเป็นพี่เป็นน้องกัน ซึ่งอาจจะมีทั้งวัฒนธรรมเดิมของครอบครัวและเกิดการสร้างวัฒนธรรมใหม่ได้

จากการศึกษาความหมายของครอบครัว ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ครอบครัวคือ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่มีจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป หรือหน่วยของสังคมที่เกิดจากชายหญิงมาอยู่ร่วมกัน โดยมีความสัมพันธ์ทางสายโลหิต การสมรส หรือความผูกพันกันทางด้านจิตใจ สมาชิกแต่ละคนในครัวรั้วมีบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบที่แตกต่างกัน ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นสถาบันทางสังคมสถาบันแรกที่มีความเกี่ยวข้องกับบุคคลและเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการพัฒนาอัตลักษณ์ของบุคคลตลอดช่วงวัย

4.1 ความสำคัญของครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานแรกที่สุดของมนุษย์ เป็นสถาบันที่ทำหน้าที่ในการหล่อหลอมความเป็นมนุษย์ให้แก่สมาชิกที่เกิดใหม่ในครอบครัวคือ ทารกและเด็ก โดยการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวถือว่ามีผลอย่างมากต่อการพฤติกรรม ทักษะคิด บุคลิกภาพ และมุมมองให้แก่เด็กซึ่งจะมีผลไปสู่วัยผู้ใหญ่ใน กล่าวคือ ครอบครัวถือเป็นผู้สร้างบุคลิกภาพของคนในการเจริญเติบโตในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นพัฒนาการทางด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา ด้านอารมณ์หรือสังคม ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นสถาบันสังคมพื้นฐานที่มีผลต่อคุณภาพของสังคม นอกจากนี้สิ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับครอบครัวอีกอย่างคือ ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งที่มีผลกระทบต่อกันและกัน ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงบุคคลคนหนึ่ง กล่าวคือมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลนั้น ซึ่งจะพบได้ว่า ปัญหาสังคมหลายประการสามารถป้องกันได้จากการสร้างสถาบันครอบครัวเป็นหลัก ทุกครอบครัวมีหน้าที่รับผิดชอบต่อสภาพของสังคมในอนาคตด้วยการผลิตบุคคลที่มีพื้นฐานจิตใจที่ดีออกสู่สังคมด้วยการให้การศึกษา การอบรมเลี้ยงดู การปลูกฝังจริยธรรม คุณธรรมค่านิยม ความเอาใจใส่ให้แก่เด็กที่จะเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

4.2 อิทธิพลของครอบครัวต่ออัตลักษณ์แห่งตน

จากศึกษาการอบรมเลี้ยงดู ทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่าง ความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นตอนปลาย (เกื้อพิศุทธิ์ ประพรม และ ทิพย์วัลย์ สุรินยา, 2019)

โดยผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู ที่ทัศนคติต่อการใช้เวลา รุนแรง ความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นตอนปลาย พฤติกรรมก้าวร้าวของ วัยรุ่นตอนปลาย และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู ที่ทัศนคติต่อการใช้เวลา รุนแรง ความฉลาดทางอารมณ์ กับพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 173 คน ด้วย วิธีการเก็บแบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ความเชื่อหรือค่านิยมที่แตกต่างกันส่งผลต่อ พฤติกรรมที่แตกต่างกัน และในส่วนของ การอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อ พฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นตอนปลาย โดยการอบรมนั้นเป็นกระบวนการเลี้ยงดูของครอบครัวที่ ถูกถ่ายทอดทั้งทางตรงและทางอ้อมซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมรุนแรงของเด็ก นอกจากนี้ทัศนคติต่อ การใช้เวลา รุนแรงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมก้าวร้าวเช่นกัน และทัศนคติเป็นผลที่เกิด จากการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้เวลา รุนแรง ซึ่งเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคลนั้น

การศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยกของ พิมพชนก กลิ่นสุโท (2554) กล่าวว่า มีวัตถุประสงค์เพื่อหาแนวทางในการให้ความช่วยเหลือ ทำการศึกษาอายุการณิ ตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นที่มีครอบครัวแตกแยกจำนวน 5 คน ผ่านการสังเกต สัมภาษณ์ ทำแบบทดสอบ อัตชีวประวัติ บันทึกประจำวัน ศึกษาสภาพสังคมด้วยการขอเข้าเยี่ยมบ้าน รวมถึงทำการ สัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ศูนย์ค้นหาสรณะการคิด สำนักงานอาสาชชาติ สภาการชชาติไทย เพื่อนำ ข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์สังเคราะห์ และนำผลที่ได้มาทำการสรุปอัตลักษณ์แห่งตนจำแนก ตามกรอบทฤษฎีแบ่งเป็น 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความเป็นตัวของตัวเอง 2) ด้านการรู้จักตนเอง 3) ด้านวุฒิทางอารมณ์ 4) ด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิต และ 5) ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ผล การศึกษาในแต่ละด้านพบว่า ศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยกในด้านความ เป็นตัวของตัวเองนั้นกลุ่มตัวอย่างยังขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งส่งผลต่อการไม่กล้าคิดและรู้สึก ลังเลในเมื่อต้องตัดสินใจ ซึ่งรวมถึงพฤติกรรมที่ส่วนใหญ่จากการศึกษานั้นไม่มีความรับผิดชอบต่อ ตนเองและสังคม ในด้านการรู้จักตนเอง นั้นก็ยังเป็นบุคคลที่ขาดความมั่นใจขาดความเข้าใจ ตนเองทำให้เกิดความรู้สึกสับสนซึ่งส่งผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตหรือกระทำในสิ่งที่ตนถนัด ใน ส่วนของด้านวุฒิทางอารมณ์ พบว่า เมื่อมีอารมณ์โกรธจะแสดงออกด้วยคำพูดและท่าทางที่ไม่ เหมาะสม ในส่วนของด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิตสิ่งที่ได้รับผลกระทบจากครอบครัวที่แตกแยกคือ ขาดที่ปรึกษาหรือผู้ให้คำแนะนำทั้งในเรื่องการวางแผนชีวิตหรือเรื่องการศึกษาต่อในอนาคต ส่งผล ให้การตั้งเป้าหมายในชีวิตขาดความชัดเจน และด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล พบว่า ยังเป็น กลุ่มคนที่ไม่ค่อยยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รวมถึงขาดปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวตนเอง และเมื่อเผชิญปัญหาจะมีความรู้สึกไม่กล้าปรึกษาคนในครอบครัวของตน

จากการศึกษางานวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า อิทธิพลของครอบครัวนั้นที่มีต่ออัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง รวมไปถึงรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวต่างก็มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลเช่นกัน โดยรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่จะทำให้บุคคลนั้น มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ สามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี และนำไปสู่การพร้อมเผชิญปัญหาเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต นอกจากนี้บุคคลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนและการใช้เหตุผลจำซึมซับแบบอย่างที่ดีจากบิดามารดาหรือผู้เลี้ยงดู อาจทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมที่ดีในอนาคต และมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับภาวะซึมเศร้าในอนาคต ทั้งนี้หากครอบครัวใดที่มีการใช้ความรุนแรงในครอบครัวหรือกับคู่ครอง เช่น การใช้ความรุนแรงต่อบุตร ต่อคู่ครอง ต่อผู้สูงอายุ เป็นต้น อาจเป็นเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาทางพฤติกรรมของบุคคลนั้นทั้งในขั้นพัฒนาการปัจจุบันและอนาคต รวมถึงอาจเกิดเป็นทัศนคติในแง่ลบกับครอบครัว และกับบุคคลในครอบครัวตามมา อาจเกิดการซึมซับ หรืออาจเกิดพฤติกรรมลอกเลียนแบบเพราะเห็นเป็นเรื่องปกติ ซึ่งอาจนำไปสู่ความคิดที่เป็นค่านิยมแบบผิดๆ และการแสดงออกทางอัตลักษณ์ที่ไม่มั่นคงและเป็นพฤติกรรมที่มีปัญหาตามมา

ทั้งนี้ความรุนแรงในความครอบครัว จากแนวคิดเชิงจิตวิทยาได้อธิบายความรุนแรงในความครอบครัวอันเกิดจากคู่สมรสเกิดจากความผิดปกติทางจิตของบุคคล ที่แสดงออกมาด้วยพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง และผู้ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงไม่จำเป็นจะต้องเป็นเพศหญิงเสมอไป ซึ่งเป็นได้ทั้งเพศหญิงและชาย โดยพบว่า สถาบันทางสังคม วัฒนธรรม ค่านิยม และบรรทัดฐานของสังคม นั้นต่างเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดความรุนแรงในครอบครัว ซึ่งอาจนำไปสู่พฤติกรรมในทางลบหรือส่งผลต่อทัศนคติของลูกในอนาคต ไม่ว่าจะเป็น ปัญหาครอบครัวอันเกิดจาก สามีคบหาสนิทสนมกับผู้หญิงอื่นและมีพฤติกรรมนอกใจภรรยา พฤติกรรมที่ขาดสติเนื่องมาจากเมาสุราของสมาชิกในครอบครัว ปัญหาที่เกิดจากการรับค่านิยมใหม่มาที่อาจสร้างปัญหาครอบครัว เป็นต้น ซึ่งทำให้สมาชิกในครอบครัวขาดความอบอุ่น ขาดความเชื่อมั่นซึ่งกันและกัน รวมทั้งขาดความสุขที่ต้องอยู่รวมกันไปด้วย (Lingfen Mo, 2017)

5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพ (Personality) มาจากรากศัพท์ภาษาละตินว่า Persana ซึ่งแปลว่า หน้ากาก ที่ตัวละครกรีกและโรมันในสมัยก่อนสวมใส่ เพื่อแสดงบุคลิกลักษณะที่แตกต่างกันให้ผู้ชมสามารถเห็นได้แม้ในระยะไกล (นิภา นิธยาน, 2530, น. 23) คือ เป็นสิ่งแสดงถึงความเป็นตัวตนหรือเป็นลักษณะประจำตัวของคนคนนั้น ตลอดจนเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลที่บ่งบอกความแตกต่าง

ระหว่างบุคคล โดยเป็นผลมาจากการประสานการทำงานของสมองที่ขึ้นอยู่กับพันธุกรรม และประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้รับจากสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม

นักจิตวิทยาแต่ละคน ต่างได้ให้ความหมายและอธิบายถึง บุคลิกภาพ ไว้แตกต่างกัน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

สุชา จันทร์โอม (2533, น. 85) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง หมวดหมู่ของลักษณะต่างๆ ที่รวมกัน และแสดงลักษณะที่เป็นเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล

ฉันทนิช อัครนนท์ (2538, น. 2) กล่าวว่า บุคลิกภาพ หมายถึง หน้ากากที่ตัวละครใช้สวมเวลาออกแสดง เพื่อแสดงบทบาทตามที่ถูกกำหนด ตามโครงสร้างของบุคลิกภาพนั้น (Personality Structure) ซึ่งเป็นผลมาจากพันธุกรรม (Heredity) อย่างหนึ่ง และสิ่งแวดล้อม (Environment) อันเป็นประสบการณ์อีกอย่างหนึ่ง

Bernard (1970, P. 110) กล่าวว่า บุคลิกภาพเป็นผลรวมทั้งหมดของท่าทาง รูปร่าง ลักษณะทางกาย พฤติกรรมที่แสดงออก แนวโน้มการกระทำ ขอบเขตของความสามารถ ทั้งที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในและที่แสดงออกมาให้เห็น

จากการศึกษาความหมายของบุคลิกภาพข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า บุคลิกภาพ คือ คุณลักษณะที่เป็นอัตลักษณ์ของแต่ละบุคคล หรือภาพรวมในจิตใจที่แสดงออกผ่านพฤติกรรมต่างๆ ที่สามารถมองเห็นได้ทั้งภายในและภายนอก เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงคุณลักษณะนิสัยเฉพาะตัวของบุคคลนั้น ซึ่งแต่ละบุคคลต่างมีการแสดงออกและมีบุคลิกภาพที่แตกต่างออกไปขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมที่ได้อยู่อาศัย การอบรมเลี้ยงดู และปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลนั้น ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการกำหนดและเป็นตัวบ่งชี้ให้เห็นถึงบุคลิกภาพ และคุณลักษณะประจำตัวของคนผู้นั้นได้เป็นอย่างดี

5.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

ทฤษฎีบุคลิกภาพ หมายถึงแนวทางที่นักจิตวิทยาใช้ในการอธิบายธรรมชาติของบุคลิกภาพ ที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้าง (structure) กระบวนการ (process) และสาระสำคัญ (content) เพื่อให้เข้าใจถึงความแตกต่างของบุคลิกภาพที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคล โดยธรรมชาติ การปรับตัวของมนุษย์นั้น จำเป็นต้องอาศัยแนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพ และการทำงานของจิต เพื่อให้เข้าใจถึงความแตกต่างในการปรับตัวของแต่ละบุคคล รวมถึงการประคับประคองตนให้อยู่รอด ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจสำคัญของการศึกษาและพัฒนาไปสู่ทฤษฎีบุคลิกภาพ ทฤษฎีบุคลิกภาพนั้น มีนักจิตวิทยาหลายคนได้ให้ความหมาย และได้ทำการศึกษาไว้ตามแนวคิดของกลุ่มของตนเอง โดยการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการนำแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพ

ทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง (Jung's theory of personality) และทฤษฎีบุคลิกภาพของคาร์ล โรเจอร์ (Self theory) มาใช้ในการศึกษาและอธิบายถึงความสอดคล้องและสัมพันธ์กับการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคล โดยมีรายละเอียด ดังนี้

5.1.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง (Jung's theory of personality)

จุงมีความเชื่อว่าบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล เป็นผลของการกระทำของแรงภายใน (Inner forces) ที่กระทำต่อแรงภายนอก (Outer forces) โดยทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง (Jung's theory of personality) อธิบายว่า พฤติกรรมของบุคคลเป็นผลมาจากแรงกระตุ้นทางเพศ แต่จุงเชื่อว่าบุคคลจะเป็นคนเช่นใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับกรอบเลี้ยงดูตั้งแต่วัยเด็กด้วยเช่นกัน ด้วยองค์ประกอบของจิต (Structural components of psyche) เป็นผลรวมทั้งหมดของบุคลิกภาพที่ประกอบด้วยระบบต่าง ๆ ซึ่งทำงานร่วมกัน

โครงสร้างของบุคลิกภาพของจุง

จุงเรียกโครงสร้างบุคลิกภาพว่า “ไซคี (Psyche)” ประกอบด้วยระบบต่าง ๆ ซึ่งทำงานร่วมกัน ได้แก่ (กันยา สุวรรณแสง, 2550, น. 82-83)

1. อีโก้ (Ego) เป็นส่วนที่รับรู้ข้อมูลและเป็นส่วนที่มีสติสัมปชัญญะ เป็นส่วนของความเข้าใจ ความจำ และระลึกถึงการแสดงพฤติกรรม ตลอดจนความรู้สึกที่เป็นอัตลักษณ์

2. จิตใต้สำนึก (Unconscious) ประกอบด้วยประสบการณ์ทั้งหมดของบุคคล ทั้งประสบการณ์ที่ถูกเก็บกด ถูกลืม และเป็นอัตลักษณ์ของแต่ละบุคคล การจินตนาการ และ (Collective unconscious) คือ กระบวนการทางจิตใต้สำนึกที่ส่งสมลักษณะบุคลิกภาพของมนุษย์หลายช่วงอายุคน

3. ปม (Complex) คืออารมณ์ ความรู้สึก ความทรงจำ และความปรารถนาในเวลาทีบุคคลต่างๆ อยู่ในภาวะจิตใต้สำนึกที่ไม่รู้สึกตน

จากการศึกษาทฤษฎีบุคลิกภาพของจุง ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า “ตัวตน” (self) ตามแนวคิดของจุงนั้น เกิดจากการผสมผสานกันระหว่างบุคลิกภาพด้านต่างๆ ประกอบด้วยโลกภายใน และโลกภายนอกโลก โลกภายในประกอบด้วยสิ่งที่สะสมอยู่ในจิตใต้สำนึก ได้แก่ ประสบการณ์ต่างๆในชีวิต ส่วนโลกภายนอก ได้แก่ การกระทำหรือการแสดงออก อันเนื่องมาจาก การรับรู้ การคิด การจำ และความรู้สึกต่างๆ รวมทั้งการแสดงบทบาทตามที่สังคมคาดหวัง โดยจุงเชื่อว่า มนุษย์ไม่ได้มีความพยายามที่จะมีตัวตนที่สมบูรณ์ทั้งหมด แต่มนุษย์ต้องการพัฒนาตัวตนทั้งหมดให้เข้ากับความแตกต่าง เพื่อไม่ให้เกิดความแตกแยกทั้งต่อตนเองและสังคมส่วนรวม บุคคลจะสพัฒนาและเติบโตขึ้น เมื่อหลอมรวมทุกอย่างไว้ด้วยกัน และสามารถ

รักษาจุดสมดุลในชีวิตได้ ซึ่งนำไปสู่การยกระดับจิตใจสู่ความสมบูรณ์แบบ และความปรารถนาที่จะรู้จักตนเองของบุคคลนั้น เปรียบเสมือนกุญแจที่ไขประตูสู่การค้นหาตัวตน เพื่อสำรวจว่ามีอะไรที่เราปกปิด ซ่อนอำพรางไว้ และต้องเปิดเผยมันออกมา จึงต้องมีแผนที่แห่งจิตวิญญาณ (Map of the Soul) เพื่อนำทางเราไปไม่ให้เราหลงทาง จนกว่าจะค้นหาตัวตนเจอด้วยตัวของเราเอง

5.1.2 ทฤษฎีบุคลิกภาพของคาร์ล โรเจอร์ส (Self theory)

ทฤษฎีบุคลิกภาพของโรเจอร์ส หรือทฤษฎีตัวตน (Self theory) ตามแนวความคิดของโรเจอร์สนั้น เกิดจากปฏิสัมพันธ์ของการรับรู้ตนเอง (Self) หรืออัตตา หรือฉัน (I) หรือฉัน (Me) ว่าฉันเป็นใคร เป็นคนอย่างไร มีคุณค่าแค่ไหน เก่งเพียงใด และมีความสามารถระดับใด โรเจอร์สเชื่อมั่นในตัวมนุษย์อย่างมาก ว่ามนุษย์ทุกคนเกิดมาพร้อมกับการมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีเหตุผลเป็นของตัวเอง และสามารถตัดสินใจในสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง

โรเจอร์สเรียกทฤษฎีของเขาว่าทฤษฎีตัวตน (Self theory) โดยจำแนกตัวตนออกเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา, 2544, น. 82)

1. ตนที่ตนรับรู้ (Perceived self) หมายถึง ตัวตนที่เราคิดว่าตัวเราเป็นอยู่ เช่น คิดว่าเป็นคนดีเป็นคนเก่ง เป็นคนหล่อ เป็นคนสวย เป็นต้น
2. ตนตามความเป็นจริง (Real self) หมายถึง ตัวตนที่แท้จริง ซึ่งบางคนอาจจะมองไม่เห็นตัวตนที่แท้จริงของตนเองก็ได้ ในบางครั้งบุคคลจึงอาจจะรับรู้ตัวตนตามความเป็นจริงนี้ได้จากคนใกล้ชิดรอบข้าง
3. ตนตามอุดมคติ (Ideal self) หมายถึง ตัวตนที่ตนอยากจะเป็น อยากจะทำ หรือตั้งความหวังไว้ โรเจอร์ส กล่าวว่า บุคคลใดก็ตามที่สามารถทำให้ตนที่ตนรับรู้ กับตนตามความเป็นจริง และตนตามอุดมคติสอดคล้องสัมพันธ์กันได้อย่างเหมาะสมได้ บุคคลนั้นจะสามารถพัฒนาบุคลิกภาพได้อย่างสมบูรณ์

จากการศึกษาทฤษฎีบุคลิกภาพของโรเจอร์ส ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า “ตนเอง” (Self) ตามแนวคิดของโรเจอร์สนั้น เกิดจากการรวมกันของรูปแบบค่านิยม เจตคติการรับรู้และความรู้สึก ซึ่งแต่ละบุคคลมีอยู่ และเชื่อว่าเป็นลักษณะเฉพาะของเขาเอง เป็นศูนย์กลางที่รวมประสบการณ์ทั้งหมดของแต่ละบุคคล ตัวตนนี้เกิดจากการที่แต่ละบุคคลมีการเรียนรู้ตั้งแต่วัยเริ่มแรกชีวิต สำหรับบุคคลที่มีการปรับตัวดีก็จะมีการเปลี่ยนแปลงตัวตนอย่างคงที่ และมีการปรับตัวตามประสบการณ์ที่แต่ละคนมีอยู่ โรเจอร์สเชื่อว่ามนุษย์มีธรรมชาติที่ดี มีแรงจูงใจในด้านบวก เป็นผู้มีเหตุผล (Rational) และเป็นผู้ที่สามารถได้รับการขัดเกลา (Socialized) สามารถตัดสินใจเลือกวิถีชีวิตของตนเองได้ ถ้ามีอิสระเพียงพอ และมีบรรยากาศที่เอื้ออำนวย ซึ่งจะนำไปสู่

การพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ (Full Potential) และพัฒนาไปสู่ทิศทางที่เหมาะสมกับความสามารถของแต่ละบุคคล อันจะนำไปสู่การตระหนักรู้ในตนเองอย่างแท้จริง (Self-Actualization)

โครงสร้างบุคลิกภาพของโรเจอร์ส

ประสบการณ์ทั้งหมดของบุคคล (Phenomenology Field)
อินทรีย์ (The organism)
ตัวตน (The Self)
ตัวตนตามที่เป็นจริง (Real Self)
ตัวตนตามอุดมคติ (Ideal Self)
สรีระทั้งหมดของบุคคล
ความต้องการทั้งหมดของบุคคล
การรู้จักตนเองอย่างแท้จริง (Self-Actualization)
โครงสร้างทั้งสามส่วนทำงาน สอดคล้องกัน (Normal Development)

ภาพประกอบ 3 แสดงโครงสร้างบุคลิกภาพของโรเจอร์ส

ที่มา (Carl R. Rogers, 1902 – 1987)

จากการศึกษาทฤษฎีบุคคลิกภาพของ ของจุง และ โรเจอร์ส นั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนนั้น ประกอบไปด้วยหลากหลายองค์ประกอบ และหลากหลายปัจจัย สามารถเกิดขึ้นได้ทั้งจากองค์ประกอบภายใน และภายนอกของตัวบุคคล ซึ่งแต่ละองค์ประกอบที่กล่าวมาข้างต้นต่างมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน และเป็นปัจจัยสนับสนุนให้บุคคลเกิดการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนร่วมกันอย่างสมบูรณ์ ซึ่งการศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์ การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว นอกจากจะที่ผู้วิจัยจะศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างโดยตรงแล้ว การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการสร้างอัตลักษณ์แห่งตน ถือเป็นอีกปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลในทุกช่วงวัย ตั้งแต่องค์ประกอบ และกระบวนการทางกายภาพ ไปจนถึงองค์ประกอบและกระบวนการด้านการปรับตนภายในตัวบุคคล โดยอัตลักษณ์แห่งตนนี้ เกิดจากการที่แต่ละบุคคลมีการเรียนรู้ ตั้งแต่วัยเริ่มแรกชีวิต และมีการปรับตัวตามประสบการณ์ที่แต่ละคนมีอยู่ ซึ่งถ้าบุคคลที่มีการปรับตัวได้ดีจะสามารถมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาอัตลักษณ์ได้อย่างเหมาะสมและมั่นคง เพราะมนุษย์ไม่ได้มีความพยายามที่จะมีตัวตนที่สมบูรณ์ทั้งหมด แต่มนุษย์ต้องการพัฒนาตัวตนทั้งหมดให้เข้ากับความแตกต่างเพื่อไม่ให้เกิดความแตกแยก คนเราจะพัฒนาและเติบโตขึ้น เมื่อหลอมรวมทุกอย่างไว้ด้วยกัน และรักษาจุดสมดุลในชีวิตได้

6. ความหมายและแนวคิดความเข้มแข็งทางใจ (Resilience)

ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) ในทางจิตวิทยาหมายถึงกระบวนการ หรือความสามารถของบุคคลในการจัดการกับภาวะเครียด หรือความล้มเหลวของชีวิต ที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเข้มแข็ง อดทน และสามารถเผชิญต่อเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดในชีวิตได้ นอกจากนี้ความเข้มแข็งทางใจยังหมายถึง พฤติกรรมทางบวกที่บุคคลใช้ในการเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคโดยเกิดผลลัพธ์ที่ดี (Positive Outcome) (Luthar, Cicchetti, และ Becker, 2000) เป็นการปรับตัวเมื่อบุคคลเผชิญกับความรู้สึกเจ็บปวดในชีวิต ทั้งทางร่างกาย และทางจิตใจ หรืออาจกล่าวได้ว่าเป็นการแสดงความอดทนอย่างต่อเนื่องของบุคคล แม้อยู่ใต้ภาวะกดดัน และมีความสามารถในการฟื้นฟูตัวเองได้อย่างรวดเร็ว รวมทั้งการที่บุคคลสามารถมีชีวิต และเจริญเติบโตมาได้อย่างดี แม้ว่าจะต้องประสบกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตนับประการ ซึ่งปัญหาต่างๆ ที่ถือว่าเป็นปัจจัยเสี่ยง อาจได้แก่ ความยากจน ความพิการ การมีครอบครัวแตกแยก การมีบิดา มารดา หรือผู้ที่เกี่ยวข้องมีปัญหาทางจิต หรือการประสบภัยพิบัติทางธรรมชาติ เป็นต้น (Luthar และ Cicchetti, 2000)

นักจิตวิทยาแต่ละคนต่างได้ให้ความหมายและอธิบายถึง Resilience ไว้แตกต่างกัน โดยมีรายละเอียดดังนี้

ประเวศ ตันติพิวัฒน์สกุล (2550) กล่าวว่า ความเข้มแข็งทางใจ เป็นความสามารถของบุคคล ในการจัดการกับปัญหา และวิกฤตในชีวิตให้สามารถฟื้นตัวกลับสู่สภาพปกติในเวลาอันรวดเร็ว อีกทั้ง เกิดการเรียนรู้และสามารถเผชิญกับปัญหาในวิกฤตนั้นๆ ได้เป็นอย่างดี

สุภาวดี ดิสโร (2551) กล่าวว่า ความเข้มแข็งทางใจ เป็นความสามารถของบุคคลในการปรับตัวสู่สภาพเดิม ภายหลังจากประสบกับความทุกข์ยาก หรือการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชีวิต และความสามารถดังกล่าว ยังเป็นการตอบสนองอย่างกระตือรือร้น และตอบสนองในวิธีการทางบวกต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต จนบุคคลสามารถเอาชนะอุปสรรคและหลีกเลี่ยงการเกิดผลลัพธ์ในทางลบ

Rutter (1987) ได้นิยามกระบวนการยืดหยุ่นทางจิตใจว่า หมายถึง ความสามารถจัดการกับความเครียด อย่างเหมาะสม ซึ่งความสำเร็จในการจัดการนี้ส่งผลให้บุคคลนั้น ๆ มีความเชื่อมั่น และมีความสามารถทางสังคมเพิ่มขึ้น และความเข้มแข็งทางด้านจิตใจนี้เป็นเสมือนปัจจัยที่ปกป้องบุคคลไม่ให้มีความเจ็บป่วยทางจิต

Grotberg (1995) ให้ความหมายไว้ว่าความเข้มแข็งทางใจหรืออาจเรียกเป็นความยืดหยุ่นทางอารมณ์นั้น เป็นศักยภาพของบุคคลกลุ่ม หรือชุมชนที่มีความสามารถในการฟื้นตัว เป็นการป้องกันความสูญเสียการลดความรุนแรงและการผ่านพ้นจากการได้รับผลกระทบที่เกิดจากภาวะบีบคั้นต่างๆ ที่ต้องเผชิญและสามารถผ่านไปได้อย่างดี

จากการศึกษาความหมายของความเข้มแข็งทางใจ ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการจัดการกับภาวะเครียด หรือความล้มเหลวของชีวิต ผ่านพฤติกรรมทางบวกที่บุคคลใช้ในการเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคโดยเกิดผลลัพธ์ที่ดี (Positive Outcome) ตามมาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จนบุคคลสามารถเกิดสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสม และมีความมั่นคงในอัตลักษณ์ สามารถสามารถชื่นชม และยอมรับกับสิ่งเกิดขึ้น และพร้อมรับกับภารกิจต่างๆ ในชีวิตต่อไป

6.1 องค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ

องค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจตามแนวคิดของกรอทเบิร์ก Grotberg (1995) กล่าวถึงคุณลักษณะภายในตัว บุคคลเป็นบุคลิกภาพที่เข้มแข็งในการเอาชนะปัญหาและ อุปสรรค ซึ่งเป็นความรู้สึกทัศนคติและความเชื่อเกี่ยวกับตนเอง โดยแบ่งเป็น 3 องค์ประกอบคือ

1. I HAVE (ฉันมี) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวกับสังคม และการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้าง (Social and Interpersonal support)

2. I AM (ฉันเป็น) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับแรงใจ (Inner strength) ที่มีในตัวบุคคล

3. I CAN (ฉันสามารถ) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับบุคคล รอบข้างและการมีทักษะในการจัดการปัญหา (Interpersonal and problem-solving skills)

จากการศึกษาองค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า แนวคิดและองค์ประกอบของความเข้มแข็งทางจิตใจซึ่งประกอบไปด้วยองค์ประกอบที่หลากหลาย ทั้งจากปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกบุคคล (Internal and External Factors) โดยองค์ประกอบและปัจจัยทั้งส่วนที่เป็นภายในและปัจจัยภายนอก ถือเป็นส่วนสำคัญในการเสริมสร้างประสบการณ์ และเป็นต้นทุนชีวิตที่สำคัญที่เมื่อบุคคลเติบโตขึ้น จะช่วยให้บุคคลเกิดเป็นความรู้สึกดีต่อตัวเอง (Self-esteem) และบุคคลจะสามารถค้นพบตนเอง ทั้งในเรื่องความสามารถ ความถนัด จนสามารถพัฒนาตนเองสู่ความสำเร็จ ทำให้เกิดความภาคภูมิใจและรู้สึกดีกับตัวเอง

7. ทฤษฎีเกี่ยวกับ Post-traumatic Growth

Post-traumatic Growth (PTG) หรือ การก้าวผ่านความเจ็บปวดหลังเผชิญการถูกทารุณหรือประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ ซึ่งเป็นที่ทฤษฎีที่กล่าวถึงการข้ามผ่านการการถูกคุกคามชีวิต และนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและจิตใจเชิงบวก หลังจากการต่อสู้กับสถานการณ์ชีวิตที่ทำนายและบอบซ้ำ ซึ่งเกี่ยวข้องและเชื่อมโยงกับทฤษฎีการเติบโต (Growth theory) ที่เน้นผลที่ขึ้นขึ้นตามมาในเชิงบวกมากกว่าผลลัพธ์เชิงลบ (Tedeschi และ Calhoun, 1996, 2004) ทั้งนี้ผลลัพธ์ที่ตามมาขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งส่วนบุคคล วัฒนธรรม สภาพสิ่งแวดล้อมและสังคม หรือวิธีการการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันในแต่ละคนหลังถูกทารุณกรรม ที่มีความเกี่ยวข้องกับการยอมรับ และการเปิดกว้างทางจิตใจมากขึ้น และมีความเกี่ยวข้องกับการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยองค์ประกอบที่ทำให้เกิด Post-traumatic Growth (PTG) มีดังนี้

1. เหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ (The Traumatic Event)

2. ประสบการณ์ส่วนตัว (The Personal Experience) ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักที่ทำให้บุคคลเกิดการก้าวผ่านความเจ็บปวด หรือเกิดการงอกงามทางจิตใจได้แตกต่างกัน

เพื่อความเข้าใจในความหมายและขอบเขตของความมอดงกมภยหล้งผชญเหตุกรณั สะเทือนขวัญเพิ่ม มกข้ัน ดั่งนั้ญผู้วิจัยจึงขก่ล่าวถึงประเด้นของเหตุกรณัที่ก่อให้เกดความบอบข้้าทงจิตใจ (traumatic event)

นักจิตวิทยาแต่ละคน ต่งได้ให้ควมหมยและอธิบายถึง Post-traumatic Growth (PTG) ไว้ต่งต่งกัน โดยมีรยละเอียดดั่งนี้

อิทธิพล สูงแข็ง และ ญัฐวุฒิ อรินทร (2557) ได้ก่ล่าวว่ แนวคดควมมอดงกมทงจิตใจ นั้ญ เป็นหนึ่ ในแนวคดจิตวิทยาเชิงบวกที่ก่ล่บมคควมเชื่อว่ มนุษย์มีจุดแข็ง แม้จะประสบกับเหตุกรณัวิกฤตก็ยง สวมรถก้วผ่านอุปสรรคมได้ โดยใช้วิธีการเปลียนโครงสร้งทงการคดใหม่ แสงวหาล้งใหม่ ๆ ให้กับชีวิต รู้สึทว่ชีวิตยงมีคุณค่า จึงเกดเป็นควมมอดงกมทงจิตใจและเปลียนเปล่งล้งต่งต่งให้ดีขึ้นก้วเดิม

เอกธิดา ดวงอุไร และ ญัฐสุดา เต้พันธ์ (2560) ได้ระบุค้่าจ้กัดควมไว้ว่ เป็นการเปลียนผ่านดั่งต่ง ควมเจ็บข้้า ควมทุกข์ทรมานในจิตใจ จกการที่บุคคลสวมรถผ่านเหตุกรณัควมชอกข้้าจนกระทั่งเกด การปรับต้วเปลียนเปล่ง เกดเป็นประสบกรณัของบุคคลที่พัฒนในแง่มมบงอย่งของตนเอง

Tedeschi และ Calhoun (2004) ก่ล่าวว่ ควมมอดงกมภยหล้งผชญเหตุกรณั สะเทือนขวัญ เป็นประสบกรณัการเปลียนเปล่งทงจิตใจเชิงบวกของบุคคลที่เกดข้ัน ภยหล้งบุคคลฝ้่าพ้นกับเหตุกรณั หรือภวะวิกฤตครั้งส้่าค้ญในชีวิต ซึ่งบุคคลสวมรถแสดงพฤติกรรมเชิงบวกออกมได้หลกหลายรูปแบบ ได้แก่ การรู้ซ้่งในคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การรับรู้ถึงพลังควมสมรถในตนเอง การมีสัมพันธ์ภพระหว่งบุคคลอย่งมีความหมย การปรับเปลียนการจ้ดล้่าตบควมส้่าค้ญของชีวิต รวมไปถึงการมีแก่นและมีจิตวิญญาณในตนเองอย่งแท้จริง

Janoff-Bulman (2006) ได้ก่ล่าวถึง ชนิดของกระบวนกรของควมมอดงกมภยหล้งผชญเหตุกรณัสะเทือนขวัญ ว่มีอยู่ 3 กระบวนกรด้วยกัน คื 1. การมีความเข้มแข็งในการก้วข้้ามผ่านควมทุกข์ 2. การได้ทบทวนตนเองจกเหตุกรณัที่ฝ้่าผ่านมา 3. การเตรียมควมพร้อมเพื่อตั้งเป้่าหมยสู่อนาคต

จกการศึกษานิยามของ Post-traumatic Growth (PTG) ข้่างต่นนั้ญ ผู้วิจัยสวมรถสรุปล้่าได้ว่ ควมมอดงกมภยหล้งผชญเหตุกรณัสะเทือนขวัญนั้ญ เป็นการเปลียนเปล่งทงด้่านจิตใจในเชิงบวก โดยเมื่อบุคคลต่งเจอกับภวะวิกฤตครั้งส้่าค้ญในชีวิต โดยมีความทุกข์ใจเกดร่วมข้ันด้วยที่มีความส้่าค้ญในการช่วยเหลือให้บุคคลเกดกระบวนควมมอดงกมภยหล้งผชญเหตุกรณั (Tedeschi และ Calhoun, 2004; Yalom และ Lieberman, 1991) ท้งนี้ผลล้ัพธ์ที่ต่งตามมอ อจ

ขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งส่วนบุคคล วัฒนธรรม สภาพสิ่งแวดล้อมและสังคม รวมไปถึงวิธีการการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลหลังถูกทารุณกรรม ที่มีความเกี่ยวข้องกับการยอมรับ และการเปิดกว้างทางจิตใจมากขึ้น และมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมระหว่างบุคคลด้วยเช่นกัน

7.1 ปัจจัยที่ส่งผลต่อ Post-traumatic Growth

ปัจจัยที่ส่งผลต่อ Post-traumatic Growth ตามผลการศึกษาของ Tedeschi และ Calhoun (1996) ซึ่งประกอบไปด้วยปัจจัยต่างๆ มีดังนี้

1. การสัมผัสกับบาดแผล (Exposure to Trauma) คือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกระทบกระเทือนจิตใจ

2. อายุ (Age) เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อกระบวนการของ Post-traumatic Growth (PTG)

3. เพศ (Gender) ซึ่งเพศชายและเพศหญิงมีความรู้สึกที่อาจแตกต่างกัน

4. ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูเด็ก (Parent Factors) คือ หากครอบครัวใดที่มีความใกล้ชิดกันหรือมีความเข้มแข็ง จะส่งผลทำให้ PTG มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดู

5. ปัจจัยทางความคิด (Cognitive Factors) โดยเป็นรูปแบบของการประเมินความรู้ความเข้าใจใหม่ กลยุทธ์การควบคุมอารมณ์ที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบความคิดเมื่อเผชิญกับอารมณ์ในด้านลบ

6. ปัจจัยทางสังคมและส่วนบุคคล (Social & Personal Factors) อาจรวมถึงปัจจัยทางศาสนา

จากการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการเติบโตหลังถูกทารุณกรรม ข้างต้นนั้น โดยจากปัจจัยข้างต้นนั้น สามารถแบ่งเป็นปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ดังนี้ ปัจจัยภายใน ได้แก่ การสัมผัสกับบาดแผล หรือเหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ อายุ เพศ และการมีความสามารถในการใช้ความคิดใช้เหตุผลในแง่บวก มีการมองโลกในแง่ดีและมีความยืดหยุ่น มีรูปแบบของพฤติกรรมความเครียด ทักษะการแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม ปัจจัยภายนอก ได้แก่ ผู้ปกครองหรือผู้เลี้ยงดูเด็ก หรือรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูในครอบครัว การสนับสนุนทางสังคม และการเข้าถึงแหล่งสนับสนุนที่เป็นที่พึ่งพาทางจิตใจ ซึ่งสามารถสะท้อนให้เห็นว่า Post-traumatic Growth (PTG) เปรียบเสมือนเป็นปัจจัยเชิงบวก ที่ส่งผลต่อการเติบโตหลังถูกทารุณกรรมของบุคคลได้เป็นอย่างดี และช่วยทำให้บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับบาดแผลได้ดีขึ้น สามารถใช้ชีวิตได้ดีขึ้นและนำไปสู่การเปิดเผยตนเอง ซึ่งช่วยให้บุคคลนั้นได้รับการสนับสนุนด้าน

ต่างๆ ทางสังคมมากขึ้น และเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยลดความทุกข์ทางอารมณ์และจิตใจของบุคคล และช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้และเติบโตได้เป็นอย่างดี

8. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research)

8.1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เป็นหนึ่งในรูปแบบของการค้นหาคำรู้ ความจริง หรือการสร้างทฤษฎีและข้อเท็จจริงใหม่ๆ ในภาพรวมทุกมิติด้วยตัวผู้วิจัย การศึกษาด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพให้ความสำคัญกับข้อมูลที่เป็นความรู้สึกนึกคิด คุณค่าของมนุษย์ หรือการอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ ทางสังคม เป็นต้น โดยเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการตีความหมายและสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Inductive Analysis) เพื่อให้เกิดความเข้าใจเชิงลึกจากภาพรวมของหลายมิติ ซึ่งในบางกรณีปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นนั้นไม่สามารถอธิบายได้ด้วยเหตุผลธรรมดาทั่วไป จึงจำเป็นต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติที่เกิดขึ้นเพื่อนำมาอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมที่นักวิจัยทำการศึกษา กล่าวคือ การนำข้อมูลเชิงลึกที่ได้จากการศึกษามาทำการวิเคราะห์ ตีความหมาย พร้อมบรรยายผลการวิจัย และเสนอข้อเสนอนะวรณ์ดี สุทธินรากร (2559) ได้กล่าวว่าการวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นศาสตร์ของการวิจัยอีกวิธีการหนึ่งที่สามารถเทียบเคียงในการอธิบายความจริงกับสถานการณ์โลก ซึ่งถือเป็นการเชื่อมโยงระหว่างความรู้และความจริง แสดงออกในรูปของผลลัพธ์การวิจัยเพื่อให้เห็นได้ถึงคุณค่าที่ชัดเจน และนำความรู้ที่ได้ไปเผยแพร่ในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับ สุภาวงศ์ จันทวานิช (2554ข) ที่ได้ให้ความหมายของการวิจัยเชิงคุณภาพว่า เป็นวิธีในการค้นหาความจริงจากเหตุการณ์ และสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้นจริง ซึ่งถือว่าเป็นการหาความสัมพันธ์ของเหตุการณ์กับสภาพแวดล้อม เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้

8.1.1 ขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพ

1. กำหนดเรื่องสำหรับการวิจัย เพื่อหาสาเหตุหรือปัจจัยในการเกิดขึ้นของกระบวนการและผลกระทบที่เกิดขึ้น ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นการวิจัยเพื่อศึกษาลักษณะทั่วไปของปรากฏการณ์ และการวิจัยในสิ่งที่มีความเฉพาะเจาะจง

2. เตรียมการเพื่อรวบรวมข้อมูล ด้วยการทบทวนวรรณกรรมเพื่อนำมาสร้างเครื่องมือในการกำหนดกรอบแนวคิดของการศึกษา และสรุปทฤษฎีเพื่อใช้ในการศึกษา

3. รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นในลักษณะของการเก็บข้อมูลจากการสังเกต จดบันทึก สัมภาษณ์เชิงลึก การสนทนากลุ่มย่อย รวมถึงศึกษาจากเอกสาร เพื่อหาข้อมูลและข้อสรุป ดังนั้นในการเก็บรวบรวมข้อมูลจำเป็นต้องอิงตามบริบทของ

ข้อมูลงานวิจัย และมีการกำหนดพื้นที่หรือกลุ่มตัวอย่างให้มีความชัดเจน โดยในการเก็บรวบรวมข้อมูลสามารถทำได้ด้วยการสังเกตจากการมีส่วนร่วมในสถานการณ์ หรือการสังเกตการณ์จากภายนอกหรือจากการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูล โดยสามารถอธิบายการรวบรวมข้อมูลได้ดังนี้

3.1 การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-dept Interview)

3.1.1 สัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (structure interview) ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ที่เป็นในรูปแบบทางการและมีมาตรฐาน ซึ่งมีการกำหนดคำถามไว้ล่วงหน้า ซึ่งระหว่างการสัมภาษณ์ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงหรือดัดแปลงคำถามได้ ทั้งนี้คำถามส่วนใหญ่เป็นรูปแบบคำถามปลายเปิด

3.1.2 สัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เป็นการสัมภาษณ์ที่ไม่มีรูปแบบที่แน่นอน เป็นการศึกษาที่ผสมผสานระหว่างการเตรียมข้อมูลมาแล้วล่วงหน้าในลักษณะกำหนดประเด็นคำถามไว้ และระหว่างการสัมภาษณ์จะคงไว้ซึ่งเนื้อหาสาระที่ครอบคลุมประเด็นศึกษาอย่างครบถ้วน

3.1.3 สัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง (unstructured interview) เป็นการสัมภาษณ์ที่ไม่ได้ใช้แบบสอบถามหรือคำถามที่เตรียมไว้ก่อน แต่เป็นลักษณะการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยกำหนดรูปแบบหัวข้อการสัมภาษณ์ในประเด็นกว้าง ๆ ซึ่งการสัมภาษณ์ลักษณะนี้จะมีความยืดหยุ่นในการถามตอบสูง และสามารถเข้าถึงข้อมูลที่ซับซ้อนและลึกซึ้งได้

3.2 การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) สิ่งที่ต้องคำนึงคือ ใครเป็นคนนำในการสนทนา และลักษณะของผู้นำสนทนาควรเป็นเช่นไร

4. การตรวจสอบข้อมูลที่ได้จากการรวบรวม เพื่อเป็นการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการศึกษาการวิจัยเชิงคุณภาพดำเนินการด้วยการตรวจสอบจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย และตรวจสอบโดยผู้รู้หรือผู้เชี่ยวชาญในประเด็นนั้น ๆ หรือเรียกว่า การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) ซึ่งเป็นการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล (validation) โดยสามารถจำแนกรูปแบบของการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) ได้ดังนี้

4.1 การเปรียบเทียบและตรวจสอบความแน่นอนของข้อมูล (Data Triangulation) ด้วยการนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมมาทำการเปรียบเทียบ

4.2 การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัยหรือผู้เก็บข้อมูล (Investigator triangulation) คือ ตรวจสอบจากผู้วิจัยหรือผู้เก็บข้อมูลที่ต่างกันว่าผลที่ได้จากการศึกษานั้นมี

ความเหมือนหรือต่างกัน หากพบว่ามีความเหมือนกันอาจแสดงได้ว่าข้อมูลที่จัดเก็บมานั้นมีความถูกต้อง

4.3 การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิเคราะห์ข้อมูล (Analyst triangulation) ด้วยการที่มีผู้เก็บข้อมูลมากกว่า 2 คนขึ้นไปและต่างคนต่างวิเคราะห์เพื่อนำข้อค้นพบมาทำการเปรียบเทียบกัน

4.4 การตรวจสอบสามเส้าโดยการทบทวนข้อมูล (Review triangulation) ให้บุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องแต่ไม่ใช่ผู้วิจัย ทำการทบทวนข้อค้นพบจากการวิเคราะห์ เพื่อให้เกิดความคิดหรือการตีความหมายใหม่ ๆ เพิ่มเติม

4.5 การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการเก็บข้อมูล (Method triangulation) ด้วยการเปรียบเทียบข้อมูลที่ได้มาจากการวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายวิธีที่แตกต่างกันนำมาพิจารณาความสอดคล้องขอข้อมูล เช่น การนำข้อมูลประเด็นเดียวกันที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกเทียบกับข้อมูลจากการสนทนากลุ่ม เป็นต้น

4.6 การตรวจสอบสามเส้าด้านทฤษฎี (Theory triangulation) ด้วยการนำทฤษฎีต่าง ๆ เข้ามาพิจารณาข้อมูลชุดเดียวกัน

4.7 การตรวจสอบสามเส้าโดยใช้สหวิทยาการ (Interdisciplinary triangulation) ด้วยการใช้สหวิทยาการเข้ามาช่วยอธิบายผลการศึกษา

5. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ หรือเรียกว่า การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ซึ่งมีกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล 5 ขั้นตอนหลัก ดังนี้

5.1 การจัดระเบียบข้อมูล ด้วยการนำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมสมาทำการจัดระเบียบให้อยู่ในสภาพที่สะดวกและง่ายต่อการนำไปวิเคราะห์ ซึ่งเป็นการจัดระเบียบตามระบบหรือตามเกณฑ์ประเภทของข้อมูล

5.2 การทำดัชนีหรือกำหนดรหัสข้อมูล หรือ การให้รหัส (Coding) เพื่อเป็นการจัดหมวดหมู่หรือประเภทของข้อมูล ด้วยการทำดัชนีหรือกำหนดรหัสข้อมูล หรือการใช้คำหลักมากำหนดหมวดหมู่ โดยพิจารณาตามกรอบแนวคิดทฤษฎีและปัญหาและวัตถุประสงค์ของการวิจัย

5.3 การกำหนดข้อมูลหรือสร้างข้อสรุปชั่วคราว ด้วยการเชื่อมโยงคำหลักเข้าด้วยกันแสดงความสัมพันธ์ระหว่างคำหลักและจากการเชื่อมโยงดัชนีคำหลัก เพื่อลดทอนหรือตัดทิ้งในประเด็นนอกการศึกษา

5.4 การสร้างบทสรุป คือ การเขียนเชื่อมโยงข้อสรุปที่ผ่านการตรวจสอบโดยแยกบทสรุปในแต่ละประเด็นเข้าด้วยกันเพื่อให้ได้ข้อสรุปใหญ่ของการศึกษาตามกรอบแนวคิดและทฤษฎี

5.5 การพิสูจน์ความน่าเชื่อถือของผลการวิเคราะห์แต่ละขั้นตอน ทำด้วยการนำข้อมูลที่ได้ย้อนกลับไปพิจารณาถึงรูปแบบการดำเนินการ ความน่าเชื่อถือของข้อมูล วิเคราะห์จากตัวแทนข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ และเมื่อทำการตรวจสอบแล้วนำข้อมูลที่ได้มาเรียบเรียงและนำเสนอผลการวิเคราะห์

6. สรุปผลการศึกษาและเขียนในรูปแบบรายงาน นำเสนอข้อมูลที่ผ่านการวิเคราะห์มาแล้วอย่างรอบคอบ และนำมาเขียนให้สามารถรับรู้และเกิดความเข้าใจได้ง่าย มีรูปแบบชัดเจน และสะท้อนถึงความเป็นจริงของการศึกษา

8.2 การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research)

Stake (1988, P. 258; 1995, P. 2; 2000, P. 435) ได้ให้ความหมายของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณีว่าเป็นการมุ่งศึกษาเพียงระบบใดระบบหนึ่งที่อยู่ภายในระบบที่มีขอบเขตอย่างจำกัดในการศึกษา นอกจากนี้ Yin (2003, P. 3) ได้ให้ความหมายว่าเป็นการแสวงหาความรู้เชิงประจักษ์ที่เกิดขึ้นภายในบริบท ณ เวลาใดเวลาหนึ่ง นอกจากนี้ อองอาจ นัยพัฒน์ (2554) ได้ให้ความหมายของการศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study) ว่าเป็นกระบวนการและผลผลิตในการค้นหาความรู้หรือความจริงอย่างละเอียดที่เกิดขึ้นภายในบริบทหรือขอบเขตที่มีความเฉพาะเจาะจง ซึ่งจากการให้ความหมายสามารถกล่าวได้ว่า การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี เป็นหนึ่งในกระบวนการแสวงหาความรู้อย่างละเอียดภายใต้ขอบเขตที่มีความเฉพาะเจาะจงในการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับกรณีหรือปรากฏการณ์บางอย่างที่ผู้วิจัยสนใจ

นอกจากนี้การวิจัยเชิงคุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research) เน้นทำความเข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยความละเอียดเจาะลึก (In-depth Study) และเป็นองค์รวม (Holistic) ด้วยการที่นักวิจัยเข้าไปศึกษาในพื้นที่หลักในลักษณะของการวิจัยเชิงทดลองเพื่อรวบรวมข้อมูลภาคสนามจากสถานที่หรือสภาพแวดล้อมจริง โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยแบบกรณีศึกษาคือ 1) เพื่อบรรยาย (Description) รายละเอียดของปรากฏการณ์ที่ได้จากการวิจัย ทั้งนี้ไม่ได้เน้นถึงการวิเคราะห์และแสดงความเป็นเหตุเป็นผลของตัวแปรมากนัก 2) เพื่ออธิบาย (Explanation) เป็นการเน้นอธิบายถึงเหตุและผลของสิ่งที่เกิดขึ้นในเบื้องต้น โดยเฉพาะในสภาพแวดล้อมที่ซับซ้อน หรือสิ่งที่ยังไม่มีผู้ศึกษามาก่อน และ 3) เพื่อแสวงหา (Exploratory) เพื่อให้ได้ถึงข้อค้นพบจากการศึกษาหรือเพื่อสร้างสมมติฐานสำหรับการวิจัย

8.2.1 ลักษณะสำคัญของการศึกษาเฉพาะกรณีเชิงคุณภาพ

1. เป็นการศึกษาที่มุ่งเน้นการศึกษาวิจัยอย่างลึกซึ้งต่อประเด็นปัญหาที่สนใจ หรือการมองภาพรวมรอบด้าน
2. เป็นการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการแสวงหาความรู้ความจริงและ ดำเนินไปตามสภาพแวดล้อมตามธรรมชาติ
3. เป็นการศึกษาที่เน้นอธิบายหรือพรรณนาในสิ่งที่ผู้วิจัยสนใจอย่าง ครอบคลุมครบถ้วนทุกแง่มุม และคำนึงถึงความเป็นมนุษย์
4. ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับการพรรณนาและอธิบายกรณีตัวอย่างของ ปรัชญาการที่สนใจทำการศึกษาวิจัย เน้นความรู้สึกร่วม และความเข้าใจ นเกี่ยวกับบริบทในแง่ ของสถานที่ เวลา แง่มุมทางประวัติศาสตร์ วิวัฒนาการต่าง ๆ เป็นต้น
5. วิธีการวิจัยมีความยืดหยุ่นสูง เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนใช้วิธีการหาข้อมูล ที่ หลากหลาย จนกว่าจะได้ข้อมูลที่มีความหมาย

8.2.2 ประเภทการศึกษาเฉพาะกรณี

สามารถจำแนกเป็นประเด็นหลัก 3 ประเด็นดังนี้ (Stake, 2000, P. 437-438; อ้างถึงใน องอาจ นัยพัฒน์, 2554, น. 334-335)

1. การศึกษาเฉพาะกรณีแบบเน้นสาระภายใน (intrinsic case study) คือ การให้ความสำคัญกับเนื้อหาสาระที่มีลักษณะเด่นเป็นพิเศษ และมีลักษณะทั่วไป ที่อยู่ภายใต้ตัวของกรณีตัวอย่างเฉพาะราย
2. การศึกษาเฉพาะกรณีแบบเน้นสาระภายนอก (instrumental case study) คือ การศึกษาที่อาศัยผลการศึกษาจากกรณีตัวอย่างเฉพาะรายใดรายหนึ่ง เพื่อทำความเข้าใจถึง ปรัชญาการณั้่น ๆ อย่างถ่องแท้และลึกซึ้ง
3. การศึกษาเฉพาะกรณีแบบรวมกลุ่ม (collective case study) คือ เป็น การศึกษาโดยอาศัยผลการศึกษาจากกรณีตัวอย่างเฉพาะหลายราย มาใช้ทำความเข้าใจร่วมกัน ถึงปรัชญาการณั้่นๆ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ภายใต้อคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยผู้วิจัยเล็งเห็นว่าการศึกษาเชิง คุณภาพแบบศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Research) แบบเน้นสาระภายใน (intrinsic case study) ซึ่งผู้วิจัยจะหารายละเอียดของปฏิสัมพันธ์ ระหว่างกรณีที่ศึกษากับบริบทต่างๆ เพื่อให้ เกิดความเข้าใจกิจกรรม ความซับซ้อนของกรณีต่างๆภายใต้เงื่อนไข โดยมีขอบเขตที่ชัดเจนมีความ สมบูรณ์ ทั้งในแง่ของเวลาสถานที่เนื้อหาและบริบท ซึ่งประโยชน์ในการวิจัยเฉพาะกรณี จะทำให้

เกิดความเข้าใจถึงประเด็นนั้นๆได้เป็นอย่างดี มีความเฉพาะเจาะจง และมีขอบเขตที่ชัดเจน มีกระบวนการจากการสืบหาความรู้และความจริงอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับกรณี หรือปรากฏการณ์ บางอย่างที่ผู้วิจัยสนใจภายในบริบทที่มีขอบเขตเฉพาะเจาะจง และในการเลือกกรณีศึกษานั้น ผู้วิจัยได้คำนึงถึงกรณีที่สามารถให้ข้อมูลได้ในระดับที่ลึกได้มาก (Information-rich case) และสามารถสะท้อนความเป็นจริงได้ดีที่สุด เพื่อให้ผู้วิจัยสามารถได้ข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงและมีความครอบคลุมถึงประเด็นที่ต้องการศึกษามากที่สุด ด้วยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เป็นการเลือกแบบไม่มีโครงสร้างที่เคร่งครัด และมีขั้นตอนวิธีการดำเนินการที่ไม่ซับซ้อน โดยจุดมุ่งหมายหลักของการเลือกตัวอย่างแบบนี้ ไม่ใช่เพื่อได้กลุ่มที่เป็นตัวแทน แต่เพื่อที่จะได้ตัวอย่างที่เหมาะสมที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ (ชาย โพธิสิตา, 2550)



บทที่ 3

วิธีดำเนินงานวิจัย

ความสำคัญของวิธีการดำเนินวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยผู้วิจัยมีความสนใจในการทำงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งมีหัวใจหลักคือ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์กับสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้จากภาพรวมที่มาจากหลากหลายมิติหรือมุมมอง และเพื่ออธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ ทางสังคมที่ปรากฏการณ์ขึ้น เพื่อบรรยาย (Description) รายละเอียดพร้อมทั้งบริบทของปรากฏการณ์ที่เลือกมาศึกษาอย่างสมบูรณ์ โดยผู้วิจัยจะนำเสนอเนื้อหาด้วยเทคนิคการบรรยาย การให้รายละเอียดของบริบทที่ศึกษา ไม่เน้นการวิเคราะห์หรือแสดงให้เห็นความเป็นเหตุเป็นผลของตัวแปรต่าง ๆ ในงานวิจัย และมีสาระสำคัญเกี่ยวกับวิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า จากกรอบแนวคิดในการวิจัย เครื่องมือวิจัย แนวทางในการดำเนินงาน การเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการประเมินคุณภาพของการศึกษา เพื่อนำไปอภิปราย และสรุปผลงานวิจัยในลำดับต่อไป โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. วิธีการศึกษา
2. ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิธีการศึกษา

การศึกษานี้ ใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีรูปแบบเป็นการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เป็นการศึกษาที่ผสมผสานระหว่างการเตรียมข้อมูลมาแล้วล่วงหน้าในลักษณะกำหนด ประเด็นคำถามไว้ และระหว่างการสัมภาษณ์จะคงไว้ซึ่งเนื้อหาสาระที่ครอบคลุมประเด็นศึกษาอย่างครบถ้วน โดยอาจมีการนำความสำคัญมาใช้ประกอบในการชี้้นำคำสัมภาษณ์ อาจมีการร่างข้อคำถามที่มีลักษณะปลายเปิด มีข้อคำถามที่มี ความยืดหยุ่นและพร้อมที่จะมีการปรับเปลี่ยนถ้อยคำของข้อคำถาม ให้มีความสอดคล้องกับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยหรือผู้ให้สัมภาษณ์ แต่ละคนในแต่ละสถานการณ์ ที่มีเหตุการณ์หรือมีสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และมีการศึกษาเฉพาะ กรณีแบบเน้นสาระ

ภายใน (Intrinsic case study) คือ การให้ความสำคัญกับเนื้อหาสาระที่มีลักษณะเด่นเป็นพิเศษ และมี ลักษณะทั่วไป ที่อยู่ภายใต้ตัวของกรณีตัวอย่างเฉพาะรายบุคคล เป็นการวิจัยแบบพหุกรณี (Multiple Case Study) คือการศึกษาแบบเปรียบเทียบ จะมีลักษณะคล้ายคลึงกับการศึกษารายกรณี แต่เป็นการศึกษาข้อมูลของกรณีศึกษาตั้งแต่ 2 กรณีขึ้นไป เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีความหลากหลาย (Diversity) ครอบคลุมและสมบูรณ์มากกว่าการวิจัยแบบรายกรณี และใช้เทคนิคการเก็บข้อมูลแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ในรูปแบบการสัมภาษณ์รายบุคคล อีกทั้งตัวผู้วิจัยซึ่งถือเป็นเครื่องมือที่มีความสำคัญองงานวิจัย ประเภทนี้ เนื่องจากทำหน้าที่เป็นเหมือนสะพานในการนำข้อมูลมาวิเคราะห์และศึกษาถึงความเกี่ยวเนื่องและเชื่อมโยง ประสพการณ์การพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยข้อมูลที่ได้ จากงานวิจัยในครั้งนี้ สามารถนำไปศึกษาต่อยอดเพื่อใช้เป็นองค์ความรู้ และเป็นแนวทางการในการปรับตัวต่อความทุกข์ยากในชีวิต และสะท้อนให้เห็นถึงแนวทางในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่เหมาะสมของบุคคล

2. ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัย

ประชากรชาย-หญิงในวัยทำงาน ที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ช่วงอายุประมาณ 21-39 ปี ที่เคย ผ่านประสพการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ และเป็นผู้ที่สามารถถ่ายทอดข้อมูลเชิงประสพการณ์ที่เกิดขึ้นภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวได้เป็นอย่างดี เพื่อความถูกต้องและสมบูรณ์ของข้อมูล ผู้วิจัยจึงใช้การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบลูกโซ่ (Snowball Sampling) โดยจะเริ่มเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามภูมิหลังเบื้องต้น ที่เป็นแบบสอบถามแบบตรวจคำตอบ (Checklist) เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมวิจัย และทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ RQ (Resilience Quotient) (กรมสุขภาพจิต, 2552) ซึ่งจะประเมินจากความสามารถของบุคคลทั้ง 3 ด้าน คือ 1) ด้านความทนต่อแรงกดดัน 2) ด้าน การมีความหวังและกำลังใจ และ 3) ด้านการจัดการ โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีคะแนนผ่านเกณฑ์ในเบื้องต้น โดยมีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ในระดับคะแนนระหว่าง 55-69 (เกณฑ์ปกติ) ไปจนถึง 69 ขึ้นไป (สูงกว่าเกณฑ์ปกติ) ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับที่บุคคลสามารถมีความเข้มแข็งทางใจ เพื่อนำมาสู่กระบวนการในการทำแบบสอบถาม Self – Reflection ที่เป็น แบบสอบถามคำถามปลายเปิด (Open Ended Question) โดยให้ผู้ให้ข้อมูลได้สะท้อนเกี่ยวกับประสพการณ์การ พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน เพื่อเป็นการแสดงให้เห็นถึงเจตคติที่บุคคลมีทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านรูปแบบของ การสะท้อนการ

ตนเอง และเป็นการตอบคำถามที่เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถตอบได้อย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้คำตอบที่แน่นอนสมบูรณ์และตรงกับสภาพความเป็นจริงที่สุด และจัดหมวดหมู่ของประเด็นที่ได้ตามความสอดคล้องของข้อมูลจาก การเขียนบรรยายของผู้เข้าร่วมวิจัยแต่ละคน จากนั้นจะทำการวิเคราะห์หาความเกี่ยวข้องของข้อมูลที่ได้กับวัตถุประสงค์ ของงานวิจัย เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของแต่ละบุคคลและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีความเหมาะสมในงานมากที่สุด เพื่อนำไปสู่กระบวนการในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ในรูปแบบการสัมภาษณ์รายบุคคลต่อไป

2.1 ลักษณะของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้ คือกลุ่มประชากรชาย-หญิงในวัยทำงาน ที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ช่วงอายุประมาณ 21 – 39 ปี (Erik H. Erikson และ Joan M. Erikson, 1998) เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญในการให้ข้อมูลได้อย่างชัดเจน และมีความยืดหยุ่นในการตอบคำถามการวิจัย ทั้งในเรื่องของอาชีพ รายได้ วุฒิการศึกษา และความเป็นปัจเจกในความรู้ ประสบการณ์ รวมไปถึงภูมิหลังของแต่ละบุคคล โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก ที่มีประสบการณ์การพัฒนาลักษณะแห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว และมีการพัฒนาลักษณะแห่งตนได้อย่างเหมาะสม ตามกรอบของทฤษฎี (Erikson's stages of psychosocial development) ซึ่งอยู่ในช่วงการพัฒนาระดับที่ 6 ซึ่งประกอบไปด้วย ปัจจัยการมีความสัมพันธ์และความโดดเดี่ยว (Intimacy vs Isolation) โดยบุคคลที่สามารถพัฒนาลักษณะแห่งตนได้อย่างเหมาะสมในขั้นตอนนี้ จะรู้จักตนเอง รู้ว่าตนเองมีความเชื่ออย่างไร ต้องการอะไรในชีวิต มีการแสดงออกทางอัตลักษณ์ได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้เพื่อสามารถคัดเลือกเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้อย่างเหมาะสมที่สุด ผู้วิจัยได้มีการอ้างอิงเกณฑ์ในการเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก มาจากแนวคิดการวิเคราะห์เชิงคุณภาพของ (Huberman และ Miles, 1994) ดังนี้ คือ 1) ข้อมูลที่ได้ควรมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการวิจัย 2) ข้อมูลที่ได้ควรเป็นข้อมูลเชิงลึกเพียงพอที่จะอธิบายปรากฏการณ์ที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาได้ 3) ข้อค้นพบที่ได้จากผู้ให้ข้อมูลสามารถให้ข้อสรุปที่ชัดเจนได้ 4) ข้อมูลที่ได้ควรมีความเที่ยงตรงและน่าเชื่อถือ 5) ข้อมูลที่ได้ควรมีความถูกต้องตามหลักจริยธรรมในการวิจัย 6) มีการวางแผนในการเลือกผู้ให้ข้อมูลที่เหมาะสม

2.2 วิธีการเข้าถึงกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

1. ผู้วิจัยดำเนินการขออนุมัติการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการวิจัยและจริยธรรม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ (รหัสโครงการ: SWUEC-G- 045/2565E)

2. ผู้วิจัยคัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยโดยเริ่มต้นจากการประชาสัมพันธ์ทาง ช่องทางสื่อออนไลน์เพื่อเชิญชวนผู้ที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์หลักของงานวิจัย
3. ผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย และกระบวนการวิจัยแบบละเอียด พร้อมตรวจสอบความพร้อมและความเหมาะสมของผู้เข้าร่วมวิจัย
4. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเซ็นยินยอม หรือบันทึกคำยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย และมีการเก็บข้อมูลต่างๆไว้ในที่ปลอดภัย

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้มีทั้งหมด 2 รูปแบบโดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1. ผู้วิจัย ถือเป็นเครื่องมือที่มีความสำคัญในการเก็บรวบรวมข้อมูล เนื่องจากตัวผู้วิจัยซึ่งถือเป็นคนต้นเรื่องเป็นผู้ที่เก็บเกี่ยวเรื่องราวจากผู้ให้ข้อมูลผ่านมุมมองทางแนวคิด ทฤษฎี ตลอดจนตัวตน ความรู้และประสบการณ์ของผู้วิจัย ทำให้เป็นการผสมผสานตกผลึก ตกตะกอนข้อมูลผ่านผู้วิจัยที่ศึกษาเอกสาร งานวิจัย ทฤษฎี แนวความคิด และบทความที่เกี่ยวข้องอย่างมีความสัมพันธ์กัน จนนำไปสู่การสร้างประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก ตลอดจนท่าที และแนวทางในการสัมภาษณ์เพื่อให้ได้คำตอบที่มีประสิทธิผลและสามารถนำไปปรับใช้ได้จริงจนนำไปสู่ข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาวิเคราะห์สรุปและอภิปรายผลต่อไป ทั้งนี้จึงขอเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตัวผู้วิจัยเพื่อจะได้เห็นภาพที่มาของชุดความคิด ทักษะคิด ตลอดจนประสบการณ์ตลอดในช่วงที่ผ่านมาที่บ่มเพาะหล่อหลอมจนนำมาสู่การสร้างงานวิจัยชิ้นนี้

“ครอบครัว” สำหรับผู้วิจัยนั้น เปรียบเสมือนทั้งหมดในของชีวิตผู้วิจัย ที่ทำให้ผู้วิจัยได้เกิดการเรียนรู้ในทุกมิติของชีวิต และทุกมิติที่เกิดขึ้นล้วนหล่อหลอมให้ผู้วิจัยได้เกิดการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนมาจนถึงปัจจุบันนี้ ครอบครัวเปรียบเสมือนบ้ำาหลอม และกระจกสะท้อนอัตลักษณ์แห่งตนของผู้วิจัยอย่างชัดเจนและเที่ยงตรงที่สุด เท่าที่ผู้วิจัยจะสามารถมองเห็นตนเองได้ ครอบครัวต่างมอบสิ่งต่างๆ ในชีวิตแก่ผู้วิจัยอย่างมากมาย และทำให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้และได้เข้าใจถึงความสุข และความทุกข์ที่เกิดขึ้นชีวิตได้อย่างตรงไปตรงมาที่สุด อีกทั้งยังทำให้ผู้วิจัยได้เข้าใจถึงความหมายของชีวิต และได้มองเห็นถึงความสวยงามในความไม่สมบูรณ์แบบของชีวิตอย่างแท้จริง หากจะกล่าวถึงภูมิหลังของผู้วิจัยนั้น ตั้งแต่ช่วงวัยเด็กไปจนถึงช่วงวัยรุ่น ผู้วิจัยถูกเลี้ยงดูมาอย่างดีในครอบครัว ซึ่งอาจมีความหมายแตกต่างออกไปจากคำว่า “ครอบครัว” ตาม

ความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน หมายถึง สามี ภรรยา และบุตร แต่ครอบครัว ในความหมายของผู้วิจัยนั้น หมายถึง กลุ่มคนที่เกี่ยวพันกันทางความรู้สึก และเป็นกลุ่มคนที่อบรม เลี้ยงดู เติบโตความรัก ความหวัง และความเป็นชีวิตให้แก่ผู้วิจัยอย่างสมบูรณ์ หากย้อนกลับไป ในช่วงวัยเด็ก ตั้งแต่ผู้วิจัยจำความได้ ผู้วิจัยเติบโตมาท่ามกลางปัญหาความขัดแย้งของพ่อและแม่ มาโดยตลอด และในท้ายที่สุดทางออกของปัญหาเหล่านี้ ได้นำสู่มาการหย่าร้าง และแยกทางกัน ของพ่อและแม่ของผู้วิจัย ถึงแม้ผู้วิจัยเติบโตมาท่ามกลางสถานการณ์ขัดแย้ง หรือความไม่สมบูรณ์ พร้อมทั้งเกิดขึ้นในครอบครัว แต่สิ่งต่างๆ เหล่านี้ ต่างล้วนไม่ได้เป็นตัวกำหนดพฤติกรรม กำหนด ชะตาชีวิต หรือกำหนดทิศทางอนาคตของผู้วิจัยแต่อย่างใด แต่กลับตรงข้ามกันที่สิ่งเหล่านี้ ต่าง เปรียบเสมือนเป็นแรงผลักดัน และเป็นบทเรียนที่สำคัญที่สุดในชีวิตที่คอยผลักดันผู้วิจัย ซึ่งผู้วิจัย เองต่างผ่านหลายช่วงเวลาที่ยากลำบากของการต่อสู้กับความรู้สึกในชีวิต แต่ในทุกครั้งผู้วิจัยก็ สามารถแปรเปลี่ยนสิ่งเหล่านั้นเป็นพลังกายพลังใจในการขับเคลื่อนชีวิต และขับเคลื่อนความหวัง ของผู้วิจัยอยู่เสมอ ท่ามกลางทางแยกในครอบครัว และทางแยกของช่วงวัยที่ผู้วิจัยต้องพบเจอ ในช่วงวัยเด็ก ผู้วิจัยอาจเกิดความสับสน และความไม่แน่ใจกับหลายเหตุการณ์ในช่วงชีวิต แต่ด้วยความรัก ความเอาใจใส่ และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวเป็นอย่างดี การอยู่ใน สภาพแวดล้อมที่ดี มีการศึกษา และมีสังคมในการเรียนรู้ที่ดี รวมไปถึงมีครอบครัวที่ดี และ นอกจากพ่อและแม่ของผู้วิจัยแล้ว ครอบครัวสำหรับผู้วิจัยยังหมายถึง ลุงและป้าที่เปรียบเสมือน เป็นพ่อแม่ที่คอยอบรมเลี้ยงดู และคอยเป็นแรงสนับสนุนผู้วิจัยในทุกย่างก้าวของชีวิต และปู่ที่ เปรียบเสมือนเป็นทั้งหมดในชีวิตของผู้วิจัย ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองที่เปรียบเสมือนกำลังเสริมในชีวิตของ ผู้วิจัย ที่คอยช่วยผลักดันและช่วยสนับสนุนผู้วิจัยให้ใช้ชีวิตอย่างเข้มแข็ง และสามารถปรับตัวกับ ทุกช่วงวัยของชีวิตได้เป็นอย่างดี

จากประสบการณ์ในช่วงชีวิตทั้งหมดของผู้วิจัย ภายใต้อิทธิพลของชุดทัศนคติ ได้ เกิดการทำงานอันซับซ้อนที่นำไปสู่การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้วิจัย และถึงแม้ว่าตัวผู้วิจัย เองได้สำรวจประสบการณ์ภายในความคิด และจิตใจของตนเองมาระดับหนึ่งแล้ว แต่สิ่งเหล่านั้น อาจไม่เพียงพอต่อการเป็นเครื่องมืออันสำคัญในการทำความเข้าใจถึงปรากฏการณ์ดังกล่าวอย่าง ในช่วงชีวิตของบุคคลอื่น ที่มีความหลากหลายและมีความเป็นปัจเจกในทุกมิติที่เป็นรูปธรรม ได้ อย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะในขอบเขตของวิชาการ ซึ่งผู้วิจัยนั้นตระหนักในความสำคัญของประเด็น เหล่านี้เป็นอย่างดี ดังนั้นผู้วิจัยจึงพยายามที่จะเตรียมตนเองให้พร้อมสำหรับการที่จะเป็น “ผู้วิจัย” ที่สมบูรณ์พร้อมที่สุด ทั้งในแง่ของความหมายและในแง่ของการปฏิบัติงาน ในเบื้องต้น ผู้วิจัยได้มีการเข้าอบรมในการเสริมสร้างทักษะ และพัฒนาองค์ความรู้ของผู้วิจัย โดยผู้วิจัยได้เข้า

ร่วมรับการอบรมเรื่อง “การวิจัยเชิงคุณภาพ : เทคนิคและตัวอย่างการเขียนรายงานการวิจัย” ที่จัดขึ้นโดย สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และเข้าร่วมการอบรมหลักสูตร GCP online training (Computer based) “แนวทางการปฏิบัติการวิจัยทางคลินิกที่ดี (ICH-GCP:E6 (R2))” ที่จัดขึ้นโดย คณะอนุกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในคน มธ.ชุดที่ 1 และศูนย์วิจัยทางคลินิก คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และเข้าร่วมการอบรมจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ในรูปแบบออนไลน์ ที่จัดขึ้นโดย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ และเกิดประโยชน์สูงสุดทั้งต่องานวิจัย ต่อตัวผู้วิจัย และต่อตัวผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งหมด

3.2. คำถามในการสัมภาษณ์ เป็นคำถามปลายเปิดที่ให้ผู้เข้าร่วมวิจัย ให้ข้อมูลบอกเล่าถึงประสบการณ์ในครอบครัว โดยผู้วิจัยจะเก็บบันทึกข้อมูลทั้งหมดและนำไปวิเคราะห์ อีกทั้งหากประสบการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลยังไม่ตรงต่อวัตถุประสงค์และประเด็นที่ผู้วิจัยกำหนด ผู้วิจัยจะทำการสอบถามเพิ่มเติมถึงประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการให้มีความตรงต่อการหาคำตอบในรูปแบบของการปรับตัว การก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของแต่ละบุคคล โดยใช้เวลา สัมภาษณ์ครั้งละ 30 - 60 นาที ร่วมกับการบันทึกข้อมูลจนได้ข้อมูลที่มีความอุ่มตัวในรูปแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) อย่างไรก็ตามในการเก็บข้อมูลสามารถมีความยืดหยุ่นเพื่อให้ได้มาซึ่งคำตอบหลักและปัจจัยย่อยที่เกี่ยวข้องกันต่อไป

แนวคำถามหลักที่ใช้ในการสัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูลประกอบไปด้วยคำถาม 10 ข้อ ดังนี้

1. เพื่อให้เข้าใจถึงปัจจัยเชิงสาเหตุ และเข้าใจถึงประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาของผู้ให้ข้อมูลที่สะท้อนให้เห็นเป็นภาพรวมในทุกมิติ ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่องไปกับประเด็นอื่นๆ ที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาของท่าน ประสบการณ์ไหนที่สำคัญและมีผลต่อท่าน หรือประสบการณ์ไหนในชีวิตที่เคยเกิดขึ้นแล้วท่านยังสามารถจดจำได้ว่าเป็นอย่างไร และมีสาเหตุมาจากปัจจัยใดบ้าง”

2. เพื่อให้เข้าใจถึงรูปแบบและกระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ในช่วงชีวิตที่ผ่านมาเมื่อท่านมีเรื่องที่กระทบกระเทือนจิตใจ หรือเรื่องที่ไม่สบายใจ ท่านสามารถจัดการตนเองได้อย่างไร หรือใช้วิธีการใดบ้าง” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)

3. เพื่อให้เข้าใจถึงรูปแบบและกระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “อะไรที่ทำให้ท่านสามารถก้าวผ่านปัญหา หรืออุปสรรคในชีวิตมาได้ และเพราะเหตุใดถึงเป็นเช่นนั้น” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)

4. เพื่อให้เข้าใจถึงแนวทางสนับสนุนของผู้ให้ข้อมูล และสามารถนำแนวทางสนับสนุนที่ได้มาประยุกต์ใช้ในการศึกษาก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคในชีวิต และสามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติต่อการสนับสนุนของผู้ให้ข้อมูล โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ท่านเข้าใจคำว่าอัตลักษณ์แห่งตนมากน้อยเพียงใด และคำว่าอัตลักษณ์แห่งตนมีความสำคัญอย่างไรต่อท่าน” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)

5. เพื่อให้เข้าใจถึงการรับรู้และความเข้าใจในเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล และสะท้อนให้เห็นถึงการนิยามความหมายของความเป็นอัตลักษณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลมีต่อตนเอง โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ท่านคิดว่าทัศนคติ หรือความสัมพันธ์ในครอบครัว ส่งผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ของท่านหรือไม่ อย่างไรบ้าง” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)

6. เพื่อให้เข้าใจถึงแนวทางสนับสนุน และปัจจัยเชิงสาเหตุของผู้ให้ข้อมูล เพื่อนำแนวทางสนับสนุนที่ได้มาวิเคราะห์ และเชื่อมโยงกับประเด็นอื่นๆ ที่สอดคล้องกัน และสามารถนำแนวทางสนับสนุนที่ได้ มาประยุกต์ใช้เป็นต้นแบบในการพัฒนาอัตลักษณ์ตนเอง และการยืดหยุ่นทางใจต่อไป โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ท่านคิดว่าการรับรู้อัตลักษณ์แห่งตน ต้องอาศัยปัจจัยใดบ้าง เพราะเหตุใดจึงต้องอาศัยปัจจัยเหล่านั้น” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)

7. เพื่อให้เข้าใจถึงการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูล และสามารถสะท้อนให้เห็นถึงปัจจัยเชิงสาเหตุทั้งหมดในภาพรวมของการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูล โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ท่านคิดว่าการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของท่าน จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ปัจจัยใดที่มีผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์ หรือสามารถช่วยส่งเสริมให้ท่านเกิดการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนมากที่สุด” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)

8. เพื่อให้เข้าใจถึงการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูล เพื่อนำแนวทางที่ได้มาประยุกต์ใช้เป็นต้นแบบในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนต่อไป โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ

“ท่านคิดว่าอัตลักษณ์แห่งตนของท่านในปัจจุบัน เป็นอัตลักษณ์แห่งตนที่ท่านพึงพอใจแล้วหรือไม่อย่างไร” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)

9. เพื่อให้เข้าใจถึงความสำคัญของประเด็นที่ต้องการศึกษา และสามารถสะท้อนให้เห็นถึงเจตคติต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และการก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคของผู้ให้ข้อมูล โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “ท่านคิดว่าความมอองงามของชีวิต ที่เกิดจากการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนและการก้าวข้ามผ่านปัญหาอุปสรรคในชีวิตของท่านคือสิ่งใด”

10. เพื่อให้ทราบถึงแนวทางในการฟื้นฟูพลังด้านจิตใจ และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูล ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่องไปสู่การถ่ายทอด และการแสดงเจตคติทั้งต่อตนเอง ต่อครอบครัว และต่อผู้อื่น โดยมีตัวอย่างข้อคำถามคือ “หากท่านมีโอกาสที่จะให้กำลังใจผู้อื่น หรือชี้ให้เห็นถึงแนวทางการปรับตัวในการก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคในชีวิต ท่านสามารถแนะนำผู้อื่นได้อย่างไรบ้าง

3.3 แบบบันทึกข้อมูล สำหรับบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล และข้อมูลที่สังเกตได้จากการสัมภาษณ์

3.4 อุปกรณ์บันทึกเสียงสำหรับใช้บันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยจะอธิบายถึงที่มาของงานวิจัย รายละเอียด วัตถุประสงค์ พร้อม ทั้งแจกเอกสารคำอธิบายโครงการวิจัย รวมทั้งชี้แจงเกี่ยวกับสิทธิในการเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่าง การรักษาความลับของ ข้อมูล และหากผู้เข้าร่วมวิจัยมีความสงสัยหรือไม่สบายใจในการเข้าร่วมกระบวนการงานวิจัย สามารถสอบถามผู้วิจัย หรือสามารถขอยกเลิกการสัมภาษณ์หรือการเข้าร่วมงานวิจัยได้ตลอดเวลา และผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถซักถามข้อสงสัยต่างๆ เกี่ยวกับกระบวนการวิจัยที่ผู้เข้าร่วมวิจัยจะเข้าไปเกี่ยวข้อง เมื่อผู้เข้าร่วมวิจัยรับทราบถึงรายละเอียดต่างๆ แล้ว และตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัย ผู้วิจัยจะขออนุญาตให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในเอกสารหนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วม ในโครงการวิจัย (Informed Consent Form) ต่อไป โดยผู้วิจัยจะเริ่มเก็บข้อมูลจากเอกสาร ดังนี้

1. แบบสอบถามภูมิหลังเบื้องต้น ที่เป็นแบบสอบถามแบบตรวจคำตอบ (Checklist) เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมวิจัย ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพการงาน และระดับการศึกษา

2. แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ RQ (Resilience Quotient) (กรมสุขภาพจิต, 2552) ผลิตโดย สำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เพื่อวัดศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจ ในการปรับตัวภายหลังที่บุคคลพบกับเหตุการณ์วิกฤตหรือ สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบากในชีวิต โดยเป็นกระบวนการที่แสดงให้เห็นถึงการเอาชนะปัญหาอุปสรรคของชีวิต ของแต่ละบุคคล ซึ่งจะประเมินจากความสามารถของบุคคลทั้ง 3 ด้าน คือ 1) ด้านความทนต่อแรงกดดัน 2) ด้านการมี ความหวังและกำลังใจ และ 3) ด้านการจัดการ โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีคะแนนผ่านเกณฑ์ในเบื้องต้น โดยมีค่าเฉลี่ยคะแนน อยู่ในระดับคะแนนระหว่าง 55-69 (เกณฑ์ปกติ) ไปจนถึง 69 ขึ้นไป (สูงกว่าเกณฑ์ปกติ) ซึ่งถือว่าอยู่ใน ระดับที่บุคคลสามารถมีความเข้มแข็งทางใจ เพื่อนำมาสู่กระบวนการในการทำแบบสอบถามต่อไป

3. แบบสอบถาม Self – Reflection ที่เป็นแบบสอบถามคำถามปลายเปิด (Open Ended Question) เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้ สะท้อนเกี่ยวกับประสบการณ์ และความเข้าใจในความหมายของ “การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน” ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงเจตคติที่บุคคลมีทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านรูปแบบของการสะท้อนการตนเอง เป็นการตอบคำถามที่เปิดโอกาสให้ผู้ให้ ข้อมูลสามารถตอบได้อย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้คำตอบที่แน่นอนสมบูรณ์ และตรงกับสภาพความเป็นจริงที่สุด ในส่วนของการ คัดกรองแบบสอบถามนั้น จะมีการรวบรวมประเด็นที่น่าสนใจ และจัดหมวดหมู่ของประเด็นที่ได้มาตามความสอดคล้อง ของข้อมูลจากการเขียนบรรยายของผู้เข้าร่วมวิจัยแต่ละคน เพื่อทำการวิเคราะห์หาความเกี่ยวข้องของข้อมูลที่ได้กับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีความเหมาะสมในงานมากที่สุด เพื่อนำไปสู่กระบวนการสัมภาษณ์เชิงลึกต่อไป

4. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยมีรูปแบบการสัมภาษณ์ในระบบ Zoom และมีการบันทึกวีดิโอระหว่างสนทนา เพื่อทำการศึกษาและวิเคราะห์ประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (ในกรณีที่ผู้เข้าร่วมวิจัยมีผลกระทบทางจิตใจที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำข้อมูล หรือการให้สัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะดำเนินการให้คำปรึกษาในเบื้องต้น แต่หากพบว่าผู้เข้าร่วมวิจัยมีผลกระทบทางจิตใจที่รุนแรงมากขึ้น ทางผู้วิจัยจะดำเนินการส่งต่อให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการให้คำปรึกษาเฉพาะทาง ในการให้ความช่วยเหลือและดูแลติดตามผลในลำดับต่อไป)

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

มีการวิเคราะห์ผลการวิจัยด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ (Content Analysis) หรือการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ (Interview) มาใช้วิธีการวิเคราะห์โดยนำข้อมูลมาเรียบเรียงและจำแนกอย่างเป็นระบบ จากนั้นนำมาตีความหมาย เชื่อมโยงความสัมพันธ์และสร้างข้อสรุปจากข้อมูลต่างๆ ที่รวบรวมได้ โดยทำไปพร้อมๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล และมีการตรวจสอบและการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกวิธีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้าด้านทฤษฎี (Theory Triangulation) ซึ่งเป็นวิธีการตรวจสอบที่ใช้มุมมองของทฤษฎีแตกต่างกันมาพิจารณาตีความข้อมูลชุดเดียวกัน และอาจมีการตรวจสอบเพิ่มเติมโดยให้บุคคลต่างๆ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Content Analysis) หรือการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เป็นวิธีการสร้างข้อสรุปจากการศึกษาจากข้อมูลจำนวนหนึ่ง โดยในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพนั้น ผู้วิจัยจึงถือได้ว่ามีบทบาทสำคัญอย่างยิ่ง และควรมีความเป็นสหวิทยาการอยู่ในตัวเอง มีความสามารถทางภาษาสามารถเชื่อมโยงข้อความ และสร้างข้อสรุปเป็นกรอบแนวคิดและตีความหมายของข้อมูลได้หลากหลายแบบ

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จากประชากรชาย-หญิง ช่วงอายุประมาณ 21-39 ปี ที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวนทั้งหมด 8 ราย ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยมีรูปแบบเป็นการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และมีการใช้เทคนิคการเก็บข้อมูลแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก ในรูปแบบการสัมภาษณ์รายบุคคล ลักษณะของคำถามจะเป็นประเภทคำถามปลายเปิด ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงเจตคติที่บุคคลมีทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านรูปแบบของการสะท้อนการตนเอง โดยผู้วิจัยได้เสนอผลการศึกษาที่มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ส่วนที่ 2 กระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน

สำหรับเนื้อหาผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่บรรยายไว้ในส่วนที่ 2 เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยมีการใช้สัญลักษณ์ในตัวอย่างคำสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลัก ดังนี้

... หมายถึง การนำข้อความเนื้อหาประเด็นเดียวกันจากหน้าอื่นมาต่อกัน
(ID) หมายถึง คำสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูล

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1.1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ประชากรชาย-หญิง ช่วงอายุประมาณ 21-39 ปี ที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จำนวนทั้งหมด 8 ราย เป็นเพศชาย จำนวน 4 ราย และเพศหญิง จำนวน 4 ราย โดยทุกรายมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากการทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ อยู่ในระดับคะแนนระหว่าง 55-69 (เกณฑ์ปกติ) ไปจนถึง 69 ขึ้นไป (สูงกว่าเกณฑ์ปกติ) ซึ่งถือว่าอยู่

ในระดับที่บุคคลสามารถมีความเข้มแข็งทางใจ และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวได้อย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยรายละเอียดข้อมูลทั่วไป ภูมิหลัง และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลจะแสดงในตารางที่ 1 ถึง 3 ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลภูมิหลังของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก	อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา(ปี)	ข้อมูลภูมิหลัง(ทัศนคติทางลบจากครอบครัว)
ID1	15	การขาดที่พึ่งพาและต้นแบบในการใช้ชีวิต ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว อยู่กับมารดา (บิดาเสียชีวิต)
ID2	13	การไม่ยอมรับตัวตนจากครอบครัว ขาดความรักความอบอุ่น และขาดการสนับสนุนในการแสดงตัวตน ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (ปัจจุบัน บิดาเสียชีวิต)
ID3	12	ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว และการถูกเลี้ยงดูโดยบุคคลอื่น ซึ่งไม่ใช่พ่อ และแม่ ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาแยกกันอยู่ (มารดาเป็นฝ่ายเลี้ยงดู แต่อาศัยอยู่กับตายาย) ปัจจุบันอาศัยอยู่กับมารดา
ID4	15	การทะเลาะเบาะแว้ง และการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาแยกกันอยู่ อาศัยอยู่กับบิดา ปัจจุบันอยู่ต่างประเทศ

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ผู้ให้ข้อมูลหลัก	อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา(ปี)	ข้อมูลภูมิหลัง(ทัศนคติทางลบจากครอบครัว)
ID5	16	การใช้อำนาจแบบบิดาเป็นใหญ่ในครอบครัว ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ปัจจุบันอาศัยอยู่กับมารดา
ID6	17	ด้านความเครียดเรื่องปัญหาการเงินใน ครอบครัว ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ปัจจุบันอาศัยอยู่กับบิดามารดา
ID7	13	การทะเลาะเบาะแว้ง และการใช้ความรุนแรง ในครอบครัว ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (บิดาเสียชีวิต) ปัจจุบัน อาศัยอยู่กับมารดา
ID8	15	การเลี้ยงดูโดยแม่ (เลี้ยงเดี่ยว) และการไม่ สื่อสารในครอบครัว ลักษณะสัมพันธภาพทางครอบครัว บิดามารดาแยกกันอยู่ ปัจจุบันอาศัยอยู่กับมารดา

ตารางที่ 2 แสดงข้อมูลกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก	กระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน
ID1	การรับรู้ว่าตนเองมีคุณค่า และมองเห็นถึงคุณค่าในตนเอง สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเอง และไปสู่เป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้
ID2	การยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น และเชื่อว่าตนเองจะสามารถพัฒนาตนเองและประสบความสำเร็จในชีวิตได้
ID3	การรับรู้และเข้าใจถึงสาเหตุของปัญหา และตั้งเป้าหมายในชีวิตในการพัฒนาตนเองไปให้ถึง เป้าหมายนั้น
ID4	การยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง และมุ่งมั่นตั้งใจในการใช้ชีวิตของตนเองให้ดี โดยมีการกำหนดเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน
ID5	การเข้าใจและมองเห็นปัญหาตามความเป็นจริง และมองเห็นคุณค่าของตนเอง และเห็นคุณค่าของการมีชีวิต
ID6	การเข้าใจและยอมรับในสิ่งที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และตั้งเป้าหมายมุ่งสู่นาคต
ID7	การมองเห็นปัญหา และมองเห็นคุณค่าในตนเอง และเชื่อว่าตนเองจะสามารถพัฒนาตนเอง และไปสู่เป้าหมายที่ตั้งใจได้
ID8	การรับรู้ และเข้าใจในตนเองตามความเป็นจริง และเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถพัฒนาตนเองได้ และมีการวางเป้าหมายในอนาคตอย่างชัดเจน

ตารางที่ 3 แสดงข้อมูลการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก	อายุปัจจุบัน(ปี)	การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน
ID1	29	ปัจจุบันประกอบอาชีพส่วนตัว โดยมีธุรกิจเป็นของตนเอง ตามที่ตนเองตั้งใจไว้และมีการวางแผนขยายธุรกิจไปอีกหลายสาขา
ID2	30	ปัจจุบันอาศัยอยู่ที่ต่างประเทศ และทำงานในสายอาชีพที่ตนเองสนใจ โดยใช้ความสามารถของตนเอง และสามารถเป็นตนเองได้อย่างมีความสุข และมีความภาคภูมิใจในตนเอง
ID3	26	ปัจจุบันประกอบอาชีพครูโรงเรียน เอกชน โดยมีแผนในการย้ายเรียนต่อ และย้ายต่างประเทศ ตามตนเองตั้งใจไว้
ID4	27	ปัจจุบันประกอบอาชีพพี่เลี้ยงเด็กในต่างประเทศ (Au Pair) โดยมีการวางแผนในการทำงานและศึกษาต่อที่ต่างประเทศ ตามที่ตนเองตั้งใจไว้ให้สำเร็จ
ID5	27	ปัจจุบันประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว โดยมีการวางแผนพัฒนาและต่อยอดธุรกิจต่อไปในอนาคต
ID6	28	ปัจจุบันประกอบอาชีพอาจารย์มหาวิทยาลัย โดยมีการวางแผนในการศึกษาต่อปริญญาเอก และย้ายไปใช้ชีวิตในต่างประเทศ

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ผู้ให้ข้อมูลหลัก	อายุปัจจุบัน(ปี)	การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน
ID7	32	ปัจจุบันประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว โดยมีการวางแผนในการขยายธุรกิจ และศึกษาต่อเพื่อพัฒนาศักยภาพตามความสนใจของตนเองต่อไป
ID8	27	ปัจจุบันประกอบครูสถานศึกษาเอกชน โดยมีการวางแผนในการศึกษาต่อ และทำธุรกิจส่วนตัวตามที่ตนเองตั้งใจไว้ให้สำเร็จ

จากการที่ได้บันทึกข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลหลัก จำนวน 8 คน แสดงให้เห็นว่าผู้ให้ข้อมูลหลักเคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในรูปแบบต่างๆ ได้แก่ การขาดที่พึ่งพาและต้นแบบในการใช้ชีวิต การไม่ยอมรับตัวตนจากครอบครัว การถูกเลี้ยงดูโดยบุคคลอื่น ซึ่งไม่ใช่พ่อและแม่ การทะเลาะเบาะแว้ง และปัญหาด้านการเงินในครอบครัว การใช้อำนาจแบบบิดาเป็นใหญ่ในครอบครัว ด้านความเครียด และการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ด้านการไม่สื่อสารและการหลีกเลี่ยงในครอบครัว เป็นต้น

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 1 (ID1) อายุปัจจุบัน 29 ปี ข้อมูลภูมิลำเนา เดิมโตมาในครอบครัวแม่เลี้ยงเดี่ยว โดยอาศัยอยู่กับป้าเป็นหลัก เนื่องจากแม่ต้องเดินทางไปทำงานที่ต่างประเทศ อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 15 ปี ทัศนคติทางลบในครอบครัว ขาดความรักและความอบอุ่นในครอบครัว จนเกิดเป็นความรู้สึกขาดความรัก ขาดการพึ่งพา ขาดการสนับสนุนและขาดต้นแบบในการดำเนินชีวิต ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว อยู่กับป้า มารดาอาศัยอยู่ต่างประเทศ (บิดาเสียชีวิต) กระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน รับรู้ว่าตนเองมีคุณค่า และมองเห็นถึงคุณค่าในตนเอง สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเอง และไปสู่เป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้ ปัจจุบันประกอบอาชีพส่วนตัว โดยมีธุรกิจเป็นของตนเอง ตามที่ตนเองตั้งใจไว้และมีการวางแผนขยายธุรกิจในอีกหลายสาขา

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 2 (ID2) อายุปัจจุบัน 30 ปี ข้อมูลภูมิลำเนา เดิมโตมาในครอบครัวที่รับข้าราชการ โดยครอบครัวไม่ยอมรับตัวตนที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็น อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา

12 ปี ทศนคติทางลบในครอบครัว การถูกกีดกันจากครอบครัวจนเกิดเป็นความรู้สึกขาดความรัก ความอบอุ่น ขาดที่พึ่งพา และขาดการสนับสนุนในการแสดงตัวตนและการดำเนินชีวิต ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (ปัจจุบันบิดาเสียชีวิต) กระบวนการพัฒนา ลักษณะแห่งตน ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น และเชื่อว่าตนเองจะสามารถพัฒนาตนเอง และประสบความสำเร็จในชีวิตได้ปัจจุบันอาศัยอยู่ที่ต่างประเทศ และทำงานในสายอาชีพที่ตนเองสนใจ โดยใช้ความสามารถของตนเอง และสามารถเป็นตนเองได้อย่างเต็มที่

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 3 (ID3) อายุปัจจุบัน 26 ปี ข้อมูลภูมิลำเนา เดิมโตมาในครอบครัวที่มีการใช้รุนแรงในครอบครัว และการถูกเลี้ยงดูโดยบุคคลอื่น ซึ่งไม่ใช่พ่อและแม่ อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 13 ปี ทศนคติทางลบในครอบครัว การเห็นภาพการใช้ความรุนแรงในครอบครัว จนเกิดเป็นความรู้สึกหวาดกลัว และรู้สึกแยกกับตนเองและครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาแยกกันอยู่ (มารดาเป็นฝ่ายเลี้ยงดู แต่อาศัยอยู่กับตายาย) ปัจจุบันอาศัยอยู่กับมารดา กระบวนการพัฒนา ลักษณะแห่งตน การรับรู้และเข้าใจถึงสาเหตุของปัญหา และตั้งเป้าหมายชีวิตในการพัฒนาตนเองไปให้ถึงเป้าหมายนั้น ปัจจุบันประกอบอาชีพครูโรงเรียนเอกชน โดยมีแผนในการย้ายเรียนต่อและย้ายต่างประเทศ ตามตนเองตั้งใจไว้

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 4 (ID4) อายุปัจจุบัน 27 ปี ข้อมูลภูมิลำเนา เดิมโตมาในครอบครัวที่มีการทะเลาะเบาะแว้ง และการใช้ความรุนแรงในครอบครัวอยู่เป็นประจำ อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 13 ปี ทศนคติทางลบในครอบครัว การเห็นภาพการใช้ความรุนแรงในครอบครัว จนเกิดเป็นความรู้สึกไม่อยากอยู่บ้าน และเกิดเป็นความรู้สึกแยกกับชีวิตของตนเองและครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาแยกกันอยู่ อาศัยอยู่กับบิดา ปัจจุบันอยู่ต่างประเทศ กระบวนการพัฒนา ลักษณะแห่งตน การยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง และมุ่งมั่นตั้งใจในการใช้ชีวิตของตนเองให้ดี โดยมีการกำหนดเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน ปัจจุบันประกอบอาชีพพี่เลี้ยงเด็กในต่างประเทศ (Au Pair) โดยมีการวางแผนในการทำงานและศึกษาต่อที่ต่างประเทศ ตามที่ตนเองตั้งใจไว้ให้สำเร็จ

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 4 (ID4) อายุปัจจุบัน 27 ปี ข้อมูลภูมิลำเนา เดิมโตมาในครอบครัวที่มีการทะเลาะเบาะแว้ง และการใช้ความรุนแรงในครอบครัวอยู่เป็นประจำ อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 13 ปี ทศนคติทางลบในครอบครัว การเห็นภาพการใช้ความรุนแรงในครอบครัว จนเกิดเป็นความรู้สึกไม่อยากอยู่บ้าน และเกิดเป็นความรู้สึกแยกกับชีวิตของตนเองและครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาแยกกันอยู่ อาศัยอยู่กับบิดา กระบวนการพัฒนา ลักษณะ

แห่งตน การเข้าใจและมองเห็นปัญหาตามความเป็นจริง และมองเห็นคุณค่าของตนเอง และเห็นคุณค่าของการมีชีวิต

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 5 (ID5) อายุปัจจุบัน 27 ปี ข้อมูลภูมิลำเนาเดิมโตมาในครอบครัวที่มีการใช้อำนาจแบบบิดาเป็นใหญ่ในครอบครัว และมีการใช้ความรุนแรงในครอบครัว เมื่อบิดาเกิดความรู้สึกไม่พอใจ อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 16 ปี ทักษะคติทางลบในครอบครัว การที่บิดาใช้อำนาจในการจัดการชีวิตของตนเองและมารดา จนเกิดเป็นความรู้สึกถูกกดขี่และด้อยคุณค่าในตนเอง และเกิดเป็นความรู้สึกหวาดกลัวในชีวิตและครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ปัจจุบันบิดามารดาแยกกันอยู่ อาศัยอยู่กับมารดา ปัจจุบันประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว โดยมีการวางแผนพัฒนาและต่อยอดธุรกิจต่อไปในอนาคต

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 6 (ID6) อายุปัจจุบัน 28 ปี ข้อมูลภูมิลำเนาเดิมโตมาในครอบครัวที่มีปัญหาเรื่องการเงินในครอบครัว อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 17 ปี ทักษะคติทางลบในครอบครัว การรับรู้ถึงความเครียดและปัญหาการเงินในครอบครัว การจัดการการดำเนินชีวิตของสมาชิกในครอบครัว จนเกิดเป็นความรู้สึกอยากไม่ได้อยากอยู่ในครอบครัว และอยากออกมาใช้ชีวิตด้วยตนเอง และเกิดเป็นความรู้สึกแยกกับชีวิตของตนเองและครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ปัจจุบันอาศัยอยู่กับบิดามารดา ปัจจุบันประกอบอาชีพอาจารย์มหาวิทยาลัย โดยมีการวางแผนในการศึกษาต่อปริญญาเอก และย้ายไปใช้ชีวิตในต่างประเทศ

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 6 (ID6) อายุปัจจุบัน 28 ปี ข้อมูลภูมิลำเนาเดิมโตมาในครอบครัวที่มีปัญหาเรื่องการเงินในครอบครัว อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 17 ปี ทักษะคติทางลบในครอบครัว การรับรู้ถึงความเครียดและปัญหาการเงินในครอบครัว การจัดการการดำเนินชีวิตของสมาชิกในครอบครัว จนเกิดเป็นความรู้สึกอยากไม่ได้อยากอยู่ในครอบครัว และอยากออกมาใช้ชีวิตด้วยตนเอง และเกิดเป็นความรู้สึกแยกกับชีวิตของตนเองและครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ปัจจุบันอาศัยอยู่กับบิดามารดา ปัจจุบันประกอบอาชีพอาจารย์มหาวิทยาลัย โดยมีการวางแผนในการศึกษาต่อปริญญาเอก และย้ายไปใช้ชีวิตในต่างประเทศ

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 7 (ID7) อายุปัจจุบัน 32 ปี ข้อมูลภูมิลำเนาเดิมโตมาในครอบครัวที่มีปัญหาการทะเลาะเบาะแว้ง และการใช้ความรุนแรงในครอบครัว อายุเริ่มต้นในการรับรู้ปัญหา 13 ปี ทักษะคติทางลบในครอบครัว การรับรู้ถึงปัญหาความสัมพันธ์ที่ล้มเหลวของบิดามารดา และเติบโตมาท่ามกลางการใช้ความรุนแรงทั้งจากคำพูด และการทำโดยบิดาและมารดา จนเกิดเป็นความรู้สึกอยากไม่ออกมามีชีวิตอยู่ และอยากออกมาจากครอบครัวของตนเอง ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (บิดาเสียชีวิต) ปัจจุบันอาศัยอยู่กับมารดา

ปัจจุบันประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว โดยมีการวางแผนในการขยายธุรกิจ และศึกษาต่อเพื่อพัฒนา ศักยภาพตามความสนใจของตนเองต่อไป

ผู้ให้ข้อมูลหลักคนที่ 8 (ID8) อายุปัจจุบัน 27 ปี ข้อมูลภูมิลำเนา เดิมโตมาในครอบครัว ที่มีปัญหาการถูกเลี้ยงดูโดยแม่ (เลี้ยงเดี่ยว) และการไม่สื่อสารในครอบครัว อายุเริ่มต้นในการรับรู้ ปัญหา 15 ปี ทศนคติทางลบในครอบครัว การรับรู้ถึงปัญหาความสัมพันธ์ของบิดามารดา และ เดิมโตมาท่ามกลางการปิดบังความสัมพันธ์ที่ล้มเหลวของบิดามารดา จนเกิดเป็นความรู้สึกแค้นกับ ตนเอง และบิดามารดาในการอยู่ร่วมกันในครอบครัว ลักษณะสัมพันธ์ภาพทางครอบครัว บิดา มารดาแยกกันอยู่ ปัจจุบันอาศัยอยู่กับมารดา ปัจจุบันประกอบครูสถานศึกษาเอกชน โดยมีการ วางแผนในการศึกษาต่อ และทำธุรกิจส่วนตัวตามที่ตนเองตั้งใจไว้ให้สำเร็จ

ส่วนที่ 2 กระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน

จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจาก ครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มี กระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน แบ่งออกได้เป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1) รับรู้ และเข้าใจตนเอง ขั้นตอนที่ 2) มองเห็นคุณค่าในตนเอง ขั้นตอนที่ 3) พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ขั้นตอนที่ 4) ค้นพบเป้าหมายในชีวิต โดยรายละเอียด ในแต่ละขั้นมีดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 รับรู้และเข้าใจตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะสามารถยอมรับใน ตนเองและพึงพอใจในตนเองอย่างที่ตนเองเป็นตามความเป็นจริงอย่างสมเหตุสมผล สามารถรับรู้ ถึงข้อดี ข้อเสีย และสามารถยอมรับข้อจำกัดและความผิดพลาดของตนเองได้ ตามสภาพการณ์ จริงของสิ่งที่เกิดขึ้น และมีการจัดการอารมณ์ที่มีต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา รวมถึงมีค่านึงถึง เป้าหมายหรือมีการวางแผนถึงอนาคต

1.1 เราคือใคร

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีการรับรู้เกี่ยวกับ ตนเอง หรือเข้าใจในตัวเอง มีความเข้าใจความรู้สึกนึกคิดและสิ่งที่ตัวเองเป็นอยู่ สามารถยอมรับ ในสิ่งที่ตนเองเป็นได้โดยไม่ต่อต้าน หรือฝืนใจ

“เหมือนเรารู้ตัวเองมาตลอดว่าเราชอบอะไร หรือเราอยากเป็นอะไร ถึงแม้ตอน เราจะไม่มีต้นแบบของชีวิตเลยนะ เพราะพ่อเราเสียไปตั้งแต่เด็ก แต่เราเองก็รับรู้ได้ด้วยตัวเอง เรารู้

ว่าเราต้องทำตัวเองให้ดี ให้แม่เราไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวล เพราะเราเหลือแม่แค่คนเดียว เราเลยอยากให้เราสบาย อยากให้เค้าภูมิใจในตัวเรามากที่สุด” (ID1)

“พ่อแม่เราฟังเรื่องของเราจากทุกคน แต่ไม่เคยมีสักครั้งเลยนะที่เขาจะมาถามเรา ตรงๆ... ในตอนนั้นเรารู้ได้เลยว่าครอบครัว และสังคมรอบข้างเราไม่ได้ยอมรับในตัวตนของเรา ทุกคนคิดว่าเราเป็นสิ่งแปลกปลอมของครอบครัว แต่เราเชื่อเสมอว่าเรามีคุณค่าและเราสามารถยืนหยัดได้ด้วยตนเอง” (ID2)

“ตอนนั้นยอมรับเลยว่าเป็นจุดที่ตกต่ำที่สุดของชีวิตเราเลยนะ...เรายังจำภาพนั้นได้ดีเลย ภาพตอนที่เรากับน้องไปช่วยพ่อแม่ทำงานหาเงิน หลังเลิกเรียนเราไม่เคยได้ใช้เวลาว่างเหมือนเด็กคนอื่นเลยนะ เพราะเราต้องช่วยพ่อแม่ทำงาน แต่เราก็คิดว่าเราต้องมันผ่านพ้นไปให้ได้ เราต้องมีชีวิตที่ดีกว่านี้ให้ได้ ครอบครัวเราต้องสบาย โตขึ้นเราจะต้องประสบความสำเร็จให้ได้” (ID6)

“เราเติบโตมากับภาพจำที่พ่อแม่เราใช้ความรุนแรงใส่กันตลอด ทั้งพูดจากรุนแรงใส่กัน ทำร้ายซ้ำของกระฉายเต็มบ้าน บางครั้งก็ไปถึงการทำร้ายร่างกายกัน สำหรับเราพ่อแม่เป็นคนที่ไม่สามารถเป็นต้นแบบในชีวิตให้เราได้เลยนะ มันเลยทำให้เราได้เห็นเลยว่าเราควรจัดการกับชีวิตของตนเองอย่างไร โตขึ้นมาเราจะเลือกเป็นคนแบบไหน” (ID7)

“มีคนเคยเดินมาบอกเราว่าโตขึ้นเราต้องเป็นเด็กมีปัญหาแน่นอน เพราะเราเติบโตมาในครอบครัวที่มีปัญหา แต่เราจะไม่มีวันเป็นอย่างนั้น เค้าไม่ได้รู้จักเราดีขนาดนั้น เรารู้จักตัวเองดีที่สุด” (ID3)

1.2. เราทำในสิ่งที่เราเป็น

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีการตระหนักรู้ในตนเอง มีความสามารถในการค้นหาตัวเองและเข้าใจตนเอง รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และไม่ต้องการของตนเอง และสามารถเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง สามารถจัดการกับความรู้สึกภายในของตนเองได้ และสามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริงตามลักษณะของตนเอง

“เราเป็นคนที่มีพลังบวกในตัวเยอะมาก เหมือนเพราะเราเคยผ่านประสบการณ์ในชีวิตที่ไม่ดีมาก่อนข้างเยอะในวัยเด็ก มันเลยทำให้เรารู้ว่าพอคนอื่นได้รับสิ่งเหล่านั้นมันจะมีความรู้สึกยังไง มันเลยทำให้เราอยากส่งพลังบวกไปให้คนอื่นให้มากที่สุด” (ID3)

“เราเป็นคนที่ไม่เคยตัดสินใครเลยนะ อาจเป็นเพราะเราเติบโตมากับแม่ที่ชอบตัดสินทุกอย่าง มันเลยทำให้เราบอกกับตัวเองเลยว่าเราจะไม่เป็นคนแบบนั้นเด็ดขาด เราจะไม่ตัดสินคนอื่นเด็ดขาด” (ID2)

“เราก่อนข้างตัวเองรู้มาตั้งแต่เด็กนะว่าเราชอบอะไร เราชอบศิลปะ ถึงแม้เราจะไม่ได้ทำงานศิลปะโดยตรง แต่ทุกอย่างที่เราเลือกทำอย่างน้อยมันต้องเกี่ยวข้องกับศิลปะ” (ID1) “

“เรารู้สึกว่าเราก่อนข้างเป็นคนที่ไม่เอาแต่ใจ ในบางครั้งหรือในบางเรื่องเหมือนกันนะ อาจเป็นเพราะแม่เราเลี้ยงเรามาแบบไม่ยอมทำให้เรารู้สึกขาด เราเลยโดนตามใจมาตั้งแต่เด็ก มันเลยอาจส่งผลให้เราเป็นแบบนี้” (ID8)

1.3. เราภูมิใจในความเป็นเรา

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นความรู้สึกที่รับรู้ว่าคุณค่า ซึ่งจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเอง และการยอมรับนับถือตนเอง และสามารถแสดงออกมาในรูปแบบของทัศนคติในแง่บวกที่มีต่อตนเอง เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลหลักสามารถรับรู้ในคุณค่าของตนเองตามสภาพความเป็นจริงของชีวิต และทำให้สามารถสามารถเผชิญอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างมั่นใจและหาแนวทางแก้ปัญหาให้ผ่านไปได้ด้วยดี

“พอมองย้อนกลับไป มันทำให้เรารู้เลยว่าถึงแม้เราจะไม่ใช่ลูกที่ทำให้พ่อแม่ภูมิใจ แต่เรามั่นใจว่าเราเป็นลูกที่ดี และเป็นลูกที่ทำให้พ่อแม่ไม่ต้องลำบากใจ เราสามารถดูแลตนเองได้ และประสบความสำเร็จในชีวิต” (ID2)

“เราคิดว่าเราสามารถจัดการตัวเองได้ดีในระดับหนึ่งเลยนะ เราไม่เคยทำให้แม่ต้องเสียใจ เราไม่เคยทำให้ครอบครัวต้องเดือดร้อนเลย... เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้น มันเหมือนเป็นบทเรียนชีวิตให้กับเรา ทำให้เราเติบโตขึ้นเป็นเราในทุกวันนี้” (ID3)

“เหมือนพอเรารู้ว่าตัวเราสามารถจัดการกับสิ่งที่มันเกิดขึ้นได้ เราก็ไม่ต้องเอาตัวเองไปจมอยู่กับปัญหาแล้ว... ถึงแม้ตอนนั้นเราอาจจะจัดการได้ไม่หมดทุกเรื่องนะ แต่เราก็คิดว่าเราสามารถจัดการได้” (ID4)

“เรารู้สึกพอใจกับสิ่งที่เรามี และสิ่งที่เราเป็นในตอนนี้นะ เรารู้สึกภูมิใจกับความ เป็นตัวเอง และสิ่งที่มันเกิดขึ้นตลอดทั้งช่วงชีวิตของเรา ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นมันทำให้เราเป็นเรา ในทุกวันนี้” (ID5)

1.4 คนรอบข้างกับความเป็นเรา

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีการรับรู้สถานภาพ ของตนเองได้เป็นอย่างดี และสามารถเข้าใจในสถานภาพของตนเอง ทั้งสถานภาพโดยกำเนิด สถานภาพทางสังคม อีกทั้งยังสามารถรับรู้ถึงสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้น และรู้ถึงหนทางในการ ควบคุมตนเอง และมีการคำนึงผลที่จะตามมาผ่านประสบการณ์ที่เคยเกิดขึ้น และมีการจัดการ อารมณ์ที่มีต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา

“เรารับรู้มาตลอดว่าเราอยู่ในสภาวะครอบครัวแบบไหน พ่อแม่เราเหมือนเป็นขั้ว ตรงข้ามกันแล้วเราอยู่ตรงกลาง พอเรายอมรับตรงนี้ได้ เราก็ต้องปรับตัวเพื่อให้เราอยู่ตรงนี้ได้” (ID7)

“เราถูกเลี้ยงดูมาด้วยตากับยาย แม่เราจะคอยส่งเงินมาให้ แต่ด้วยตาของเราเป็น คนรุนแรง เราจึงจะเห็นภาพเหล่านี้อยู่บ่อยๆตั้งแต่เด็ก” (ID3)

“หลังจากพ่อแม่เราแยกกันอยู่ เรายุ่เองก็ต้องรับผิดชอบทั้งชีวิตของเราและชีวิตของ น้องด้วย เรายุ่เองต้องเข้มแข็งให้ได้มากที่สุด” (ID4)

“เรารู้สึกว่าเราถูกเลี้ยงดูมาด้วยการตามใจ เพราะแม่อาจไม่ยอมให้เราารู้สึกขาด มันเลยทำให้บางครั้งเราอาจดูเหมือนคนที่เอาแต่ใจ คนที่มองโลกแคบไปในบางครั้ง” (ID8)

“ในตอนนั้นที่เราารู้ตัวว่าเราไม่ได้ชอบผู้หญิง คือพ่อเรากลับไม่ว่าอะไรเราเลยทั้งที่ พ่อเป็นคนที่เรากลัวที่สุดในบ้าน แต่แม่เราที่ใจดีและพร้อมเข้าใจเราเสมอ กลับเป็นคนที่ยิ่งให้ เสียใจที่สุด” (ID5)

ขั้นตอนที่ 2 มองเห็นคุณค่าในตนเอง

ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะสามารถมองเห็น คุณค่าในตนเอง และรับรู้ความสามารถของตนเอง สามารถเผชิญอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ที่ผ่าน เข้ามาในชีวิตด้วยความมั่นใจและรู้ว่าตนเองมีความสำคัญ ทำให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างมี

คุณค่า และสามารถตัดสินคุณค่าของตนเองตามประสบการณ์ ความรู้สึก ทักษะ ทักษะที่มีต่อตนเอง สามารถรับรู้ตัวตนเป็นคนอย่างไร มีความรู้ความสามารถ มีลักษณะเฉพาะตนอย่างไร

2.1. เราเชื่อว่าเราทำได้

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับการรับรู้ตัวตนมีความสามารถ และสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จตามเป้าหมาย สามารถเผชิญอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตด้วยความมั่นใจ ปรับตัวได้ดี และสามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

“ไม่ว่าเรื่องอะไรที่เข้ามาในชีวิต เราจะคิดเสมอว่าเราทำได้ เราต้องทำให้ได้ เพราะถ้าเราคิดว่าเราทำไม่ได้ เราก็จะไม่มีวันทำสำเร็จได้เลย” (ID2)

“เรารู้ว่าเราสามารถทำอะไรได้ดี แล้วเราก็จะทำสิ่งนั้นอย่างเต็มที่ เพื่อให้แม่เราไม่ต้องเป็นห่วงไม่ต้องกังวลอะไรในตัวเรา” (ID3)

“เรารู้ว่าเราสามารถทำสิ่งต่างๆ ให้มันดีขึ้นได้ เราารู้สึกว่าทุกอย่างที่เกิดขึ้นมันเป็นแรงผลักดันที่ทำให้เรามีพลัง เราเลยสามารถผ่านพ้นทุกปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตไปได้” (ID5)

“เรารู้ว่าเราต้องทำได้ ถ้าเราตั้งใจทำอย่างเต็มที่...บางทีมันผลมันอาจจะไม่ได้ เป็นอย่างที่เราคาดหวังไว้ แต่ไม่เป็นชีวิตมันมีทางเลือกเสมอ เราก็ต้องลองทำดูใหม่อีกครั้ง” (ID6)

2.2 เรารู้ว่าเราสำคัญกับใคร

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับการยอมรับตนเองอย่างเหมาะสม มีความรู้สึกที่ตนเป็นที่รักของบุคคลอื่น และสามารถรับรู้ตัวตนมีความสำคัญ มีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและสังคม

“เรารู้สึกว่าเราเป็นความสบายใจของทุกคนนะ เพราะเราไม่เคยตัดสินใคร ไม่ว่าจะ เป็นคนที่เราชอบ หรือคนที่เราเกลียด เราไม่เคยแสดงใส่ใคร” (ID2)

“เรารู้ว่าแม่เรารักเรามาก เขาอยากให้เราประสบความสำเร็จ และเขาพร้อมจะสนับสนุนและเป็นพลังให้เราในทุกเรื่อง” (ID3)

“เรารู้สึกว่าเราค่อนข้างได้รับความรักจากครอบครัวเต็มที่นะ อาจเพราะเราเป็นลูกคนโตเราเลยมักจะได้อิทธิพิเศษในชีวิตมากกว่าน้องคนอื่น ๆ อยู่เสมอ” (ID4)

“เรารู้ว่าเราสามารถทำอะไรก็ได้... เราสามารถเป็นคนใกล้เคียงและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในบ้านได้ เราสามารถจัดการตนเองได้ และสามารถเป็นที่พึ่งพาให้แม่และน้องได้” (ID5)

“เหมือนเรารู้ว่าเราสามารถเป็นความสบายใจให้ทุกฝ่ายได้ ไม่ว่าจะกับทั้งพ่อและแม่ หรือกับเพื่อน เพราะเราจะไม่ได้เข้าข้างใคร เราจะไม่ได้ตัดสินใคร เราจะใช้เหตุผลมากกว่าใช้อารมณ์ในการตัดสินใจทุกเรื่องอยู่เสมอ” (ID4)

2.3 ชีวิตเรากำหนดเอง

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองว่ามีอำนาจหรือมีอิทธิพลในการเลือก กำหนด ควบคุมชีวิตของตนเองและเหตุการณ์ต่างๆ รอบตัว และมีความเชื่อมั่นในอำนาจการกระทำของตนเองที่จะก่อให้เกิดผลตามที่ต้องการและมีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเอง

“ไม่สามารถมีใครมาบอกให้เราเป็นอะไรได้... เราสามารถเลือกทางเดินของชีวิตตนเองได้ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นเราเป็นคนเลือกหมด ไม่มีใครมาเลือกให้เรา” (ID2)

“เมื่อก่อนเราเคยคิดนะว่าเราเป็นเด็กที่มีปัญหา แต่พอโตขึ้นเราคิดว่าเรื่องครอบครัวมันไม่เป็นปัญหาในชีวิตเราเลย เพราะเราสามารถเลือกชีวิตของตัวเองได้ เราไม่จำเป็นต้องเอาเรื่องราวในอดีตมาเหนี่ยวรั้งตัวเราในปัจจุบันไว้” (ID7)

“เหมือนตอนนั้นเราถูกความรู้สึกของความขัดแย้งของพ่อแม่ กดทับเรามาตลอดหลายปี สภาพจิตใจเราค่อนข้างแย่ แต่พอถึงจุดหนึ่งเรารู้เลยว่าเราจะพอแล้วกับความรู้สึกแบบนี้ เราก็บอกกับพ่อแม่ไปเลยตรงๆ จากนั้นทุกอย่างก็เริ่มดีขึ้น เรายุ่เองก็สบายใจมากขึ้น” (ID4)

“อะไรที่เราตั้งเป้าหมายหรือตั้งใจไว้ มันสำเร็จหมดทุกอย่างเลยนะ บางทีตอนที่เรายุ่กันเพื่อนเราอาจมองว่าเราคิดมากไป แต่ความจริงคือเราสามารถทำได้หมดทุกอย่างเลยนะ เพราะเราทำมันอย่างสุดตัวจริงๆ” (ID1)

2.4. เรา รู้จักตัวเอง ดีที่สุด

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวสอดคล้องกับศีลธรรม จริยธรรม ค่านิยม และมีการมองโลกในแง่ดี พอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ และมีการแสดงออกของความคิดที่ถูกต้องตามบรรทัดฐานของสังคมผ่านการคิดไตร่ตรองด้วยตนเอง

“ถึงเราจะเป็นแบบนี้ แต่เราเป็นเด็กที่ตั้งใจเรียนนะ เราเรียนเก่งทุกวิชา เราไม่เคยออกนอกกลุ่มนอกทางเลย... เราเลยรู้สึกว่าชีวิตนี้เราไม่มีอะไรที่ติดค้างแล้ว เพราะเราได้ทำในทุกอย่างได้ตามที่ตั้งใจแล้ว ไม่มีอะไรให้พ่อแม่เป็นห่วงแล้ว” (ID2)

“เราเป็นเด็กที่เชื่อฟังพ่อแม่มาตลอดนะ ถึงแม้ตอนนั้นพ่อแม่เราอาจจะไม่ใช่พ่อแม่ที่ดีเท่าไร... มันเลยทำให้เราเห็นภาพสะท้อนว่าทุกคนต่างมีข้อดีและข้อเสียต่างกันไม่ว่าจะพ่อแม่หรือตัวเราเอง ต่างมีทั้งข้อดีและข้อเสียเหมือนกันทั้งนั้น” (ID7)

“เราเป็นเด็กที่ไม่มีปัญหาอะไร ไม่เคยเที่ยวเตร่เกเร เราตั้งใจเรียนมาก เรามั่นใจเลยว่าเราเป็นเด็กที่มีคุณภาพคนหนึ่งเลยนะ เราไม่เคยทำให้แม่ต้องทุกข์ใจเลย” (ID2)

“ทุกครั้งที่มีความไม่พอใจไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่บ้าน หรือเรื่องของเพื่อน เราจะชอบอยู่ตรงกลางเสมอในทุกเรื่อง เราไม่ชอบตัดสินใครหรือทำให้ใครไม่สบายใจ เพราะเราอยากเข้าใจทุกคนให้ได้มากที่สุด” (ID4)

“เรา รู้สึกว่าเราเป็นคนที่ไม่เคยมีปัญหาเกี่ยวกับใครนะ ทั้งในแง่ของการทำงานและการใช้ชีวิต ด้วยความที่เราอาจเคยผ่านเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตมา มันเลยทำให้เราค่อนข้างเป็นคนที่ไม่เห็นอกเห็นใจคนอื่นมาก” (ID5)

“จริงๆ เราเป็นคนใจดีนะ ใจดีกันทั้งบ้านเลย เหมือนเราไม่เคยคาดหวัง หรือคิดว่าเราทำอะไรให้ใครแล้วเราต้องได้รับสิ่งนั้นกลับมา เหมือนทำให้แล้วก็แล้วไป ใครจะดีหรือไม่ดีกับเราก็เรื่องของเขา” (ID1)

ขั้นตอนที่ 3 พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับบทบาทและความเป็นอัตลักษณ์เฉพาะตนในการแสดงออก มีการรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใคร และสามารถประเมินหรือตัดสินใจได้ด้วยตนเองว่าจะดำเนินชีวิตไปใน

ทิศทางใด เป็นการสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว ได้ประเมินตนเอง ประเมินโดยบุคคลอื่น และการประเมินนี้จะสะท้อนกลับให้เห็นถึงการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลหลัก ให้เกิดความภาคภูมิใจในบทบาทของตนเอง ตรงเนื้อส่วนนี้ยังไม่ปรากฏเนื้อความที่จะแสดงให้เห็นหรือสะท้อนอ้อมย้อยของเราไม่ว่าจะเป็น ความผูกพัน ความรู้สึกสำคัญ ความเด่นอัตลักษณ์ และการเลือกบทบาท

3.1. เพราะมีเราจึงมีเขา

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความรู้สึกผูกพันกับสมาชิกในครอบครัว หรือกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งซึ่งมีความสัมพันธ์ด้วยในช่วงวัยเด็ก และเกิดเป็นการพัฒนาอัตลักษณ์เฉพาะตน ซึ่งการมีอัตลักษณ์เฉพาะตนนี้ จะส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักมีความยึดมั่นต่อการเป็นคนประเภทนั้น และเกิดเป็นการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของตนเองขึ้นมา

“เรารู้สึกว่าที่เราเป็นเราในทุกวันนี้เราขอบคุณทุกอย่างทั้งพ่อและแม่นะ แต่สุดท้ายแล้วสิ่งที่ยึดเหนี่ยวใจเรามากที่สุดก็คือแม่ แม่เป็นเหมือนทุกอย่างทุกอย่างในชีวิตเรา สิ่งที่แม่มีให้เราตั้งแต่เด็กมันคือความเข้าใจ เข้าใจทั้งความเป็นพ่อและความเป็นเรา แม่เป็นที่พึ่งพาให้เราเสมอตั้งแต่เด็กจนโต แม่ทำให้เราเข้าใจในตัวพ่อและเข้าใจในตัวเราเอง มันเลยทำให้เราเป็นเราที่ภูมิใจในตัวเองในทุกวันนี้” (ID5)

“ตอนที่พ่อเราเสีย เรารับรู้ได้เลยว่าการที่เราเป็นเราในทุกวันนี้ อัตลักษณ์ทั้งหมดของเราได้มาจากทั้งพ่อและแม่จริงๆ ตอนเด็กๆเราเคยคิดว่าเราไม่ได้อยากเป็นเหมือนทั้งพ่อและแม่ แต่พอมาคิดดูการที่เราเป็นเราในทุกวันนี้มันเกิดจากเรื่องราวหรือเหตุการณ์ในชีวิตทั้งหมดที่เราเคยผ่านมาแล้ว” (ID7)

“ตอนเด็กเราอยู่กับตายาย แม่เราต้องไปทำงานต่างจังหวัด เพราะเราเห็นภาพของการใช้ความรุนแรงมาตั้งแต่เด็ก เราเห็นภาพที่ตาใช้ความรุนแรงกับยายจนกลายเป็นเรื่องปกติ ตอนนั้นเราทำอะไรไม่ได้เลย...แต่เรายังมีแม่ที่คอยเป็นกำลังใจและเป็นแรงผลักดันในชีวิตให้เราเสมอ เราว่าเราเป็นเรามีทุกวันนี้ได้เพราะความรักจากแม่เลยนะ แม่เป็นเหมือนทุกอย่างในชีวิตของเรา เป็นต้นแบบชีวิต เป็นเพื่อน เป็นครอบครัว เป็นทั้งหมดของเราเลย เพราะถ้าไม่มีความรักจากแม่ ตอนนี้อาจกลายเป็นเราในอีกรูปแบบหนึ่งไปเลยก็ได้ ...” (ID3)

“ที่เราเป็นเราในทุกวันนี้ ส่วนหนึ่งเพราะเรามีต้นแบบเป็นพ่อเรานะ พ่อเราเป็นหัวหน้าครอบครัว พ่อเราเป็นคนที่สู้ชีวิตมาก เป็นคนที่ไม่เคยยอมแพ้เลย...เพราะเราเห็นพ่อเหนื่อยมาตลอด เราคิดว่าเขาพยายามมาหนักขนาดไหน เพื่อเลี้ยงดูเรามาจนขนาดนี้ มันเลยทำให้เราโตขึ้นมาเป็นคนที่สู้ชีวิตมาก เพราะเราไม่อยากจะเห็นเขาต้องลำบาก มันเลยทำให้เราอยากประสบความสำเร็จในชีวิตให้ได้ เพราะเราอยากให้ครอบครัวเราสบาย” (ID6)

3.2 เราคือเราที่ดีที่สุด

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความพึงพอใจในอัตลักษณ์ของตนเอง เนื่องจากการประเมินภาพรวมทั้งหมดของประสบการณ์หลายอย่างที่ผ่านมาในชีวิตทั้งด้านบวกและด้านลบ โดยมีการตระหนักถึงความสำคัญ หรือเห็นคุณค่าของการมีอัตลักษณ์นั้นๆ ที่ตนเองแสดงออกมา และเกิดเป็นความรู้สึกมีความสุขหรือความพึงพอใจเมื่อได้รับความสำเร็จ หรือได้รับสิ่งที่ต้องการในชีวิต

“เราว่าเราพอใจในอัตลักษณ์ของเราในทุกวันนี้นะ เพราะไม่มีอะไรที่ติดค้างในใจแล้ว เราไม่มีอะไรที่อยากเปลี่ยนแปลงแล้ว เราได้ทำในสิ่งที่เราอยากหมดแล้ว” (ID1)

“เราภูมิใจในตนเองนะ เพราะคิดว่าการที่เราเป็นเราในทุกวันนี้ ส่วนหนึ่งก็มาจากการที่เราเติบโตมาในครอบครัวที่ไม่ยอมรับในตัวตนของเรา มันเลยทำให้เราเติบโตมาเป็นคนที่ยอมรับและพร้อมเข้าใจทั้งตัวเองและคนอื่นเสมอ ถ้าย้อนเวลากลับไปได้เราเองก็ไม่อยากจะทำอะไรเลย” (ID2)

“เรารู้มาตลอดว่าเราชอบอะไร เราอยากเป็นอะไร ถึงแม้ตอนนั้นที่บ้านเราจะไม่มีเงิน แต่เราก็ต้องดิ้นรนจนหาทางให้ตัวเองไปถึงจุดนั้นให้ได้ เพราะเราเชื่อว่าเราสามารถทำได้ เราจะไม่วันยอมแพ้ ถ้าพ่อแม่ ถ้าครอบครัวเรายังไม่สบาย มันเลยอาจทำให้เราเป็นเราที่เติบโตมาเป็นคนแบบนี้” (ID6)

“พอได้ลองมองย้อนกลับไปมันทำให้เราภูมิใจในตัวเองมากนะ เพราะเราผ่านอะไรมาเยอะมาก กว่าเราจะมาเป็นเราในทุกวันนี้ พอเรารู้ว่าเราสามารถทำอะไรได้ดี เราจะเรียนรู้ที่จะชื่นชมตัวเอง และมองหาสิ่งที่ดีของคนอื่น และชื่นชมคนอื่นเหมือนกัน” (ID7)

“เรารู้สึกว่าเราพอใจกับอัตลักษณ์ที่เราเป็นในทุกวันนี้มากนะ หากย้อนเวลากลับไปได้เราเองไม่ได้อยากไปเปลี่ยนแปลงอะไรในอดีตแล้วนะ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในวันนั้น มันทำให้เราเป็นเราในทุกวันนี้มันทำให้เราเติบโตอย่างเข้มแข็ง”

3.3 ความแตกต่างที่สมบูรณ์แบบ

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีการนำอัตลักษณ์ใดอัตลักษณ์หนึ่งของสมาชิกในครอบครัว หรืออัตลักษณ์ของบุคคลใดบุคคลหนึ่งซึ่งมีความสัมพันธ์ด้วยในช่วงวัยเด็กมาใช้ในการแสดงออกกับบุคคลอื่นๆ หรือในสถานการณ์ทางสังคมอื่นๆ ที่แตกต่างกัน โดยจะมีการแสดงออกถึงอัตลักษณ์ที่โดดเด่น หรืออัตลักษณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกที่จะยึดถือหรือปฏิบัติตาม

“ด้วยความที่เรารับรู้มาตลอดว่าครอบครัวเราไม่ใช่ครอบครัวที่สื่อสารกันเยอะ เป็นครอบครัวที่ไม่ค่อยสนุกเฮฮา ตรงนี้เรารู้ว่ามันก็ทำให้เราเหมือนกลายเป็นคนที่ชอบฟังมากกว่าพูดนะ กลายเป็นคนที่ชอบรับฟังคนอื่น เวลาใครมีปัญหาอะไรถึงแม้เราอาจจะไม่ใช่ที่ปรึกษาที่ดี แต่เรามั่นใจว่าเราเป็นผู้ฟังที่ดีนะ” (ID8)

“เราถูกเลี้ยงดูมาแบบพ่อเป็นใหญ่ในบ้าน พ่อจะคอยควบคุมและจัดการทุกอย่างในชีวิตของเราตลอด ในตอนนั้นเราอมรับเลยว่าเราเกลียดพ่อมาก แต่พอโตขึ้นมันกลับทำให้เราสามารถเอาตัวรอดได้ในทุกสถานการณ์ มันทำให้เราเป็นเราที่แข็งแกร่งและอดทนกับทุกอย่างในชีวิตได้มากกว่าคนอื่น เราปฏิเสธไม่ได้เลยว่าเราได้สิ่งนี้มาจากพ่อ มันเหมือนส่วนหนึ่งที่ทำให้เราเป็นเราในทุกวันนี้” (ID5)

“เพราะพ่อแม่เราเป็นคนที่มีมองโลกในแง่บวกเสมอ มันเลยทำให้เราได้รับสิ่งนี้มาตลอดตั้งแต่เด็ก เพราะไม่ว่าจะเกิดเรื่องอะไร พ่อแม่เราก็หามุมมองที่ดีของปัญหาที่เกิดขึ้นได้เสมอ ทั้งตอนที่บ้านเรามีหรือไม่มีพ่อแม่เราก็ยังเป็นเหมือนเดิม มันเลยค่อนข้างส่งผลให้เราเป็นคนที่มีมองโลกในแง่บวกตั้งแต่ตอนนั้นมาจนถึงทุกวันนี้” (ID6)

3.4. เพราะชีวิตลิขิตเอง

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีการเลือกที่จะปฏิบัติตาม หรือปฏิเสธบทบาทใดบทบาทหนึ่งของสมาชิกในครอบครัว หรือของบุคคลใดบุคคล

หนึ่งซึ่งมีความสัมพันธ์ด้วยในช่วงวัยเด็ก มาพัฒนาเป็นอัตลักษณ์แห่งตน หรือใช้ในการสะท้อนกลับให้ตนเองเกิดความภาคภูมิใจในบทบาทของตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกถึงเป็นปมเด่นในบทบาท

“เพราะเราเห็นการใช้ความรุนแรงในครอบครัวมาตั้งแต่เรายังเด็ก มันเลยทำให้เรารู้เลยว่าเราจะไม่มีทางเป็นคนแบบนั้น และเราจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับคนแบบนั้นเด็ดขาด ทั้งหมดนี้มันเลยทำให้เราเติบโตขึ้นมาเป็นคนที่เข้าใจและเห็นใจผู้อื่นอยู่เสมอ” (ID3)

“เรารู้สึกว่าเรื่องของครอบครัวค่อนข้างส่งผลกับชีวิตและอัตลักษณ์ของเรามาก เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นมันอยู่ในตัวของเรา มันคือตัวตนของเราในทุกวันนี้ เพราะเราเคยผ่านจุดที่พ่อแม่ทะเลาะกัน ด้วยเรื่องที่ไม่มีเหตุผลมาตลอด ชอบว่ากัน ชอบมองในมุมที่ไม่ดีของกันและกัน มันเลยส่งผลให้เราเป็นเราที่มองเห็นตัวเองและคนอื่นมากขึ้น มันทำให้เราเป็นคนที่มีความเห็นและผลมากขึ้น มันเลยหล่อหลอมให้เราเป็นคนแบบนี้” (ID4)

“เพราะพ่อเราต้องออกไปทำงานข้างนอก ตั้งแต่เด็กเราเลยใช้เวลาอยู่กับแม่เป็นส่วนใหญ่...แม่เราเป็นคนที่ซื่อโหด เป็นคนที่อารมณ์ร้อนและเอาแต่ใจมาก มันเป็นเรื่องที่เรารับรู้และได้รับมาโดยตลอด พอโตขึ้นมันทำให้เรารู้เลยว่าเราจะไม่มีทางเป็นแบบแม่เด็ดขาด เราจะไม่เป็นคนแบบนั้น” (ID7)

ขั้นตอนที่ 4 ค้นพบเป้าหมายของชีวิต

การวางเป้าหมายมุ่งอนาคต เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ในการแสดงออก การประพฤติปฏิบัติตนในการจัดการตนเอง โดยมีการวางแผน การดำเนินการตลอดจนมีความอดทน ความเพียรพยายาม เพื่อก้าวข้ามผ่านอุปสรรค จนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต โดยคำนึงถึงผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้น โดยบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะมีความสามารถในการวางแผนล่วงหน้า สามารถคาดการณ์ถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้น มีความอดทนและสามารถควบคุมตนเองจากการกระทำที่ไม่เหมาะสม มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตนเองได้

4.1 แรงผลักดันสู่การมีชีวิตที่ตั้งใจ

ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีการตั้งเป้าหมายของตน โดยอาศัยแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอก ที่แต่ละบุคคลได้พบเจอจาก

ประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา เพื่อให้ชีวิตบรรลุเป้าหมาย ด้วยความมุ่งมั่นและความพยายามเพื่อให้ประสบความสำเร็จ เพื่อให้ตนเองพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น

“เรารู้สึกว่าเราจะต้องไปถึงจุดนั้นให้ได้ เราเลยพยายามใช้ชีวิตในตอนนี้อย่างดีที่สุด พยายามใช้ชีวิตในแต่ละวันให้ดีที่สุด เพื่อวันหนึ่งเราจะได้ไม่ต้องรู้สึกติดค้างอะไร” (ID8)

“เพราะเราทำให้พ่อแม่ผิดหวังมาตลอดในเรื่องที่เขาคาดหวังไว้ เราเลยรู้สึกว่าเราอยากทำให้พ่อแม่ภูมิใจในตัวเรา เราอยากทำอะไรที่มันทดแทนสิ่งที่เราทำให้เขาผิดหวัง...อยากทำให้พ่อแม่สบายและไม่ต้องห่วงอะไรเรา” (ID5)

“เรารู้ว่าเราอยากมีชีวิตแบบไหน อยากไปอยู่ในจุดไหนจุดไหน มันเลยทำให้เรามีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน” (ID7)

“เราอยากเป็นความมั่นคงของครอบครัวนะ มันเลยทำให้เรามีแรงผลักดันในการใช้ชีวิต ไปให้ถึงจุดที่เราตั้งใจไว้ได้” (ID4)

“เรารู้ว่ามาตลอดว่าแม่ตามใจเราทุกอย่าง มันเลยทำให้เราคิดว่า เราอยากทำอะไรให้แม่บ้าง เราอยากให้แม่ได้พักผ่อน เราอยากพาแม่ไปเที่ยว ไปกันสามคนเราแม่ น้อง” (ID8)

“เพราะครอบครัวเราเคยอยู่ในจุดที่ลำบากมาก จุดที่ไม่มีเงิน จุดที่ตกต่ำที่สุดในชีวิต มันเลยทำให้เราตั้งปฏิญาณกับตัวเองเลยว่า เราจะไม่มีวันกลับไปอยู่ในจุดนั้นอีก” (ID6)

4.2 ตั้งมั่นและตั้งใจไปสู่เป้าหมาย

หลังจากผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ได้มีการการตั้งเป้าหมายชีวิตในขั้นตอนแรกแล้ว จากนั้นจึงนำมาสู่การวางแผนเพื่อไปสู่อนาคต โดยอาศัยความรู้ที่มีเพื่อเป็นหนทางนำไปสู่เป้าหมายโดยมีการตั้งเป้าหมายหรือมีวิธีการที่ตนวางไว้ให้บรรลุเป้าหมาย และนำมาสู่กระบวนการในการประเมินผลลัพธ์ที่ต้องการ ว่าตนเองสามารถประสบความสำเร็จ และมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตนเองได้

“เราต้องตั้งใจเรียนเพื่อให้เรามีชีวิตที่ดีขึ้น เพื่อให้เราประสบความสำเร็จในชีวิต เพื่อให้เราทำได้ทำและในเป็นในสิ่งที่เราอยากเป็น” (ID2)

“เราตั้งใจว่าเราต้องประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งอาจเป็นการที่เรามีงานที่ดีที่สามารถอยู่ด้วยตัวเองได้ แม่เราจะได้สบายใจ แม่เราจะได้สบายใจ” (ID3)

“ตั้งแต่เรียนจบมาเราก็ตั้งใจทำงานเก็บเงินมาตลอด เพราะเราอยากทำให้พ่อแม่ภูมิใจในตัวเรา มันเหมือนเป็นแรงผลักดันในชีวิต เป็นความพยายามที่ทำให้เราอยากประสบความสำเร็จในชีวิต” (ID5)

“เราคิดว่าเราต้องทำได้ เราต้องผ่านมันไปให้ได้ แล้วเราต้องหาแนวทางที่สามารถเป็นไปได้ และไม่เป็นภาระกับคนอื่นมากที่สุด” (ID2)

“เราคิดว่าชีวิตเรามันต้องดีกว่านี้ให้ได้ ไม่ว่าจะยังไงเราต้องจะพยายามหาทางทำให้มันดีให้ได้ ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง” (ID7)

“ถ้าเราให้โอกาสตัวเอง และเราคิดว่าทุกสิ่งที่เราทำมันจะต้องดี มันจะต้องเติบโต และถึงแม้ว่ามันจะไม่สำเร็จ แต่อย่างน้อยเราก็ได้ลงมือทำ” (ID3)

“เพราะถ้าเราทำทุกสิ่งทุกอย่างให้ดีที่สุดแล้ว ถ้ามันจะเกิดอะไรขึ้นในอนาคตเราก็ไม่รู้รู้สึกเสียใจ เพราะเราได้ทำให้มันเกิดขึ้นแล้ว” (ID4)

“ถ้าเราตั้งใจทำอะไรแล้วเราจะไปให้สุดทาง เพราะเราไม่มีทางรู้เลยว่าอนาคตมันจะเกิดอะไรขึ้น แต่ตอนนี้เราทำได้เท่านี้ เราก็ถือว่าเป้าหมายเราสำเร็จไปครึ่งหนึ่งแล้ว” (ID5)

สรุปได้ว่าจากกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ที่เกิดขึ้นภายใต้ทัศนคติทางลบในครอบครัว เป็นกระบวนการที่ทำงานร่วมทั้งความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งเป็นผลจากการที่บุคคลเกิดการยอมรับในตนเอง และมองเห็นคุณค่าในตนเอง และนำมาสู่การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสมในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น และเกิดเป็นการวางเป้าหมายมุ่งอนาคตต่อไป โดยเป็นกระบวนการทำงานของจิตใจภายหลังจากที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ผ่านประสบการณ์ หรือเหตุการณ์ที่เป็นทัศนคติทางลบในครอบครัว โดยผู้ให้ข้อมูลหลักจะเกิดการทำความเข้าใจในความรู้สึกที่เกิดขึ้น เกิดการใช้ความคิดในการประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และเมื่อเข้าใจถึงความรู้สึกทางลบที่เกิดขึ้น จึงสามารถพิจารณาได้ด้วยตนเองว่า การอยู่กับปัญหาหรืออยู่กับทัศนคติทางลบที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการแก้ปัญหาที่ไม่ถูกต้อง จึงนำมาสู่การจัดการความคิดและความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนมีการเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม และเป็นพฤติกรรมที่ไปในเชิงบวก จึงก่อให้เกิดการตัดสินใจในการก้าวข้ามผ่าน และเกิดเป็นความภาคภูมิใจในตนเองตามมา และจึงนำมาสู่การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสม และมั่นคงในช่วงวัยผู้ใหญ่

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความเข้าใจในตนเอง และมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน ตลอดจนมีการตัดสินใจต่างๆ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา และมีการรับรู้ และมีความเข้าใจทั้งต่อตนเองและผู้อื่นอย่างเหมาะสม ดังนั้น ในการศึกษาประสบการณ์การ พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวนั้น ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงสามารถสะท้อนให้ผู้วิจัยได้เห็นถึงกระบวนการ หรือรูปแบบการปรับตัวของผู้ให้ข้อมูลหลักในการ พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน อีกทั้งยังเป็นการแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากภาพรวมที่มาจากหลากหลายมิติ ทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้อง กับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และประสานกับปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้เกี่ยวกับการใช้ ชีวิตในสังคมที่พวกเขาอยู่ ค่านิยม ความคาดหวังจากคนในครอบครัวและคนรอบข้าง

จากการศึกษากระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า แนวทางในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น มีการเริ่มสร้างและมีการพัฒนาขึ้น ตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นไปจนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ โดยมีการทำงานร่วมกันทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับ อารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ผสานรวมกับปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับ การรับรู้และการเข้าใจตนเอง การมองเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนความคาดหวังจากคนใน ครอบครัวและสังคมรอบข้าง ซึ่งเป็นอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมที่แต่ละบุคคลได้เคยประสบพบเจอมา ในละช่วงวัยต่างๆ ของชีวิต ที่ถือเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะนำไปสู่การเกิดกระบวนการในการ พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และเป็นการสะท้อนให้บุคคลได้สังเกตเห็นถึง ความสามารถในการควบคุม ตนเอง ตลอดจนมีความอดทน ความเพียรพยายาม เพื่อให้ตนเองสามารถก้าวข้ามผ่านอุปสรรค จนบรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต จนเกิดเป็นรูปแบบหรือกระบวนการดังกล่าว ในการพัฒนา ความเป็นอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจาก ครอบครัว ซึ่งสะท้อนให้เห็นผ่านประสบการณ์และการประเมินตนเองของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่าน ประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบในครอบครัวที่แตกต่างกัน ดังมีรายละเอียดดังนี้

1) รับรู้และเข้าใจตนเอง คือการที่บุคคลพึงพอใจในตนเองอย่างที่เป็นตามความเป็นจริงอย่างสมเหตุสมผล โดยการยอมรับในความไม่สมบูรณ์พร้อมของตนเองในด้านต่างๆ และยอมรับในข้อจำกัดของชีวิตครอบครัวตามสภาพการณ์จริงของสิ่งที่เกิดขึ้นในตอนนั้น รวมไปถึงมีการจัดการกับอารมณ์ที่มีต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา และสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองในการเลือกสิ่งต่างๆ ในชีวิต 2) มองเห็นคุณค่าในตนเอง คือการที่บุคคลสามารถเผชิญอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตด้วยความมั่นใจและรู้ว่าตนเองมีความสำคัญ และสามารถ

ดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณค่า จนนำมาสู่ 3) พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน คือการที่บุคคลมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับบทบาทและความเป็นอัตลักษณ์เฉพาะตนในการแสดงออก มีการรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใครและสามารถประเมินหรือตัดสินใจได้ด้วยตนเองว่าจะดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด ซึ่งการประเมินนี้จะสะท้อนกลับให้ตนเองเกิดความภาคภูมิใจในบทบาทของตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกเป็นปมเด่นในบทบาท และความรู้สึกนี้เองที่ทำให้อัตลักษณ์ของบุคคลนั้นมีการพัฒนาได้สูงขึ้น 4) ค้นพบเป้าหมายในชีวิต คือการที่บุคคลมีปัจจัยในการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคตของตนเอง เช่น การเลือกอาชีพ การเลือกคู่ครอง ไปจนถึงการเลือกหนทางของชีวิตตนเอง และมีการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่เหมาะสมในช่วงวัยอื่นๆ ต่อไป



บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จากประชากรชาย-หญิง ช่วงอายุประมาณ 21-39 ปี ที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยมีผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) จำนวนทั้งหมด 8 ราย ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ผู้วิจัยจะเริ่มเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามภูมิหลังเบื้องต้น ที่เป็นแบบสอบถามแบบตรวจคำตอบ (Checklist) เพื่อให้ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมวิจัย และทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ RQ (Resilience Quotient) (กรมสุขภาพจิต, 2552) ซึ่งจะประเมินจากความสามารถของบุคคลทั้ง 3 ด้าน คือ 1) ด้านความทนต่อแรงกดดัน 2) ด้านการมีความหวังและกำลังใจ และ 3) ด้านการจัดการ โดยมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีคะแนนผ่านเกณฑ์ในเบื้องต้น ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนน อยู่ในระดับคะแนนระหว่าง 55-69 (เกณฑ์ปกติ) ไปจนถึง 69 ขึ้นไป (สูงกว่าเกณฑ์ปกติ) ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับที่บุคคลสามารถมีความเข้มแข็งทางใจ เพื่อนำมาสู่กระบวนการในการทำแบบสอบถาม (Self – Reflection) โดยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักได้สะท้อนเกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน เพื่อเป็นการแสดงให้เห็นถึงเจตคติที่บุคคลมีทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านรูปแบบของการสะท้อนการตนเอง และเป็นการตอบคำถามที่เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถตอบได้อย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้คำตอบที่แน่นอนสมบูรณ์และตรงกับสภาพความเป็นจริงที่สุด เพื่อนำไปสู่กระบวนการในการสัมภาษณ์รายบุคคลต่อไป โดยมีรูปแบบเป็นการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และมีการใช้เทคนิคการเก็บข้อมูลแบบการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยมีการเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ 2565 – เมษายน 2564 ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ครั้งละ 45-60 นาที ทั้งนี้ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวม และสามารถนำไปสรุปประเด็นต่างๆ ดังนี้

- 1.สรุปผลการวิจัย
- 2.อภิปรายผลการวิจัย
- 3.ข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวินิจฉัยครั้งนี้มุ่งเน้นเพื่อศึกษากระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยผลจากการศึกษาวินิจฉัยผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ทำให้ผู้วิจัยได้ข้อสรุปเกี่ยวกับประสบการณ์ในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน โดยพบว่ากระบวนการทั้งหมด 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1) รับรู้และเข้าใจตนเอง ขั้นตอนที่ 2) มองเห็นคุณค่าในตนเอง ขั้นตอนที่ 3) พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ขั้นตอนที่ 4) ค้นพบเป้าหมายในชีวิต จากการศึกษากระบวนการทั้งหมดในช่วงต้นนี้ ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า แนวทางในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น มีการเริ่มสร้างและมีการพัฒนาขึ้นตั้งแต่ช่วงวัยรุ่น และต่อเนื่องไปจนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ โดยมีการทำงานร่วมกันทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ผสานรวมกับปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และการเข้าใจตนเอง การมองเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนความคาดหวังจากคนในครอบครัวและสังคมรอบข้าง ซึ่งเป็นอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมที่แต่ละบุคคลได้เคยประสบพบเจอมา ในละช่วงวัยต่างๆ ของชีวิต ที่ถือเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะนำไปสู่การเกิดกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และเป็นการสะท้อนให้บุคคลได้มองเห็นถึง ความสามารถในการควบคุมตนเอง ตลอดจนมีความอดทน ความเพียรพยายาม เพื่อให้ตนเองสามารถก้าวข้ามผ่านอุปสรรคจนบรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต จนเกิดเป็นรูปแบบหรือกระบวนการดังกล่าว และสามารถชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของกระบวนการฟื้นฟูพลังทางด้านจิตใจ (Resilience) และการก้าวผ่านความเจ็บปวดหลังจากแต่บุคคลเผชิญประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ Post-traumatic Growth (PTG) แต่ละบุคคลต่างมีกระบวนการ หรือมีรูปแบบในการปรับตัวที่แตกต่างกันไปอย่าง เป็นปัจเจก ทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ การใช้ชีวิต ค่านิยม สังคมและสภาพแวดล้อม ผ่านการศึกษาในรูปแบบของการทำวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งเป็นการศึกษาความจริงจากประสบการณ์ของผู้ที่เคยผ่านประสบการณ์เหล่านี้มาจากครอบครัว และสามารถฟื้นฟูพลังกาย พลังใจ ตลอดจนมีความยืดหยุ่นในการใช้ชีวิตได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสมตามช่วงวัย และตามขั้นพัฒนาการในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น กล่าวคือ มีการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่มั่นคง และพร้อมสำหรับการทำงาน เข้าร่วมสังคม หรือการมีความรัก ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีของ Erikson (1968) ซึ่งอยู่ในช่วงการพัฒนาขั้นที่ 6 คือ บุคคลที่มีช่วงอายุระหว่าง 21-39 ปี ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ประกอบไปด้วย ปัจจัยการมีความสัมพันธ์และความโดดเดี่ยว (Intimacy vs Isolation) แต่ละบุคคลนั้นจะมีการสร้างสัมพันธ์

ด้วยศักยภาพ มีการพัฒนาอัตลักษณ์และความมั่นใจที่ดี และนำไปให้เกิดการช่วยเหลือและหล่อหลอมมิตรภาพให้สมบูรณ์เพื่อเตรียมพร้อมในการเป็นผู้แบ่งปันในขั้นพัฒนาการต่อไป

2. อภิปรายผล

เมื่อผู้วิจัยได้ค้นพบกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยเป็นกระบวนการที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ถ่ายทอดผ่านประสบการณ์ที่เกิดขึ้น โดยพบว่าในการพัฒนาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีกระบวนการทั้งหมด 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1) รับรู้และเข้าใจตนเอง ขั้นตอนที่ 2) มองเห็นคุณค่าในตนเอง ขั้นตอนที่ 3) พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ขั้นตอนที่ 4) ค้นพบเป้าหมายในชีวิต ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ขั้นตอนในแต่ละกระบวนการ ดังมีรายละเอียดดังนี้

กระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน

ขั้นตอนที่ 1 รับรู้และเข้าใจตนเอง

รับรู้และเข้าใจตนเอง เป็นความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นภายหลังจากที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว โดยเป็นความรู้สึกที่ผู้ให้ข้อมูลหลักมีต่อตนเองในฐานะที่เป็นบุคคลๆหนึ่ง ที่เข้าใจตนเองและชีวิตรวมถึงสภาพการณ์ของสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว และสามารถตัดสินใจและรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนั้นๆ ได้ด้วยตนเอง รวมถึงมีค่านึงถึงเป้าหมายหรือมีการวางแผนถึงอนาคต อันจะส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้ศักยภาพของตนเองอย่างเต็มความสามารถ จนเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและเห็นคุณค่าในตนเอง ทำให้มีความสัมพันธ์ที่ดีกับสังคม รวมทั้งกับคนรอบข้าง ตลอดจนสามารถสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับ Spencer A. Rathus และ Jeffrey S. Nevid (1995) กล่าวว่า การยอมรับตนเองและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตัวเองที่มีความสัมพันธ์กับสังคม การยอมรับตนเองเกิดขึ้น เนื่องจากกิริยาและปฏิกิริยาที่บุคคลอื่นมีกับตนเอง และมีอิทธิพลต่อแนวทางที่ตนเองจะปฏิบัติต่อบุคคลอื่น โดยบุคคลที่มีการยอมรับตนเองจะรู้สึกเป็นอิสระ มีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างเป็นธรรมชาติ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์ (2555) พบว่า การยอมรับตนเองเป็นความรู้สึกของบุคคลที่แสดงให้เห็นความพึงพอใจในตนเอง โดยไม่บิดเบือนลักษณะจริงของตนเอง รู้ข้อดีและข้อจำกัดในด้านต่างๆ ของตนเอง และตระหนักรับรู้คุณค่าของตนเอง เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ปภาววุฒิ สุจินตามณีชัย และ คณะ (2558) พบว่า การยอมรับตนเอง เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งส่งผลให้ตระหนักรู้ถึงคุณค่า

ภายในตนเองและคุณค่าของบุคคลอื่น โดยบุคคลที่มีการยอมรับตนเองที่ดี ช่วยส่งเสริมให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถในการพัฒนาจิตใจของตนเอง ทำให้รับรู้และเข้าใจจุดมุ่งหมายในชีวิตของตนเอง และสามารถดำเนินชีวิตตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีการยอมรับในตนเอง จะสามารถยอมรับในตนเองและพึงพอใจในตนเองอย่างที่เป็นตามความเป็นจริงอย่างสมเหตุสมผล สามารถรับรู้ถึงข้อดี ข้อเสีย และสามารถยอมรับข้อจำกัดและความผิดพลาดของตนเองได้ รวมถึงสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนั้นๆ ตามสภาพการณ์จริงของสิ่งที่เกิดขึ้น มีการเลือกที่จะปฏิเสธ และการจัดการอารมณ์ที่มีต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา รวมถึงมีค่านึงถึงเป้าหมายหรือมีการวางแผนถึงอนาคต

ขั้นตอนที่ 2 มองเห็นคุณค่าในตนเอง

มองเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผู้ให้ข้อมูลหลักในทุกด้าน ทั้งด้านความคิด การกระทำ และความรู้สึก รวมไปถึงด้านความสัมพันธ์ที่มีต่อผู้อื่นและความสำเร็จในชีวิต ทั้งนี้เนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่งของการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว (Prescott, 1957; ปรีชา ธรรมมา, 2548) และเป็นองค์ประกอบสำคัญของการแสดงพฤติกรรมและบุคลิกภาพของบุคคล เช่น การกล้าแสดงออก การมีความเชื่อมั่นในตนเอง การเลือกและตัดสินใจในสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง เป็นต้น นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองยังมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของผู้ให้ข้อมูลหลักและมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้ให้ข้อมูลหลัก และยังเป็นพลังทางด้านจิตใจที่ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักสามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ Brockner (1988) กล่าวว่าบุคคลที่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะสามารถรับรู้คุณค่าความสามารถของตนเองตามความเป็นจริง และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม รวมถึงมีความเชื่อมั่นที่จะทำงานให้ประสบความสำเร็จได้ และสอดคล้องกับ Baumeister, Campbell, Krueger, และ Vohs (2003, p. 1-44) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองสูงย่อมมีคุณค่าให้บุคคลมีความอดทน ไม่ย่อท้อต่อความล้มเหลว เช่นเดียวกับงานวิจัยของ อภิวัฒน์ แก่นจำปา (2560) พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตด้วยความมั่นใจ ช่วยให้สามารถปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะสามารถมองเห็นคุณค่าในตนเอง และรับรู้ความสามารถของตนเองได้ สามารถเผชิญอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต

ด้วยความมั่นใจและรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองมีความสำคัญ ทำให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า และสามารถตัดสินใจคุณค่าของตนเองตามประสบการณ์ ความรู้สึก ทักษะคติ ที่มีต่อตนเอง สามารถรับรู้ว่าคุณค่าตนเองเป็นคนอย่างไร มีความรู้ความสามารถ มีลักษณะเฉพาะตนอย่างไร ซึ่งจะส่งผลต่อการปรับตัวของบุคคลนั้นๆ ด้วย

ขั้นตอนที่ 3 พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน

การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน เป็นความเข้าใจและการรับรู้ตนเองของผู้ให้ข้อมูลหลักที่รับรู้ว่าคุณค่าตนเองเป็นใครและคนอื่นเป็นใคร และมีความเกี่ยวข้องกับบทบาท และความเป็นอัตลักษณ์เฉพาะตนในการแสดงออกของตนเองอย่างไร เป็นการสะท้อนถึงความรู้สึกนึกคิดและกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทักษะคติทางลบจากครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน (Erikson, 1968) กล่าวว่าการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนในแต่ละขั้นของแต่ละบุคคล จะมีทั้งในทางบวกและทางลบ ซึ่งขึ้นอยู่กับได้รับการอบรมเลี้ยงดู สภาพโครงสร้างทางสังคม รวมถึงสภาพแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัวของบุคคลนั้นๆ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของแต่ละบุคคล โดยเปลี่ยนแปลงไปตามวัย ความต้องการ และความสามารถของแต่ละบุคคล โดยอีริกสันมีความเชื่อว่า ขั้นตอนของความขัดแย้งและการแก้ไข และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลและสังคม จะเป็นการช่วยพัฒนาให้บุคคลในแต่ละช่วงวัย สามารถผ่านความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในแต่ละขั้นพัฒนาการไปได้ ทั้งนี้อีริกสันได้กล่าวถึงบุคคลที่ไม่สามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสม จะนำไปสู่ลักษณะต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำตามความต้องการ ความปรารถนาของผู้อื่น หรือตอบสนองต่อสังคมมากเกินไป ซึ่งเป็นการกระทำเพื่อให้ตนเป็นที่ยอมรับจนขาดความเป็นตัวของตัวเอง เกิดการกระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมกับศักยภาพที่แท้จริงของตนจนนำไปสู่ความสับสนในความต้องการของตนเอง ไม่เข้าใจตนเอง และขาดความชัดเจนกับตนเองในหลายด้าน ซึ่งอาจนำไปสู่การกระทำที่ลอกเลียนแบบพฤติกรรมของผู้อื่นมากเกินไป และในบางรายอาจพบได้ว่าบุคคลเกิดกระทำในสิ่งนำไปสู่ความเสียหาย ขัดต่อหลักศีลธรรม และกฎหมาย หรือแยกตัวออกจากสังคม ไม่สามารถเข้ากับผู้อื่นได้

อ้างอิงจาก ผลการวิจัยของ Hargrove, Creagh, และ Burgess (2002, P. 185-201) ในการศึกษารูปแบบปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวที่เป็นตัวทำนายอัตลักษณ์ทางอาชีพ และการตัดสินใจในอาชีพการงาน การศึกษานี้สำรวจความสัมพันธ์ของรูปแบบปฏิสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับต้นกำเนิดที่รับรู้ (เช่น คุณภาพของความสัมพันธ์ในครอบครัว ทิศทางเป้าหมายที่ครอบครัวสนับสนุน และระดับของการควบคุมและการจัดองค์กรในครอบครัว) กับอัตลักษณ์ทาง

อาชีพและการตัดสินใจในอาชีพการงาน ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า รูปแบบปฏิสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับแหล่งกำเนิด อาจมีบทบาทเล็กๆ แต่มีความสำคัญในการกำหนดเป้าหมายอาชีพที่ชัดเจนและความมั่นคง และยังเป็นการส่งเสริมความมั่นใจในตนเองในการทำกิจกรรมการวางแผนอาชีพให้สำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับ Bosma และ Gerrits (1985, P. 69-80) ที่ได้ทำการศึกษานำหน้าที่การงานของครอบครัวและอัตลักษณ์แห่งตนในวัยรุ่น ในการศึกษานี้จะมีการตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างแง่มุมต่างๆ ของการทำงานของครอบครัวและความสำเร็จของอัตลักษณ์ในวัยรุ่น ตัวแปรปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว 3 อย่าง ได้แก่ 1) ความเป็นอิสระของวัยรุ่น 2) ทักษะของผู้ปกครองที่มีต่อการปกครองตนเองของวัยรุ่น และ 3) ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวแต่ละคน ผลการวิจัยระบุว่า อัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นมีความเกี่ยวข้องกับตัวแปรปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว กล่าวคือ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวแต่ละคน ต่างส่งผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่น เช่นเดียวกับงานวิจัยของ นูซเนตร กาฬสมุทร และ พิทักษ์ ศิริวงศ์ (2560) พบว่า ครอบครัวเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของแต่ละบุคคล ซึ่งถูกสร้างขึ้นโดยกระบวนการทางครอบครัว รวมถึงสังคมและสภาวะแวดล้อม

สรุปได้ว่า บุคคลที่สามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสม จะมีความรู้สึกนึกเกี่ยวกับบทบาทและความเป็นอัตลักษณ์เฉพาะตนในการแสดงออก มีการรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใครและสามารถประเมินหรือตัดสินใจได้ด้วยตนเองว่าจะดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด ซึ่งการประเมินนี้จะสะท้อนกลับให้บุคคลเกิดความภาคภูมิใจในบทบาทของตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกเป็นปมเด่นในบทบาท และความรู้สึกนี้เองจะทำให้อัตลักษณ์ของบุคคลนั้นมีการพัฒนาได้สูงขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 ค้นพบเป้าหมายในชีวิต

ค้นพบเป้าหมายในชีวิต เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของผู้ให้ข้อมูลหลัก ในการแสดงออก และการประพฤติปฏิบัติตนในการจัดการตนเอง โดยมีการวางแผน การดำเนินการ ตลอดจนมีความอดทน ความเพียรพยายาม เพื่อให้ตนเองสามารถก้าวข้ามผ่านอุปสรรค จนบรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต โดยคำนึงถึงผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นตามมา โดยพบว่าผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง กล่าวคือ จะมีความสามารถในการวางแผนเป้าหมายมุ่งอนาคต มีการแผนล่วงหน้า และสามารถคาดการณ์ถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้นตามมาได้ มีความอดทนและสามารถควบคุมตนเองจากการ

กระทำที่ไม่เหมาะสม และมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตนเองได้

อ้างอิงจาก ผลการวิจัยของ พรทิพย์ เจนจริยานนท์ (2542) กรภัทร วรเชษฐ์ (2549) ทัยรัตน์ รุ่งธนศักดิ์ (2552) และ สุमितตรา เจริมพันธ์ (2545) ในการศึกษาลักษณะมุ่งอนาคต ที่สามารถทำนายพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนได้ ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า วัยรุ่นมากกว่าร้อยละ 70 ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะมีทัศนคติเชิงบวก มีความคาดหวังว่าจะสำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี และมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น เช่นเดียวกับงานวิจัยของ วลัยกร สังฆบุตร (2555) พบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีต้นทุนชีวิตอยู่ในระดับมาก มีการควบคุมตนเองในระดับปานกลาง และมีลักษณะมุ่งอนาคตในระดับปานกลาง นักเรียนที่มีต้นทุนชีวิตต่างกัน จะมีการควบคุมตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน โดยต้นทุนชีวิตและการควบคุมตนเองของนักเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคต โดยลักษณะมุ่งอนาคตจะมีมากเฉพาะในช่วงวัยรุ่นตอนต้น (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2539) และสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน กล่าวคือ ในช่วงวัยรุ่นหากบุคคลได้รับการเลี้ยงดู ดูแลเอาใจใส่ จากครอบครัว มีโอกาสได้รับการเรียนรู้ที่เหมาะสม และสามารถปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ เด็กจะสามารถพัฒนาไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ สามารถรับมือกับปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต สามารถมองเห็นเป้าหมายในอนาคต และได้รับการยอมรับจากบุคคลรอบข้าง รวมถึงทักษะชีวิตของวัยรุ่น ซึ่งเป็นรากฐานที่นำไปสู่การเกิดปัญหาในด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น เกวลี นาควิโรจน์ (2555) และ ไตรรัตน์ เขี่ยมพันธ์ และ ประกอบ คุณวรัทษ์ (2560) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาด้านต่างๆ ของนักเรียน พบว่า สาเหตุส่วนใหญ่ของปัญหาด้านต่างๆ ล้วนเกิดจากทัศนคติและตัวของนักเรียนเอง ที่มีลักษณะถอยหนีปัญหา และไม่สามารถอดทนต่อปัญหาและอุปสรรค หรือความยากลำบากที่เข้ามาในชีวิตได้ ไม่สามารถหาวิธีการแก้ไขปัญหา หรือหาทางออกของปัญหาได้อย่างถูกวิธี จึงส่งผลกระทบต่อทั้งทางตรงและทางอ้อมในการดำเนินชีวิต จนเกิดเป็นความกดดัน ความเครียด ความท้อแท้ และสิ้นหวังในชีวิตและในการเรียนรู้ในที่สุด (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2552) พฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ดังกล่าวข้างต้น แสดงถึงการที่นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับต่ำ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทฤษฎี สุทินันท์ (2555) พบว่า นักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง มีการปรับตัวได้ และสามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้ มากกว่านักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคต่ำ

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะมีการตั้งเป้าหมายของตน โดยอาศัยแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอก ที่แต่ละบุคคลได้พบเจอจากประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา และมีการวางแผนเพื่อให้ชีวิตบรรลุเป้าหมาย ด้วยความมุ่งมั่นและความพยายามเพื่อให้ประสบความสำเร็จ และสามารถควบคุมตนเองจากการกระทำที่ไม่เหมาะสมได้เป็นอย่างดี เพื่อมุ่งหวังให้ตนเองพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น

จากกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ที่เกิดขึ้นภายใต้ทัศนคติทางลบในครอบครัว เป็นกระบวนการที่ทำงานร่วมทั้งความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งเป็นผลจากการที่บุคคลเกิดการยอมรับในตนเอง และมองเห็นคุณค่าในตนเอง และนำมาสู่การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสมในในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น และเกิดเป็นการวางเป้าหมายมุ่งอนาคตต่อไป โดยเป็นกระบวนการทำงานของจิตใจภายหลังจากที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ผ่านประสบการณ์ หรือเหตุการณ์ที่เป็นทัศนคติทางลบในครอบครัว โดยผู้ให้ข้อมูลหลักจะเกิดการทำความเข้าใจในความรู้สึกที่เกิดขึ้น เกิดการใช้ความคิดในการประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และเมื่อเข้าใจถึงความรู้สึกทางลบที่เกิดขึ้น จึงสามารถพิจารณาได้ด้วยตนเองว่า การอยู่กับปัญหาหรืออยู่กับทัศนคติทางลบที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการแก้ปัญหาที่ไม่ถูกต้อง จึงนำมาสู่การจัดการความคิดและความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนมีการเลือกใช้พฤติกรรมที่เหมาะสม และเป็นพฤติกรรมที่ไปในเชิงบวก จึงก่อให้เกิดการตัดสินใจในการก้าวข้ามผ่าน และเกิดเป็นความภาคภูมิใจในตนเองตามมา และจึงนำมาสู่การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสม และมั่นคงในช่วงวัยผู้ใหญ่

โดยผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนอย่างเหมาะสม ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จะมีความเข้าใจในตนเอง และมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน ตลอดจนมีการตัดสินใจต่างๆ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา และมีการรับรู้และมีความเข้าใจทั้งต่อตนเองและผู้อื่นอย่างเหมาะสม ดังนั้น ในการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวนั้น ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงสามารถสะท้อนให้ผู้วิจัยได้เห็นถึงกระบวนการ หรือรูปแบบการปรับตัวของผู้ให้ข้อมูลหลักในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน อีกทั้งยังเป็นการแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากภาพรวมที่มาจากหลากหลายมิติ ทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้อง กับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และประสานกับปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตในสังคมที่พวกเขาอยู่ ค่านิยม ความคาดหวังจากคนในครอบครัวและครอบครัวข้าง

เมื่อผู้วิจัยได้ค้นพบกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยพบว่ามีการพัฒนาทั้งหมด 4 ขั้นตอน ตามที่กล่าวมาข้างต้น ซึ่งผู้วิจัยได้วิเคราะห์ขั้นตอนในแต่ละกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนในแต่ละชั้น โดยมีแนวทางการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่เหมาะสมและสอดคล้องกับแต่ละชั้นของกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่ผู้วิจัยศึกษา ดังมีรายละเอียดดังนี้

แนวทางในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน

จากการศึกษากระบวนการการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ที่ผู้วิจัยได้กล่าวมาทั้งหมดนั้น ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เคยผ่านประสบการณ์ที่เป็นปัญหาในครอบครัว หรือผ่านประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรงในครอบครัว ที่ส่งผลทำให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดเป็นทัศนคติทางลบจากครอบครัว และสามารถก้าวข้ามผ่านปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นในช่วงชีวิตนั้นมาได้ ตลอดจนมีการเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม และเป็นพฤติกรรมที่ไปในเชิงบวก จวบจนกระทั่งมีการเติบโต และมีการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างมั่นคงในช่วงวัยผู้ใหญ่ โดยผู้ให้ข้อมูลหลักจะมีกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนทั้งหมด 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1) รับรู้และเข้าใจตนเอง ขั้นตอนที่ 2) มองเห็นคุณค่าในตนเอง ขั้นตอนที่ 3) พัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ขั้นตอนที่ 4) ค้นพบเป้าหมายในชีวิต ดังนั้น ในการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อผู้วิจัยได้ค้นพบกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และประสานกับปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตในสังคมที่ผู้ให้ข้อมูลหลักอยู่ ทั้งค่านิยม ความคาดหวังจากคนในครอบครัวและคนรอบข้าง ซึ่งเป็นอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม โดยสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอกนี้ ถือเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะนำไปสู่การถ่ายทอด และส่งต่อประสบการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้น ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละบุคคลได้เคยประสบพบเจอมาในช่วงวัยต่างๆ ของชีวิต เพื่อเป็นการมองย้อนสะท้อนตนเอง ถึงสาเหตุและปัจจัยที่สำคัญของการเกิดปัญหาในมิติที่ลึกซึ้ง และถ่ายทอดถึงประสบการณ์การก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างสมบูรณ์ ภายใต้ทัศนคติทางลบ หรือประสบการณ์ที่เป็นปัญหาจากครอบครัว

ซึ่งจากการศึกษากระบวนการการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละบุคคลนั้น จะพบได้ถึงรูปแบบที่แต่ละบุคคลเกิดการฟื้นฟูพลังทางด้านจิตใจ (Resilience) หรือเกิดการก้าวผ่านปัญหาและความเจ็บปวด หลังเผชิญกับประสบการณ์ หรือเหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ Post-traumatic Growth (PTG) ภายใต้ ทัศนคติทางลบ หรือประสบการณ์

ที่เป็นปัญหาจากครอบครัว และจากประเด็นที่ผู้วิจัยกล่าวมาข้างต้นนี้ ยังคงมีประเด็นอื่นๆ ที่มีความสอดคล้องหรือแตกต่างกันออกไปตามประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละบุคคล ซึ่งการศึกษากระบวนการทั้งหมดต่างล้วนมีความเกี่ยวข้อง และเชื่อมโยงกับผลลัพธ์ที่ตามมา ขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งส่วนบุคคล วัฒนธรรม สภาพสิ่งแวดล้อมและสังคม หรือวิธีการการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันของผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละบุคคล ภายหลังเคยผ่านประสบการณ์เหล่านั้นมา โดยผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการยอมรับ และการเปิดกว้างทางจิตใจของบุคคลที่เกิดขึ้น และศึกษาไปถึงส่วนร่วมที่มีความเกี่ยวข้องกับการยอมรับ โดยมีการศึกษาจากองค์ประกอบที่ทำให้เกิด Post-traumatic Growth (PTG) ร่วมด้วยดังนี้ 1) เหตุการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ (The Traumatic Event) 2) ประสบการณ์ส่วนตัว (The Personal Experience) ซึ่งเป็นการศึกษาถึงเป็นองค์ประกอบหลักที่สะท้อนให้เห็นถึงกระบวนการ หรือรูปแบบที่ทำให้บุคคลเกิดการก้าวผ่านความเจ็บปวด หรือเกิดการงอกงามทางจิตใจได้แตกต่างกัน และยังเชื่อมโยงไปถึงกระบวนการที่ทำให้บุคคลสามารถมีการปรับตัว มีการฟื้นฟูพลังด้านจิตใจ (Resilience) โดยเกิดเป็นผลลัพธ์ที่ดี (Positive Outcome) และเกิดเป็นการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนที่เหมาะสมตามมาในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งกระบวนการฟื้นฟูพลังทางด้านจิตใจของบุคคลนั้นสามารถแสดงออกได้โดยการที่ผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละคน มีความสามารถในการยืนหยัดต่อสู้แม้อยู่ในภาวะเสี่ยงหรืออันตรายสูง หรือมีความอดทนอย่างต่อเนื่อง แม้อยู่ในภาวะกดดันและมีความสามารถในการฟื้นฟูอย่างรวดเร็ว ทั้งจากการบาดเจ็บทั้งทางร่างกายและทางจิตใจ (Masten, Best, และ Garmezy, 1990) และสามารถมีชีวิตรองงาม และเจริญเติบโตมาได้อย่างดี แม้ว่าจะต้องประสบกับปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตนานับประการ ทั้งปัญหาทางด้านครอบครัว ปัญหาทางด้านสุขภาพร่างกาย หรือปัญหาทางด้านสังคม เป็นต้น

จากข้อมูลข้างต้น สามารถชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของกระบวนการฟื้นฟูพลังทางด้านจิตใจ (Resilience) และการก้าวผ่านความเจ็บปวดหลังบุคคลเผชิญ ประสบการณ์ที่กระทบกระเทือนจิตใจ Post-traumatic Growth (PTG) โดยกระบวนการในการฟื้นฟูพลังดังกล่าวของแต่ละบุคคลนั้นอาจมีสาเหตุและปัจจัยที่แตกต่างกันไป ทั้งปัจจัยจากตัวบุคคล จากครอบครัว หรือจากสภาพแวดล้อมและสังคมโดยกระบวนการในการฟื้นฟูพลังดังกล่าว ของผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละบุคคลนั้นอาจมีสาเหตุและปัจจัยที่แตกต่างกันไป ทั้งปัจจัยจากตัวบุคคล จากครอบครัว หรือจากสภาพแวดล้อมและสังคม โดยมีความสอดคล้องตามแนวคิดของ กรอทเบิร์ก Grotberg (1995) ที่กล่าวถึงคุณลักษณะภายในตัว บุคคลที่เป็นบุคลิกภาพที่เข้มแข็งในการเอาชนะปัญหาและอุปสรรค ซึ่งเป็นความรู้สึกทัศนคติและความเชื่อเกี่ยวกับตนเองผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละบุคคลมี

โดยแบ่งเป็น 3 องค์ประกอบ ดังนี้ 1) I HAVE (ฉันมี) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวกับสังคมและการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้าง (Social and Interpersonal support) 2) I AM (ฉันเป็น) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับแรงใจ (Inner strength) 3) I CAN (ฉันสามารถ) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับบุคคลรอบข้างและการมีทักษะในการจัดการปัญหา (Interpersonal and problem-solving skills)

การสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคลนั้น มีการเริ่มสร้างและมีการพัฒนาขึ้นตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นไปจนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ โดยมีการทำงานร่วมกันทั้งจาก ปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ผสานรวมกับปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และการเข้าใจตนเอง การมองเห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนความคาดหวังจากคนในครอบครัวและสังคมรอบข้าง ซึ่งเป็นอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมที่แต่ละบุคคลได้เคยประสบพบเจอมาในละช่วงวัยต่างๆ ของชีวิต ที่ถือเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะนำไปสู่การเกิดกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และเป็นการสะท้อนให้บุคคลได้เล็งเห็นถึงความสามารถในการควบคุมตนเอง ตลอดจนมีความอดทน ความเพียรพยายาม เพื่อให้ตนเองสามารถก้าวข้ามผ่านอุปสรรคจนบรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ต่างมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน และส่งผลกระทบต่อถึงการดำรงอยู่ของอัตลักษณ์แห่งตนที่แตกต่างกันของผู้ให้ข้อมูลหลักของแต่ละบุคคลทั้งสิ้น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักในแต่ละบุคคลต่างมีกระบวนการ หรือมีรูปแบบในการปรับตัวที่แตกต่างกันไปอย่างเป็นปัจเจก และการทำความเข้าใจถึงกระบวนการดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยจึงได้เลือกทำการศึกษาในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เนื่องจากบุคคลในช่วงวัยนี้จะมีพัฒนาการเข้าสู่วุฒิภาวะค่อนข้างสมบูรณ์ทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและ สติปัญญา รวมถึงความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ (สุชา จันทร์อม, 2540) ตลอดจนบุคคลในช่วงวัยนี้จะมีการตัดสินใจต่างๆ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา และมีการเรียนรู้ตลอดทั้งช่วงชีวิต ดังนั้นในการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงสามารถสะท้อนให้เห็นถึงองค์ประกอบ และกระบวนการทำงานทั้งจากปัจจัยภายในที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก และการให้คุณค่าต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และปัจจัยภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ การใช้ชีวิต ค่านิยม สังคมและสภาพแวดล้อม รวมไปถึงความคาดหวังจากคนในครอบครัวและคนรอบข้าง (สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2542)

3. ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป และข้อจำกัดในงานวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยที่แสดงให้เห็นถึงขั้นตอนต่างๆ ในกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว ดังนั้นบุคคลที่ทำงานเกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่มีประสบการณ์ดังกล่าวสามารถออกแบบกิจกรรมหรือโปรแกรมในการพัฒนาคุณลักษณะตามกระบวนการเพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสมต่อไป

2. บุคคลที่ทำงานเกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่มีประสบการณ์ทางลบจากครอบครัวสามารถนำความรู้ที่ได้มาออกแบบกิจกรรมหรือโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต การปรับตัวต่อสภาวะแวดล้อมที่เป็นปัญหาในชีวิต และสามารถสะท้อนถึงแง่มุมของการมีชีวิต และทำให้เกิดการเรียนรู้และการพัฒนาร่วมกัน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมต่อไป

3. จากข้อค้นพบงานวิจัยทำให้เห็นว่ากระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัว มีรูปแบบใกล้เคียงกับการฟื้นฟูพลังหรือการพัฒนาความงอกงามทางจิตใจภายหลังการเผชิญกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ดังนั้นบุคคลที่ทำงานเกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่อยู่ในสถานการณ์ดังกล่าวสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้มาออกแบบเป็นกิจกรรมหรือโปรแกรมเพื่อพัฒนาผ่านตัวแปรข้างต้นที่มีความสัมพันธ์กัน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงประสบการณ์ที่มีต่อกระบวนการในการก้าวข้ามผ่านปัญหาหรืออุปสรรคอันเกิดขึ้นจากทัศนคติทางลบจากครอบครัว และนำไปสู่การศึกษาการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนได้อย่างเหมาะสมของแต่ละบุคคล เพื่อนำเป็นข้อมูลสำหรับผู้สนใจศึกษาหรือสืบค้นต่อไป อาทิเช่น บุคคลทั่วไป นักจิตวิทยา ครูผู้สอน หรือหน่วยงานและองค์กรต่างๆ

2. ผู้วิจัยสามารถนำผลการศึกษามาออกเผยแพร่ เพื่อเป็นแนวทางในการฟื้นฟูพลังใจและปรับตัวต่อปัญหาอุปสรรคในชีวิต ซึ่งสามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงจากผู้เข้าร่วมวิจัย และพัฒนาให้เกิดเป็นผลลัพธ์ที่ดีและส่งต่อกระบวนการในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนจากทัศนคติทางลบ

3. เป็นการขยายฐานองค์ความรู้เกี่ยวกับกระบวนการในการเผชิญต่อปัญหาและอุปสรรค และการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของบุคคล ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อนำความรู้ที่ได้มาสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต ในการปรับตัวต่อสภาวะแวดล้อมที่เป็นปัญหาในชีวิต และสามารถสะท้อนถึงแง่มุมของการมีชีวิต และทำให้เกิดการเรียนรู้และการพัฒนาร่วมกัน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมต่อไป

1. สามารถนำเอาองค์ความรู้ที่ได้เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับรูปแบบหรือกระบวนการในการปรับตัวในสภาวะเชิงลบอื่นๆ ต่อไป

2. สามารถนำเอาความรู้ที่ได้เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนภายใต้ทัศนคติทางลบจากครอบครัวมาพัฒนาโปรแกรมหรือการจัดกิจกรรมเสริมสร้างแนวทางการปรับตัวภายใต้สภาวะเชิงลบ

ข้อจำกัดงานวิจัย

1. เนื่องด้วยสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ส่งผลกระทบต่อการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้วิจัย ทำให้ผู้วิจัยต้องปรับเปลี่ยนวิธีการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ให้ข้อมูลหลัก (face-to-face interaction) เป็นการสัมภาษณ์แบบออนไลน์และการสนทนาผ่านทางโปรแกรมซูม (zoom) ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมขณะทำการสัมภาษณ์ได้อย่างเต็มศักยภาพ

2. ในการเก็บข้อมูล เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลหลักได้ผ่านประสบการณ์การมีทัศนคติทางลบจากครอบครัวมาในช่วงระยะเวลาหนึ่งแล้ว จึงอาจทำให้ประสบการณ์บางอย่างไม่สามารถถ่ายทอดออกมาได้ครบถ้วนสมบูรณ์ จึงทำให้ถ้อยคำที่ปรากฏในการสัมภาษณ์จึงอาจมีลักษณะการตอบแบบเป็นการบรรยายความคิดมากกว่าการบรรยายความรู้สึกในบางช่วงของการตอบคำถาม

บรรณานุกรม

- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., และ Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Bernard, H. W. (1970). *Mental health in the classroom*. New York: McGraw-Hill.
- Bosma, H. A., และ Gerrits, R. S. (1985). Family Functioning and Identity Status in Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 5(1), 69-80.
- Brockner, J. (1988). *Self-esteem at work: Research, theory, and practice* Self-esteem at work: Research, theory, and practice. Lexington, MA, England: Lexington Books/D. C. Heath and Com.
- Burgess, E. W., และ Locke, H. J. (1960). *The family, from institution to companionship* (2nd ed..): New York : American Book Company.
- Burke, P. J., และ Reitzes, D. C. (1991). An identity theory approach to commitment. *Social Psychology Quarterly*, 54(3), 239-251.
- Creswell, J. W., และ Plano Clark, V. L. (2007). *Designing and conducting mixed methods research*: Thousand Oaks, Calif. : SAGE.
- Daniel, K. (1960). The Functional Approach to the Study of Attitudes. *The Public Opinion Quarterly*, 24(2), 163-204.
- Erik H. Erikson, และ Joan M. Erikson. (1998). *The Life Cycle Completed (Extended Version)*. New York: W. W. Norton.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis. 1968. *Journal of extension*, 6(4).
- Fragar, R. (1984). *Personality and personal growth*.
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children : strengthening the human spirit* Early childhood development. 8.
- Hargrove, B. K., Creagh, M., และ Burgess, B. L. (2002). Family Interaction Patterns as Predictors of Vocational Identity and Career Decision-Making Self-Efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 61, 185-201.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education* (3d ed). New York: D.

McKay Co.

Huberman, A. M., และ Miles, M. B. (1994). Data management and analysis methods
Handbook of qualitative research. (428-444). Thousand Oaks, CA, US: Sage
Publications, Inc.

Janoff-Bulman, R. (2006). Schema-Change Perspectives on Posttraumatic Growth
Handbook of posttraumatic growth: Research & practice. (81-99). Mahwah, NJ,
US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Lingfen Mo. (2017). Family Problems in Thai Society: Reflection from Thai Novels during
1965-2014. วารสารศิลปศาสตร์ปริทัศน์, 12(ฉบับพิเศษ), 1-12. สืบค้นจาก
<https://so04.tci-thaijo.org/index.php/larhcu/article/view/143915/106470>

Luthar, S., และ Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: implications for
interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12(4), 857-
885.

Luthar, S., Cicchetti, D., และ Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical
Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child development*, 71, 543-562.

Marcia, J. E. (1980). Identity in Adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*, 9(11),
159-187.

Masten, A. S., Best, K. M., และ Garmezy, N. (1990). Resilience and development:
Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development
and Psychopathology*, 2(4), 425-444.

Nash, J. E. (1985). *Social psychology: society and self* (Book). St. Paul: West Pub. Co.

Newcomb. (1854). ทัศนคติ Attitude. สืบค้นจาก
<https://www.novabizz.com/NovaAce/Attitude.htm>

Offer D, Ostrov E, และ Howard KI. (1981). The Adolescent: A Psychological Self-Portrait.
British Journal of Psychiatry, 141(3), 322-323.

Prescott, D. A. (1957). *The child in the educative process*: New York : McGraw-Hill.

Rice, F. P. (1996). *The adolescent : development, relationships, and culture* (8th ed.):
Boston : Allyn and Bacon.

Rutter, M. (1987). PSYCHOSOCIAL RESILIENCE AND PROTECTIVE MECHANISMS.

- American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316-331.
- Schiffman, L. G., และ Kanuk, L. L. (2004). *Consumer behavior* (8th ed). New Jersey: Pearson Education International.
- Spencer A. Rathus, และ Jeffrey S. Nevid. (1995). *Adjustment and growth : the challenges of life* (t. ed.). Fort Worth: Harcourt Brace Jovanovich.
- Stake, R. E. (1988). *Case Study Methods in Educational Research: Seeking Sweet Water*. In R. M. Jaeger (Ed.) *Complementary Methods for Research in Education*. Washington DC: AERA.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Stake, R. E. (2000). *Case Studies*. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.) *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Stryker, S. (1968). Identity Saliency and Role Performance: The Relevance of Symbolic Interaction Theory for Family Research. *Journal of Marriage and Family*, 30(4), 558-564.
- Stryker, S. (1980). *Symbolic interactionism : a social structural version* □ The □ Benjamin/Cummings series in contemporary sociology.
- Stryker, S. (1992). In *Encyclopedia of Sociology* (E. F. Borgatta และ M. L. Borgatta). New York: Macmillan.
- Stryker, S. (2007). Identity Theory and Personality Theory: Mutual Relevance. *Journal of personality*, 75(6), 1083-1102.
- Stryker, S., และ Burke, P. J. (2000). The Past, Present, and Future of an Identity Theory. *Social Psychology Quarterly*, 63(4), 284-297.
- Stryker, S., และ Serpe, R. (1994). Identity Saliency and Psychological Centrality: Equivalent, Overlapping, Or Complementary Concepts? *Social Psychology Quarterly*, 57, 16-35.
- Tedeschi, R. G., และ Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-472.
- Tedeschi, R. G., และ Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual

- Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Woolfolk, A. (1993). *Educational psychology* (5th ed). Boston: Allyn and Bacon.
- Yalom, I. D., และ Lieberman, M. A. (1991). Bereavement and Heightened Existential Awareness. *Psychiatry*, 54(4), 334-345.
- Yin, R. K. (2003). *Case study research : design and methods* (3rd ed.): Thousand Oaks : Sage.
- Zimbardo, P. G., และ Ebbesen, E. B. (1970). *Influence Attitude and Changing Behavior*. Massachusetts: Addison- Wesley Publishing.
- กรภัทร วรเชษฐ. (2549). การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัด บุรีรัมย์. ปรินญาณินพนธ์ (กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา)) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2549.
http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Ed_Re_Sta/Koraphat_V.pdf
- กรมสุขภาพจิต. (2552). เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดีพลังสุขภาพจิต (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- กันยา สุวรรณแสง. (2550). บุคลิกภาพและการปรับตัว = *Personality and adjustment* (พิมพ์ครั้งที่ 3.): ปทุมธานี : คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- เกวลี นาควิโรจน์. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรง รูปแบบการเลี้ยงดู และการปฏิบัติของเพื่อน กับพฤติกรรมรุนแรงของวัยรุ่น. (ปรินญาณินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพฯ.
https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_Doi=10.14457/MU.the.2012.189
- เกื้อพิศุทธิ์ ประพรม, และ ทิพย์วัลย์ สุรินยา. (2019). Child rearing, Attitude toward violence, Emotional quotient and Aggressive behavior of Late Adolescents at Tambon Khao Mee Keat in Aephoe Sadao, Songkhla Province ; การอบรมเลี้ยงดู ทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรง ความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่นตอนปลาย ตำบลเขามี่เกียรติ อำเภอสะเดา จังหวัดสงขลา. *Journal of Social Sciences and Humanities วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 44(2), 158-176.
- ฉัตยาพร เสมอใจ. (2550). พฤติกรรมผู้บริโภค = *Consumer behavior*. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- ฉันทนิช อัสวนนท์. (2538). การพัฒนาบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- เฉลียว บุรีภักดี. (2540). จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.

ชวณะ ภาคานนท์. (2527). ภาพพจน์เชิงลบกับการประชาสัมพันธ์. กรุงเทพฯ:

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ชาย โพธิ์ธิดา. (2550). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 3.). กรุงเทพฯ : ศูนย์

หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้จัดจำหน่าย.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2539). ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ : การวิจัยและพัฒนาบุคคล (พิมพ์ครั้งที่ 2.).

กรุงเทพฯ : โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2541). ตำราขั้นสูงเรื่องทฤษฎีการวัดและงานวิจัยเอกสารเชิงคุณภาพแห่งอู่ในคน

ไทยและเทศ / โดย ดวงเดือน พันธุมนาวิน (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โครงการส่งเสริม

เอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

ดารา ทีปะปาล. (2542). พฤติกรรมผู้บริโภค = *Consumer behavior*. กรุงเทพฯ: รุ่งเรืองสาส์นการ

พิมพ์.

ไตรรัตน์ เขียมพันธ์, และ ประกอบ คุณารักษ์. (2560). การป้องกันพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ของ

นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มเสี่ยง. *EJU Heritage Journal*, 7(3), 46-58.

ทฤษฎี สุทธินันท์. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคและ

การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดตรัง. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญา

มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.

นวลละออ สุภาผล. (2527). ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

นิภา นิธยาน. (2530). การปรับตัวและบุคลิกภาพ : จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต (พิมพ์ครั้งที่

1.). กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

นุชเนตร กาฬสมุทร, และ พิทักษ์ ศิริวงศ์. (2560). กระบวนการสร้างอัตลักษณ์ทางเพศของกลุ่มชาย

รักชาย : กรณีศึกษา นักศึกษาสาขาการโรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย. วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรี

วิชัย, 9(1), 56-67.

ปฎาวุฒิ สุจินตมณีชัย, และ คณະ. (2558). การยอมรับตนเองและบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบที่

พยากรณ์ความฉลาดทางจิตวิญญาณของครูโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

มัธยมศึกษา เขต 10 จังหวัดสมุทรสาคร. วารสารวิชาการศิลปศาสตร์ประยุกต์, 8(1), 115-

126.

ประเวช ดันติพิวัฒนสกุล. (2550). แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสร้างความเข้มแข็งทางใจ

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา. กรุงเทพฯ: สถาบันราชานุกูล.

ประสาธ อิศรปรีดา. (2547). สารัตถะจิตวิทยาการศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 4 [แก้ไขปรับปรุง]):

มหาสารคาม : โครงการตำรามหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

ปรีชา ธรรมมา. (2548). เอกลักษณะแห่งตน. ในสารานุกรมศึกษาศาสตร์, (ฉบับที่ 34), 49-63. สืบค้น

จาก <http://ejournals.swu.ac.th/index.php/ENEDU/article/view/5787/5425>

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2544). ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา = *Theories and techniques of counseling* (พิมพ์ครั้งที่ 3.). กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.

พงษ์สวัสดิ์ สวัสดิ์พงษ์. (ม.ป.ป.). แนวทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์ รวมบทความทฤษฎีการปฏิสังสรรค์สัญลักษณ์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

พจนานุกรม. (2539). ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.

พรทิพย์ เจนจรรย์านนท์. (2542). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดตรัง.

ปริญญาานิพนธ์ (กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว)) -- มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2542. http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Gui_Cou_Psy/Porntip_J.pdf

พรทิพย์ บุญนิพัทธ์. (2531). ทศนคติ. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.

พรพิมล เจียมนาคินทร์. (2539). พัฒนาการวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: คอมพิวเตอร์.

พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ. (2554). การศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก.

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). สืบค้นจาก

<http://ir.swu.ac.th/jspui/handle/123456789/1224> Available from EBSCOhost SWU IR database.

ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์. (2555). การยอมรับตนเองด้านความโน้มเอียงทางเพศของชายรักชาย :

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต).

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_Doi=10.14457/CU.the.2012.1197

ภาวิณี เพ็งศาสตร์. (2531). แนวความคิดทางสังคมในเรื่องสถาบันครอบครัว. การทำเรื่อง, 35(

ตุลาคม), 25.

ภูมิพัฒน์ พลราช. (2560). การพัฒนาทัศนคติของเจ้าหน้าที่ในสังกัดสำนักงานทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมจังหวัด เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน. สืบค้นจาก

<http://lib.mnre.go.th/lib/achievement/r2146-1618.pdf>

- วรรณดี สุทธิรักษา. (2559). การวิจัยเชิงคุณภาพ : การวิจัยในกระบวนทัศน์ทางเลือก = *Qualitative research : research of alternative paradigm* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สยามปริทัศน์.
- วรวัจน์ สุวคนธ์. (2557). "ทัศนคติ" คือจุดเริ่มต้นของทุกสิ่งทุกอย่าง. สืบค้นจาก <https://www.bangkokbiznews.com/blog/detail/583317>
- วลัยกร สังฆบุตร. (2555). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนชีวิตการควบคุมตนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดจันทบุรี = *A study of the relationships between developmental assets, self-control and the future orientation of adolescent students in Chanthaburi province.* (ปริญญาานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- ศรีเรื่อน แก้วกังวาล. (2540). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย : วัยรุ่น-วัยสูงอายุ (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศรีสว่าง พ่วงศ์แพทย์. (2539). ศรีสังคม : แนวความคิด หลักการ วิธีการ งานพัฒนาและสวัสดิการสังคม. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. (2539). พฤติกรรมผู้บริโภค ฉบับสมบูรณ์: กรุงเทพฯ : ดวงกลมสมัย ผู้จัดจำหน่าย.
- สาวิตรี เต็งถนุทธิศิริ. (2547). ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดน่าน. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2552). แนวทางการพัฒนา การวัดและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล. (2562). การตรวจสอบความตรงของโมเดลการวัดเอกลักษณ์แห่งตนเพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมเอกลักษณ์ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย. วารสารวิจัยและพัฒนาหลักสูตร, 9(2), 68-85. สืบค้นจาก <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jrcd/article/view/168853>
- สุชา จันทร์อม. (2533). จิตวิทยาทั่วไป (พิมพ์ครั้งที่ 6..). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุชา จันทร์อม. (2540). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2554ข). วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 19, [ฉบับพิมพ์ซ้ำ]). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาวดี ดิสโร. (2551). ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตน และการปรึกษาแนวพุทธต่อความสามารถใน

การฟื้นฟูพลัง ของนักศึกษามหาวิทยาลัย. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ). สืบค้นจาก

https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=10.14457/CU.the.2008.1057

สุमितตรา เจริมพันธ์. (2545). จิตลักษณะและประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพฯ.

https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=10.14457/NIDA.the.2002.222

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. (2542). การวิจัยและประเมินผลการศึกษาผู้ใหญ่ = *Research & evaluation in adult education*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

เสาวภา เบ็ญจพันธุ์ทวี. (2540). ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูและสัมพันธภาพในครอบครัวกับเอกลักษณ์แห่งตนของเด็กวัยรุ่น. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต). สืบค้นจาก

http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Dev_Psy/Saowapa_B.pdf

หทัยรัตน์ รุ่งธรงค์ดี. (2552). การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม. (สาขาวิชาการวิจัยทางการศึกษา).

องอาจ นัยพัฒน์. (2554). การออกแบบการวิจัย : วิธีการเชิงปริมาณ เชิงคุณภาพ และผสมผสานวิธีการ (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อภิวัฒน์ แก่นจำปา. (2560). การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.

http://ethesisarchive.library.tu.ac.th/thesis/2017/TU_2017_5805033130_6533_9256.pdf

อิทธิพล สูงแข็ง, และ ณัฐวุฒิ อรินทร์. (2557). การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของความงอกงามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบ ของบุคลากรสาธารณสุขในสามจังหวัดชายแดนใต้. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 23(6), 967-974.

เอกธิดา ดวงอุไร, และ ณัฐสุดา เต้พันธ์. (2560). ประสบการณ์ทางจิตใจของทหารผ่านศึกนอกประจำการ ที่มีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ. *วารสารพยาบาล*

ทหารบก, 18(พิเศษ), 189-197. สืบค้นจาก <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JRTAN/article/view/90341/70954>





ตัวอย่างแบบคัดกรองเบื้องต้น

ตอนที่ 1 : ข้อมูลภูมิหลังเบื้องต้น เพศ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพการงาน และระดับการศึกษา

1. การศึกษา

1. เพศ

- ชาย หญิง ทางเลือก

2. อายุ

- 22-25 ปี 26-30 ปี
 31-35 ปี 36-40 ปี

3. สถานภาพ

- โสด สมรส
 หย่าร้าง หม้าย

4. อาชีพการงาน

- ข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัท
 ธุรกิจส่วนตัว รับจ้าง/ลูกจ้าง นิสิต/นักศึกษา
 ว่างาน
 อื่น ๆ โปรดระบุ

5. ระดับการศึกษา

- ม.6 ปวช. / ปวส.หรือเทียบเท่า
ปริญญาตรี ปริญญาโทขึ้นไป
 อื่น ๆ โปรดระบุ

ตอนที่ 2 : แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ

ข้อคำถามในแบบประเมินมีจำนวน 20 ข้อ เป็นการสอบถามถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของท่านในรอบ 3 เดือน ที่ผ่านมา และขอให้ท่านทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่อง ที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

ข้อคำถาม	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริงมาก
1.เรื่องไม่สบายใจเล็กน้อยทำให้ฉันว่าวันนี้ นั่งไม่ติด				
2.ฉันไม่ใส่ใจคนที่หัวเราะเยาะฉัน				
3.เมื่อฉันทำผิดพลาดหรือเสียหาย ฉันยอมรับ ผิดหรือผลที่ตามมา				
4.ฉันเคยยอมทนลำบากเพื่ออนาคตที่ดีขึ้น				
5.เวลาทุกขี้ใจมาก ๆ ฉันเจ็บป่วยไม่สบาย				
6.ฉันนสอนและเตือนตัวเอง				
7.ความยากลำบากทำให้ฉันแกร่งขึ้น				
8.ฉันไม่จดจำเรื่องเลวร้ายในอดีต				
9.ถึงแม้ปัญหาจะหนักหนาเพียงใดชีวิตฉันก็ ไม่เลวร้ายไปหมด				
10.เมื่อมีเรื่องหนักใจ ฉันมีคนปรับทุกข์ด้วย				
11.จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้ฉันมั่นใจ ว่าจะแก้ปัญหาต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้				
12.ฉันมีครอบครัวและคนใกล้ชิดเป็นกำลังใจ				
13.ฉันมีแผนการที่จะทำให้ชีวิตก้าวไป ข้างหน้า				
14.เมื่อมีปัญหาวิกฤตเกิดขึ้นฉันรู้สึกว่าตัวเอง ไร้ความสามารถ				
15. เป็นเรื่องยากสำหรับฉันที่จะทำให้ชีวิตดี ขึ้น				

ข้อคำถาม	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริงมาก
16.ฉันอยากหนีไปให้พ้นหากมีปัญหาหนัก หนาต้องรับ ผิดชอบ				
17.การแก้ไขปัญหาทำให้ฉันมีประสบการณ์ มากขึ้น				
18.ในการพูดคุยค้นหาเหตุผลที่ทุกคนยอมรับ หรือเห็น ด้วยกับฉันได้				
19.ฉันเตรียมหาทางออกไว้หากปัญหา ร้ายแรงกว่าที่คิด				
20.ฉันชอบฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉัน				

การแปลผล

ให้ผู้ตอบแบบประเมินรวมคะแนนที่ได้ในแต่ละด้าน และนำมาเทียบกับเกณฑ์
ปกติในแต่ละองค์ประกอบดังนี้

องค์ประกอบของพลังสุขภาพจิต	ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าเกณฑ์ปกติ
1.ด้านความมั่นคงทาง อารมณ์ (ข้อ 1-10) หมายถึง การมีอารมณ์ที่ มั่นคง ไม่อ่อนไหวง่าย ไม่ถูกกระตุ้นง่าย ไม่เครียดง่าย อยู่ในความกดดันได้ และมี วิธีการจัดการกับอารมณ์ให้สงบและกลับมา มั่นคงเหมือนเดิมได้	น้อยกว่า 27	27-34	มากกว่า 34
2. ด้านกำลังใจ (ข้อ 11-15) หมายถึง การมีจิตใจที่ มุ่งมั่นสู่เป้าหมายที่ต้องการ ไม่ท้อถอย มี ที่พึ่งปรึกษา เมื่อพบกับความยากลำบาก หรือวิกฤต	น้อยกว่า 14	14-19	มากกว่า 19
3. ด้านการจัดการกับ	น้อยกว่า 13	13-18	มากกว่า 18

ปัญหา (ข้อ 16-20) หมายถึง การมีมุมมอง ทางบวกต่อปัญหา ไม่หนีปัญหา มีการหา ข้อมูล และมีแนวทางในการแก้ไขปัญหา			
รวมทุกด้าน (80 คะแนน)	น้อยกว่า 55	55-69	มากกว่า 69

หมายเหตุ : แบบคัดกรองเบื้องต้น เพื่อประเมินความเข้มแข็งทาง RQ (Resilience Quotient) จะใช้เพื่อประเมินความสามารถของบุคคล 3 ด้าน คือ 1) ด้านความทนต่อแรงกดดัน 2) ด้านการมีความหวังและกำลังใจ และ 3) ด้านการจัดการปัญหา เป็นการประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ โดยผู้ที่ผ่านเกณฑ์ จะมีคะแนนรวมที่ได้ในทุกด้าน อยู่ในระดับคะแนนระหว่าง 55-69 (เกณฑ์ปกติ) ไปจนถึง 69 ขึ้นไป (สูงกว่าเกณฑ์ปกติ) และมีการนำผลรวมจากคะแนนที่ได้จากการมาประยุกต์ใช้ ให้สอดคล้องกับประเด็นหลักที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาต่อไป

ตอนที่ 3 : แบบวัดการ Self – Reflection

1. “อัตลักษณ์แห่งตนในความเข้าใจของท่านหมายถึงอะไร”
2. “ท่านคิดว่าผู้ที่มีอัตลักษณ์แห่งตนควรมีลักษณะเช่นไร”
3. “ท่านคิดว่าทัศนคติ หรือความสัมพันธ์ในครอบครัว ส่งผลต่ออัตลักษณ์แห่งตนของท่านหรือไม่ อย่างไร”
4. “อัตลักษณ์แห่งตนมีความสำคัญต่อท่านอย่างไรบ้าง”
5. “ท่านคิดว่าอัตลักษณ์แห่งตนของท่าน เกิดขึ้นจากองค์ประกอบ หรือปัจจัยใดเป็นส่วนสำคัญ”

หมายเหตุ : โดยในส่วนของกรคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักนั้น จะมีการรวบรวมประเด็นที่น่าสนใจจากการวิเคราะห์คำตอบในแต่ละข้อ และจัดหมวดหมู่ของประเด็นที่ได้มาตามความสอดคล้องของข้อมูลจากการเขียนบรรยายของผู้เข้าร่วมวิจัยแต่ละคน และทำการวิเคราะห์หาความเกี่ยวข้องของข้อมูลที่ได้กับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของแต่ละบุคคลและคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีความเหมาะสมในงานมากที่สุด แสดงประสิทธิภาพในการใช้เหตุผล การมีความสนใจร่วม และการมีความใส่ใจต่อการตอบคำถาม เพื่อนำไปสู่กระบวนการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อหาแนวทางในการก้าวข้ามผ่านและบรรลุอัตลักษณ์ที่เหมาะสม จากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักของงานวิจัยต่อไป

ตอนที่ 4 : ตัวอย่าง ข้อคำถามการสัมภาษณ์

1. “ประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาของท่าน ประสบการณ์ไหนที่สำคัญและที่มีผลต่อท่าน หรือประสบการณ์ไหนในชีวิตที่เคยเกิดขึ้น แล้วท่านยังสามารถจดจำได้ว่าเป็นอย่างไร และมีสาเหตุมาจากปัจจัยใดบ้าง” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)
2. “ในช่วงชีวิตที่ผ่านมาเมื่อท่านมีเรื่องที่กระทบกระเทือนจิตใจ หรือเรื่องที่ไม่สบายใจ ท่านสามารถจัดการตนเองได้อย่างไร หรือใช้วิธีการใดบ้าง” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)
3. “อะไรที่ทำให้ท่านสามารถก้าวผ่านปัญหา หรืออุปสรรคในชีวิตมาได้ และเพราะเหตุใดถึงเป็นเช่นนั้น” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)
4. “ท่านเข้าใจคำว่าอัตลักษณ์แห่งตนมากน้อยเพียงใด และคำว่าอัตลักษณ์แห่งตนมีความสำคัญอย่างไรต่อท่าน” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)
5. “ท่านคิดว่าทัศนคติ หรือความสัมพันธ์ในครอบครัว ส่งผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน ของท่านหรือไม่ อย่างไรบ้าง” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)
6. “ท่านคิดว่าการรับรู้อัตลักษณ์แห่งตน ต้องอาศัยปัจจัยใดบ้าง เพราะเหตุใดจึงต้องอาศัยปัจจัยเหล่านั้น” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)
7. “ท่านคิดว่าการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของท่าน จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ปัจจัยใดที่มีผลต่อการพัฒนาอัตลักษณ์ หรือสามารถช่วยส่งเสริมให้ท่านเกิดการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนมากที่สุด” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)
8. “ท่านคิดว่าอัตลักษณ์แห่งตนของท่านในปัจจุบัน เป็นอัตลักษณ์แห่งตนที่ท่านพึงพอใจแล้วหรือไม่ อย่างไร” (การศึกษาพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตน และแนวทางสนับสนุนที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงการมีเจตคติของแต่ละบุคคล)

9. “ท่านคิดว่าความมั่งคั่งของชีวิต ที่เกิดจากการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนและการก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคในชีวิตของท่านคือสิ่งใด” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)

10. “หากท่านมีโอกาสที่จะให้กำลังใจผู้อื่น หรือชี้ให้เห็นถึงแนวทางการปรับตัวในการก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคในชีวิต ท่านสามารถแนะนำผู้อื่นได้อย่างไรบ้าง” (กระบวนการในการก้าวข้ามผ่าน และการพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล)

หมายเหตุ : ข้อคำถามในการสัมภาษณ์เหล่านี้เป็นประเด็นคำถามหลัก ซึ่งอาจเกิดประเด็นคำถามย่อยที่น่าสนใจเพิ่มเติม หรือรูปแบบที่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อย่างเช่นหลักภาษาที่ใช้ในการสัมภาษณ์อาจมีความแตกต่างกันไปตามอัตบุคคล ผู้ถูกสัมภาษณ์สามารถตอบประเด็นได้อย่างอิสระเพิ่มเติม เพื่อที่จะนำประเด็นที่เกิดขึ้นไปสู่การค้นหาคำตอบหรือเนื้อหาสำคัญที่จะช่วยในการหาแนวทางในการ ต่อไปตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

ประวัติผู้เขียน

