



ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมปรับตัวของสามเณรใน
โรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี
FACTORS OF POSITIVE PSYCHOLOGY EFFECTED TO SELF ADJUSTMENT
BEHAVIORS OF NOVICES IN PHRAPARIYATTIDHAMMA SCHOOL,
DIVISION OF GENERAL EDUCATION IN PATHUMTHANI
PROVINCE

พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรใน
โรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Factros of Positive Psychology Effected to Self Adjustment
Behaviors of Novices in Phrapariyattidhamma School,
Division of General Education in Pathumthani
Province

Phra Nipon Kovido (Laecher)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Psychology)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

ผู้วิจัย : พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พุทธจิตวิทยา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: ผศ. ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงษ์, นศ.บ. (ประชาสัมพันธ์), วท.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

: ผศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือตง, พธ.บ. (การบริหารการศึกษา), M.A. (Psychology), Ph. D. (Psychology)

วันสำเร็จการศึกษา : ๗ มีนาคม ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ ๑) เพื่อศึกษาระดับปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ๒) เพื่อศึกษาระดับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ๓) เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ สามเณรที่กำลังศึกษาเล่าเรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี จำนวน ๘๗ รูป วิธีดำเนินการวิจัยเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดผลปัจจัยการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี สถิติที่ใช้คือ สถิติบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ได้แก่ การทดสอบค่า (t-test) การทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (F-test/ One-Way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า :

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า ๑๕ ปี เป็นบุตรลำดับที่ ๑ อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา มีผลการศึกษา ๓.๐๐ - ๓.๔๘ อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีระยะเวลาในการบรรพชา ๑-๓ ปี โดยที่อยู่ปัจจุบันพักอาศัยร่วมกับเพื่อนสามเณร และมีภูมิลำเนาเดิมคือภาคอีสาน

สามเณรมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ๓.๕๗ เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ความยืดหยุ่น การมองโลกในแง่ดีและความหวังอยู่ในระดับมาก ส่วนความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง

ปัจจัยส่วนบุคคลด้านที่พักอาศัยก่อนบรรพชามีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ปัจจัยส่วนบุคคลด้านผลการเรียนมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสติปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหวังมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านร่างกาย และสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหวังมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก คือ ความหวัง ด้านการมองโลกในแง่ดี และด้านความยืดหยุ่น มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

Thesis Title : Factors of Positive Psychology Effectuated to Self Adjustment Behaviors of Novices in Phrapariyattidhamma School, Division of General Education in Pathumthani Province

Researcher : PhraNipon Govito (Laecher)

Degree : Master of Arts (Buddhist Psychology)

Thesis Supervisory Committee

- : Prof. Asst.Kamalas Phoowachanathipong, B.A. (Communication Arts), M.S. (Developmental Psychology), B.A. (Buddhist Studies)
- : Prof. Asst.Siriwat Srikreadong, B.A. (Educational Administration), M.A. (Psychology), Ph.D. (Psychology)

Date of Graduation : March 7, 2019

Abstract

This research aims: 1) to study the personal factors and Self Adjustment Behaviors of novices in Phrapariyattidhamma School, General Education Division in Pathumthani Province. 2) to study the Positive psychological factors and Self Adjustment Behaviors of novices in Phrapariyattidhamma School, General Education Division in Pathumthani Province. 3) to study Positive psychological factors that are correlated to Self Adjustment Behaviors of novices in Phrapariyattidhamma School, General Education Division in Pathumthani Province. This quantitative research used a questionnaire designed to measure Self Adjustment Behaviors of novices in Phrapariyattidhamma School, General Education Division in Pathumthani Province.

The sample used in this study are 97 novices who are studying in Phrapariyattidhamma School, General Education Division at Pathumthani Province. The tools used in this research were questionnaires. Statistics namely frequency, percentage, mean and standard deviation. One-Way ANOVA test.

The results of research were found as follows:

Most respondents were more than 15 years old, being the first child, living with parents. and their GPA. are between 3.00 - 3.47. period of their ordination is 1-3 years, in the present they are living with others Novices and most of them are from Northern east of Thailand. on positive psychological factors, They have high level. ($\bar{X}=3.58$) of it When considered in on Subdimension, it is found that the flexibility, optimism and hope at a high level while the confidence is at a moderate level.

Personal factors about housing before pre-ordination correlated with emotional adjustment (psychological) with statistical significance at 0.05 level. The personal factors and academic performance is associated with cognitive adjustment significance, the level of statistical significance at 0.05.

Positive psychological factors in hope were related to physical and social adjustment with statistical significance at 0.05 level. Positive psychological factors in hope were related to physical, social and intellectual adjustment with statistical significance at 0.05 level.

Positive psychological factors namely; hope, optimism. flexibility associated with Self Adjustment Behaviors of novices in Phrapariyattidhamma school, general education Division at Pathumthani province. at The statistically significant at the 0.05.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี” สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีก็เนื่องด้วยได้รับความเมตตาช่วยเหลือจากคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ คือ ผศ. ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงษ์ ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และ ผศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือตอง กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำด้วยดีตลอดมา ตั้งแต่เริ่มต้นจนทำให้วิทยานิพนธ์สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการสอบป้องกันวิทยานิพนธ์ คือ พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินโนโท ผศ. ดร., ผศ. ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงษ์ ผศ. ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือตอง, ผศ. ดร.สารระ มุขดี และ ผศ. ดร.ประยูร สุยะใจ ที่ได้สละเวลาตรวจสอบวิทยานิพนธ์และให้ข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณคณะผู้ทรงคุณวุฒิผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ แก่ไขเครื่องมือคือ พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์, ผศ. พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ, ผศ. ดร. ผศ. ดร.เริงชัย หมื่นชนะ ผศ. ดร.ประยูร สุยะใจ และ ดร.พุทธรชาติ แผนสมบุญ ที่ได้เสียสละเวลาและให้คำแนะนำอันมีคุณค่าต่อการวิจัย

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่าช่วยตรวจสอบความถูกต้องทั้งด้านภาษาเนื้อหาระเบียบวิธี และเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัยทั้งให้ข้อเสนอแนะและให้การแนะนำ

ขอขอบพระคุณสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม แผนกสามัญศึกษา โรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้กรุณาให้ความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าวิจัยในครั้งนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณคณะผู้บริหาร คณาจารย์ และเจ้าหน้าที่หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยทุกท่าน และนายสมศักดิ์ สงวนดี ที่ได้ให้ความช่วยเหลือทุกประการจนทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้ประสบความสำเร็จด้วยดี

คุณประโยชน์คุณงามความดีอันเกิดจากวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบบูชาเป็นกตเวทิตาคุณ แต่บิดามารดา ครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ทุกท่าน ญาติสนิทมิตรสหายผู้เป็นที่รัก เพื่อนร่วมชั้นเรียนที่เป็นกำลังใจ และขอมอบความรู้จากวิทยานิพนธ์นี้ให้เป็นข้อมูลในการค้นคว้าวิจัยต่อไป

พระนิพนธ์ โกวิท (แลเชอะ)

๗ มีนาคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภูมิ	ฉ
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย	๔
๑.๕ สมมติฐานของการวิจัย	๕
๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๗
บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	๘
๒.๑.๑ ความหมายของพฤติกรรม	๘
๒.๑.๒ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก	๙
๒.๑.๓ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว	๑๕
๒.๑.๔ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น	๔๓
๒.๑.๕ ความรู้เกี่ยวกับการบรรพชาของสามเณร	๔๗
๒.๑.๖ บริบทของโรงเรียนพระปริยัติธรรม	๔๙
๒.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕๙
๒.๒.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก	๕๙
๒.๒.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรับตัว	๖๑
๒.๓ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๖๖
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๖๗
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๖๗
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๖๘
๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	๗๔

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๗๔
บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	
๔.๑ สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๗๗
๔.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	๗๗
๔.๒.๑ ส่วนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล	๗๗
๔.๒.๒ ส่วนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวก	๘๑
๔.๒.๓ ส่วนที่ ๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยการปรับตัว	๘๔
๔.๒.๔ ส่วนที่ ๔ ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน	๘๙
๔.๒.๕ ส่วนที่ ๕ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะทางในการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะแบบสอบถามปลายเปิด	๑๐๒
๔.๓ องค์กรความรู้ที่ได้จากการวิจัย	๑๐๕
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๐๗
๕.๑.๑ ส่วนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล	๑๐๗
๕.๑.๒ ส่วนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวก	๑๐๗
๕.๑.๓ ส่วนที่ ๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการปรับตัว	๑๐๗
๕.๑.๔ ส่วนที่ ๔ ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน	๑๐๘
๕.๑.๕ ส่วนที่ ๕ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะทางในการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะแบบสอบถามปลายเปิด	๑๐๙
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๑๐๙
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๑๖
บรรณานุกรม	๑๑๘
ภาคผนวก	๑๒๔
ภาคผนวก ก.เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๑๒๕
ภาคผนวก ข.รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและหนังสือเชิญ	๑๔๖
ประวัติผู้วิจัย	๑๕๗

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
๓.๑ กลุ่มตัวอย่าง	๖๘
๔.๑ แสดงข้อมูลทั่วไปของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล	๗๘
๔.๒ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก จำแนกเป็นรายข้อ	๘๑
๔.๓ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวม	๘๓
๔.๔ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยการปรับตัวจำแนกเป็นรายข้อ	๘๔
๔.๕ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยการปรับตัวโดยรวม	๘๘
๔.๖ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านอายุ	๘๙
๔.๗ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านลำดับบุตรที่เกิด	๙๐
๔.๘ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านที่พักอาศัยก่อนบรรพชา	๙๑
๔.๙ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านผลการศึกษา	๙๒
๔.๑๐ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านระดับช่วงชั้นการศึกษา	๙๓
๔.๑๑ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาบรรพชา	๙๔
๔.๑๒ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านที่พักอาศัยในปัจจุบัน	๙๕
๔.๑๓ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านภูมิลำเนา	๙๖
๔.๑๔ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง	๙๗
๔.๑๕ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหวัง	๙๘
๔.๑๖ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านการมองโลกในแง่ดี	๙๙
๔.๑๗ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความยืดหยุ่น	๑๐๐
๔.๑๘ แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตวิทยากับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณร	๑๐๑
๔.๑๙ แสดงจำนวน และค่าร้อยละ ของจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามปลายเปิด	๑๐๒

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
๒.๑ ภาพประกอบ ๑ กระบวนการปรับตัว	๓๕
๒.๒ ตราสัญลักษณ์โรงเรียน	๕๓
๒.๓ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๖๖
๓.๑ วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๗๑

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจัดการภายในตัวเองเป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งยวด ซึ่งเป็นความสามารถเฉพาะของแต่ละบุคคลในการจัดการทั้งในส่วนของภายในตัวเองและสิ่งรอบข้างตามเหตุปัจจัยต่าง ๆ ที่ตัวของบุคคลนั้นจะต้องเผชิญและเกี่ยวข้องกับในลักษณะที่พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ในทางใดทางหนึ่ง อันจะมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลนั้น ๆ ไม่ว่าจะเป็นในลักษณะของทางสังคม ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสติปัญญา ที่ส่งผลถึงความเป็นไปของชีวิตในทางที่ดีหรือในทางที่ไม่ดี การเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยหลักอย่างหนึ่งที่จะส่งผลกระทบต่อการทำงานของพฤติกรรมของบุคคลให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลได้อย่างเหมาะสมแก่การดำเนินชีวิต ซึ่งการปรับเปลี่ยนของสภาพแวดล้อม สังคม สถานภาพและวัฒนธรรม จำเป็นที่ตัวของบุคคลจะต้องปรับตัวให้เข้ากับตามเหตุปัจจัยเหล่านี้ที่ดำเนินเป็นไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น แม้ว่าจะจะเป็นไปตามในสถานการณ์ที่ต้องการหรือจะเป็นไปตามสถานการณ์ที่ไม่ต้องการ ตัวของบุคคลนั้นจำเป็นที่จะต้องศึกษาเรียนรู้ รับรู้ และยอมรับในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในสถานการณ์ที่ดำเนินไปอย่างช้า ๆ หรือในสถานการณ์ที่ดำเนินไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งการปรับตัวของแต่ละบุคคลนั้นจะมีลักษณะการปรับตัวเฉพาะของตัวเอง และการปรับตัวนั้นย่อมขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของบุคคลนั้น เพื่อเป็นการพัฒนาตนเองให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นปกติสุขในสิ่งแวดล้อมที่ดำเนินไปและในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น

กล่าวกันว่าช่วงชีวิตของมนุษย์ที่มีการปรับตัวยากและมีปัญหามากที่สุด คือในช่วงของวัยรุ่น ดังที่ เฮอร์ล็อก (Hurlock) ผู้ที่ศึกษาจิตวิทยาวัยรุ่น กล่าวถึงวัยรุ่นว่าเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อ เป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญญา และเป็นวัยที่มีความเคร่งเครียดทางอารมณ์ เนื่องจากว่า วัยนี้ร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการจากวัยเด็กเป็นวัยผู้ใหญ่ นอกจากการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายแล้ว ในด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาก็มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นเป็นวัยที่มีสภาพร่างกาย สภาพอารมณ์วัยรุ่น ไม่คงที่ คืออยู่ระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ วัยรุ่นต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้ ซึ่งบางคนก็สามารถผ่านวัยรุ่นได้โดยไม่มีปัญหา แต่อีกหลายคนอาจประสบปัญหาในการดำเนินชีวิต และไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้อย่างมีความสุข ดังนั้นระยะของวัยรุ่นจึงเป็นระยะที่ผู้ใหญ่ต้องให้ความสนใจและช่วยเหลือประคับประคองให้เขาดำเนินชีวิตผ่านไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ^๑

^๑ อัญชลี ทองจันทร์, “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ในจังหวัดเพชรบุรี”, *ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๖), หน้า ๒.

สามเณรที่บรรพชาเข้ามาในพระพุทธศาสนานั้นยังเป็นวัยรุ่น ที่มีพื้นฐานองค์ความรู้ ความสามารถในการจัดการทางด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้านสติปัญญา ที่แตกต่างกัน เหล่านี้ มีผลต่อการปรับตัวให้มีความสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตของสามเณร ความแตกต่าง ทางด้านภูมิหลังก่อนการบรรพชาสามเณร การอบรมเลี้ยงดูของบิดา มารดา ภูมิภาค วัฒนธรรมและ วิถีชีวิตมีผลต่อการปรับตัวของสามเณร ที่เมื่อต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป สังคม ใหม่ ๆ และหมู่คณะที่มีเป็นจำนวนมาก ๆ มาอยู่ร่วมกัน ซึ่งสามเณรแต่ละรูปมีบทบาทหน้าที่ที่ แตกต่างกันไปในภารกิจที่ได้รับมอบหมาย จึงมีความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากับบทบาท หน้าที่ของตนเองและในการอยู่ร่วมกับหมู่คณะ สามเณรบางรูปสามารถปรับตัวเข้ากับบทบาทหน้าที่ได้ อย่างเหมาะสมในลักษณะที่ดี ไม่ก่อให้เกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตให้การแสดงออกของพฤติกรรมต่อ ตนเองและหมู่คณะ สามเณรบางรูปหากไม่สามารถปรับตัวได้ตามบทบาทหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม ก็ส่งผลก่อให้เกิดปัญหาได้ในการดำเนินชีวิต ดังนั้นการปรับตัวของสามเณรจึงมีความจำเป็นและมี ความสำคัญอย่างมาก อันจะส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดและประสบ ความสำเร็จในชีวิตของสามเณรเป็นลำดับไป

จากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยในอดีตพบว่า มีงานวิจัยเกี่ยวกับสามเณรที่ปรับตัวได้ดี และประสบความสำเร็จในการบวชเรียน ตัวอย่าง เช่น พระสวัสดิ์ เฉิดฉาย ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อการปรับตัวของสามเณร ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษา กลุ่มที่ ๑ ในจังหวัด กรุงเทพมหานคร นครปฐม และปทุมธานี พบว่า ตัวแปรที่สามเณรทำนายนการปรับตัวของสามเณรได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ลักษณะทางจิต ได้แก่ ความศรัทธาในพระพุทธศาสนา และลักษณะทาง สภาพแวดล้อมในวัด ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมจากพระภิกษุ^๒ พระมหาสมชาย ศรีเลิศ^๓ ได้ศึกษา ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้าน ร่างกาย โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงบวก อยู่ในระดับสูง (๔๒.๔๘%) ในการ ปรับตัวของสามเณรด้านร่างกาย โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับ ต่ำ (๗๔.๑๘%) พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้านอารมณ์ โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการ ปรับตัวได้ดีในเชิงบวก อยู่ในระดับสูง (๔๗.๗๑%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านอารมณ์ โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๕๒.๗๗%) พบว่า ในการ ปรับตัวของสามเณรด้านสังคม โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงบวก อยู่ใน ระดับสูง (๔๒.๐๑%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านสังคม โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัว ได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๗๐.๓๔%) พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้านสติปัญญา โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้อยู่ในระดับใกล้เคียงกัน คือ ประกอบด้วยแบบสอบถาม

^๒ พระสวัสดิ์ เฉิดฉาย, “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย ศิลปากร, ๒๕๔๘), หน้า ๓๐๗.

^๓ พระมหาสมชาย ศรีเลิศ, “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณี นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่”, วิทยานิพนธ์สังคม สงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔), หน้า ๑๔๓.

๖ ข้อ อยู่ในระดับต่ำ (๓๕.๖๕%) ปานกลาง (๓๕.๔๒%) และสูง (๔๐.๗๖%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านสติปัญญา โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๔๐.๗๖%) นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และลักษณะมุ่งอนาคต (ภาวิณี สุทธิพิเชฐภักดิ์ ส่วนพวงสร้อย วรกุล ได้ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพฯ และจังหวัดสงขลา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีปัญหาในด้านการปรับตัวกับเพื่อนและครูมาก นักเรียนในกรุงเทพฯ และนักเรียนในจังหวัดสงขลามีปัญหาในด้านการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ จากผลการวิจัยดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า การที่สามเณรจะปรับตัวได้มากหรือน้อยเกี่ยวข้องกับปัจจัยทั้งภายในตัวของสามเณรและปัจจัยภายนอกที่เป็นสภาพแวดล้อม^๕

ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ในการปรับตัวในด้านต่าง ๆ คือ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้านสติปัญญา ที่มีต่อการปรับตัวในการดำเนินชีวิต อีกทั้งสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของสามเณร ตลอดจนกระทั่งปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกและภูมิหลังบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของสามเณร เพื่อจะได้ปรับตัวให้ถูกต้องและเหมาะสมกับการใช้ชีวิตในสมณะเพศ เพื่อจะได้ประสบความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียน และเพื่อจะได้ดำเนินชีวิตอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างปกติสุข มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอย่างสูงสุดในการดำเนินชีวิตเป็นลำดับไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาระดับปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาระดับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

^๕พวงสร้อย วรกุล, “การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา”, *ปริญญานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๒), หน้า บทคัดย่อ.

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ระดับปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี เป็นอย่างไร

๑.๓.๒ ระดับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี เป็นอย่างไร

๑.๓.๓ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี เป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาในจังหวัดปทุมธานีแบ่งเนื้อหาออกเป็น ๓ ส่วน คือ

๑. ศึกษาระดับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน

๒. ศึกษาระดับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกแตกต่างกัน

๓. ศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านสถานที่

ในการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาในจังหวัดปทุมธานีประกอบด้วย ๒ สถานที่ คือ

๑. โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี

๒. โรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ สามเณรที่กำลังศึกษาเล่าเรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๙๗ รูป

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ตั้งแต่ พฤศจิกายน ๒๕๖๐ ถึง มีนาคม ๒๕๖๑ ระยะเวลา ๕ เดือน

๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๖.๑ **ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก** หมายถึง องค์ประกอบของระบบ การเห็นค่าของมนุษย์ในการมองตนเองในด้านดีซึ่งเกี่ยวข้องกับการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี

๑.๖.๑.๑ **ความเชื่อมั่น** ในความสามารถของตนเอง หมายถึง การตระหนักรู้ภายในตนเองที่เป็นความสามารถในการจัดการในเรื่องราวต่าง ๆ เป็นอย่างดี

๑.๖.๑.๒ **ความหวัง** หมายถึง การปรารถนาของบุคคลที่จะให้เป็นไปในเชิงสัญญาลักษณ์ (รูปแบบ) หรือในเชิงนามธรรม (ไม่มีรูปแบบ)

๑.๖.๑.๓ **การมองโลกในแง่ดี** หมายถึง การที่บุคคลมีการจัดการภายในตนเองในวิธีคิดที่เป็นด้านบวก (การมีมุมมองในส่วนที่ดี ๆ)

๑.๖.๑.๔ **ความยืดหยุ่น** หมายถึง การที่บุคคลทำให้ตนเองมีการผ่อนปรนภายในตนเองหรือกับบุคคลอื่น

๑.๖.๒ **พฤติกรรม** หมายถึง การแสดงออกของกิริยาระหว่างบุคคลในบริบทหรือในอริยะบทต่าง ๆ อันเป็นท่าทาง เพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา ในจังหวัดปทุมธานี

๑.๖.๓ **การปรับตัว** หมายถึง ความสามารถในการจัดการในการปรับตัวของสามเณร ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์และด้านสติปัญญา

๑.๖.๓.๑ **ด้านร่างกาย** หมายถึง การแสดงอาการทางด้านร่างกายในการปรับตัวของสามเณรที่มีต่อระหว่างบุคคล

๑.๖.๓.๒ **ด้านสังคม** หมายถึง ความสามารถที่จะอยู่อาศัยร่วมกันกับหมู่คณะในการปรับตัวของสามเณร

๑.๖.๓.๓ **ด้านอารมณ์** หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ ภายในตนเองที่มีอิทธิพลต่อตนเองและผู้อื่น

๑.๖.๓.๔ **ด้านสติปัญญา** หมายถึง เป็นความสามารถในการรับรู้ของสติ สัมปชัญญะในการปรับตัวของสามเณร

๑.๖.๔ **สามเณร** หมายถึง เยาวชนเพศชายที่ยังมีอายุไม่ครบ ๒๐ ปี ที่ได้รับการบรรพชาเป็นสามเณร จากภิกษุในพระพุทธศาสนา อันเป็นโอกาสในการฝึกฝนตนเองของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๖.๕ **โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา** หมายถึง โรงเรียนที่จัดตั้งขึ้นในวัดหรือที่ธรณีสงฆ์หรือที่ดินของมูลนิธิทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้การศึกษาแก่พระภิกษุสามเณรตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ โดยใช้หลักสูตรการสอนแห่งพระพุทธศาสนา และหลักสูตรสามัญศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการเข้าด้วยกันเป็นหลักสูตรการอบรมเพื่อให้ผู้ได้รับการอบรมมีศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม

๑.๖.๖ **โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี** หมายถึง โรงเรียนที่มีการจัดการเรียนการสอนให้กับสามเณรในจังหวัดปทุมธานี ประกอบด้วย ๒ โรงเรียน คือ

๑. โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี

๒. โรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี

๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๗.๑ ทำให้ทราบถึงระดับปัจจัยส่วนบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๗.๒ ทำให้ทราบถึงระดับปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๗.๒ ทำให้ทราบถึงระดับปัจจัยการปรับตัวที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

๑.๗.๔ ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

บทที่ ๒

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ผู้วิจัยจะทำการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นต่อไปนี้

๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

๒.๑.๑ ความหมายของพฤติกรรม

๒.๑.๒ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

๒.๑.๓ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว

๒.๑.๔ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น

๒.๑.๕ ความรู้เกี่ยวกับการบรรพชาของสามเณรบริบทของโรงเรียนพระปริยัติธรรม

๒.๑.๖ บริบทของโรงเรียนพระปริยัติธรรม

๒.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๒.๑ งานวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

๒.๒.๒ งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัว

๒.๓ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๒.๑ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

๒.๑.๑ ความหมายของพฤติกรรม

มีผู้ให้ความหมายของพฤติกรรมไว้ดังนี้

กันยา สุวรรณแสง กล่าวถึง ความหมายพฤติกรรม คือ กระบวนการที่ประสบการณ์ตรง และหรือประสบการณ์ทางอ้อม ที่ทำให้อินทรีย์เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร แต่ไม่รวมถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอันเนื่องมาจากเหตุอื่นเช่น ความเจ็บป่วยฤทธิ์ยา^๑

อาภรณ์ ใจเที่ยง กล่าวถึงความหมายของพฤติกรรม คือ การเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจาก ประสบการณ์หรือการฝึก^๒

ประทวน กลิ่นพินิจ ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรม หมายถึง การแสดงออกการปฏิบัติตนทั้งที่รู้และไม่รู้ตัว การแสดงออกเป็นประจําจนติดเป็นอุปนิสัยแสดงออกเป็นครั้งคราวที่เกิดขึ้นเอง

^๑กันยา สุวรรณแสง, จิตวิทยาทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: อักษรพิทยา, ๒๕๔๐), หน้า ๑๕๕.

^๒อาภรณ์ ใจเที่ยง, หลักการสอน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๓.

โดยขึ้นอยู่กับภาวะทางจิตใจ อารมณ์ สถานการณ์ และสภาพแวดล้อมที่บีบบังคับในขณะนั้นที่กระตุ้น ผลักดัน ให้แสดงออกโดยตั้งใจและไม่ได้ตั้งใจ^๓

ซัยยงค์ พรหมวงค์ ให้ความหมายของพฤติกรรมคือ การกระทำหรือกิจกรรมทางกาย ทางวาจา และทางใจที่มนุษย์แสดงออกมาที่สามารถสังเกตได้และวัดได้^๔

มานิต มานิตเจริญ ให้ความหมายว่า พฤติกรรมคือ กิริยาอาการความคิดและความรู้สึกที่ แสดงออกต่อสิ่งแวดล้อม การปฏิบัติตัว (Behavior)^๕

ปนัดดา ดอกอินทร์ กล่าวถึงความหมายของพฤติกรรมว่าเป็นระดับการแสดงออกของ พฤติกรรมโดยทั่ว ๆ ไป ในขณะที่เรียนหนังสือ และขณะเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย ในชั้นเรียน^๖

จากความหมายของพฤติกรรมที่นักศึกษากล่าวไว้สามารถสรุปได้ว่า พฤติกรรม หมายถึง การแสดงออกของทางด้านร่างกายที่มีต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ เพื่อตอบสนองในสิ่งเร้าต่าง ๆ โดยการแสดง ออกมานั้นเป็นรูปแบบของทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว อารมณ์ ความรู้สึก สถานการณ์และสภาพแวดล้อม เป็นตัวขับเคลื่อนก่อให้เกิดการแสดงออกของพฤติกรรมต่าง ๆ ในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไปตามเหตุ ปัจจัยที่ประสบพบเจอ

๒.๑.๒ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับจิตวิทยาเชิงบวก

๒.๑.๒.๑ ความหมายปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

ซินเดอร์และโลเปส (Snyder; & Lopez) ได้ให้ความหมายของคำว่า ปัจจัยทาง จิตวิทยาเชิงบวก หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกของบุคคลในแง่ที่ดีซึ่งได้รับการอธิบายโดย ทางสังคมศาสตร์

ลูธานส์และคณะ (Luthans; et al) ให้ความหมายว่า สภาวะของบุคคลที่เป็นจุดเด่น หรือจุดแข็งที่มีการพัฒนาคุณลักษณะในทางที่ดี ซึ่งไปสู่การกำหนดพฤติกรรมที่สามารถวัดได้ พัฒนาได้และสามารถจัดการอย่างมีประสิทธิภาพให้เกิดการปฏิบัติงานที่ดีขึ้นในองค์กรยุคปัจจุบัน

ลาร์สัน (Larsoon) ได้ให้ความหมายของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกไว้ว่า แนวทางที่มีคุณค่าในการบริหารและพัฒนาทรัพยากรบุคคล

^๓ประพนธ์ กลิ่นพิณิจ, “พฤติกรรมกรรมการเรียนการสอนภาษาไทยของครูและนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ ๖ กลุ่มโรงเรียนน้ำไผ่ อำเภอน้ำป่าด จังหวัดอุตรดิตถ์”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๓๙), หน้า ๓.

^๔ซัยยงค์ พรหมวงค์, การพัฒนาพฤติกรรมเด็ก, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราชา, ๒๕๔๒), หน้า ๒๒.

^๕มานิต มานิตเจริญ, พจนานุกรมไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ อักษรพิทยา, ๒๕๔๓), หน้า ๖๕๒.

^๖ปนัดดา ดอกอินทร์, “สุขภาพจิตและพฤติกรรมกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์เชียงใหม่”, การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๔), หน้า ๔.

อะเวย์และคณะ (Avey; et al) ให้ความหมายว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีมุมมองต่าง ๆ ในทางบวกและมีความเข้าใจในการจัดการในสิ่งต่าง ๆ

กล่าวโดยสรุปได้ว่าปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก หมายถึง การพัฒนาสภาวะจิตใจในทางบวกซึ่งเป็นคุณลักษณะที่เป็นจุดเด่นหรือจุดแข็ง เป็นคุณลักษณะเฉพาะบุคคลในทางที่ดี ซึ่งไปสู่การกำหนดพฤติกรรมที่สามารถวัดได้ พัฒนาได้และสามารถจัดการอย่างมีประสิทธิภาพให้เกิดการปฏิบัติงานให้มีคุณภาพ^๗

จากการศึกษาความหมายปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก สรุปความได้ว่า หมายถึง เป็นเครื่องมืออุปกรณ์ในการจัดการพัฒนาบุคคลให้มีความเจริญในทิศทางที่ต่าง ๆ ตามสภาพแวดล้อมตามเหตุปัจจัยที่บุคคลนั้นประสบพบเจอได้อย่างเหมาะสม และอย่างมีประสิทธิภาพ

๒.๑.๒.๒ ความเป็นมาของการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยา

การศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกได้เริ่มมาจากการศึกษาแนวคิดจิตวิทยาในเชิงบวกมาจากภาษาอังกฤษคำว่า Positive Psychology การศึกษาด้านจิตวิทยาเชิงบวกเริ่มจากมาร์ติน เซลิกันแมน (Martin Seligman) นักจิตวิทยาคนสำคัญซึ่งเปรียบเสมือนบิดาของศาสตร์นี้ได้เสนอมุมมองใหม่ต่อการค้นคว้าทางจิตวิทยา โดย Seligman ได้ต่อยอดองค์ความรู้จากกลุ่ม Humanistic psychology (Abraham Maslow and Carl Rogers) ซึ่งทัศนะของมาสโลว์ ความต้องการทั้งหมดของมนุษย์มี ๕ ชั้น ดังนี้

๑.ความต้องการทางสรีระ (Physiological Need) คือ ความต้องการทางสรีระในเรื่องการกิน การอยู่ ความสุขสบายทางกายทั้งปวง

๒.ความต้องการสวัสดิภาพ (Safety Need) คือ ความต้องการความปลอดภัย สิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ ความกลัว การสูญเสีย ภัยอันตรายต่าง ๆ ความมั่นคง และหลักประกันในการทำงาน

๓.ความต้องการความรักและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Social Need) เช่น ต้องการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน คนรัก พ่อ แม่ ลูก

๔.ความต้องการนิยมนับถือตนเอง (Self-Esteem) ต้องการยอมรับและภูมิใจในตนเองว่าเป็นคนที่มีคุณค่าแก่สังคม

๕.ความต้องการพัฒนาศักยภาพของตน (Self-Actualization) เป็นความต้องการขั้นสูงสุดของมนุษย์ มนุษย์พัฒนาศักยภาพตนเองเพราะอยากรู้ อยากรสร้างสรรค์ มีความต้องการที่จะพัฒนาตนเองให้ไปถึงขีดสุดของศักยภาพที่ตนเองมีอยู่อย่างแท้จริง

จากทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของอับราฮัม มาสโลว์ ดังกล่าวความต้องการในลำดับสุดท้าย คือ ความต้องการพัฒนาศักยภาพของตน เป็นแนวคิดในการพัฒนาศักยภาพคนให้ไปถึงระดับสูงสุด (Highest Potential) เป็นการจุดประกายของการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทัศน์ทางจิตวิทยาไปสู่การวิจัยค้นคว้าพฤติกรรมมนุษย์ในอีกด้านหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาแขนงใหม่ในด้านจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) (สิทธิโชค วรานุสันติกุล) ซึ่งมองว่าควรเน้นศึกษา

^๗สายสมร เฉลยภิตติ, “การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ”, *ปริญญาการศึกษาคุณวุฒิบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๔), หน้า ๒๑.

พฤติกรรมมนุษย์ในส่วนของอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดเชิงบวกให้มากขึ้น ทั้งนี้จิตวิทยาเชิงบวกเป็นศาสตร์ที่นำความรู้เชิงวิทยาศาสตร์และเชิงคลินิกประยุกต์ใช้ เพื่อสร้างแนวทางปฏิบัติที่จะทำให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีความสุขมากขึ้น

Dr. Martin Seligman นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน จาก University of Pennsylvania หรือ อดีตประธานของ American Psychology Association (A.P.A.) ซึ่งเป็นผู้ริเริ่มแนวคิดเรื่องจิตวิทยาเชิงบวกได้ให้จำกัดความว่า “Positive psychology is the scientific and practical explorations of human strengths” สรุปได้ว่า จิตวิทยาเชิงบวกเป็นการศึกษาและสำรวจจุดแข็งของมนุษย์ทางด้านวิทยาศาสตร์ และท่านได้ให้ความเห็นว่า จิตวิทยาไม่ใช่เป็นเพียงการศึกษาถึงจุดอ่อนหรือผลกระทบทางลบที่เกิดขึ้นกับบุคคล (Weakness and Damage) ซึ่งแต่เดิมศาสตร์ทางด้านจิตวิทยามักมุ่งศึกษาสภาวะทางลบ เช่น โรคซึมเศร้า การบำบัดรักษาผู้ป่วยโรคจิต เป็นต้น แต่ยังขาดการค้นคว้าเกี่ยวกับการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ ซึ่งน่าจะเป็นปัจจัยที่สำคัญในการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต (Seligman) ดังเห็นได้จากการรวบรวมผลงานวิจัยทางด้านจิตวิทยาจากจำนวนประมาณ ๒๐๐,๐๐๐ เรื่อง พบว่า มีการศึกษาเกี่ยวกับการรักษาผู้ป่วยทางด้านจิตเวชจำนวน ๘๐,๐๐๐ เรื่องภาวะซึมเศร้าจำนวน ๖๕,๐๐๐ เรื่องความวิตกกังวลจำนวน ๒๐,๐๐๐ เรื่องและอาการกลัวจำนวน ๑๐,๐๐๐ เรื่องแต่มีการศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดเชิงบวกและศักยภาพทางบวกของมนุษย์เพียง ๑,๐๐๐ เรื่องเท่านั้น ซึ่งความจริงแล้วแนวคิดด้านจิตวิทยานั้นไม่เพียงแต่มุ่งรักษาและช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตแต่ยังต้องช่วยให้มนุษย์ได้เติมเต็มและพัฒนาศักยภาพของตนเองมีอยู่ตามธรรมชาติให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น (Luthans, Avey; & Patera) ดังนั้นจึงเกิดแนวคิดด้านจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ซึ่งเป็นจิตวิทยาตะวันตกสมัยใหม่ที่ยึดเอาจุดแข็งของมนุษย์เป็นศูนย์กลางของการพัฒนา โดยเน้นการวิจัยพฤติกรรมทางบวกของคนปกติ เช่น การพัฒนาในด้านคุณค่า (Value) สติรู้ตื่นลื่นไหลในกิจกรรม (Flow) ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) ความหวัง (Hope) และความสุข (Happiness) ความรู้สึกต่อตนเองในเชิงบวกและเชิงความสัมพันธ์ต่อผู้อื่นรวมถึงการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความคิดและการกระทำเชิงบวก

การศึกษาเกี่ยวกับจิตวิทยาภายหลังสงครามโลกครั้งที่สองมักมุ่งเน้นที่ตัวปัญหา โดยมีวิธีแก้ไขปัญหา การป้องกันและการรักษาปัญหาทางจิตวิทยาหรือโรคทางจิตเวชเป็นสำคัญ แต่ปัญหาในเรื่องเหล่านี้กลับมีปริมาณมากยิ่งขึ้น และการที่สังคมพัฒนามากขึ้นในหลายด้าน แต่มนุษย์กลับไม่ได้มีความสุขเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) จึงเป็นศาสตร์ทางเลือกใหม่ที่มุ่งพัฒนามนุษย์ให้เป็นผู้มีความสุข โดยมีพื้นฐานของความสุขจากการพัฒนาตนเอง การเป็นคนดีมีมุมมองต่อชีวิตและโลกในเชิงบวก (Seligman. ๕) นอกจากนั้นเป็นวิชาที่เน้นความเป็นตัวอย่างชัดเจน ละเอียดเหมาะสมกับสภาพชีวิตในสังคมปัจจุบัน ด้วยเหตุนี้แนวคิด Positive Psychology จึงกำลังได้รับความสนใจและนำไปประยุกต์ใช้กับพัฒนามนุษย์อย่างกว้างขวางในประเทศตะวันตกในขณะนี้ (สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ และประภา คงปัญญา. ๖๕) ทั้งนี้เพราะจุดแข็งของมนุษย์สามารถช่วยป้องกัน และช่วยลดสภาวะความไม่สบายใจ ความเครียด และความผิดปกติ

ต่อมามีนักพฤติกรรมองค์การคนสำคัญ ลูธานส์และคณะ (Luthans; et al) ได้สังเคราะห์แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้เป็นแนวทางการปรับการปฏิบัติงานของบุคลากรในองค์การนั้น (Performance Improvement) และศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมองค์การ

(Organizational behavior, OB) เป็นสาขาวิชาหนึ่งที่พยายามศึกษาค้นหาผลกระทบที่เกิดขึ้นจากบุคคล กลุ่มบุคคลและโครงสร้างที่มีต่อพฤติกรรมภายในองค์การทั้งนี้เพื่อนำความรู้ที่ได้ดังกล่าวมาปรับปรุงการทำงานในการดำเนินงานขององค์การให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยมุ่งศึกษาที่ตัวบุคคลเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ในองค์การ เช่น เจตคติ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนรู้ ละเป้าหมายที่บุคคลกลุ่มและโครงสร้างขององค์การ จะเห็นว่าพฤติกรรมองค์การเป็นการศึกษาวิเคราะห์ผลกระทบของปัจเจกบุคคลกลุ่มและโครงสร้างขององค์การที่มีผลพฤติกรรมภายในองค์การ โดยมีจุดมุ่งหมายในการประยุกต์ความรู้ดังกล่าวเพื่อปรับปรุงประสิทธิผลขององค์การเพื่อช่วยให้องค์การได้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยใช้ความรู้ทางด้านจิตวิทยา สังคมวิทยา มานุษยวิทยาและวิทยาศาสตร์ ในการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ในองค์การ นักวิชาการด้านองค์การจึงพยายามศึกษาปัจจัยเหตุทั้งบวกและลบของบุคคลที่มีผลกระทบต่อองค์การ เดิมการแข่งขันในทางธุรกิจมักมุ่งแข่งขันกันในด้านสถานะทางการเงินหรือสิ่งที่แสดงให้เห็นได้ชัดว่าองค์การของตน มีอุปกรณ์ที่ดีและนวัตกรรมใหม่ ๆ เรียกว่า ทุนด้านเศรษฐกิจ (Economic Capital) หรือเป็นการตอบคำถามว่าองค์การของคุณมีทรัพยากรอะไรบ้าง (what you know) รวมไปถึงการให้ความสนใจ ทุนด้านสังคม (Social Capital) คือ เป็นการตั้งคำถามว่าใครหรือเครือข่ายใดบ้างที่คุณรู้จัก (Who you know) เช่น การมีสายสัมพันธ์ มีเพื่อน มีเครือข่ายติดต่อกับองค์การอื่น เป็นต้น และสุดท้ายเป็นความสนใจ ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก (Positive psychological capital) ที่กำลังได้รับความสนใจอย่างมากในองค์การในขณะนี้ ซึ่งเป็นการศึกษาเพื่อค้นหาว่าคุณมีศักยภาพอย่างไร (Who are you) แนวคิดสุดท้ายนี้ได้รับความสนใจและถูกนำมาศึกษาถึงการเกิดผลกระทบหรือผลลัพธ์ทางบวกของจิตวิทยาของพฤติกรรมองค์การของผู้ปฏิบัติงานในสาขาอาชีพต่าง ๆ (Luthans; et al) จึงมีการนำแนวคิดทางจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ในองค์การ โดยศึกษาในระดับบุคคล (individual level)

จากที่กล่าวข้างต้นเกี่ยวกับการศึกษาพฤติกรรมองค์การในปัจจุบันมีการนำแนวคิด Positive psychology มาประยุกต์ใช้มากขึ้น โดยละทิ้งการศึกษาแนวคิดที่แสวงหาความบกพร่อง (dysfunction) ของบุคคลออกไป เช่น จากเดิมศึกษาพฤติกรรมต่อต้านการเปลี่ยนแปลง เป็นศึกษาพฤติกรรมยอมรับเพื่อการเปลี่ยนแปลง หรือเดิมศึกษาความบกพร่องของพนักงาน (deficiency) เป็นการศึกษาศักยภาพของบุคคล ซึ่งเรียกว่าองค์การที่ออกแบบการบริหารทรัพยากรบุคคลนี้ว่า พฤติกรรมองค์การเชิงบวก (Positive Organizational Behavior, POB) (Luthans; et al) พฤติกรรมองค์การเชิงบวก เป็นการศึกษาและประยุกต์ใช้จุดแข็งหรือจุดเด่นและคุณลักษณะทางบวกของมนุษย์ที่สามารถวัดได้ (measured) พัฒนาได้ (developed) และจัดการอย่างมีประสิทธิภาพได้ (effectively managed) ทั้งนี้เพื่อเพิ่มผลการปฏิบัติงานโดยวัดได้ในระดับบุคคล (micro level) (Luthans; et al) ดังนั้นแนวคิดด้านพฤติกรรมองค์การเชิงบวกเป็นผลลัพธ์ที่เกิดจาก ตัวแปรด้าน Positive Psychological capital นั้นมีเกณฑ์ที่ต้องพิจารณา ๕ ด้าน คือ ๑) ตัวแปรเหล่านั้นต้องมี ทฤษฎีและงานวิจัยรองรับ ๒) มีการวัดที่น่าเชื่อถือ ๓) มีความเป็นเฉพาะตัวไม่ซ้ำซ้อนกับตัวแปรอื่น และมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมองค์การ ๔) ตัวแปรมีลักษณะเปลี่ยนแปลงตามสภาวะแวดล้อม (state-like) ซึ่งทำให้ส่งเสริมและสามารถพัฒนาได้ โดยองค์ประกอบนี้จะตรงข้ามกับ trait ที่หมายถึง ลักษณะที่คงที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงหรือเรียนรู้ได้และ ๕) มีผลกระทบทางบวก ต่อพฤติกรรมที่

เกี่ยวข้องกับการทำงานในระดับบุคคล (Luthans; et al) ซึ่งกลุ่มตัวแปร ที่เข้าเกณฑ์ดังกล่าว อันจะส่งผลต่อการมีพฤติกรรมทางบวกขององค์กรนั้น คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychological Capital)^๕

จากความเป็นมาของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก สรุปความได้ว่า เป็นองค์ความรู้อย่างหนึ่งที่ได้มีการศึกษาเรียนรู้มาจากจิตวิทยา จากพฤติกรรมศาสตร์ จนเกิดเป็นองค์ความรู้แขนงใหม่ เกิดเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่มีการเรียนรู้ และนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต โดยเน้นในการนำไปใช้ในชีวิตรจริง และก่อให้เกิดประสิทธิภาพประสิทธิผลอย่างสูงสุดต่อการดำเนินชีวิต

๒.๑.๒.๓ แนวคิดของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

ลูธานส์และคณะ (Luthans; et al) กล่าวว่าปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกสามารถประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการปฏิบัติงานในเชิงรุกในองค์กรได้ในภาวะที่องค์กรต่าง ๆ ในยุคปัจจุบันนี้ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่สับสนวุ่นวาย ไม่ว่าจะเป็นความไม่มั่นคงทางด้านเศรษฐกิจภาวะคุกคามทางด้านการเมืองระหว่างประเทศ ภาวะของโลกาภิวัตน์ การแข่งขันทางการค้าระหว่างกลุ่มยุโรปและอเมริกาและการพัฒนาทางด้านการศึกษาและเทคโนโลยีที่ไม่หยุดยั้ง นอกจากนี้ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก เป็นการศึกษาคุณลักษณะของบุคคลเชิงบวก การรวมกันของตัวแปรทั้ง ๔ ตัวแปรจะนำไปสู่การเกิดแนวคิดใหม่ คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก หรือ PsyCap นั่นเองซึ่งแนวคิดของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก มีดังนี้

๑) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก มีคุณค่ามากกว่าปัจจัยมนุษย์ (PsyCap goes beyond human capital) คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก นั้นไม่ใช่แค่เพียงการแสดงให้เห็นว่าคุณคนมีความรู้ มีทักษะ ความสามารถ ที่ได้จากการศึกษาเล่าเรียน การฝึกอบรม หรือแม้กระทั่งจากประสบการณ์ทำงานมาแค่นั้น แต่เป็นสิ่งที่บุคคลถูกปลูกฝัง ซัดเกล้า ถ้ายอดทางสังคมมาอย่างเฉพาะเจาะจงที่เกิดการแลกเปลี่ยนกันระหว่างหัวหน้าและลูกน้องในการทำงาน ก่อเกิดองค์ความรู้ที่อยู่ภายในตัวของบุคคล (tacit knowledge) ซึ่งมีความสำคัญอย่างมาก

๒) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก มีคุณค่ามากกว่าปัจจัยทางสังคม (PsyCap goes beyond social capital) คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก จะแสดงให้เห็นถึงการมีโอกาสนใหม่ ๆ มากกว่าแค่เพียงมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม เครือข่าย บุคคล องค์กรเท่านั้น

๓) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก คือ สิ่งที่เป็นแนวคิดเชิงบวก (PsyCap is positive) เนื่องจากปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกเกิดจากแนวคิด Positive Psychology ซึ่งเดิมเน้นความผิดปกติ (pathology) รวมถึงพยายามจะแก้ไขปัญหาหรือจุดด้อยของบุคคลโดยที่ไม่ได้เริ่มต้นจากศักยภาพเต็มที่เขามีอยู่แล้ว ทำให้ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก เป็นตัวสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมองค์กรและการบริหารจัดการกับศักยภาพของมนุษย์

๔) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก คือ สิ่งที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว (PsyCap is unique) คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก จะนำไปสู่แนวคิดใหม่ที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว โดยมีกรอบแนวคิดทฤษฎีใหม่ ทั้งโครงสร้าง การวัด และนำไปโปรแกรมการพัฒนาบุคคล แต่อย่างไรก็ตามกรอบโครงสร้าง

^๕สายสมร เฉลยภิตติ, “การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ” หน้า ๒๑-๒๕.

อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้เมื่อเวลาผ่านไปความเป็นเอกลักษณ์ของตัวแปรนั้น (unique) มีการศึกษาพนักงานในโรงงานของประเทศจีนพบว่า ในแต่ละตัวแปร ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความหย่อนตัวมีความสัมพันธ์ในระดับที่เท่า ๆ กันกับผลลัพธ์ของพฤติกรรม (performance outcome) และเมื่อนำมารวมกันทำให้มีความสัมพันธ์สูงกับผลลัพธ์ของพฤติกรรมมากกว่าการแยกตัวแปรเดี่ยว ๆ จึงเป็นเหตุผลหนึ่งที่มีการรวมตัวแปรทั้ง ๔ เป็น PsyCap แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นต่างก็มีความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (discriminant validity) โดยผ่านการทดสอบจากการศึกษาวิจัยในกลุ่มตัวอย่างหลาย ๆ กลุ่ม และมีการทดสอบ higher – order factor ของโครงสร้าง PsyCap ด้วย และทั้ง ๔ ตัวแปรต่างก็มีทฤษฎีเฉพาะ (unique theoretical) มารองรับ (Luthans; et al. 549-550)

๕) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกเป็นสิ่งที่มีความพื้นฐานมาจากทฤษฎีและการวิจัย (PsyCap is theory and research based) คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกนั้นอยู่บนพื้นฐานจากทฤษฎีหลายแนวคิด เช่น Social Cognitive Theory ของ Synder เป็นต้น

๖) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก คือ สิ่งที่สามารถวัดได้ (PsyCap is measurable) ตัวแปรปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกนั้น ได้มีการศึกษาลักษณะการวัดออกมาในลักษณะแบบประเมินทางจิตวิทยา (psychological assessment) ที่แสดงให้เห็นถึงความเชื่อมั่นและความเที่ยงของการวัด เช่น Park ที่ศึกษาแบบวัด Efficacy, Synder ศึกษาแบบวัด State of Hope, the Wagnild and Young Resilience scale, และ Scheier and Carver Optimism Questionnaire

๗) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก คือ สิ่งที่มีลักษณะการวัดแบบสภาวะและเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาปรับปรุงได้ (psyCap is state-like and therefore open to development) การวัดแบบสภาวะ (state-like) ที่แตกต่างไปจากตัวแปรแบบ trait เช่น บุคลิกภาพหรือระดับสติปัญญาที่ค่อนข้างแน่นอนไม่ได้เปลี่ยนแปลงโดยง่าย การวัดแบบสภาวะ (state-like) หมายถึง การวัดแบบรายงานความคิดเห็นของผู้ตอบ จึงทำให้สามารถพัฒนาและเรียนรู้ได้ เมื่อพบว่าบุคคลกรคนใดที่ได้คะแนนจากแบบวัดต่ำ ซึ่งเหมาะแก่การพัฒนาพฤติกรรมการทำงานของบุคคลกรในองค์กร เช่น ตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) แบบดรูรา (Bandura) อธิบายว่าสามารถทำให้เพิ่มมากขึ้นได้ และ Synder ก็รายงานว่า ตัวแปรความหวัง (hope) สามารถพัฒนาได้จึงมีแบบวัดที่เรียกว่า state hope scale นอกจากนี้ ตัวแปรการมองโลกในแง่ดี (optimism) โดยซีลิกแมน (Seligman) ก็แสดงให้เห็นว่าสามารถเรียนรู้ได้ (learned optimism) และตัวแปรความหย่อนตัว (resiliency) Masten และ reed ได้อธิบายว่า กลวิธีหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความหย่อนตัวได้ คือ การให้การช่วยเหลือและพัฒนาบุคคล และ Wagnild และ Young ที่สร้างแบบวัดความหย่อนตัวขึ้นในลักษณะแบบ state-like ด้วย (Luthans; et al)

๘) ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก คือ สิ่งที่จะมีผลกระทบอย่างสูงสุดต่อพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงาน มีงานวิจัยจำนวนมากที่สนับสนุนว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมในการปฏิบัติงาน ดังนั้นปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกจึงมีความสำคัญต่อการนำไปใช้เพื่อนำไปสู่การเกิดผลลัพธ์ทางบวกของพฤติกรรมองค์กรได้อย่างแท้จริง

การศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมปรับตัวของสามแณรนี้ มีจุดสนใจที่ลักษณะของ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา อันจะนำไปสู่ความผาสุกในชีวิต

เป็นบุคคลที่ดีและนำไปสู่ความสำเร็จในการดำเนินชีวิต ทั้งในด้านการชีวิตประจำวัน ทั้งในด้านการศึกษาเล่าเรียน ซึ่งองค์การที่มีลักษณะของ Positive Organizational Behavior (POB) ตามแนวคิดของลูธานส์และคณะ (Luthans; et al) ประกอบด้วย ๔ องค์ประกอบหลักของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกกล่าวว่า บุคลากรในองค์กรจะต้องมี การรับรู้ความสามารถของตนเอง มีความหวัง เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงที่ไม่ดีโดยหวังว่า จะต้องมีความดีขึ้น การมองโลกในแง่ดี โดยมองว่าเหตุการณ์ที่เลวร้ายนั้นเกิดขึ้นกับเพียงชั่วคราว ซึ่งมีสาเหตุเฉพาะตัวของมันเอง เป็นเหตุการณ์ที่มาจากสาเหตุที่ภายนอกอื่น ๆ รวมทั้งมีความหยุนตัวทนทานต่อการเกิดภาวะวิกฤตต่อการดำเนินชีวิต ซึ่งหากมีการพัฒนาบุคคล คือ ตัวของสามเณรให้มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกดังกล่าว โดยจะสามารถทำนายพฤติกรรมทางบวกเกี่ยวกับกับการดำเนินชีวิตหรือในการศึกษาเล่าเรียน เช่น การมีพฤติกรรมที่เหมาะสม การมีพฤติกรรมที่ดี ความพึงพอใจในกานปรับตัวในการดำเนินชีวิต มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการดำเนินชีวิตอีกด้วย^๙

จากการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกข้างต้น สรุปความได้ว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาทางบวกเป็นปัจจัยเกื้อหนุนก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ดี ที่เหมาะสม ที่ควร ทั้งทางร่างกาย อารมณ์สังคม และสติปัญญา เป็นการเสริมสร้างบุคลิกภาพของบุคคลให้ดูดี มีการปรับตัวในสถานการณ์ สังคม สภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นในการใช้ชีวิตประจำวัน ในการศึกษาเล่าเรียน ในการทำงาน เป็นต้น โดยมีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกเป็นหลักยึดมั่นในการปรับพฤติกรรม

๒.๑.๓. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว

๒.๑.๓.๑ ความหมายของการปรับตัว

การปรับตัว (adjustment) คือกระบวนการปรับความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งการปรับตัวของแต่ละบุคคลจะมีลักษณะอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของบุคคลนั้น สภาพแวดล้อม และสถานการณ์ที่บุคคลกำลังเผชิญอยู่

กรมวิชาการ ได้ให้ความหมายของคำว่า การปรับตัว หมายถึง เป็นการแสดงพฤติกรรมความคิดความรู้สึก การกระทำเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่ต้องการของตน^{๑๐}

กันยา สุวรรณแสง ได้ให้ความหมายของคำว่า การปรับตัว หมายถึง เป็นการปรับกายและใจให้เข้ากับสังคมได้ในสภาวะแวดล้อมและสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีความสุข^{๑๑}

ศุภนิത്യ วัฒนธาดา ได้ให้ความหมายคำว่า การปรับตัว หมายถึง เป็นการเปลี่ยนแปลงของบุคคลทั้งร่างกายและจิตใจให้อยู่ในลักษณะที่สมดุลของธรรมชาติ^{๑๒}

^๙Luthans; & Youssef, Human, Social, and Now Positive Psychological Capital Management: Investing in people for competitive advantage, 2004, pp 143 – 160.

^{๑๐}กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ, การควบคุมตัวเองและการปรับตัว, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๓๙), หน้า ๑๕.

^{๑๑}กันยา สุวรรณแสง, การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บำรุงสาสน์, ๒๕๓๓), หน้า ๓๖.

^{๑๒}ศุภนิത്യ วัฒนธาดา, คู่มือจิตวิทยาการศึกษา, (พระนครศรีอยุธยา: โรงพิมพ์วัฒนาพานิช, ๒๕๓๕), หน้า ๔๑.

เปลื้อง ณ นคร ได้ให้ความหมายของคำว่า การปรับตัว หมายถึง เป็นความสัมพันธ์ ความเข้ากันระหว่างเอกัตบุคคลกับสิ่งแวดล้อมตัวอย่างมีประสิทธิภาพและความสุข^{๑๓}

ราศรี ธรรมนิยม กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การปรับปรุง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ของมนุษย์ให้สามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้อย่างดี มีความสุข การปรับตัวมีความสำคัญอย่างยิ่งใน ชีวิตประจำวันของเรา ผู้ใดมีความสามารถในการปรับตัวได้เป็นอย่างดี จะเป็นผู้ที่สามารถ

ใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้ ตรงกันข้ามกับผู้ที่ปรับตัวได้ไม่ดี ชีวิตมักจะขาดความสุข มีความคับข้องใจ มีความขัดแย้งในใจตึงเครียดตลอดเวลา^{๑๔}

วรารภรณ์ ตระกูลสฤชต์ (๒) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหาความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความเป็นทุกข์ ความวิตกกังวลต่าง ๆ จนเป็นสภาพที่บุคคลนั้น ๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้น ๆ ได้^{๑๕}

อีริก อีริกสัน (Erik Erikson.n.d.) กล่าวถึงพัฒนาการของคนเราว่า ความสามารถ ปรับขยายตนเองเพื่อสนองต่อสภาวะแวดล้อมเป็นเครื่องหมายของวุฒิภาวะ ซึ่งก็ใช้ได้กับความหมาย ของการปรับตัว อย่างไรก็ตาม การปรับตัวสื่อความหมายว่าเป็นการบรรลุความสัมพันธ์อันดีต่อ สิ่งแวดล้อมมากกว่าความหมายของวุฒิภาวะที่กล่าวมาแล้ว ทั้งนี้ไม่จำเป็นต้องมีภาวะของความสงบ นิ่ง พอใจหรือสงบใจหรือมิได้หมายความว่าปราศจาก ความผิดหวัง ความโกรธ ความเสียใจ ความคับ ข้องใจหรือความกลัว การปรับตัว คือ ความสามารถในการเลือกอย่างมีประสิทธิภาพภายใต้เรียวกร้อง และเงื่อนไขของสังคมและสิ่งแวดล้อม โยที่ยังคงทัศนคติที่ดีต่อสภาพการณ์รอบตัวไว้ได้^{๑๖}

อาร์คอฟ (Arkoff) กล่าวถึงความหมายของการปรับตัวว่า เป็นการปะทะสังสรรค์ของ บุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยบุคคลพยายามบรรลุความต้องการและไปถึงเป้าหมายของตนใน ขณะเดียวกันบุคคลอยู่ภายใต้ความกดดันจากสภาพแวดล้อม เพื่อให้มีพฤติกรรมในทางที่ถูกต้อง การปรับตัวจึงเป็นการประสานความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของบุคคลและสิ่งแวดล้อม^{๑๗}

วอร์เชล (Worchel) กล่าวว่า การปรับตัว เป็นการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นเนื่องจาก ตนเอง สิ่งแวดล้อม และบุคคลอื่น ๆ ที่เราพบในแต่ละวัน การปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน กล่าวคือต้องประกอบไปด้วย ๑) การเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง และสิ่งแวดล้อมทางสังคม ๒) ใช้ความเข้าใจดังกล่าวเป็นตัวกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริง ๓) ใช้ความสามารถที่จะควบคุม

^{๑๓} เปลื้อง ณ นคร, จิตวิทยาการศรัศตร์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ไทยพัฒนาพานิช, ๒๕๓๙), หน้า ๓๒.

^{๑๔} ราศรี ธรรมนิยม, จิตวิทยาพัฒนาการฉบับสมบูรณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๒๕, หน้า ๗๙.

^{๑๕} วรารภรณ์ ตระกูลสฤชต์, จิตวิทยาการปรับตัว, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, ๒๕๔๓), หน้า ๑๐.

^{๑๖} สิริวรรณ สารนาถ, จิตวิทยาบุคลิกภาพและการปรับตัว, (กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๙), หน้า ๗.

^{๑๗} Arkoff, H.A.; & Roy S.C., The Roy's Adaptation Model, (California: Appleton & Lange, 1968), p 8.

สิ่งแวดล้อมและเป้าหมายของการปรับตัว เพื่อให้บรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้ ๔) มีความไวต่อการรับรู้ความต้องการและความไม่สบายใจของผู้อื่น เพื่อที่จะให้การช่วยเหลือ หรือสร้างสรรค์ในทางบวกแก่ผู้อื่น^{๑๘}

โคลแมน และแฮมเมน (Coleman and Hammen) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ^{๑๙}

โรเจอร์ส (Rogers) ได้กล่าวว่า การปรับตัวเป็นการปรับภายในตัวเอง โดยให้เกิดความสอดคล้องระหว่างตนและประสบการณ์ ผู้ที่ปรับตัวได้อย่างเต็มที่ หรือผู้ที่มีสุขภาพจิตดีคือบุคคลที่เปิดตนเองให้ยอมรับประสบการณ์ทั้งหมดอย่างเต็มที่ โดยทั่วไปประสบการณ์ทั้งหมดที่บุคคลประสบนั้นไม่อยู่ในการรับรู้อย่างรู้ตัวตลอดเวลา แต่สามารถนำมาสู่การรับรู้อย่างรู้ตัวได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่มีการใช้กระบวนการป้องกันการตัวใด ๆ ไม่มีเงื่อนไขในการให้คุณค่าหรือความหมาย แต่จะมีการยอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองสอดคล้องกับประสบการณ์ พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นไปตามแนวโน้มในการพัฒนาอย่างสมบูรณ์เต็มที่ตามศักยภาพ (Self-actualization) มีโครงสร้างของตนที่ยึดหยุ่นอยู่ในกระบวนการที่จะรวมประสบการณ์ใหม่เข้ามาผสมผสานในโครงสร้างของตนได้เสมอ และเป็นผู้ที่อยู่ในกระบวนการการเปลี่ยนแปลง^{๒๐}

เบอร์นาร์ด (Bernard) ได้ให้คำนิยามว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวเองให้เข้ากับโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถ ที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต มีความขัดแย้งและความตึงเครียดน้อยที่สุด^{๒๑}

กิลเมอร์ (Gilmer) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวว่า เป็นความพยายามที่จะทำให้เกิดความสมดุลของความต้องการ หรืออาจกล่าวได้ว่า เป็นกระบวนการที่มนุษย์มีปฏิริยาแลกเปลี่ยนการตอบสนองกับสิ่งแวดล้อมเพื่อปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นให้เป็นไปตามความต้องการของตน^{๒๒}

^{๑๘}Worchel, Setphen, and George R} Goethole, **Adjustment parth ways to personal Growth**, (Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice, 1989), p 6.

^{๑๙}อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ, “องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น”, **รายงานการวิจัย**, ฉบับที่ ๔๘, (สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๒), หน้า ๖.

^{๒๐}เปรมพร มั่นเสมอ, “การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ ๑”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา**, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๒.

^{๒๑}พิพัฒน์ แป้นอาทิตย์, “ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนที่เป็นพระภิกษุสามเณร ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๕), หน้า ๒๙.

^{๒๒}Gilmer, B. Von Haller, **Industrial and Organizational Psychology**, (New York: McGraw - Hill, 1971), p 10.

แกรชชาร์เอฟ. แอนโธนีและเครอร์เชนบัน เอส .แดเนียล (Graasha F ,Anthony and Kirschenbaum S. Daniel) ได้ให้ความหมายของคำว่า การปรับตัว หมายถึง เป็นความสามารถของบุคคลที่จะจัดการปัญหา และความต้องการของสภาพแวดล้อมให้บรรลุผล^{๒๓}

กล่าวโดยสรุป การปรับตัว หมายถึง ภาวะความสำคัญระหว่างคน และสภาพแวดล้อม เมื่อสิ่งแวดล้อมมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม คนก็ต้องมีการปรับตัวให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้หากไม่สามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับคนส่วนใหญ่ได้ บุคคลนั้นจะดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมโดยปราศจากความสุข ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมส่วนมากมักจะเป็นผลจากการปรับตัวไม่ได้

จากความหมายของคำว่า การปรับตัว ที่นักวิชาการหลาย ๆ ท่านกล่าวไว้ นั้น สรุปความได้ว่าการปรับตัวนั้นเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากในการดำเนินชีวิต เป็นความสามารถของบุคคลที่มีการจัดการภายใน และภายนอก โดยมีการปรับตัวหรือการแสดงออกของบุคลิกภาพให้มีความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อม สังคม หรือตามสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ประสบพบเจอ เพื่อการตอบสนองสิ่งต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเป็นลำดับไป

๒.๑.๓.๒ ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวกับการปรับตัว

แนวคิดทฤษฎีพัฒนาการมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการศึกษามนุษย์ในลักษณะองค์รวม เนื่องจากทฤษฎีจะช่วยอธิบายและวิเคราะห์พัฒนาการด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ ทั้งด้านความคิด ลักษณะอารมณ์ และพฤติกรรม เป็นพื้นฐานที่บ่งบอกลักษณะปกติและผิดปกติที่พบในพัฒนาการแต่ละขั้นแต่ละวัย ช่วยให้เกิดความเข้าใจชัดเจนในการศึกษา เกิดทิศทางการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง ตรงประเด็น ตลอดจนช่วยในการส่งเสริมพัฒนาการและการปกป้องไม่ให้เกิดความผิดปกติในพัฒนาการขั้นต่าง ๆ สำหรับแนวคิดทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์มีแนวคิดที่หลากหลายแตกต่างกันไปตามความเชื่อพื้นฐานเดิมและการมองมนุษย์ในแง่มุมต่าง ๆ ซึ่งแต่ละทฤษฎีก็จะมีจุดเด่นและมุมมองที่แตกต่างกันสามารถเลือกใช้ตามความเหมาะสม ในที่นี้จะขอกกล่าวถึงทฤษฎีที่ใช้กันอย่างกว้างขวาง

พัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัยของมนุษย์เป็นศาสตร์ที่มีความสลับซับซ้อน จากการที่ต้องศึกษาการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ในด้านต่าง ๆ ในลักษณะองค์รวม ทั้งที่สามารถมองเห็นได้ง่าย ชัดเจน และมองเห็นได้ยาก ไม่ชัดเจน อย่างไรก็ตาม การเรียนรู้ในเรื่องจิตวิทยาพัฒนาการถือเป็นเรื่องสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อการศึกษา ช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความรู้ ความเข้าใจลักษณะธรรมชาติของมนุษย์ ลำดับขั้นพัฒนาการชีวิตในช่วงวัยต่าง ๆ ตั้งแต่ปฏิสนธิจนกระทั่งวาระสุดท้ายของชีวิต และทราบถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย ส่งผลให้ผู้ศึกษาเกิดการยอมรับ เข้าใจตนเองและผู้อื่น เข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถปรับตัวให้เข้ากับบุคคลในวัยต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนสามารถช่วยเหลือบุคคลวัยต่าง ๆ ในแนวทางที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สังคมปัจจุบันเป็นยุคข่าวสารไร้พรมแดน ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความรู้สึกนึกคิดของวัยรุ่นมากขึ้นด้วย ในระยะวัยรุ่นเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยวิกฤต (critical period) หรือ

^{๒๓}Anthony GrashaF and Daniel, KirschenbaumS, Psychology of Adjustment and Competence, (New York: Winthrop Publisher, 1980), p 5.

วัยพายุบุแคม (storm and stress) เนื่องจากมีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิตอย่างมาก มีปัญหาและมีความยากลำบากในการปรับตัว

วัยรุ่น (Adolescence) เป็นวัยที่มีพัฒนาการปรับเปลี่ยนจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ เริ่มตั้งแต่ช่วงอายุประมาณ ๑๒ หรือ ๑๓ ปี จนกระทั่งถึงอายุประมาณ ๒๐ ปี มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเป็นสัญญาณสำคัญที่บ่งชี้ถึงการพ้นระยะการเป็นเด็ก คือการเปลี่ยนแปลงร่างกายภายนอกและการมีวุฒิภาวะทางเพศ เช่น ความสูง น้ำหนัก การเริ่มมีลักษณะทางเพศ ได้แก่ การมีหนวดอกในวัยรุ่นหญิง การมีหนวดและการเปลี่ยนแปลงของเสียงในวัยรุ่นชาย ขณะเดียวกันก็มีการเปลี่ยนแปลงในพัฒนาการด้านอื่น ๆ ด้วย เช่น ความสนใจในเพศตรงข้าม การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และสังคม เป็นต้น (Papalia and Olds, ศรีเรือน แก้วกังวาล) มีการแบ่งระยะของวัยรุ่นออกเป็น ๓ ระยะดังนี้ (Cole อ้างถึงใน สุชา จันทน์เอม, ๒๕๓๖)

วัยรุ่นตอนต้น (early adolescence) เด็กหญิงมีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี เด็กชายมีอายุระหว่าง ๑๕-๑๗ ปี

วัยรุ่นตอนกลาง (middle adolescence) เด็กหญิงมีอายุระหว่าง ๑๕-๑๘ ปี เด็กชายมีอายุระหว่าง ๑๗-๑๙ ปี

วัยรุ่นตอนปลาย (late adolescence) เด็กหญิงมีอายุระหว่าง ๑๘-๒๑ ปี เด็กชายมีอายุระหว่าง ๑๙-๒๑ ปี

ในการเรียนการสอนนี้จะไม่แบ่งวัยรุ่นออกเป็น ๓ ระยะ ดังกล่าวข้างต้นเนื่องจากพัฒนาการในวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงเหลื่อมล้ำกันค่อนข้างมาก การเปลี่ยนแปลงอาจไม่เป็นไปตามอายุที่กำหนดไว้ จึงจะบรรยายเป็นภาพรวมตามลักษณะพัฒนาการ

จากการค้นคว้าแนวคิดทฤษฎีพัฒนาการ สรุปความได้ว่า พัฒนาการในแต่ละช่วงชั้นของวัยรุ่นมีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตในชีวิตประจำวัน เพราะจะต้องเผชิญและเรียนรู้อยู่เสมอในสังคม สภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ประสบพบเจอ ฉะนั้นต้องมีการปรับตัวให้มีความเหมาะสมกับบทบาทและหน้าที่ของตนเอง

ทฤษฎี Psychosocial developmental stage ของอีริกสัน

ทฤษฎี Psychosocial development ของ Erik H. Erikson อธิบายถึงลักษณะของการศึกษาไปข้างหน้า โดยเน้นถึงสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของคน ซึ่งในแต่ละขั้นของพัฒนาการนั้นจะมีวิกฤติการณ์ทางสังคม (social crisis) เกิดขึ้น การที่ไม่สามารถเอาชนะหรือผ่านวิกฤติการณ์ทางสังคมในขั้นหนึ่ง ๆ จะเป็นปัญหาในการเอาชนะวิกฤติการณ์ทางสังคมในขั้นต่อมา ทำให้เกิดความบกพร่องทางสังคม (social inadequacy) และเป็นปัญหาทางจิตใจตามมาภายหลัง ทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพตามแนวคิดของ Erikson แบ่งพัฒนาการด้านจิตสังคมของบุคคลเป็น ๘ ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ ๑ ระยะทารก (Infancy period) อายุ ๐-๒ ปี: ขึ้นไว้วางใจและไม่ไว้วางใจผู้อื่น (Trust vs Mistrust) ในระยะขวบปีแรกทารกจะต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในการดูแลเอาใจใส่ทุกด้าน ตลอดจนความรัก และสอนให้ทารกพบกับสิ่งเร้าใหม่ ๆ กอดรัดสัมผัสพูดคุยเล่นด้วยตลอดเวลา โดยเฉพาะในวัยนี้ทารกจะมีความรู้สึกไวมากที่บริเวณปาก เมื่อได้ดูดนม ได้อาหาร ได้รับสัมผัสอันอ่อนโยน อบอุ่น ได้รับความรักความพอใจทั้งทางร่างกายและอารมณ์แล้ว ทารกก็เรียนรู้ที่จะไว้วางใจ

ในสิ่งแวดล้อมอันได้แก่แม่ของตนเองเป็นคนแรก ในทางตรงข้าม ถ้าหากความต้องการไม่ได้รับการตอบสนองแล้ว ทารกจะมีอาการหัวท้อ ไม่ไว้วางใจผู้ใดหรือสิ่งของใด ๆ ทั้งสิ้น ทั้งนี้รวมทั้งไม่ไว้วางใจตนเองด้วย

ขั้นที่ ๒ วัยเริ่มต้น (Toddler period) อายุ ๒-๓ ปี: ขั้นที่มีความเป็นอิสระกับความละอายและสงสัย (Autonomy vs Shame and doubt) ขั้นนี้เด็กเริ่มเรียนรู้ที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง หากได้รับการสนับสนุนและกระตุ้นให้เด็กได้กระทำการต่าง ๆ ด้วยตนเองตามสมควร เด็กจะมีการพัฒนาตัวเองไปในลักษณะที่มีโอกาสเลือกลอง และอยู่ในระเบียบวินัยไปในตัว ในทางตรงข้ามถ้าพ่อแม่เคร่งครัด เจ้าระเบียบ ให้เด็กอยู่ในระเบียบตลอดเวลาหรือเลี้ยงดูแบบปกป้องมากเกินไป (over protective) ไม่ยอมรับสิ่งที่เด็กทำขึ้นมาด้วยตนเอง เด็กจะพัฒนาตัวเองไปในรูปแบบที่ไม่แน่ใจในตนเองหรือไม่กล้าที่จะทำอะไรด้วยตนเองอยู่ตลอดเวลา

ขั้นที่ ๓ ระยะเวลาก่อนไปโรงเรียน (Preschool period) อายุ ๓-๖ ปี: ขั้นมีความคิดริเริ่มกับความรู้สึกผิด (Initiative vs Guilt) เป็นระยะที่เด็กมีการเรียนรู้อย่างกว้างขวาง มีความสัมพันธ์กับเพื่อนที่โรงเรียน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง มีความอยากรู้อยากเห็น ชอบลองอะไรใหม่ ๆ ชอบเล่นก่อสร้างอะไรขึ้นมาตามความคิดของตน และในขั้นนี้เด็กจะย่างขึ้นสู่ความรู้สึกไวในบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ ฉะนั้น เด็กจะติดอยู่ที่ปมอดิปุส ถ้าเด็กได้รับความรักความเข้าใจและได้รับการสนับสนุนในการทำกิจกรรมต่าง ๆ จากทั้งพ่อและแม่ เด็กย่อมมีความมั่นใจในตนเอง กล้าซักถาม มีความคิดริเริ่ม แสดงความแสบคายในการแก้ปัญหาและพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ตรงกันข้ามถ้าพ่อแม่เข้มงวดควบคุมความประพฤติตลอดเวลา เด็กจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองทำผิดเมื่อพยายามทำอะไรด้วยตัวของตัวเอง

ขั้นที่ ๔ ระยะเวลาเข้าโรงเรียน (School period) อายุ ๖-๑๒ ปี: ขั้นเอาการเอางานกับความมีปมด้อย (Industry vs Inferiority) ระยะนี้เด็กเรียนรู้ที่จะสร้างสรรค์ มีความคิดและพยายามทำกิจกรรมด้วยตัวเอง หากได้รับการสนับสนุนก็ย่อมทำให้เด็กมีการพัฒนาบุคลิกภาพและมีความมานะเพียรพยายามที่จะแสวงหาสิ่งที่ท้าทายความสามารถ สติปัญญา แต่หากเหตุการณ์เป็นไปในทางตรงกันข้าม จะทำให้เด็กมีความรู้สึกต่ำต้อยด้อยค่า อาจต้องถอยกลับไปสู่วัยทารกอีกเพื่อหลีกเลี่ยงภาระอันต้องรับผิดชอบ

ขั้นที่ ๕ ระยะเวลาวัยรุ่น (Adolescent period) อายุ ๑๒-๒๐ ปี: ขั้นการเข้าใจอัตลักษณ์ของตนเองกับไม่เข้าใจตนเอง (Identity vs role confusion) เป็นระยะที่เริ่มสนใจเรื่องเพศ เข้าไปผูกพันกับสังคมและต้องการตำแหน่งทางสังคม ความรู้สึกเป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง เข้าใจอัตลักษณ์ของตนเอง รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร มีความเชื่ออย่างไร และตนเองเป็นใคร หากไม่สามารถรวบรวมประสบการณ์ในอดีตได้ ก็จะไม่สามารถเข้าใจตัวเอง เกิดความสับสน และความขัดแย้ง

ขั้นที่ ๖ ระยะเวลาต้นของวัยผู้ใหญ่ (Early adult period) อายุ ๒๐-๔๐ ปี: ขั้นความใกล้ชิดสนิทสนมกับความรู้สึกเปล่าเปลี่ยว (Intimacy vs Isolation) ระยะนี้เริ่มมีการนัดหมาย การแต่งงาน และชีวิตครอบครัว หรือทำงานกับผู้อื่นได้ หากสามารถบรรลุอัตลักษณ์ของตนเอง ก็จะสามารถสร้างและแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์อย่างสนิทสนมกับบุคคลอื่น หากไม่สามารถประสบ

ความสำเร็จในการแสวงหาแนวทางแห่งตนก็จะไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์อย่างแน่นแฟ้นกับบุคคลอื่น ๆ ได้ มักจะรู้สึกเหงา เปล่าเปลี่ยว ไม่รู้จะพึ่งพาใคร

ขั้นที่ ๗ ระยะเวลาผู้ใหญ่ (Adult period) อายุ ๔๐-๖๐ ปี: ขั้นการอนุเคราะห์ก็เอื้อกับ การพะว้าพะวงแต่ตัวเอง (Generativity vs Self-Absorption) เป็นระยะที่บุคคลหันมาสนใจกับโลก ภายนอก ริเริ่มสร้างสรรค์งานต่าง ๆ เพื่อสังคม คิดถึงผู้อื่น ไม่โลภหรือเห็นแก่ได้ฝ่ายเดียว บุคคลที่ไม่สามารถทำเช่นนี้ได้จะมีความรู้สึกคิดถึง หมกมุ่นอยู่กับตนเอง เป็นคนที่เอาตนเองเป็นศูนย์กลาง มีชีวิตอย่างไร้ความสุข

ขั้นที่ ๘ ระยะเวลาวัยสูงอายุ (Aging period) อายุประมาณ ๖๐ ปีขึ้นไป: ขั้นความมั่นคงทางจิตใจกับความสิ้นหวัง (Integrity vs Despair) วัยนี้เป็นวัยสุขุม รอบคอบ ฉลาด บุคคลจะยอมรับความเป็นจริงของชีวิต รู้สึกถึงความทรงจำในอดีต หากประสบความสำเร็จในอดีตก็จะรู้สึกไว้วางใจผู้อื่นและตนเอง มีความมั่นคงทางจิตใจ ภูมิใจต่อการบอกเล่าเกี่ยวกับประสบการณ์ในชีวิตให้บุตรหลานฟัง ตรงกันข้ามหากบุคคลต้องประสบกับความล้มเหลวและความผิดหวังในอดีต จะเกิดความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวังในชีวิต รู้สึกคับข้องใจ และไม่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข^{๒๔}

ทฤษฎีพัฒนาการทางความคิด (Cognitive Theories) ของพือาเจต์

พือาเจต์ (Piaget) เป็นนักชีววิทยาชาวสวิสเซอร์แลนด์ แต่มีความสนใจศึกษาทางด้านจิตวิทยา โดยเฉพาะในด้านกระบวนการพัฒนาทางสติปัญญาของเด็กตั้งแต่วัยแรกเกิดจนถึงวัยรุ่น เป็นบุคคลแรกที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นผู้ศึกษาพัฒนาการด้านความคิดมนุษย์อย่างเป็นระบบระเบียบ

พือาเจต์เชื่อว่าโดยธรรมชาติแล้วมนุษย์ทุกคนมีความพร้อมที่จะมีปฏิสัมพันธ์และปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมตั้งแต่เกิด เพราะมนุษย์ทุกคนหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมซึ่งต้องมีการปรับตัวอยู่ตลอดเวลา ผลจากกระบวนการดังกล่าวจะทำให้มนุษย์เกิดพัฒนาการของเขาวนปัญญา จากความเชื่อดังกล่าว พือาเจต์จึงได้ศึกษาพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กอย่างละเอียดด้วยการสร้างสถานการณ์เพื่อสังเกตพฤติกรรมของบุตรสาว ๓ คนของเขาเป็นระยะเวลาชานาน และได้ทำบันทึกไว้อย่างต่อเนื่อง ทำให้ได้ข้อสรุปว่าธรรมชาติของมนุษย์มีพื้นฐานติดตัวตั้งแต่กำเนิด ๒ ชนิด คือ

๑.การจัดและรวบรวม (organization) เป็นการจัดและรวบรวมกระบวนการต่าง ๆ ภายใน ให้เป็นระบบระเบียบอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาเพื่อให้เกิดภาวะสมดุลจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

๒.การปรับตัว (adaptation) เป็นการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในภาวะสมดุลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการ ๒ อย่างคือ

ก.การซึมซับหรือดูดซึมประสบการณ์ (assimilation) หมายถึง การที่มนุษย์มีการซึมซับหรือดูดซึมประสบการณ์ใหม่เข้าสู่โครงสร้างของสติปัญญา (cognitive structure) หลังจากมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

^{๒๔} สุรางค์ โค้วตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๔๐-๔๕.

ข. การปรับโครงสร้างทางเชาวน์ปัญญา (accomodation) หมายถึง การปรับเปลี่ยนโครงสร้างของเชาวน์ปัญญาที่มีอยู่แล้วให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ที่ได้เรียนรู้เพิ่มขึ้น

พือาเจต์กล่าวว่า การพัฒนาสติปัญญาและความคิดของมนุษย์จะต้องอาศัยทั้งการจัดรวบรวมและการปรับตัวดังกล่าว ซึ่งลักษณะพัฒนาการที่เกิดขึ้นจะดำเนินอย่างค่อยเป็นค่อยไป ซึ่งจะแตกต่างกันในแต่ละบุคคล โดยมีองค์ประกอบสำคัญที่เสริมพัฒนาการทางสติปัญญา ๔ องค์ประกอบคือ

๑. วุฒิภาวะ (maturation) คือการเจริญเติบโตทางด้านสรีรวิทยามีส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาสติปัญญาและความคิด โดยเฉพาะเส้นประสาทและต่อมไร้ท่อ

๒. ประสบการณ์ (experience) ประสบการณ์เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการพัฒนาด้านสติปัญญา เพราะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นทุกครั้งที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งประสบการณ์ที่เกิดจากการมี ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติและประสบการณ์เกี่ยวกับการคิดหาเหตุผลและทางคณิตศาสตร์ ซึ่งสามารถนำมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน

๓. การถ่ายทอดความรู้ทางสังคม (social transmission) คือการที่บุคคลได้รับการถ่ายทอด ความรู้ด้านต่าง ๆ จากบุคคลรอบข้าง เช่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู เป็นต้น

๔. กระบวนการพัฒนาสมดุล (equilibration) คือการควบคุมพฤติกรรมของตนเองซึ่งอยู่ในตัวของแต่ละบุคคลเพื่อปรับสมดุลของพัฒนาการทางสติปัญญาและความคิดไปสู่ขั้นที่สูงกว่าขั้นพัฒนาการเชาวน์ปัญญา พือาเจต์ได้แบ่งขั้นพัฒนาการของเชาวน์ปัญญาออกเป็น ๔ ขั้น คือ

๑) ขั้นใช้ประสาทสัมผัสและกล้ามเนื้อ (sensorimotor period) อายุ ๐-๒ ปี เป็นขั้นพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาก่อนระยะเวลาที่เด็กจะพูดเป็นภาษาได้ การแสดงถึงความคิดและสติปัญญาของเด็กวัยนี้จะเป็นในลักษณะของการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะขึ้นอยู่กับการเล่นไหว เป็นลักษณะของปฏิกิริยาสะท้อน เช่น การดูด การมอง การไขว่คว้า มีพฤติกรรมน้อยมากที่แสดงออกถึงความเข้าใจ เพราะเด็กยังไม่สามารถแยกตนเองออกจากสิ่งแวดล้อมได้ ตัวตนของเด็กยังไม่ได้พัฒนาจนกว่าเด็กจะได้รับประสบการณ์ ทำให้ได้พัฒนาตัวตนขึ้นมาแล้ว เด็กจึงสามารถแยกแยะสิ่งต่าง ๆ ได้จนกระทั่งเด็กอายุประมาณ ๑๘ เดือน จึงจะเริ่มแก้ปัญหาด้วยตนเองได้บ้าง และรับรู้เท่าที่สายตามองเห็น

๒) ขั้นเริ่มมีความคิดความเข้าใจ (pre-operational period) อายุ ๒-๗ ปี เด็กวัยนี้เป็นวัยก่อนเข้าโรงเรียนและวัยอนุบาล ยังไม่สามารถใช้สติปัญญากระทำการสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเต็มที่ ความคิดของเด็กวัยนี้ขึ้นอยู่กับความรู้เป็นส่วนใหญ่ ไม่สามารถใช้เหตุผล อย่างลึกซึ้งได้ วัยนี้เริ่มเรียนรู้การใช้ภาษา และสามารถใช้อสัญลักษณ์ต่าง ๆ ได้ พัฒนาการวัยนี้แบ่งได้เป็น ๒ ขั้นคือ

ก. ขั้นกำหนดความคิดไว้ล่วงหน้า (preconceptual thought) อายุ ๒-๔ ปี ระยะเวลาเด็กจะมีพัฒนาการด้านการใช้ภาษา รู้จักใช้คำสัมพันธ์กับสิ่งของ มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ได้แต่ยังไม่สมบูรณ์ ไม่มีเหตุผล คิดเอาแต่ใจตัวเอง อยู่ในโลกแห่งจินตนาการ ชอบเล่นบทบาทสมมติตามจินตนาการของตนเอง

ข. ขั้นคิดเอาเอง (intuitive thought) อายุ ๔-๗ ปี ระยะเวลาเด็กสามารถคิดอย่างมีเหตุผลขึ้น แต่การคิดยังเป็นลักษณะการรับรู้มากกว่าความเข้าใจ จะมีพัฒนาการรับรู้อย่างรวดเร็ว

สามารถเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นหมวดหมู่ ทั้งที่มีลักษณะคล้ายคลึงและแตกต่างกัน ลักษณะพิเศษของวัยนี้คือ เชื่อตัวเองโดยไม่ยอมเปลี่ยนความคิด หรือเชื่อในเรื่องการทรงภาวะเดิมของวัตถุ (conservation) ซึ่งพือาเจต์เรียกว่า principle of invariance

๓) ขั้นใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลเชิงรูปธรรม (concrete operational period) อายุ ๗-๑๑ ปี ระยะเวลาเด็กจะมีพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาอย่างรวดเร็ว สามารถคิดอย่างมีเหตุผล แบ่งแยกสิ่งแวดล้อมออกเป็นหมวดหมู่ ลำดับขั้น จัดเรียงขนาดสิ่งของ และเริ่มเข้าใจเรื่องการคงสภาพเดิม สามารถนำความรู้หรือประสบการณ์ในอดีตมาแก้ปัญหาเหตุการณ์ใหม่ ๆ ได้ มีการถ่ายโยงการเรียนรู้ (transfer of learning) แต่ปัญหาหรือเหตุการณ์นั้นจะต้องเกี่ยวข้องกับวัตถุหรือสิ่งที่เป็นรูปธรรม ส่วนปัญหาที่เป็นนามธรรมนั้นเด็กยังไม่สามารถแก้ได้

๔) ขั้นใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลเชิงนามธรรม (formal operational period) อายุ ๑๑-๑๕ ปี ขั้นนี้เป็นขั้นสูงสุดของพัฒนาการทางสติปัญญาและความคิด ความคิดแบบเด็ก ๆ จะสิ้นสุดลง จะเริ่มคิดแบบผู้ใหญ่ สามารถคิดแก้ปัญหาที่เป็นนามธรรมด้วยวิธีการหลากหลาย รู้จักคิดอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ สามารถตั้งสมมติฐาน ทดลอง ใช้เหตุผล และทำงานที่ต้องใช้สติปัญญาอย่างสลับซับซ้อนได้ พือาเจต์กล่าวว่าเด็กวัยนี้เป็นวัยที่คิดเหนือไปกว่าสิ่งปัจจุบัน สนใจที่จะสร้างทฤษฎีเกี่ยวกับทุกสิ่งทุกอย่าง และมีความพอใจที่จะคิดพิจารณาเกี่ยวกับสิ่งที่ไม่มีตัวตนหรือสิ่งที่เป็นนามธรรม นักจิตวิทยาเชื่อว่า การพัฒนาความเข้าใจจะพัฒนาไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งเข้าสู่วัยรุ่น

พือาเจต์เชื่อว่าพัฒนาการของเขาวินิจฉัยปัญญามนุษย์จะดำเนินไปเป็นลำดับขั้นเปลี่ยนแปลงหรือข้ามขั้นไม่ได้^{๒๕}

ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก

โคลเบอร์ก ได้ศึกษาจริยธรรมตามแนวทฤษฎีของเพียเจต์ และพบความจริงว่า มนุษย์มีพัฒนาการทางจริยธรรมหลายขั้นตอน ทฤษฎีของโคลเบอร์กเป็นทฤษฎีที่มีประโยชน์ในการเข้าใจพัฒนาการทางจริยธรรมได้ลึกซึ้งที่สุดในปัจจุบัน โคลเบอร์กได้แบ่งจริยธรรมของบุคคลออกเป็น ๓ ระดับ แต่ละระดับแบ่งออกเป็น ๒ ขั้นตอนดังนี้ คือ

๑. ระดับก่อนกฎเกณฑ์ (Preconventional Level) ระดับนี้ เด็กจะสนองตอบตามเกณฑ์ภายนอก ซึ่งมักเกี่ยวข้องกับร่างกาย เช่น การลงโทษ การให้รางวัล หรือเปลี่ยนแปลงความพึงพอใจ เด็กจะดูแลที่ได้รับเป็นเกณฑ์ในการประเมินจริยธรรม ซึ่งอาจสรุปได้ว่าถ้าตนเองถูกลงโทษ แสดงว่าการกระทำของตนเองไม่ดี และตนเองได้รับรางวัลแสดงว่าตนเองทำดี ซึ่งผู้มีอำนาจเหนือกว่าเป็นผู้กำหนดว่าสิ่งใดเลวสิ่งใดดี ส่วนมากเด็กมีอายุ ๔-๑๐ ปี แบ่งออกเป็น ๒ ขั้นดังนี้

ขั้นที่ ๑ มุ่งไม่ให้ตนเองถูกลงโทษทางกาย เพราะกลัวความเจ็บปวดที่จะได้รับและยอมทำตามคำสั่งของผู้ใหญ่ที่มีอำนาจเหนือตน โดยไม่เอาใจใส่ความหมายหรือคุณค่าใด ๆ

ขั้นที่ ๒ ยินยอมทำเพื่อให้ได้รางวัล หรือให้ได้รับสิ่งที่พอใจ ตลอดจนแลกเปลี่ยนผลประโยชน์กัน แต่เด็กระดับนี้จะตีความเกี่ยวข้องกับร่างกายเท่านั้น มิใช่คำนึงถึงความถูกต้องหรือความยุติธรรม

^{๒๕} สุรางค์ ไคว้ตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๔๗-๕๐.

๒. ระดับตามกฎเกณฑ์ (Conventional Level) ระดับนี้ คนเราจะยอมรับความมุ่งหวังกฎเกณฑ์ทางครอบครัว กลุ่ม และประเทศชาติว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่า มีความถูกต้องและจะพยายามปฏิบัติให้เหมาะสมกับบทบาทของตนเองในกลุ่ม ในการกระทำความดีละเว้นความชั่ว บุคคลจะถูกควบคุมโดยกลุ่มสังคมจริยธรรมระดับนี้ จะเกิดกับบุคคลอายุ ๑๑-๑๖ ปี แบ่งเป็นชั้นต่อเนื่อง ๒ ชั้น กับระดับก่อนดังนี้ คือ

ขั้นที่ ๓ เกณฑ์เด็เกิด บุคคลยังไม่เป็นตัวของตัวเอง คล้อยตามการชักจูงของผู้อื่น เช่น การทำให้ผู้อื่นพอใจ การช่วยเหลือผู้อื่น และทำให้ผู้อื่นพอใจ ซึ่งก็จะตรงกับความคิดเห็นส่วนใหญ่ หรือยินยอมทำตามเพื่อหลีกเลี่ยงการไม่เห็นด้วยหรือความไม่เห็นชอบจากบุคคลอื่น

ขั้นที่ ๔ บุคคลรู้ถึงหน้าที่การใช้ระเบียบ การกระทำตามระเบียบของสังคมพฤติกรรมที่ถูกต้องจะประกอบด้วยการปฏิบัติตามหน้าที่ การแสดงความเคารพต่ออำนาจหน้าที่ทำตามกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ทางสังคมกำหนด คล้อยตามเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกประณามจากสังคม ยินยอมทำตามเพื่อหลีกเลี่ยงการตำหนิจากผู้ที่มีอำนาจตามกฎหมาย

๓. ระดับเหนือกฎเกณฑ์ (Postconventional Level) เป็นระดับที่การตัดสินใจขัดแย้งด้านจริยธรรมขึ้นอยู่กับตนเองมากที่สุด การตัดสินใจจริยธรรมจะใช้หลักแห่งเหตุผลกระทำตนให้สอดคล้องกับมาตรฐานสากล ไม่ขัดกับสิทธิอันพึงได้ของผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในตนเองแยกตัวออกจากอิทธิพลของกลุ่มเมื่อมีเหตุผล โดยไม่คล้อยตามถ้าผู้อื่นไม่มีเหตุผลพระระดับนี้เป็นจริยธรรมขั้นสูงสุดจะปรากฏในบุคคลที่เป็นผู้ใหญ่ อายุประมาณ ๑๖ ปีขึ้นไป แบ่งระดับนี้ได้เป็น ๒ ชั้น ต่อเนื่องกัน คือ

ขั้นที่ ๕ บุคคลจะทำตามคำมั่นสัญญาและการกระทำที่ถูกต้องโดยทั่วไปที่เห็นกับคนหมู่มาก ควบคุมตนเองได้ คำนึงถึงคุณค่าทางความคิดเห็นที่สัมพันธ์กับส่วนบุคคลและส่วนรวม เช่น เกี่ยวกับรัฐธรรมนูญ ประชาธิปไตย จะหาข้อยุติธรรมโดยคำนึงถึงผลทางคุณค่าและความคิดเห็นทางสติปัญญา ที่จะออกมาเป็นกฎหมายที่เป็นประโยชน์ของสังคม

ขั้นที่ ๖ ยินยอมทำตามเพื่อหลีกเลี่ยงการตีตนเอง เป็นขั้นการตัดสินใจตามเหตุผลของการรับผิดชอบ สร้างคุณธรรมประจำที่นอกเหนือกฎเกณฑ์ทางสังคม จริยธรรมเป็นนามธรรมไม่ใช่กฎเกณฑ์ทางศาสนา แต่เป็นอุดมคติสากลของสังคมส่วนรวม ยอมรับสิทธิเท่าเทียมกันของมนุษย์ที่มีศักดิ์และสิทธิเท่าเทียมกันทุกคน ควรนับถือซึ่งกันและกัน^{๒๖}

ทฤษฎีการตอบสนอง (Response Theory) ของลาซารัส (Lazarus)

ลาซารัส (Lazarus) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับการปรับตัวว่า มีจุดเริ่มต้นมาจากการปรับตัวทางชีววิทยาเรียกว่า Adaptation ซึ่งเป็นความคิดพื้นฐานทางทฤษฎีวิวัฒนาการของดาร์วินที่เชื่อว่าเผ่าพันธุ์ที่แข็งแรงเท่านั้น จะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ และสามารถดำรงเผ่าพันธุ์อยู่ได้ นักจิตวิทยาได้ยืมเอาความคิดนี้มาแล้วใช้คำว่า Adjustment แทนคำว่า Adaptation นอกจากนี้ยังกล่าวการปรับตัวของมนุษย์เป็นไป ตามแรงผลักดันสองอย่าง คือ

^{๒๖} สุรางค์ โค้วตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๖๘-๗๒.

๑.แรงผลักดันจากภายนอก (External demands) เกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม การที่มนุษย์จะต้องอยู่ร่วมกัน และต้องผูกพันกับผู้อื่น ดังนั้นคนเราจึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม ซึ่งเริ่มต้นตั้งแต่วัยเด็กถึงวัยผู้ใหญ่

๒.แรงผลักดันจากภายใน (Internal demands) อันได้แก่ความต้องการอาหาร น้ำความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีพอยู่ได้ด้วยความสุขสบาย และอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้ เช่นความต้องการอุ้มใจ ความต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคมและความต้องการความสำเร็จ^{๒๗}

ทฤษฎีพัฒนาการตามวัยของโรเบิร์ต เจ. ฮาวิกเฮิร์ส (Havighurst's Theory of Development task)

ฮาวิกเฮิร์ส (Havighurst) ได้กล่าวถึงทฤษฎีการปรับตัวว่า ในแง่ของการเรียนรู้งานตามขั้นพัฒนาการของชีวิตเขามีความเห็นว่าการพัฒนาการของชีวิตในแต่ละวัยนั้นบุคคลจะมีงานประจำวัยหรืองานประจำขั้นที่ต้องเรียนรู้ควบคู่ไปด้วยถ้าบุคคลสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จก็จะ เป็นบุคคลที่มีความสุขและสามารถพัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้สำเร็จด้วยในทางตรงกันข้ามงานในช่วงวัยใดไม่ประสบผลสำเร็จจะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความสุขและพัฒนางานประจำวัยช่วงต่อไป ด้วยความยากลำบากดังนั้นการที่บุคคลปรับตัวได้จึงหมายถึงบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ และพัฒนางานประจำวัยให้ผ่านได้ด้วยดีงานพัฒนาตามขั้นที่จำเป็นสำหรับวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ประกอบด้วยขั้นตอน ๘ ประการ

๑.สามารถสร้างสัมพันธ์ที่ดีและเหมาะสมกับเพื่อนรุ่นเดียวกันทั้งที่เป็นเพศเดียวกันและต่างเพศ

๒.สามารถปรับตัวได้เหมาะสมกับบทบาททางเพศตน

๓.มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการทางร่างกายของตนสามารถปรับตัวให้เข้ากับ ความเปลี่ยนแปลง

๔.สามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้เป็นตัวของตัวเองไม่ต้องพึ่งพิงทางอารมณ์จากผู้อื่นเช่นผู้ใหญ่

๕.มั่นใจเรื่องเศรษฐกิจการเงินสามารถรับผิดชอบในการใช้จ่ายเงินได้

๖.การเลือกและการเตรียมตัวเพื่ออาชีพ

๗.เตรียมตัวในเรื่องคู่ครองและชีวิตครอบครัว

๘.พัฒนาความรู้ความเข้าใจเรื่องค่านิยม จริยธรรมเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต^{๒๘}

^{๒๗} Lazarus, R. S, **Patterns of Adjustment and Human Effectiveness**, (New York: MC Graw – Hill Book Company, Inc. 1969), p.141.

^{๒๘} Havighurst, Robert J, “ **Human Development and Education** ”, (New York : Mckay Company, 1953), p 25.

ทฤษฎีการปรับตัวของ รอย (Roy)

รอย (Roy) กล่าวว่า พื้นฐานที่เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อคงภาวะปกติสุขหรือภาวะสุขภาพดี ความเจ็บป่วยหรือสิ่งกระตุ้นอื่น ๆ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกหรือภายในบุคคลที่เข้าสู่ระบบชีวิต ก่อให้เกิดความกระทบกระทั่งต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้น บุคคลยังต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคมของบุคคล บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกคือมีสุขภาพดี ยอมรับความเป็นจริง มีความพึงพอใจในชีวิต เป็นต้น ส่วนผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัวก่อให้เกิดด้านสุขภาพไม่ยอมรับความเป็นจริง มีความซึมเศร้า เป็นต้น

การปรับตัวเพื่อคงภาวะความสมดุลในบุคคลนั้น รอยได้รวบรวมพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของมนุษย์ไว้เป็น ๔ ประการ คือ

๑. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการด้านสรีระวิทยา (Physiological Needs) เพื่อรักษาภาวะของการมีสุขภาพดี

๒. พฤติกรรมการปรับตัวตาม อัตมโนทัศน์ของตนเอง (Self Concept) มีพื้นฐานมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง หากบุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความเชื่อมั่นและมองเห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับความเป็นจริง ย่อมปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองตนเองไร้ค่า และไม่ยอมรับความเป็นจริง

๓. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) เป็นการตอบสนองความต้องการเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองได้ บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อแสดงบทบาทของตนให้เป็นไปตามปกติ แต่จะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับปรับตัวของบุคคลนั้น

๔. พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ดังนั้นความพอเหมาะระหว่างการพึ่งตนเอง การพึ่งผู้อื่น และการให้ผู้อื่นพึ่งพาตนเอง มีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งทางด้านจิตใจและสังคม^{๒๙}

จากทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัวที่กล่าวมาข้างต้น สรุปความได้ว่า การดำรงชีวิตเป็นสิ่งจำเป็นอย่างหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญต่อตนเองและผู้อื่น ไม่ว่าจะบุคคลจะอาศัยอยู่เพียงลำพังหรือกับบุคคลอื่นก็ตาม การปรับตัวจะเกิดกับบุคคลนั้น ๆ ในขณะที่ทันทีทันใดหรือภายหลังจากเหตุการณ์นั้น บุคคลจะมีการเรียนรู้และรับรู้ที่จะปรับตามมูลเหตุปัจจัยที่มาจากภายในตนเองหรือมูลเหตุปัจจัยจากภายนอก โดยจะมีการทำความเข้าใจกับมูลเหตุปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวและมีการพัฒนาตนเองเสมอ

^{๒๙} พอดีคำ, ทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.bloggang.com/mainblog.php?id=paperprint&month=21-12-2010&group=1&gblog=1>, [๒๖ ธันวาคม ๒๕๖๑].

๒.๑.๓.๓ สาเหตุของการปรับตัว

ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก ได้กล่าวถึง ทฤษฎี การปรับตัวของอีริกสัน (Erikson) ว่าสิ่งที่มีความสำคัญที่สุดในการปรับตัว คือความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องที่แวดล้อมตนอยู่ในช่วงนั้น ๆ ครอบครัวมีส่วนเกี่ยวข้องในการวางพื้นฐานทางจิตใจให้แก่ บุคคลตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา ความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวของบุคคลเนื่องจากความเปลี่ยนแปลง ทางด้านร่างกาย ด้านความรู้ความสามารถและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม การที่บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใด นั้นขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นที่มีต่อผู้แวดล้อมรอบตัวเอง อีกทั้งความสามารถในการปรับตัวได้ดีในขั้นก่อนจะมีอิทธิพลต่อการปรับตัวในขั้นต่อไปด้วย นอกจากนี้ทฤษฎีของอีริกสัน ยังกล่าวว่า เด็กต้องปรับตัวเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระและสังคมประกอบกับการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และพื้นฐานทางจิตใจแต่เดิมของเด็กจะส่งผลร่วมกันต่อความสามารถในการปรับตัวของบุคคลในแต่ละช่วงอายุ^{๓๐}

โคลเมนและแฮมเมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ อ้างอิงจาก Coleman and Hammen) กล่าวว่า ปัญหาในการปรับตัว อาจเกิดขึ้นจากตัวของบุคคล หรืออาจเกิดจาก สิ่งแวดล้อม เมื่อบุคคลต้องเผชิญปัญหา บุคคลนั้น จะพยายามปรับตัว เพื่อให้ความเครียดหรือความวิตกกังวลลดลงหรือหมดไป แต่ถ้าบุคคลไม่สามารถจัดปัญหาให้หมดไปได้ ก็ยังคงมีความเครียดอัดอัด หรือไม่มีความสุขอยู่ต่อไป^{๓๑}

กันยา สุวรรณแสง ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว ไว้ดังนี้^{๓๒}

๑.แรงขับและความต้องการ ทั้งนี้เนื่องจากในชีวิตของบุคคลมีความต้องการเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการทางกาย และความต้องการทางจิตใจ ความต้องการทั้งสองอย่างนี้ทำให้เกิดแรงขับให้มนุษย์ดิ้นรน แสวงหา เพื่อตอบสนองความอยากของตน ถ้าหากเกิดอุปสรรคมาขัดขวาง ไม่สามารถสนองความต้องการ ร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อคลายความกระวนกระวาย

๒.แรงกระตุ้นจากสังคม ทั้งนี้เกิดขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็วหรือจากการที่มีสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลง ทำให้คนมีปัญหากการปรับตัวให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น ความเป็นอยู่ การคมนาคม ความเจริญทางวัตถุ เหล่านี้อาจก่อให้เกิดปัญหา ความคับข้องใจ ซึ่งต้องอาศัยการปรับตัวด้วยวิธีการต่าง ๆ

๓.เจตคติ ความสนใจ เมื่อจุดมุ่งหมายของชีวิตเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับพฤติกรรมเพื่อให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมายด้วยเช่นกัน

^{๓๐}ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก, “ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น”, รายงานการวิจัย, (สถาบันวิจัย พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๔), หน้า ๑๐-๑๑.

^{๓๑}ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, สุขภาพจิตเบื้องต้น, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๐), หน้า ๗๐-๗๑.

^{๓๒}กันยา สุวรรณแสง, การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บำรุงสาส์น, ๒๕๓๓), หน้า ๖๔-๖๖.

Lazarus ได้อธิบายว่า การปรับตัวมีจุดกำเนิดมาจากการเปลี่ยนแปลงทางชีววิทยา ซึ่งเป็นความคิดพื้นฐานของทฤษฎีวิวัฒนาการของ Dawin ที่เชื่อว่า การปรับตัว (adaptation) เป็นสิ่งสำคัญ สิ่งมีชีวิตในโลกที่แข็งแกร่งเท่านั้นจึงจะสามารถปรับตัวดำรงชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ ซึ่งในทางจิตวิทยาการศึกษา การที่จะเข้าใจพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของมนุษย์และสัตว์นั้นจำเป็นต้องศึกษาทั้งด้านชีววิทยาและจิตวิทยา สำหรับในด้านจิตวิทยาเท่านั้น การปรับตัว หมายถึงการเปลี่ยนแปลงให้เป็นที่ไปตามความต้องการของจิตใจ ซึ่งสาเหตุจากแรงผลักดัน ๒ ประการ คือ แรงผลักดันภายนอกหรือข้อเรียกร้องอันเกิดสภาพแวดล้อมทางสังคม และแรงผลักดันภายในหรือแรงกระตุ้นอันเกิดจากสรีระภายในร่างกายและจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้จากอดีตที่ผ่านมา^{๓๓}

จะเห็นได้ว่า สาเหตุของการปรับตัว เป็นสิ่งที่ได้รับแรงผลักดันทั้งภายในและภายนอกของบุคคล ซึ่งไม่ว่าจะเป็นความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ หรือการเปลี่ยนแปลงทางด้านเจตคติ ความสนใจต่าง ๆ รวมทั้งสภาพแวดล้อมและสังคม แรงผลักดันดังกล่าวล้วนทำให้บุคคลเกิดการปรับตัว เพื่อตอบสนองข้อเรียกร้องเหล่านั้น หากบุคคลปรับตัวได้ดีทั้งภายในและภายนอกจะทำให้บุคคลที่มีความสามารถทางบุคลิกภาพอย่างเต็มที่

จากสาเหตุการปรับตัวข้างต้น สรุปความได้ว่า เกิดจากความต้องการของบุคคลที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากสภาพหรือภาวะการณ์ที่เป็นอยู่ โดยมีแรงผลักดันจากภายในและภายนอกของบุคคลเป็นตัวขับเคลื่อน ไม่ว่าในด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์และรวมทั้งด้านสติปัญญา เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตหรือความเป็นอยู่ที่แสดงออกมาทางพฤติกรรมให้มีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

๒.๑.๓.๔ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

ประภาวดี เหล่าพลสุข ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ช่วยทำให้บุคคลปรับตัวได้ดีมี ๖ ประการ คือ

๑.บุคคลสามารถรับรู้และเข้าใจสถานการณ์หรือปัญหาอย่างถูกต้อง ตรงตามความจริงเพื่อจะได้แก้ไขถูกต้อง

๒.บุคคลที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี จะได้รับความช่วยเหลือสนับสนุนจากครอบครัวและบุคคลอื่น ๆ ในสังคม

๓.บุคคลที่ได้รับการเลี้ยงดูอย่างถูกต้องตั้งแต่วัยเด็ก จนกระทั่งเติบโตขึ้นด้วยความเข้มงวดหนักแน่น กล้าเผชิญกับปัญหา และสถานการณ์ได้

๔.บุคคลนั้นต้องมีประสบการณ์ในการแก้สถานการณ์หรือปัญหาบ่อย ๆ พอรู้ว่าเวลาไหนควรแก้ปัญหา ด้วยวิธีใด

๕.บุคคลนั้นต้องมีสติปัญญาเฉลียวฉลาดพอควร

^{๓๓}Lazarus, R., S., *Patterns of adjustment*, 3rd Edition, (New York: McGraw-Hill, 1969), pp. 17-18.

๖.สถานการณ์หรือปัญหายุ่งยาก ซับซ้อนต้องใช้เวลาในการแก้ไข ฉะนั้นจำเป็นต้องมีเวลามากพอสำหรับการปรับตัว^{๓๔}

อัมพร โอตระกูล ได้สรุปปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวไว้ ดังนี้

๑. ปัจจัยจากครอบครัว และสัมพันธ์ภาพระหว่างพ่อแม่ลูก การที่บุคคลมีสภาพจิตใจแตกต่างกันนั้น มิใช่เป็นเพราะความสามารถที่เกิดขึ้นทันทีทันใด แต่เป็นผลที่เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่หรือผู้ปกครองและผู้ที่อยู่ใกล้ชิดที่มีต่อบุคคลนั้นตั้งแต่ระยะแรกเกิดจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ในบุคคลที่มีสุขภาพดี สามารถปรับตัวได้เหมาะสม เป็นเพราะบุคคลนั้นในวัยเด็กได้รับการดูแลการอบรมจากพ่อแม่ด้วยความรักความอบอุ่น ได้รับการเลี้ยงดูอยู่ในครอบครัวที่มีความสุข มีพ่อแม่อยู่พร้อมหน้า และพ่อแม่รักใคร่ปรองดองกันจึงทำให้บุคคลนั้นได้ซึมซับความรัก ความอบอุ่น และประสบการณ์ของสัมพันธ์ภาพที่ดีจากครอบครัว ซึ่งเมื่อเติบโตขึ้นก็จะมีบุคลิกลักษณะที่สามารถปรับตัวได้ มีจิตใจหนักแน่นเข้มแข็งที่จะเผชิญต่ออุปสรรคต่าง ๆ ของชีวิตไปในทางที่ไม่เป็นปัญหาต่อตนเองและสังคม

๒. ปัจจัยจากวัฒนธรรมและค่านิยมของสังคม ในสังคมที่บุคคลนั้นอยู่ถ้ามีการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีอย่างรวดเร็วจะทำให้บุคคลนั้นปรับตัวไม่ทัน โดยเฉพาะในคนที่เป็นผู้ใหญ่เพราะบุคคลนั้นจะรู้สึกว่าการเปลี่ยนแปลงไปนั้นขัดกับความรู้สึกที่ตนเคยได้รับการอบรมมาจนเคยชิน ทำให้วางตัวไม่ถูก เกิดความไม่สบายใจขึ้นได้

๓. ปัจจัยจากภาวะการณ์แวดล้อมต่าง ๆ เหตุการณ์หรือกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตของวัยต่าง ๆ ซึ่งทุกคนต้องเผชิญหรือปรับตัวอยู่ ถ้าภาวะการณ์นั้น ๆ ไม่ยุ่งยากซับซ้อนและไม่เกิดข้อขัดแย้งในการปฏิบัติมากนัก การปรับตัวมักไม่เกิดปัญหา ในทางตรงกันข้ามถ้าภาวะการณ์นั้น ๆ มีข้อขัดแย้งมากสำหรับบุคคลนั้นก็ทำให้การปรับตัวเป็นไปโดยลำบากและเกิดปัญหาทางจิตใจได้ เช่น วัยเด็กจะต้องต่อสู้กับการเรียนการสอนแข่งขัน วัยผู้ใหญ่ก็ปรับตัวในเรื่องการอาชีพ การมีคู่ครอง เรือ เป็นต้น^{๓๕}

นอกจากนี้ อุไร สุมาริธรรม ได้กล่าวว่า การที่วัยรุ่นจะสามารถปรับตัวได้ดีนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้

๑. ครอบครัว ลักษณะของการอบรมเลี้ยงดูและประสบการณ์ต่าง ๆ ที่วัยรุ่นได้รับจากครอบครัวเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่น หากได้รับการอบรมเลี้ยงดูด้วยความรัก ความเอาใจใส่ สมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่ดีและมีความเข้าใจต่อกันก็จะเป็นตัวหล่อหลอมพื้นฐานการปรับตัวทางสังคมที่ดีให้กับวัยรุ่น แต่หากได้รับการปลูกฝังในทางลบต่อกันอยู่ร่วมกับคนอื่น เช่น อยู่ในครอบครัวที่แตกแยก สมาชิกมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีขาดความเข้าใจ ก็ส่งผลให้วัยรุ่นมีการมองโลก มองผู้อื่น หรือแม้กระทั่งตนเองในด้านลบ ขาดทักษะสังคมที่จำเป็นต่อการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น

^{๓๔} ประภาวดี เหล่าพูลสุข, “ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตชั้นปีที่ ๑ มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี”, วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, พ.ศ. ๒๕๓๙), หน้า ๒๑.

^{๓๕} อัมพร โอตระกูล, สุขภาพจิต, (กรุงเทพมหานคร: นำอักษรการพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๕๘-๕๙.

๒.สถาบันการศึกษา วัยรุ่นต้องเรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนและครูมีการจัดสภาพการเรียนการสอนและกิจกรรมต่าง ๆ ที่มุ่งเน้นให้วัยรุ่นปรับตัวได้มีการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มก็จะช่วยให้วัยรุ่นถึงการปรับตัวให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ยิ่งขึ้น นอกจากนี้ครูก็ควรที่จะเข้าใจในลักษณะต่าง ๆ ของวัยรุ่น ปล่อยให้วัยรุ่นอิสระที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ให้ความรักความเอาใจใส่ และช่วยเหลือแก้ไขเมื่อมีปัญหา

๓. ประสบการณ์และการเรียนรู้ในบทบาททางสังคม วัยรุ่นที่มีโอกาสได้เข้าร่วมหรือฝึกฝนการทำงานร่วมกับผู้อื่น การมีส่วนร่วมเพราะชอบหรือทำหน้าที่ในฐานะสมาชิกที่มีคุณค่าคนหนึ่งของกลุ่ม ของสังคม สิ่งนี้จะช่วยพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี วัยรุ่นที่ขาดโอกาสหรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่ม กับสังคม ส่งผลให้เกิดปัญหาด้านการปรับตัว นอกจากนี้วัยรุ่นที่ได้รับการเรียนรู้ลักษณะการปรับตัวทางสังคมที่ไม่เหมาะสม ก็จะมีปัญหาด้านการปรับตัวเช่นเดียวกัน อาทิ วัยรุ่นที่มาจากถิ่นชุมชนแออัดที่เห็นทะเลาะเบาะแว้ง พฤติกรรมก้าวร้าว วัยรุ่นจะซึมซับการแสดงเช่นนี้ต่อบุคคลอื่น เช่นกัน^{๓๖}

เห็นได้ว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของวัยรุ่น เป็นปัจจัยที่มาจากทั้งครอบครัว โรงเรียน และประสบการณ์เรียนรู้จักสถานการณ์ต่าง ๆ ในสังคม ดังนั้นไม่ว่าจะเป็นความรัก ความอบอุ่น และสัมพันธ์ภาพที่ดีจากครอบครัว รวมทั้งให้ความเอาใจใส่ช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา และการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อน ได้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นในฐานะสมาชิกที่มีคุณค่าคนหนึ่งของกลุ่ม ปัจจัยเหล่านี้จะช่วยพัฒนาให้วัยรุ่นมีการปรับตัวได้ดีสามารถเรียนรู้ และผ่านพ้นอุปสรรคต่าง ๆ ได้ นั่นคือ ย่อมส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการฟันฝ่าเช่นกัน

จากปัจจัยการปรับตัวข้างต้นนี้ สรุปได้ความว่า ปัจจัยที่เกี่ยวกับการปรับตัวของวัยรุ่น มีพื้นฐานมาจากปัจจัยทางครอบครัว ปัจจัยจากวัฒนธรรม และค่านิยมของสังคม รวมทั้งปัจจัยจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มีสถาบันต่าง ๆ ที่คอยเป็นปัจจัยหนุนเสริม ที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมการปรับตัวนั้น ได้รับอิทธิพลจากการอบรมเลี้ยงดูและได้รับการดูแลจากสถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา ประสบการณ์การเรียนรู้ในบทบาทของสังคม สิ่งสำคัญคือ บุคคลที่ได้รับการฝึกอบรมมีพฤติกรรมที่เหมาะสม ส่วนบุคคลที่ครอบครัวไม่อบอุ่นก็อาจมีผลกระทบ ก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัวได้

๒.๑.๓.๕ ลักษณะการปรับตัวได้

มนูญ ทัศนะวัฒนา ได้กล่าวถึง ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ มีดังนี้

๑.มีความรู้เกี่ยวกับตนเอง (self-knowledge) ผู้ที่ปรับตัวได้ดี คือ ผู้ที่รู้ถึงพลังจิต แรงจูงใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถ และอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเองนั้น คือจะต้องเข้าใจใจทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับตนเองได้ทั้งหมด ทั้งพฤติกรรมและความรู้สึกของตนเอง

๒.ความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (self-esteem) ประกอบด้วยความรู้สึกต่อตนเองและสามารถที่จะทำหน้าที่ให้แก่สังคมอย่างมีประสิทธิภาพ

^{๓๖} อูไร สุมาริธรรม, จิตวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น, (นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏ-นครศรีธรรมราช, คณะครุศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๕๙-๖๐.

๓. ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น (feeling of security) คนที่ปรับตัวได้ดีจะมีความรู้สึกที่ตนเองได้รับการยกย่องว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และที่สำคัญที่สุด คือมีอิสระในการแสดงออกต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน

๔. ความสามารถในการรับและให้ความรัก (ability to accept and give affection) คือความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์จากคนอื่น ๆ ได้อย่างน่าพอใจ บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะมีความรู้สึกนึกคิดถึงความต้องการและความรู้สึกของคนอื่น ๆ นั้น คือ ความสามารถล่วงรู้ถึงความรู้สึกของคนอื่น ๆ และรักษาความสัมพันธ์ที่มีทั้งการให้การรับไว้ได้

๕. ความพอใจต่อความปรารถนาทางร่างกาย (satisfaction of bodily desires) บุคคลที่ปรับตัวได้ดี จะมีทัศนคติต่อการทำงานของร่างกายตนเองอย่างสมบูรณ์ ไม่หมกมุ่นครุ่นคิดวิตกกังวล

๖. ความสามารถที่จะเป็นผู้ผลิตและมีความสุขกับ (ability to be productive and happy) บุคคลที่ใช้ความสามารถต่าง ๆ ในการทำงานหรือความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้เป็นอย่างดีและกว้างขวาง มีความสุขและความกระตือรือร้น

๗. ปราศจากความตึงเครียดและความรู้สึกที่เกินขีด (absence of tension and hypersensitivity) คนที่ปรับตัวไม่ได้จะมีความทุกข์ที่เกิดจากความวิตกกังวลและความตึงเครียดซึ่งมีผลสะท้อนให้เกิดอาการอื่น ๆ ตามมา^{๓๗}

อุไร สุริธรรม กล่าวว่า วัยรุ่นที่มีการปรับตัวที่เหมาะสมควรมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

๑. ปฏิบัติตนตามบรรทัดฐานของสังคมได้ ซึ่งจะเกิดจากการที่วัยรุ่นรู้และเข้าใจในระเบียบปฏิบัติและกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ทางสังคมศาสตร์มีความจำเป็นต่อการอยู่ร่วมกันอย่างไร

๒. มีทักษะทางสังคม สามารถสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ ทักษะทางสังคมพื้นฐานที่วัยรุ่นควรมี ได้แก่ ทักษะในการพูดคุยสนทนา ทักษะในการฟังผู้อื่น ทักษะในการมองคนอื่น และตนเองในแง่บวก มารยาททางสังคม และการรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

๓. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และพี่น้อง

๔. ปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ดี ทั้งเพื่อนเพศเดียวกันและเพื่อนต่างเพศ

๕. ปรับตัวเข้ากับสังคมของโรงเรียนได้ดี มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครูและเพื่อนที่โรงเรียน ไม่ก่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ให้กับโรงเรียน

๖. สามารถทำงานหรือร่วมกิจกรรมกับคนอื่นได้

๗. มีความรับผิดชอบต่อคำพูด สัญญา และสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นหน้าที่หรือได้รับมอบหมาย

๘. ตระหนักถึงชุมชนและสังคม สนใจและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนรวมทั้งมีส่วนช่วยรับผิดชอบหรือพัฒนาชุมชน สังคม ในสิ่งที่ตนสามารถทำได้^{๓๘}

^{๓๗} มนูญ ตนะวัฒนา, จิตวิทยาพัฒนาชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: อีรพวงษ์การพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๑๕๔-๑๕๖.

^{๓๘} อุไร สุมาริธรรม, จิตวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น, หน้า ๖๐.

Hurlock มีความเชื่อเกี่ยวกับการปรับตัวว่า ถ้าบุคคลมีการปรับตัวดีจะมีลักษณะการยอมรับสภาพของตนเอง มีความเชื่อมั่นตนเองว่าสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ มีความเป็นประชาธิปไตย มีวิธีสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดีและสนใจผู้อื่นโดยลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี ประกอบด้วย

๑. การแสดงออก (over performance) ถ้าพฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นมีความเหมาะสมสอดคล้องกับความคาดหวังของกลุ่ม อายุ และระดับพัฒนาการแล้วก็จะเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม

๒. สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลได้ทุกกลุ่ม

๓. มีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น

๔. มีความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเป็นอยู่^{๓๙}

สำหรับในการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาลักษณะการปรับตัวในครอบครัว ทั้งนี้เนื่องจากครอบครัวเป็นสังคมกลุ่มแรกที่วัยรุ่นจะต้องเผชิญตั้งแต่แรกเกิดจนเติบโต จะเห็นได้ว่าสมาชิกในครอบครัว เป็นสภาพแวดล้อมที่มีสัมพันธ์ใกล้ชิดและมีความสำคัญกับวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น หากวัยรุ่นมีความเข้าใจลักษณะของสังคมที่ตนอยู่ เข้าใจบทบาทของตนในสังคมนั้น และรู้จักแสดงพฤติกรรมให้เหมาะสมกับบทบาทที่สังคมคาดหวังจะทำให้มีประสบการณ์ และเรียนรู้ที่จะปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างมีความสุข^{๔๐} โดยลักษณะพฤติกรรมที่แสดงว่าวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดีในด้านครอบครัวจะกล่าวต่อไป ดังนี้

วัยรุ่นจะปรับตัวได้ดีเพียงใดนั้น อาจกล่าวได้ว่า ครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานที่มีส่วนสำคัญยิ่ง ตามที่ วราภรณ์ ตรีกุลสถิตย์ ได้เสนอแนวทางอันส่งเสริมการปรับตัวของวัยรุ่นไว้ ดังนี้

๑. ให้วัยรุ่นได้รู้ถึงความเปลี่ยนแปลงของตนเอง ทั้งในเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองและช่วยเตรียมพร้อมในการเผชิญความเปลี่ยนแปลงดังกล่าว

๒. ผู้ใหญ่ควรให้ความรัก ความเอาใจใส่ และเข้าใจวัยรุ่น โดยยอมรับความคิดและความต้องการของวัยรุ่น

๓. เปิดโอกาสให้เลือกคิดและตัดสินใจด้วยตนเองภายในภายใต้การดูแลและเอาใจใส่ของผู้ใหญ่

๔. สร้างความเชื่อมั่นในตนเองแก่เด็ก เมื่อเด็กวัยรุ่นประสบความสำเร็จในทางในการทำกิจกรรมต่าง ๆ พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิดควรแสดงความชื่นชม แสดงการยอมรับ

๕. กระตุ้นให้มีอิสระในการค้นหาตนเอง ไม่อยู่ภายใต้การกดดันของผู้อื่น ชี้แนะแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีจุดยืนในชีวิตของตน

๖. ส่งเสริมให้เรียนรู้การทำงานเป็นกลุ่ม รู้จักเรียนรู้ผู้อื่น ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี

๗. พ่อแม่ ผู้ปกครอง ไม่ควรคาดหวังในตัวเด็กมากเกินไป เพราะจะเพิ่มความเครียด และสร้างความวิตกกังวลให้แก่เด็กมากขึ้น

^{๓๙}Hurlock, E. B., *Child development*, 6th Edition, (New York: McGraw-Hill, 1978), p. 87.

^{๔๐}อุไร สุมาริธรรม, *จิตวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น*, หน้า ๕๙.

๘. ส่งเสริมให้เด็กวัยรุ่นมีการยอมรับตนเอง โดยเฉพาะเรื่องความสามารถเฉพาะตัว
ควรช่วยให้เขาหัดเผชิญความเป็นจริง พอใจในตนเอง

๙. ดูแลตอบสนองความต้องการพื้นฐาน เช่น ดูแลให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
พักผ่อนเพียงพอ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

๑๐. เปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง

๑๑. เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็ก และมีเวลาให้แก่เด็กอย่างเหมาะสม

๑๒. เปิดโอกาสและแนะนำให้เด็กวัยรุ่นฝึกการควบคุมอารมณ์ พฤติกรรมการ
แสดงออกให้เหมาะสม

๑๓. ส่งเสริมให้เด็กวัยรุ่นรู้จักผ่อนคลายความตึงเครียดที่เหมาะสม เช่น เล่นกีฬา
ดนตรี หางานอดิเรกทำ อ่านหนังสือ ดูภาพยนตร์ ฟังวิทยุ พูดคุยระบายให้ผู้อื่นฟัง

ดังนั้นครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานที่สำคัญในการส่งเสริมความสามารถในการปรับตัว
ของวัยรุ่น หากวัยรุ่นปรับตัวในครอบครัวได้ดีจะมีความเคารพเชื่อฟังพ่อแม่ ให้ความสนใจเข้าใจ
สมาชิกในครอบครัว พร้อมทั้งจะช่วยเหลือเมื่อสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาทุกข้อใจส่งผลให้เกิด
สัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัว นอกจากนั้นอาจส่งผลให้วัยรุ่นรับรู้ได้ถึงความเข้มแข็งหรือการปรับตัวที่
ดี^{๔๑}

จากลักษณะการปรับตัวข้างต้น สรุปความได้ดังนี้ การที่บุคคลจะสามารถปรับตัวได้ดีนั้น
สิ่งสำคัญเป็นอันดับแรก คือ การมีครอบครัวที่สมบูรณ์ ครอบครัวนั้นเป็นพื้นฐานแรกที่ทำให้การ
ปรับตัวของบุคคลได้เป็นอย่างดีหรือไม่ดี โดยครอบครัวได้มีการส่งเสริมให้มีการปรับตัวของวัยรุ่นที่ดี
ในครอบครัวนั้นวัยรุ่นก็จะเกิดการปรับตัวในทางที่ดี เหมาะสม และมีพัฒนาการที่ดี ที่ควร สามารถ
ผ่านพ้นอุปสรรคไปได้ความเอาใจใส่จากสถาบันครอบครัว ถ้าครอบครัวใดไม่ได้ส่งเสริมดังข้างต้นก็จะ
มีผลที่แตกต่างกันออกไปในทางตรงกันข้ามหรือมีการจัดการภายในตนเองตามความสามารถของ
ตนเองเท่าที่ตนเองสามารถจัดการได้

๒.๑.๓.๖ ลักษณะการปรับตัวไม่ได้

พฤติกรรมหรือลักษณะที่แสดงว่า บุคคลปรับตัวไม่ได้นั้น Kapla, Sallis, and
Patterson ได้แบ่งออกเป็น ๖ ประเภท คือ

๑. คนที่ชอบกระพริบตาบ่อย ๆ เลียริมฝีปากผม ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา
หรือปัสสาวะบ่อยๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล

๒. พวกหมกมุ่นกับความเศร้าโศกเสียใจ ตื่นเต้นจนเกินไป ไม่รับผิดชอบงานพวกนี้
เกิดจากอารมณ์รุนแรงเกินไป

๓. พวกที่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น ทำงานคนเดียวไม่ได้ ขี้ระแวง ขาดเหตุผล ตัดสินใจเอง
ไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองกับความสามารถและมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์

๔. พวกที่แสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหนิติเตียน พูดจาขวานผ่าซาก

^{๔๑} วราภรณ์ ตรีภูมิตถะ, จิตวิทยาการปรับตัว, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศูนย์
ส่งเสริมวิชาการ, ๒๕๔๕), หน้า ๑๕๘-๑๕๙.

๕. พวกที่ชอบพูดจาหยาบคาย ขาดความสุขภาพ ชอบขัดแย้งคำสั่ง ชอบรังแกและทารุณสัตว์ตลอด จนชอบต่อต้านระเบียบวินัย พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

๖. พวกที่เจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุ หิวเก่ง บางครั้งอาเจียน และอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้มีสาเหตุมาจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน^{๔๒}

Roger ได้แบ่งลักษณะของวัยรุ่นที่มีปัญหาในการปรับตัวไว้ ดังนี้

๑. พวกที่ไม่ค่อยใยดีที่จะอยู่ร่วมในกลุ่ม เช่น เด็กที่มีวุฒิภาวะเร็วไม่ค่อยสนใจทำกิจกรรมกับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน บางคนจะรู้สึกกังวลความตรงไปตรงมาของเพื่อน จึงทำให้ต้องหนีไปเสีย บางคนรู้สึกว่าได้รับความชิงชังจากเพื่อนเมื่อตอนเป็นเด็กจึงไม่รู้จักทำตัวให้เข้ากับเพื่อนฝูงได้อย่างไร และมักจะชดเชยความเปล่าเปลี่ยวโดยหันไปชื่นชมสิ่งที่ตนกระทำ เด็กเหล่านี้ไม่มีความสุขในสภาพโดดเดี่ยวของตนเองมีความสุขทุกขั้วทรมานในการขาดความเป็นหนึ่งของกลุ่ม

๒. พวกที่สังคมเมินเฉย พวกนี้จะขาดแรงกระตุ้นที่เร้าให้มีส่วนร่วมในกลุ่ม การเข้าสังคมอาจเพิ่มขึ้นถ้าได้ทำงานกับเด็กเล็ก ๆ ให้มีตำแหน่งเล็กน้อยในการรับผิดชอบงานและให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ค่อยเพิ่มทักษะทางสังคมจนเพียงพอที่จะเข้ากับสถานการณ์ได้

๓. พวกที่สังคมชิงชัง พวกนี้ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แต่ก็ถูกขัดขวางไม่ทราบวิธีที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น และขาดคุณสมบัติที่จำเป็น หรือขาดทักษะทางสังคมที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ

จะเห็นได้ว่า ลักษณะการปรับตัวนั้นมีผลต่อบุคลิกภาพการแสดงออกของบุคคลผู้ที่ปรับตัวได้ดีจะมีพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสม เป็นที่ยอมรับของสังคมมีการเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ในทางตรงกันข้ามสำหรับผู้ที่ไม่สามารถปรับตัวได้ จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีพฤติกรรมแสดงออกที่เป็นปัญหาซึ่งส่งผลต่อทั้งสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตด้วย^{๔๓}

จากการศึกษาลักษณะการปรับตัวไม่ได้ สรุปความได้ว่า ลักษณะการปรับตัวของบุคคลนั้นจะมีผลต่อบุคลิกภาพการแสดงออกของบุคคลนั้น ๆ บุคคลใดที่สามารถแสดงออกของพฤติกรรมที่ดีได้ ได้เหมาะสมนั้น จะเป็นที่ยอมรับของคนในสังคมอันเนื่องมาจากสถาบันครอบครัวเป็นหลัก หรือประสบการณ์ของสังคมที่อยู่ร่วมกันในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขในการใช้ชีวิต ในทางตรงกันข้ามและการปรับตัวที่ไม่ดีหรือปรับตัวไม่ได้นั้น จะก่อให้เกิดปัญหาต่อพฤติกรรมแสดงออก เป็นไปในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม อาจจะมีผลต่อทางกาย สังคม อารมณ์ สติปัญญาของบุคคลนั้น ๆ ได้

๒.๑.๓.๗ กระบวนการ ของการปรับตัว

การศึกษากระบวนการเกี่ยวกับการปรับตัวที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคลนั้นอาจจะเป็นปัจจัยก่อให้เกิดแรงขับที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาเพื่อแก้ปัญหาที่

^{๔๒}Kaplan, R. M., Sallis, Jr., & Patterson, T. L., *Health and human behavior*, (New York: McGraw-Hill, 1959), p. 27.

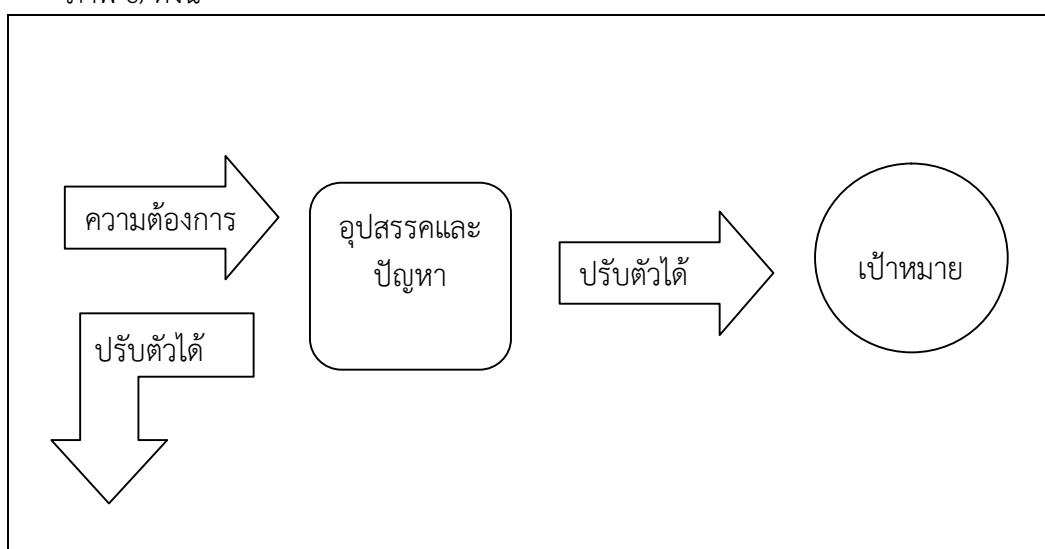
^{๔๓}Roger, D., *The psychology of adolescence*, (New York: Appleton Century-Crofts, 1962), pp. 360-361.

เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคลทางกาย จิตใจและสังคม ศึกษาครั้งนี้แรงขับนั้นความต้องการจะดำรงชีวิตอย่างมีความสุขกับสิ่งแวดล้อมใหม่ที่เปลี่ยนแปลงไปจากบุคคลเคยชินดังนี้

กู๊ด (Good) ได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวว่าเป็นกระบวนการค้นหา และปรับปรุงพฤติกรรมได้เหมาะสมต่อสิ่งแวดล้อมหรือการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม การปรับตัวจะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการได้รับ การตอบสนอง ถ้าบุคคลใดสามารถบรรลุความต้องการของตนเองได้โดยไม่มี ความขัดแย้ง ถือได้ว่ามีกระบวนการที่มีประสิทธิภาพ^{๔๔}

สิริชัย ประทีปฉาย ได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวว่า เป็นพฤติกรรมต่าง ๆ ที่คนเรากระทำเพื่อตอบสนองความต้องการทางสรีระแรงขับและแรงจูงใจต่างที่รวมเรียกว่าข้อเรียกร้องภายใน และข้อเรียกร้องภายนอกซึ่งสอดคล้องกับสิริชัยประทีปฉายซึ่งได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวได้ตาม

ภาพ ๑ ดังนี้



ภาพประกอบ ๑ กระบวนการปรับตัว

จากภาพประกอบ ๑ เมื่อบุคคลพบกับอุปสรรคโดยทั่วไปแล้วบุคคลก็จะแสดง ความพยายามต่าง ๆ เพื่อจะไปให้ถึงเป้าหมายบางคนมีความพยายามในระยะเวลาอันสั้นบางคนมีความ พยายามอยู่นานและบางคนก็หาวิธีได้เหมาะสมทำให้ไปยังเป้าหมายได้เรียกว่าปรับตัวได้บางคน หาทางไปสู่เป้าหมายไม่ได้ก็จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีประสิทธิภาพในการปรับตัวต่าง ๆ กันหนี สถานการณ์นั้นตั้งเป้าหมายใหม่หาทางปฏิเสธไม่ยอมรับว่า ตนไม่สามารถเอาชนะอุปสรรคได้ หรืออาจสร้างโลกของตนเองขึ้นมาเพื่อสร้างความสบายใจ เป็นต้น^{๔๕}

^{๔๔} Good, Carter V. Dictionary to Education. 3rd ed, (New York: MC Graw – Hill, 1978), p. 210.

^{๔๕} สิริชัย ประทีปฉาย, การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว, (จันทบุรี: วิทยาลัยรำไพพรรณี , ๒๕๓๓), หน้า ๑๙๒.

เบอร์แทรน (Bertrand) ได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวว่า เป็นกระบวนการทางสังคมที่เกิดขึ้นโดยจะรู้หรือไม่ก็ตามในอันที่จะเลือกทางเพื่อการปฏิบัติสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพื่อหลีกเลี่ยงขัดแย้งที่เกิดขึ้น เชื่อว่าการปรับตัวไม่ได้เกิดจากพันธุกรรม แต่เกิดจากการเรียนรู้ทางสังคมมากกว่า^{๔๖}

พรรณเลขา พลอยสระศรี ได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวว่า เป็นมนุษย์ทุกคนจะต้องมีการปรับตัวด้วยกันทั้งสิ้นแต่แต่ละคนจะมีกระบวนการในการปรับตัวแตกต่างกันออกไปเพื่อตอบสนองความต้องการของตนในด้านต่าง ๆ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ กระบวนการปรับตัว (Adjustment Process) ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคลนั้นอาจแบ่งออกได้ ๒ ระดับ ดังนี้

๑. การปรับตัวที่เราปรับตัว (Conscious Attempt of Adjustment) ซึ่งสามารถกระทำได้ ๒ ทาง คือ

๑.) เพิ่มความพยายามให้มากขึ้น เพื่อเอาชนะอุปสรรคความยุ่งยากต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งนี้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้

๒.) เปลี่ยนเป้าหมายที่ตั้งไว้ ในกรณีที่เป้าหมายที่ตั้งไว้สูงเกินไป และบุคคลไม่สามารถบรรลุเป้าหมายนั้นได้

๒. การปรับตัวที่กระทำไปโดยไม่รู้ตัว (Unconscious Attempt of Adjustment) เมื่อบุคคลเกิดปัญหาแล้วแก้ปัญหาไม่ได้เกิดความขัดข้องใจ ความขัดแย้งในใจทางอย่างหนึ่งที่บุคคลนำมาใช้ คือ กลวิธีการปรับตัวที่เรียกว่า กลไกทางจิต (Mental Mechanism) หรือกลไกป้องกันตนเอง (Self-Defense Mechanism) ทั้งนี้เพื่อไม่ให้เกิดความวิตกกังวล หรือเพื่อให้เกิดความสบายใจ หลบหลีกเลี่ยงความวิตกกังวลต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

นอกจากนี้ยังมีผู้กล่าวถึง กลไกป้องกันตนเอง (Self-Defense Mechanism) ว่าเป็นการหาทางออกของบุคคลเพื่อระบายความคับข้องใจ เมื่อหาทางสนองความต้องการไม่ได้ ทางออกนี้เรียกว่า กลไกในการปรับตัว (Defense Mechanism)

ก. เป็นวิธีที่บุคคลโดยทั่วไปใช้ มีใช้สิ่งผิดปกติ เพราะผู้ที่มีปัญหาจะใช้วิธีการนี้วิธีการหนึ่งหรือหลายวิธี เพื่อลดความวิตกกังวล

ข. กลไกในการปรับตัวนี้ เป็นการแก้ปัญหาทางใจ ซึ่งผู้ใช้ไม่รู้สึกลักษณะที่ใช้อยู่

ค. กลไกในการปรับตัวนี้ เป็นเพียงการแก้ปัญหาชั่วคราว ซึ่งถ้าบุคคลใช้อยู่เสมออาจทำให้ไม่สามารถเผชิญกับความเป็นจริงได้

ง. กลไกในการปรับตัว ซึ่งแบ่งออกเป็นวิธีต่าง ๆ มีได้หมายความว่า จะเป็นการแยกออกจากกันโดยเด็ดขาด การแบ่งออกเป็นวิธีการต่าง ๆ เพื่อความสะดวกในการศึกษาเพราะพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา อาจเกิดจากกลไกในการปรับตัวมากกว่าหนึ่งวิธีก็ได้^{๔๗}

จากการศึกษาระบบการเกี่ยวกับการปรับตัว สรุปความได้ว่า กระบวนการที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคลเป็นปัจจัยก่อให้เกิดแรงขับที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาใน

^{๔๖} Bertrand Alvin, L. *Rural Sociology: An Analysis of Contemporary Rural Life*, (New York: MC Graw – Hill Book Company. Inc. 1969), p. 18.

^{๔๗} พรรณเลขา พลอยสระศรี, “กระบวนการปรับตัวของผู้ต้องขังวัยหนุ่มในเรือนจำกลางบางขวาง” วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๒-๑๓.

รูปแบบหรือลักษณะต่าง ๆ ที่แตกต่างกันออกไป (ส่วนจำเพาะบุคคล) เป็นความต้องการที่จะตอบสนองของบุคคลทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นความต้องการในการขับเคลื่อนให้ชีวิตดำรงอยู่อย่างมีความสุขกับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆที่เปลี่ยนแปลงไปจากที่บุคคลเคยชิน เป็นการเรียนรู้ รับรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล

๒.๑.๓.๘ ปัญหาอุปสรรค ของการปรับตัว

การศึกษาปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการปรับตัวได้เห็นว่า การดำเนินชีวิตของคนเราย่อมมีปัญหาและอุปสรรคมาขัดขวางอยู่ตลอดเวลา จึงทำให้เกิดความเคร่งเครียดขึ้นปัญหาอุปสรรคเป็นปัจจัยต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับในฐานะที่เป็นตัวขัดขวาง ซึ่งทำให้กลไกการปรับตัวของบุคคลไม่สามารถดำเนินไปได้จนบรรลุถึงจุดหมายต้นทางจำเป็นปลดปล่อยนักจิตวิทยา มาช่วยแก้ไข้ปัญหาอุปสรรคทั้งนี้เพื่อชีวิตไปได้อย่างราบรื่นดังนี้

กฤษณะ ถาวร ได้กล่าวถึงปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการปรับตัวได้ว่า บุคคลทุก ๆ คนย่อมมีความปรารถนาในการมีชีวิตอยู่อย่างปลอดภัย และมีความสุข แต่ในการดำเนินชีวิตของผู้คนใช้ว่าจะปราศจากการเสี่ยงซึ่งการเผชิญกับปัญหาชีวิตอาจจะมีอยู่บ้างคนที่การดำเนินชีวิตของเขาเป็นไปได้อย่างราบรื่น ไม่ค่อยต้องผจญกับปัญหาชีวิตอะไรมากนัก บุคคลดังกล่าวถึงจะมีอยู่ก็เป็นจำนวนน้อยมากในทุก ๆ สังคม

เมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตบุคคลเหล่านั้น จำต้องมีการปรับตัวเพื่อคลี่คลายปัญหา ดังนั้นการปรับตัวเป็นกลไกของการแก้ปัญหา เป็นกลไกของการกำจัดอุปสรรคที่ขัดขวางวิถีของการดำเนินชีวิต ถ้าในขั้นตอนต่าง ๆ ของกลไกดังกล่าวสามารถเป็นไปได้อย่างสะดวก บุคคลนั้นก็จะสามารถผ่านพ้นกลไกของการปรับตัวไปได้ด้วยดี แต่ถ้าในขั้นตอนของกลไกมีปัจจัยต่าง ๆ เข้ามาขัดขวาง เข้ามาเกี่ยวข้องที่ส่งผลทำให้การปรับตัวของบุคคลมีปัญหาปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ก็คือ ปัญหาอุปสรรคของการปรับตัวของบุคคลที่มีปัญหานั้นเอง^{๔๘}

กฤษณะ ถาวร ได้กล่าวถึงปัญหาอุปสรรคเกี่ยวกับการปรับตัวไว้ว่ามี ๓ ปัจจัยหลักที่เป็นปัญหาของการปรับตัวดังนี้

๑.ความคับข้องใจ (Frustration) หมายถึง สภาพของจิตใจ หรือความรู้สึกที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากความปรารถนาที่เรามุ่งหวัง ถูกขัดขวาง ไม่สามารถบรรลุเป้าหมายซึ่งโดยทั่ว ๆ ไปแล้วทุก ๆ ชีวิตไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ทุกประการ เช่น การขาดแคลน อันรวมไปถึงการขาดทางด้านวัตถุ และบุคคลอันเป็นที่รัก และความพ่ายแพ้ไม่สมหวังไม่สำเร็จ เป็นต้น ทำให้เกิดความหงุดหงิด โกรธ กระทบกระวายใจ กลุ้มใจ สภาวะดังกล่าว เรียกว่า ความคับข้องใจ ซึ่งจะแยกสาเหตุความคับข้องใจออกเป็น ๒ ประการคือ

๑.)สาเหตุส่วนบุคคล ได้แก่ ลักษณะของบุคคลทั้งทางร่างกาย และจิตใจ เช่น ความบกพร่องทางร่างกาย การมีโรคประจำตัว เชาวปัญญาต่ำ ขาดความเชื่อมั่นใจตนเอง

^{๔๘} กฤษณะ ถาวร, “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนนครโรจนวิทยา”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญาการเมือง และเศรษฐศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกริก, พ.ศ. ๒๕๔๘), หน้า ๒๓.

๒)สาเหตุของสิ่งแวดล้อม ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เช่น สถานที่ทำงานที่อยู่อาศัยอุปนิสัยต่าง ๆ ส่วนสิ่งแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ ความล่าช้าของระบบงานฐานะทางสังคมและทางเศรษฐกิจ

๒.ความขัดแย้งในใจ (Psychological Conflicts) หมายถึง สภาวะการณ์ที่ทำให้บุคคลเกิดความขัดแย้งในตนเอง เกิดความลำบากใจ หนักใจอึดอัดใจที่จะต้องตัดสินใจเลือกสิ่งใดสิ่งหนึ่งจากภาวะการณ์ที่เขาเผชิญอยู่ ความขัดแย้งเกิดขึ้นใน ๓ รูปแบบ ดังนี้

๑)ความขัดแย้งแบบนิมาน-นิมาน (Approach-Approach Conflict) เป็นความขัดแย้งเนื่องจากชอบ ๒ สิ่งเท่า ๆ กัน แต่ต้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง เข้าทำนองรักพี่เสียดายน้อย แต่ความขัดแย้งในใจที่เกิดขึ้นอาจจะไม่รุนแรงมากนักเพราะสิ่งที่ต้องเลือกให้ผลในทางบวกทั้งคู่

๒)ความขัดแย้งแบบนิเสธ-นิเสธ (Avoidance-Avoidance Conflict) เป็นความขัดแย้งเนื่องจากต้องตัดสินใจเลือกเอาของสิ่งใดสิ่งหนึ่งจากจำนวน ๒ สิ่ง ที่ไม่ชอบหรือไม่อยากได้เข้า เนื่องจากต้องตัดสินใจเลือกเอาของสิ่งใดสิ่งหนึ่งจากจำนวน ๒ สิ่ง ที่ไม่ชอบหรือไม่อยากได้เข้าทำนองหนีเสือปะจระเข้

๓)ความขัดแย้งแบบนิมาน-นิเสธ (Approach-Avoidance Conflict) เป็นความขัดแย้งเนื่องจากตัดสินใจไม่ได้ว่าจะเลือกเอาของสิ่งนั้นไว้ หรือทิ้งของสิ่งนั้นไปเนื่องจากมีความชอบหรือไม่ชอบเท่าเทียมกัน เข้าทำนองทั้งรักทั้งชัง เช่น อยากรียนต่อแต่กลัวงานมาก

๓.ความวิตกกังวล (Anxiety) เป็นความไม่สบายใจซึ่งจะออกมาในรูปความกลัว (Fear) เช่น กลัวไม่มีงานทำ กลัวสอบเรียนต่อไปได้ ความไม่สบายใจนี้อาจเกิดขึ้นก่อนหลังสถานการณ์ที่บุคคลนั้นต้องประสบ อาจเกิดขึ้นได้จากสิ่งเร้าทั้งภายนอกและภายใน เช่น ค่านิยม ความเชื่อ สภาพทางสังคม เศรษฐกิจ

ดังนั้น บุคคลจะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปลอดภัย มีความสุขถึงแม้จะต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้ ก็เพราะความสามารถในการปรับตัว ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากบุคคลใกล้ชิดรอบข้าง และถึงแม้จะมีปัญหา อุปสรรคของการปรับตัวที่สามารถกล่าวสรุปนั้นมาจาก ๒ ปัจจัยดังนี้

๑)ตัวบุคคลผู้หนึ่งเอง หมายถึง ภาวะอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดของเขาวouldจะสามารถปรับตัวได้ดีมากน้อยปานใด ถ้าปรับอารมณ์ความรู้สึกไปในทางบวกได้ดีในช่วงระยะเวลาอันสั้นก็จะช่วยในการปรับตัวของเขาให้ดีขึ้น และทางพฤติกรรม การกระทำการแสดงออกของเขาวouldจะสามารถควบคุมการกระทำที่นำมาซึ่งปัญหาของเขา

๒)สภาวะสิ่งแวดล้อมภายนอก หมายถึงบุคคลรอบข้างของคนที่มีปัญหาที่มีทัศนคติ ความรู้สึก ท่าที รวมไปถึงพฤติกรรม การกระทำ ปฏิกริยาในทางบวก หรือลบอย่างไรต่อคนที่มีปัญหา หมายถึง ค่านิยม ความเชื่อทางสังคม ของชุมชน ของผู้คนที่มีความสัมพันธ์กับคนที่มีต่อรูปแบบพฤติกรรมแบบหนึ่ง แบบใด รวมไปถึงคนและลักษณะปัญหาของคนด้วย

ปัญหาและอุปสรรคในการปรับตัวของที่มีภูมิลำเนาเดิมอยู่นอกจังหวัด ๓ ชายแดนใต้ที่สำคัญ ก็คือความไม่เข้าใจในวิถีชีวิต และหลักการปฏิบัติของกลุ่มชุมชนมุสลิมทำให้ตัวครูเกิดความวิตกกังวล ในเรื่องการวางตัว และการปฏิบัติหน้าที่ เนื่องจากเกรงว่าการปฏิบัติตนขัดต่อหลักการทางศาสนาแล้ว จะทำให้เกิดความไม่พอใจของผู้นำทางศาสนา และประชาชนในพื้นที่ รวมทั้งการ

ติดต่อสื่อสารก็เห็นจะไปอย่างยากลำบาก เนื่องด้วยตัวนักเรียน และประชาชนส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้ภาษาไทย ซึ่งเป็นภาษาหลักในการสื่อสาร แต่ใช้ภาษามลายูท้องถิ่นในชีวิตประจำวัน ทำให้การถ่ายทอดความรู้ไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้ เกิดความเบื่อหน่าย และความคับข้องใจส่งผลให้การปรับตัวเป็นไปด้วยความยากลำบาก^{๔๙}

จากการศึกษาปัญหาและอุปสรรคของการปรับตัว สรุปความได้ว่า ปัจจัยต่างๆที่มีความเกี่ยวข้องในฐานะที่เป็นตัวขัดขวาง ซึ่งทำให้เกิดการปรับตัวของบุคคลไม่สามารถดำเนินไปได้จนบรรลุถึงจุดหมายต้นทาง ตัวของบุคคลจำเป็นที่ต้องหาหนทางที่ข้ามพ้นอุปสรรคต่าง ๆ โดยแต่ละบุคคลจะมีแนวทางหรือหนทางที่แตกต่างกันในการข้ามพ้นอุปสรรคนั้น ๆ โดยอุปสรรคในการปรับตัวของบุคคลนั้น อาจมาจากตัวของบุคคลเอง จากบุคคลอื่น หรือจากสภาพแวดล้อมก็เป็นได้ แต่บุคคลสามารถข้ามพ้นอุปสรรคในการปรับตัวได้โดยการรับรู้ เรียนรู้ และการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ชีวิตเป็นไปด้วยดีทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

๒.๑.๓.๙ วิธีการของการปรับตัว

การศึกษาวิธีการเกี่ยวกับการปรับตัวได้รู้ว่า ความต้องการแรงกระตุ้นทางสังคมที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงการมีสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไปทำให้คนมีปัญหาในการปรับตัว ให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป และจุดมุ่งหมายของชีวิตของตนเองเปลี่ยนแปลงไป เป็นสาเหตุสำคัญให้มนุษย์มีความขัดข้องใจ (Frustration) ความขัดแย้ง (Conflicts) และความกดดัน (Pressures) อันเนื่องมาจากปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ จึงไม่สามารถบรรลุความต้องการได้แต่อยากใช้ชีวิตอยู่รอดจะต้องแก้ไขด้วยวิธีต่อไปนี้

มนูญ ตนะวัฒนา ได้กล่าวถึงวิธีการเกี่ยวกับการปรับตัวว่ามี ๒ แนวทางดังนี้

๑. การปรับตัวโดยถือเอาปัญหาหรือความจริงเป็นเป้าหมาย (Attach-Oriented) คือ การรู้จักใช้ความพยายามของตนที่จะระงับยับยั้ง เปลี่ยนแปลง และเคลื่อนย้ายสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ มี ๔ วิธี คือ

๑. การต่อสู้และแสดงความก้าวร้าว (Attach and Aggression) เป็นการต่อสู้ทำลายสิ่งขัดขวางความต้องการ และต่อสู้กับสิ่งที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวนี้แบ่งออกเป็น ๒ วิธีดังนี้

ก. การก้าวร้าวโดยตรง (Direct Aggression) การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อบุคคลหรือสิ่งของที่เป็นเหตุให้เกิดความขัดแย้งใจ เช่น ทูตตี ต่ำว่า ทำร้าย เป็นต้น

ข. การก้าวร้าวโดยอ้อม (Indirect Aggression) หมายถึงการที่คนเราไม่สามารถแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวโดยตรงกับต้นเหตุได้ จะหันไปแสดงความก้าวร้าวต่อสิ่งอื่นแทน เช่น โกรธคนหนึ่งแต่ไม่กล้าไปโต้ตอบจึงได้ไปโต้ตอบกับอีกบุคคลอื่นที่ไม่ทราบเรื่อง เป็นต้น

๒. การตกใจและถอยหนี (Flight and Withdrawal) หมายถึง การที่บุคคลเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ หรืออุปสรรคที่มาขัดขวางความต้องการของตนและก่อให้เกิดความคับข้องใจแล้วใช้วิธีที่หลีกเลี่ยงไปให้พ้นจากสิ่งเหล่านั้น ทำให้ความคับข้องใจหายไป ซึ่งทำได้ ๒ วิธี คือ

^{๔๙} กฤษณะ ถาวร, “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนขจรโรจน์วิทยา”, หน้า ๒๔ - ๒๕.

ก. การแยกตัวออกจากสังคม (isolation) เมื่อบุคคลพบอุปสรรคขัดขวางไม่ให้ไปถึงสิ่งที่ประสงค์เอาไว้ บุคคลนั้นจะตัดตัวเองออกจากเหตุการณ์นั้น ๆ โดยการเก็บตัวอยู่คนเดียว โดดเดี่ยว ชอบเงียบๆ ไม่ติดต่อกับใคร

ข. การปฏิเสธ (Negativism) เป็นวิธีการที่ขัดแย้ง ไม่ยอมทำตามหรือไม่ให้ความร่วมมือตามสังคม หรือตามที่ผู้xor้องแต่จะกระทำในสิ่งที่ตรงกันข้าม ซึ่งเป็นวิธีการเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่นอีกวิธีหนึ่ง

ค. การฝันกลางวัน (Day Dream) เป็นการสร้างภาพขึ้นมา เพื่อสนองความต้องการอันอาจจะมีโอกาสได้รับสนองในชีวิตจริง

๔. การประนีประนอมและการทดแทน (compromise and Substitution) เป็นลักษณะที่บุคคลไม่สามารถสนองความต้องการของตนได้ จึงจำเป็นต้องหาสิ่งอื่นที่ใกล้เคียงกันมาสนองทดแทนเพื่อให้ตนเองอยู่ในลักษณะสมดุล ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวมี ๓ วิธี คือ

ก. การทดแทน Compensation ได้แก่ การแสดงออกเพื่อแสวงหาความสำเร็จในด้านอื่นมาทดแทนความผิดหวังหรือปมด้อยอีกด้านหนึ่ง

ข. การทดแทน Sublimation เป็นพฤติกรรมในลักษณะที่ประนีประนอมกับสถานการณ์ด้วยการแปลงรูปอารมณ์และพฤติกรรมที่ให้โทษมาสู่คุณประโยชน์อันเป็นการเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจที่สังคมไม่ยอมรับสู่พฤติกรรมที่สังคมยอมรับ

ค. การลอกเลียนแบบนิยม Identification หรือปฏิบัติอย่างกลมกลืน Reaction-Formation ได้แก่ การแสดงพฤติกรรมตามคุณสมบัติของคนอื่นซึ่งตนอยากจะมีแต่ไม่มีมาอวดอ้างว่ามี แล้วปรุงแต่งกิริยาท่าทางภายนอก รสนิยม เจตคติและค่านิยมให้เหมือนกับคนอื่น ๆ ที่มีคุณสมบัตินั้น ๆ

๒. กลไกการป้องกันตนเองเมื่อเผชิญความวิตกกังวล โดยทำตนให้ผิดไปจากความเป็นจริง (Defense Mechanism) ไม่ได้คัดแปลงหรือเคลื่อนย้ายสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความคับข้องใจโดยตรง^{๕๐}

ลักษณะ ถาวร ได้กล่าวถึงการเกี่ยวกับการปรับตัวว่า มี ๒ วิธี ดังนี้

๑. วิธีการเผชิญปัญหาหรือตอบโต้ปัญหาอัตโนมัติ ได้แก่ การร้องไห้ เป็นการตอบโต้ปัญหาแบบหนึ่ง เมื่อบุคคลต้องเผชิญปัญหา การร้องไห้จะช่วยปลดปล่อยอารมณ์เครียด ความปวดร้าว ความเจ็บใจ ความน้อยใจ เสียใจ หรือความวิตกกังวลภายหลังการร้องไห้อารมณ์ของบุคคลนั้น จะค่อย ๆ สงบ คลายความเครียดเข้าสู่สภาพปกติ

- การพูด หรือระบายออกด้วยคำพูด เป็นกลไกที่ช่วยลดอารมณ์เครียดช่วยให้บุคคลระบายความอัดอั้นเข้าใจในสถานการณ์ หรือปัญหาแจ่มชัดขึ้น ความคิดต่าง ๆ ใหม่ ๆ อาจเกิดขึ้นในช่วงที่พูดนอกจากนี้ยังเป็นโอกาสที่เขาจะได้แสดงความคิดเห็นร่วมกับบุคคลอื่น และอาจจะนำแง่คิดต่าง ๆ มาเป็นแนวทางในการปรับพฤติกรรมของตน ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

^{๕๐} มนุญ ตนะวัฒนา, จิตวิทยาพัฒนาชีวิต, (พิมพ์ครั้งที่ ๒ กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๒๖), หน้า ๑๓๒-๑๔๙.

- การหัวเราะบุคคลบางคนเมื่อเผชิญกับปัญหาอาจจะหัวเราะ หรือทำตลกเพื่อให้ความเครียด ความเศร้า หรือสิ่งที่กระทบกระเทือนใจอ่อนคลายลง โดยทั่วไปการหัวเราะและการมีอารมณ์ขัน มีแนวโน้มที่จะช่วยลดความเครียด ตลอดจนพฤติกรรมก้าวร้าวหรือการเป็นอริของคู่ปรปักษ์ลงได้

- การคิดอย่างรอบคอบ มนุษย์มีความสามารถในการคิด ไตร่ตรองตระหนักในเหตุการณ์พิจารณาข้อดีข้อเสีย เหตุผล ผลของเหตุการณ์นั้น ๆ ที่มีต่อเขา เมื่อเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งชัดแล้วความเครียด ความวิตกกังวลจะค่อย ๆ คลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้น

- การเสาะแสวงหาแหล่งให้ความช่วยเหลือ เมื่อบุคคลเผชิญกับสภาวะวุ่นวายทางจิตใจก็มักจะหาแหล่งที่จะให้ข้อมูล หรือแสวงหาความช่วยเหลือและกำลังใจ ซึ่งบุคคลที่เขาจะไปขอความช่วยเหลือ จะต้องเป็นบุคคลที่เขาไว้วางใจและมั่นใจว่า รักษาความลับของเขาได้

- การนอนหลับและฝัน ภายหลังจากการนอนหลับและฝัน ความรุนแรงของปัญหาจะค่อย ๆ คลี่คลายลงไปบ้าง ขณะที่กำลังหลับนั้นอาจจะฝันดี หรือฝันร้าย เมื่อเขาตื่นขึ้นมาก็จะคิดต่อประสบการณ์ที่เขาได้จากฝัน และจากช่วงเวลาที่เขาได้นอนหลับไปนั้นอาจช่วยให้เขาตระหนักวิเคราะห์สภาพการณ์ต่าง ๆ เข้าใจเหตุการณ์ได้ดีขึ้นเป็นผลให้เขาได้ระงับความรู้สึกความเครียดความผิดหวัง และความไม่สบายใจต่าง ๆ ได้

๒.วิธีการใช้กลไกในการปรับตัว Defence mechanism เป็นวิธีการหรือกลไกที่บุคคลใช้ เพื่อลดความเครียด ความกังวลใจ ความคับข้องใจ หรือความขัดแย้งในใจโดยช่วยรักษาไว้ซึ่งความภาคภูมิใจของบุคคลแม้ว่าประสบความล้มเหลวในชีวิต และยังช่วยลดความไม่สบายใจต่าง ๆ อันเกิดจากความกลัว ความสำนึกผิดต่าง ๆ ซึ่งกลไกในการปรับตัวมีหลายวิธี^{๕๑}

กฤษณะ ถาวร ได้กล่าวถึงวิธีการการปรับตัวว่ามี ๕ ประเด็น ดังนี้

๑. รูปแบบของการปรับตัวศึกษาเฉพาะการปรับตัวในแต่ละบุคคล Self Adjustment อันประกอบด้วย การปรับทางด้านอารมณ์ จิตใจ การปรับตัวด้านพฤติกรรม การปรับบทบาทหน้าที่และปรับทางด้านความสัมพันธ์

๒. ระยะเวลาที่ใช้ในการปรับตัว

๓. แหล่งข้อมูลและบุคคลที่ได้นำมาเป็นแบบของการปรับตัว

๔. ประเภท แหล่ง ลักษณะ (ความถี่ และกลไก เทคนิค) ของการปรับตัว

๕. ผลของการปรับตัว^{๕๒}

จากการศึกษาวิธีการเกี่ยวกับวิธีการปรับตัว สรุปความได้ว่า การปรับตัวของบุคคลจะสมบูรณ์หรือไม่สมบูรณ์ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลเพียงบุคคลเดียว เพื่อน ๆ ที่อาศัยอยู่ร่วมกันเป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่เป็นตัวขับเคลื่อนให้มีการปรับตัวเกิดขึ้น โดยการปรับตัวของแต่ละบุคคลจะมีวิธีการปรับแตกต่างกันไปตามแบบฉบับของตนเองหรือการเรียนรู้การปรับตัวจากบุคคลอื่น โดยวิธีการปรับตัว

^{๕๑} กฤษณะ ถาวร, “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนขจรโรจน์วิทยา, หน้า ๓๑ – ๓๒.

^{๕๒} กฤษณะ ถาวร, “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนขจรโรจน์วิทยา”, หน้า ๒๓.

ของบุคคลจะมีการปรับตัวไปตามความเหมาะสมที่ดิงามในแบบฉบับของตนเอง และในรูปแบบของ ประเพณี วัฒนธรรมต่อสาธารณชน

๒.๑.๓.๑๐ ความมุ่งหมายของการปรับตัว

การศึกษาความมุ่งหมายของการปรับตัวได้เห็นว่า การปรับตัว คือ การที่บุคคล สามารถสร้าง หรือขัดเกลาพฤติกรรมให้เข้ากับแบบแผนของสังคม หรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง และสามารถบรรลุถึงจุดมุ่งหมายที่บุคคลต้องการส่งผลทำให้มีชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุขทั้งกายและใจ ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่นดังนี้

กันยา สุวรรณแสง ได้กล่าวว่ามนุษย์ต้องอยู่ในสภาวะที่สมดุลระหว่างตนเองกับ สังคมสิ่งแวดล้อม บางครั้งสิ่งแวดล้อมก็มีอิทธิพลต่อมนุษย์ แต่บางกรณีมนุษย์ก็เอาชนะสิ่งแวดล้อมได้ ดังนั้นการปรับตัวจึงมีความมุ่งหมายสำคัญ ๒ ประการ ดังนี้

๑.ปรับตัวเพื่อเอาชนะสิ่งแวดล้อม เพื่อถ่วงดุลสิ่งที่ตนเองยังขาดอยู่

๒.ปรับตัวเข้าได้กับสิ่งแวดล้อม คือยอมตามสิ่งแวดล้อม เมื่อไม่สามารถเอาชนะ สิ่งแวดล้อมได้ก็ทำตัวให้สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อมนั้นเพื่อสมดุลไว้^{๕๓}

จากการศึกษาความมุ่งหมายของการปรับตัว สรุปความได้ว่า บุคคลจะมีจุดมุ่งหมายที่ ชัดเจนในการปรับตัวหรือการปรับตัวของบุคคลไม่ได้มีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน เนื่องจากปัจจัยที่เกี่ยวข้อง กับการปรับตัวเป็นตัวกำหนดในการปรับตัวของบุคคลอีกประการหนึ่ง บุคคลจะมีการสร้างพฤติกรรม ที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง ขัดเกลาบุคลิกภาพในรูปแบบฉบับของตนเอง แม้ว่าจะเกิดการ เปลี่ยนแปลงไปของสภาพแวดล้อม เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิตได้อย่างมีความเป็นปกติสุข ทั้งทางกายและทางใจต่อตนเองและบุคคลอื่น

๒.๑.๓.๑๑ ผลดี ผลเสียของการปรับตัว

ศึกษาพฤติกรรมกรรมการปรับตัวทั้งหมดได้เห็นว่า การเปลี่ยนแปลงทางสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสิ่งแวดล้อม การเปลี่ยนแปลงของชีวิตและการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ เป็นความ วิตกกังวล โดยทำตนให้ผิดไปจากความเป็นจริง ไม่ได้ดัดแปลงหรือเคลื่อนย้ายสถานการณ์ที่ทำให้เกิด ความเปลี่ยนแปลงในสิ่งต่าง ๆ นั้นไปด้วยดี ตัวบุคคลเองต้องมีสติปัญญา รู้คิด ปรับเปลี่ยนชีวิตให้ด ำเนินตามสภาวะสังคม เพื่อจุดมุ่งหมายของชีวิตสามารถบรรลุตามความต้องการ และอยู่รอดได้อย่างมี ความสุข เพราะฉะนั้นผลดี ผลเสียของการปรับตัวมีดังนี้

ชัยนาถ นาคบุปผา ได้กล่าวถึงผลดี ผลเสีย ของการปรับตัวไว้ว่า

๑. ผลดี ถ้าบุคคลสามารถปรับตัวได้จะเกิดผลดี ๔ ประการ คือ

๑) ทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างดี มีสุข มีประสิทธิภาพ มีความสำเร็จในชีวิต สามารถสนองความต้องการของร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม

๒) ทำให้มีชีวิตรอด ปลอดภัยเมื่ออยู่ในสถานการณ์คับขัน อันตรายหรือภัยพิบัติ ต่าง ๆ

^{๕๓} กันยา สุวรรณแสง, *จิตวิทยาทั่วไป*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ บำรุงสาสน์, ๒๕๓๓), หน้า

๓) ทำให้มีบุคลิกภาพในอนาคต สามารถปรับตัวได้ดีในอนาคต เป็นรากฐานที่ดีมีความมั่นคงของบุคลิกภาพเมื่อเป็นผู้ใหญ่

๔) สามารถจัดทุกข์ ความไม่สบายใจ ความเครียด ความคับข้องใจออกไปได้

๒. ผลเสีย ถ้าบุคคลไม่สามารถปรับตัวได้ จะเกิดผลเสีย ๕ ประการ คือ

๑) เกิดภาวะวิตกกังวล หรือความไม่สมดุลทางจิตใจอยู่เสมอ เนื่องจากมองสถานการณ์หรือปัญหาอย่างเป็นเรื่องใหญ่

๒) เป็นคนมีบุคลิกภาพไม่เหมาะสม

๓) โยกย้ายเปลี่ยนที่อยู่ อาชีพการทำงานบ่อยเนื่องจากการปรับตัวให้เข้าสิ่งแวดล้อมไม่ได้

๔) เกิดโรคจิต โรคประสาท เนื่องจากมีความวิตกกังวลอยู่เสมอ ผิดปกติในแนวความคิด การรับรู้ การตัดสินใจ

๕) เมื่อปรับตัวไม่ได้ก็หันหน้าเข้าหาสุรา ยาเสพติด อบายมุขต่าง ๆ ซึ่งก่อให้เกิดผลเสียต่อตนเองและสังคมในอนาคต^{๕๔}

จากการศึกษาผลดี ผลเสียของการปรับตัว สรุปความได้ว่า ผลดี คือ บุคคลมีการจัดการกับบุคลิกภาพของตนเองได้อย่างมีความเหมาะสมตามเหตุปัจจัย เป็นบุคคลที่มีความสุขในการดำเนินชีวิต ในทางตรงข้ามกันคือผลเสีย มีผลให้บุคคลนั้นไม่สามารถจัดการภาวะปัจจัยบางปัจจัยได้ที่มีผลต่อตนเองและผู้อื่น

จากการศึกษาพฤติกรรมกรรมการปรับตัวทั้งหมด สรุปความได้ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างย่อมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นรวดเร็วหรือการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างช้า แต่ประการนั้นย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเสมอ ดังเช่นการปรับตัวของบุคคล การแสดงออกของพฤติกรรมก็ตาม เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดอยู่ทุกขณะเวลาแม้จะเป็นไปในรูปแบบค่อยเป็นค่อยไป บุคคลจะต้องปรับตัวเปลี่ยนแปลงตนเองให้เข้ากับสังคม สิ่งแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่ประสบพบเจอในแต่ละขณะนั้นพร้อมที่จะเรียนรู้ รับรู้ และยอมรับในสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไป และตัวของบุคคลพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตัวของบุคคลเองดังเช่นสรรพสิ่งต่าง ๆ

๒.๑.๔ แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น

๒.๑.๔.๑ ความสำคัญของระยะวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยคาบเกี่ยวหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ (Transition period) ที่เด็กมีการเจริญเติบโต และการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างพุ่งพรวด (Spurt of growth) ทำให้เกิดความยากลำบากในการปรับตัว เกิดความสับสนในบทบาทตนเองแสวงหาความสามารถในตนเอง ช่วงนี้จึงเต็มไปด้วยความวิตกกังวล ทำให้เกิดระยะวิกฤตของการปรับตัว (Critical Period) ผู้ที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นต่างยอมรับว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งปัญหา เป็นวัยอันตราย ปกครองยาก สร้าง ปัญหา

^{๕๔} ชัยนาถ นาคบุปผา, “โลกของวัยรุ่น”, เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, พ.ศ. ๒๕๑๕), หน้า ๗๕ - ๗๖.

แก่ครอบครัว และสังคม ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่สถาบันครอบครัวและโรงเรียน ซึ่งใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของเด็กจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือเด็ก^{๕๕}

จากการศึกษาความสำคัญของระยะวัยรุ่น สรุปความได้ว่า เป็นช่วงระยะเวลาที่มีความสำคัญมากถึง มากที่สุดในช่วงหนึ่งขีวิตของบุคคล ที่มีผลต่อการดำเนินในช่วงชีวิตที่เหลือของชีวิต เป็นช่วงระยะเวลาที่เป็นทางเลือกให้กับตนเองว่าจะเลือกทิศทางการดำเนินชีวิตของตนเองต่อไปในภายภาคหน้า

๒.๑.๔.๒ พัฒนาการในช่วงวัยรุ่น

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาจากสามแอมร์ ที่ศึกษาในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนก สามัญ ศึกษา ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ ๑ และมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ซึ่งถือว่าอยู่ในช่วงพัฒนาการของวัยรุ่น ผู้ที่กำลังอยู่ในวัยรุ่นนับว่าเป็นช่วงวิกฤต (Critical Period) ช่วงหนึ่งของชีวิต เนื่องจากเป็นช่วงต่อของวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะต้น ๆ ของวัยจะมีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งทางร่างกายและ จิตใจ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วเกิดความสับสนในบทบาทตนเอง จึงพยายามแสวงหาความเป็นตัวของตัวเอง ช่วงนี้จึงเต็มไปด้วยความวิตกกังวลเป็นระยะวิกฤตของการ ปรับตัวซึ่งนักจิตวิทยาหลายท่านได้แบ่งระยะของวัยรุ่นเป็น ๓ ระยะ คือ

ระยะที่ ๑. วัยเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น (Puberty) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๑ -๑๓ ปี และเด็กชายจะมีอายุ ระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี เป็นวัยที่ร่างกายของเด็กมีพัฒนาการเติบโตอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะพัฒนาการ ทางด้านเพศมีความรวดเร็วมาก ในเพศหญิงจะเห็นได้ชัด เริ่มมีประจำเดือนครั้งแรกสำหรับเด็กชายเห็นไม่ชัดเจนเท่าเด็กหญิง คงมีแต่สภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น การมีขนาดอวัยวะเพศที่โตขึ้น มีเสียงแตกห้าวขึ้น ถึงแม้ช่วงเวลานี้ร่างกายของวัยรุ่นกำลังมีการเปลี่ยนแปลงมาก แต่ทางด้านความคิดอ่านและความรู้สึกแล้ว วัยรุ่นช่วงนี้ยังรู้สึกว่าเป็นเด็กอยู่ เป็นเพียงช่วงของการเตรียมพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยรุ่นอย่างเต็มตัวต่อไป

ระยะที่ ๒. วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๕-๑๗ ปี การเจริญเติบโตทางร่างกายของวัยรุ่นในระยะนี้ก็ยังคงดำเนินต่อไปอย่างค่อยเป็นค่อยไป จะสิ้นสุดลงเมื่อถึงวุฒิภาวะ และการพัฒนาทางสติปัญญา ก็จะพัฒนาตามการพัฒนาทาง ร่างกายไปเรื่อย ๆ ซึ่งการพัฒนาทางสติปัญญานี้จะแตกต่างกันไปตามตัวบุคคล และสภาพแวดล้อม

ระยะที่ ๓. วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๗-๒๐ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๘ - ๒๑ ปี เป็นวัยที่ทั้งทางร่างกายและจิตใจของวัยรุ่นมีการพัฒนาจนถึงขั้นสูงสุดการ พัฒนาทางกายจะเริ่มคงที่ ในขณะที่การพัฒนาทางสติปัญญาจะดำเนินต่อไป โดยเฉพาะทางด้าน ความคิดและปรัชญาชีวิต วัยนี้เด็กจะสร้างความเป็นตัวของตัวเอง พยายามแก้ปัญหาชีวิตของตนเอง และไม่ค่อยชอบที่จะให้ผู้ใหญ่ไปยุ่งเกี่ยวกับมากนัก ดังนั้นวัยนี้ผู้ใหญ่จึงควรทำหน้าที่เป็นเพียงที่ปรึกษามากกว่าการเป็นผู้คอยชี้แนะทางเดินให้เด็กพัฒนาการ คือการเปลี่ยนแปลงซึ่งเป็นไปตลอดอายุของคน ในกรณีของวัยรุ่นพัฒนาการเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ

^{๕๕}พรพิมล เจียมนาครินทร์, พัฒนาการวัยรุ่น, (พิมพ์ลักษณ์, กรุงเทพมหานคร: บริษัทต้นอ้อแกรมมี, ๒๕๓๙), หน้า ๘๗.

ดังนี้ เช่น พัฒนาการด้าน ร่างกาย (Physical development) ในระยะวัยรุ่นจะมีพัฒนาการทางกายที่สำคัญ คือ

๑) การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของร่างกาย จะพบอัตราการเพิ่มส่วนสูงและน้ำหนักอย่างรวดเร็ว โครงสร้างของร่างกายขยายใหญ่สัดส่วนเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ และเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในระยะ ๒ – ๓ ปีแรกของการเปลี่ยนวัย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้จะนำมาซึ่งความวิตกกังวล โดยเฉพาะเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงใหม่ ๆ วัยรุ่นจะพุ่งความสนใจมาที่ตนเอง และพิจารณารูปร่างของตนเองที่เปลี่ยนแปลงไป นอกจากนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงลักษณะทางเพศโดยเพศหญิงจะเปลี่ยนแปลงรวดเร็วกว่าเพศ ชาย ๑ – ๒ ปี โดยจะเพิ่มทั้งขนาดและหน้าที่ซึ่งเป็นลักษณะบอเพศ ซึ่งจะดำเนินไปอย่างรวดเร็วจนสู่วุฒิภาวะในเวลา ๒ ปี

๒) การเปลี่ยนแปลงทางเพศขั้นต้น (Primary Sex Changes) เป็นการเปลี่ยนแปลง ของต่อมเพศทำให้มีการพัฒนาเซลล์สืบพันธุ์ ซึ่งเป็นการเกิดวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ โดยเพศชายจะมีการผลิตอสุจิและการฝันเปียก เพศหญิงจะมีประจำเดือน ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางเพศขั้น ทุติยภูมิ (Secondary Sex Changes) เกิดจากการมีฮอร์โมนกระตุ้น ให้เกิดลักษณะทางกาย ซึ่งเป็นลักษณะบอเพศ เช่น เพศชายมีรูปร่างสมเป็นชาย ไหล่กว้าง กล้ามเนื้อเป็นมัด เสียงแตกห้าว มีหนวดเครา เพศหญิงจะมีทรวงอก สะโพกผาย เอวคอด เสียงเล็กแหลม

๑. พัฒนาการทางอารมณ์ (Emotional development) วัยรุ่นจะมีอารมณ์รุนแรง ชอบแสดงความรู้สึกอย่างเปิดเผย บางครั้งจะเกิดความสับสนอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางกาย การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน และการที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม วัยนี้มีความสับสนทางอารมณ์มากที่สุดอยากเป็นอิสระ แต่ขาดความเชี่ยวชาญในการปรับตัว อารมณ์พื้นฐานของวัยรุ่นประกอบด้วยอารมณ์รัก โดยวัยรุ่นจะมีความรักตนเองจึงสนใจปรุงแต่งบุคลิกภาพของตนให้เป็นที่ยอมรับมากขึ้น วัยรุ่นจะรักและผูกพันกับเพื่อนมากทั้งเพื่อนเพศเดียวกันและเพื่อนต่างเพศ นอกจากนี้วัยรุ่นจะมีอารมณ์โกรธซึ่งมีสาเหตุมาจากการที่วัยรุ่นต้องการอิสระ เมื่อถูกขัดขวางจะเกิดการต่อต้านหรืออาจเกิดจากการขัดขวางความพึงพอใจหรือความต้องการ ส่วนอารมณ์กลัวในวัยรุ่นมักมีสาเหตุมาจากสถานการณ์ทางสังคม เช่นกลัวสอบตกกลัวการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ผู้ใหญ่และสังคมทั่วไป วัยรุ่นยังเกิดความอิจฉาริษยาโดยจะอิจฉาเพื่อนที่เด่นกว่าในขณะที่ความวิตกกังวลนั้นจะมีสาเหตุมาจากการสร้างเรื่องที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองวิตกกังวลโดยไม่มีสาเหตุ ดังนั้นวัยรุ่นที่มีพัฒนาการทางอารมณ์ดีจะมีลักษณะการตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยพฤติกรรมที่พึงประสงค์เหมาะสมกับอายุที่เพิ่มมากขึ้นจากความหุนหันรุนแรง เปลี่ยนแปลงง่ายมาเป็นการใช้เหตุผล ควบคุมอารมณ์และพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อการเรียนรู้ การปรับตัวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่ดี

๒ พัฒนาการด้านสังคม (Social development) วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน จึงเป็นภาวะที่สำคัญต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพ โดยวัยรุ่นจะสร้างมโนภาพแห่งตน ทำให้วัยรุ่นมีนิสัยชอบความเป็นอิสระต้องการเป็นตัวของตัวเอง เมื่อวัยรุ่นต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงและความคาดหวังที่ขัดแย้งและมีความต้องการทางสังคมที่มากขึ้น วัยรุ่นจึงต้องการเพื่อนเพื่อช่วยเหลือในเรื่องการปรับตัวและเปรียบเทียบในเรื่องต่าง ๆ ของตนเอง ในขณะที่

ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ก็เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงลักษณะภายนอกและบทบาททางเพศ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงบทบาททางสังคมซึ่งอาจทำให้เกิดความขัดแย้งกับครอบครัวได้

๓ พัฒนาการทางความคิดและสติปัญญา (Intellectual development) วัยรุ่นสามารถที่จะจินตนาการถึงเงื่อนไขต่าง ๆ ของปัญหาทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และจะพัฒนาสมมติฐาน เกี่ยวกับสิ่งที่อาจเกิดขึ้นภายใต้ความเป็นไปได้ทั้งหมดอย่างมีเหตุมีผล สามารถใช้การคิดโดยไม่ต้องอาศัยการกระทำสามารถตั้งสมมติฐาน และพิจารณาถึงเหตุผลต่าง ๆ จากสมมติฐานนั้นสามารถเข้าใจทฤษฎีทั่ว ๆ ไปและสามารถรวบรวมเอาทฤษฎีเหล่านั้นมาแก้ปัญหาความแตกต่างของความคิดในวัยรุ่นกับวัยผู้ใหญ่ คือวัยรุ่นยังมีการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางอยู่ มีการเป็นแบบนักอุดมคติยังไม่อาจยอมรับความจริงที่ว่าคนไม่อาจจะทำอะไรได้โดยอาศัยพื้นฐานของตรรกศาสตร์อย่างเดียวเท่านั้น

๔ พัฒนาการทางจริยธรรม (Moral development) วัยรุ่นได้รับแนวคิดทางจริยธรรมโดยได้รับอิทธิพลจากการสังเกตพฤติกรรม และการโต้ตอบกับบุคคลอื่น มีความรู้สึกสำนึกต่อความผิดและละอายใจ ที่ก่อให้เกิดความสำนึกในหน้าที่ของตน ตลอดจนถึงการมีระเบียบวินัยจากการอธิบายเหตุผลมากกว่าการบังคับขู่เข็ญ นอกจากนี้วัยรุ่นจะคิดเชื่อมโยงหาเหตุผล (Relativism) โดยคำนึงถึงเจตนาของผู้กระทำทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นสามารถมองหลาย ๆ สิ่งในเวลาเดียวกัน อันเป็นผลมาจากการพัฒนาด้านภาษาและความคิดเห็นนั่นเอง ส่วนทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของ คอลเบอร์ก (Kohlberg) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นระยะของการมีจริยธรรมอยู่ในระดับตามเกณฑ์ (Conventional level) โดยมีการกระทำตามหลักการทำตามหน้าที่ของสังคม (อายุ ๑๓ -๑๖ ปี) คือ กฎที่ตั้งไว้จะเป็นเครื่องกำหนด ความประพฤติทางจริยธรรมของเด็ก ในระยะนี้อาจเรียกได้ว่าเป็นระยะ “กฎและคำสั่ง” (Law and order) ซึ่งเน้นถึงการเป็นประชาชนที่ดี เคารพผู้มีอำนาจ ถ้าบุคคลไม่ผ่านระยะนี้จะกลายเป็นอันธพาลได้ ซึ่งสามเณรก็อยู่ในช่วงวัยนี้เช่นเดียวกัน^{๕๖}

จากการศึกษาพัฒนาการในช่วงวัยรุ่น สรุปความได้ว่า แบ่งระยะของวัยรุ่นเป็น ๓ ระยะ คือ วัยเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น (Puberty) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๑ -๑๓ ปี และเด็กชายจะมีอายุ ระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๕-๑๗ ปี วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๗-๒๐ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๘ - ๒๑ ปี ซึ่งแต่ละช่วงของวัยรุ่นจะมีการพัฒนาการแตกต่างกันของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงในด้านต่าง ๆ คือ พัฒนาการทางอารมณ์ พัฒนาการด้านสังคม พัฒนาการทางความคิดและสติปัญญา พัฒนาการทางจริยธรรมและพัฒนาการทางร่างกาย

^{๕๖} พระสรพงษ์ สอนทวี, “สภาพแวดล้อมทางบ้าน วัด โรงเรียนและลักษณะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของสามเณรในกลุ่มโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”, **ปริญญาวิทยาสตมทาบัณฑิตสาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓.

๒.๑.๕ ความรู้เกี่ยวกับการบรรพชาของสามเณร

๒.๑.๕.๑ ความหมายของคำว่า “สามเณร”

ความหมายของคำว่า “สามเณร” พระราชวรมุนี ได้ให้ความหมายของสามเณรว่า “คือเหล่ากอของสมณะเป็น บรรพชิตในพระพุทธศาสนาผู้ยังมีได้อุปสมบท เพียงแต่รับบรรพชาด้วย ไตรสรณคมน์ ถือสิกขาบท ๑๐ และกิจวัตรบางอย่างตามปกติ มีอายุไม่ครบ ๒๐ ปีบริบูรณ์”^{๕๗}

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า สามเณร คือ ผู้ดำรงเพศอย่าง ภิกษุ แต่สมทานศีล ๑๐ เรียกสั้น ๆ ว่า เณร^{๕๘}

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้ให้ความหมายของการ บรรพชาไว้ว่า คำว่า บรรพชา มีความหมายหลายนัย กล่าวคือ หมายเอาการบวชทั่วไปรวมทั้ง อุปสมบท ด้วย หรือหมายเอาเฉพาะการบวชเป็นบุรุษประโยคแห่งอุปสมบทรวมทั้งการบวชลาพังเป็น สามเณร โดยพระพุทธองค์ ทรงพระอนุญาตให้พระสาวกบวชกุลบุตรด้วยไตรสรณคมน์ ทั้งบรรพชา และ อุปสมบท ต่อมาในภายหลังได้ทรงยกเลิกการให้อุปสมบทด้วยไตรสรณคมน์ แต่ยังคงไว้ซึ่งการ บรรพชาด้วยไตรสรณคมน์^{๕๙} การบรรพชาก็คือ การละด้วยการงดเว้นจากสิ่งที่เป็นโทษต่ออกุศล คำว่า บวช ก็มาจากคำว่า บรรพชา หรือ ปพพชช แปลว่า ออกไปจากตระกูล จากบ้าน จากเรือน ออกไปใช้ ชีวิตเพื่อตัดกามและกิเลสทั้งหลาย แต่คำว่า บวชในปัจจุบัน หมายทั้งบวชเป็นพระและบวชเป็น สามเณร ดังนั้น จึงมีข้อบัญญัติ ว่า บวชเป็นพระ เรียกว่า อุปสมบท บวช เป็นสามเณร เรียกว่า บรรพชา^{๖๐}

จากการศึกษาความหมายของคำว่า “สามเณร” สรุปความได้ว่า บุรุษเพศ ผู้เป็นกุลบุตร เยาวชนหรือวัยรุ่นที่มีอายุยังไม่ครบ ๒๐ ปีบริบูรณ์ ได้รับการบรรพชาเป็นสามเณรในพระพุทธศาสนา โดยได้รับความยินยอมจากบิดาและมารดาให้บรรพชาเป็นสามเณร โดยผ่านกระบวนการพิธีกรรมทาง พระพุทธศาสนา เพื่อเป็นเหล่ากอของพระพุทธศาสนาในการสืบทอดอายุสืบไป

๒.๑.๕.๒ กำเนิดของสามเณร

กำเนิดของสามเณร หลังจากพระพุทธเจ้าตรัสรู้ และได้ออกเสด็จจาริกแสดงธรรม โปรดบุคคลต่าง ๆ ได้สาวกเป็น ผู้ติดตามเป็นจำนวนมาก พระเจ้าสุทโธทนะ พระราชบิดาของ พระองค์เมื่อทรงทราบข่าวว่า พระพุทธองค์ได้ตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว และเสด็จมา ประทับอยู่ ณ เวฬุวันมหาวิหาร จึงทรงจัดส่งคณะทูตไปกราบทูลเชิญให้เสด็จกลับมาโปรดพระประยูร ญาติที่กรุงกบิลพัสดุ์ ทรงพยายาม อยู่ ๙ ครั้ง แต่ไม่สำเร็จ ในครั้งที่ ๑๐ ทรงส่งกาฬทายีอำมาตย์ไป พร้อมบริวาร ซึ่งทั้งหมดได้ออกบวช เป็นพระภิกษุเหมือนกับคณะทูตอื่นที่แล้วมา แต่ในที่สุดก็กราบ

^{๕๗} พระราชวรมุนี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), การคณะสงฆ์กับพ.ร.บ.การศึกษาแห่งชาติ, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๓๓๓.

^{๕๘} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คพับลิเคชันส์จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๑๗๗.

^{๕๙} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, วินัยมุขเล่ม ๑ (หลักสูตรนักธรรมชั้นตรี), พิมพ์ครั้งที่ ๓๙, (กรุงเทพมหานคร: มหามงกุฎวิทยาลัยพุทธศาสนา (เถรราวาท), ๒๕๔๒), หน้า ๘๖.

^{๖๐} กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา, คู่มือการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม - บาลี, (กรุงเทพมหานคร: การศาสนา, ๒๕๓๐), หน้า ๑.

ทูลเชิญเสด็จกรุงกบิลพัสดุ์ได้สำเร็จในขณะที่ประทับอยู่ ณ กรุงกบิลพัสดุ์ ขณะที่พระพุทธรองค์เสด็จรับ บิณฑบาตที่พระราชานิเวศน์ พระนางยโสธรา ได้มีพระราชเสาวนีย์แก่ราหุลราชกุมารว่า “พระสมณะนั้นเป็นพระราชบิดาของเจ้า เจ้าจงไปทูลขอทรัพย์มรดกจากพระองค์” พระราชกุมารจึงเข้าเฝ้าพระพุทธรองค์แล้วกราบทูลด้วยความรักใน พระบิดาว่า “ข้าแต่พระสมณะ พระฉายาของพระองค์เป็นสุข” แต่ยังมีทันได้กราบทูลขอพระราชทรัพย์ พระพุทธรองค์ก็เสด็จกลับเสียก่อน พระราชกุมารจึงตามเสด็จไปเบื้องหลัง พลากรบาททูลว่า “ข้าแต่พระสมณะ ขอได้โปรดพระราชทานพระราชทรัพย์มรดกแก่หม่อมฉันด้วยเถิด” พระพุทธรองค์ทรงเห็นว่าโลกิยะทรัพย์เป็นไปเพื่อทุกข์ในวัฏฏะ คือการเวียนว่ายตายเกิดด้วยอำนาจกิเลสกรรมและวิบากแต่อริยทรัพย์ประเสริฐกว่า เมื่อพระองค์เสด็จถึงที่ประทับคือ นิโครธาราม จึงรับสั่งให้พระสารี บุตรเถระ พระอัครสาวกเบื้องซ้ายบวชราหุลราชกุมารเป็นสามเณร โดยมีพระบรมพุทธานุญาตว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตการบวชกุลบุตรเป็นสามเณรด้วยไตรสรณคมนี”^{๖๑} การบรรพชาเป็นสามเณรของราหุลราชกุมาร เป็นสาเหตุให้พระเจ้าสุทโธทนะทรงเสียพระทัยเป็นอย่างมากเพราะความหวังสุดท้ายที่จะมีผู้สืบราชสันตติวงศ์ได้สิ้นสุดลงแล้ว

เนื่องจากนั้นทราชมุข ซึ่งเคยเป็นความหวังในการสืบราชสันตติวงศ์ต่อจากพระองค์ก็ได้ ออกบวชไปก่อนหน้านั้นแล้ว ๔ วัน ดังนั้น ในวันหนึ่ง จึงได้ทูลขอพรจากพระพุทธรเจ้าว่า “หม่อมฉันขอประทานพระวโรกาส ขอพระคุณเจ้าทั้งหลายไม่พึงบวชบุตรที่มารดาบิดายังไม่อนุญาต พระพุทธรเจ้าข้า” พระพุทธรเจ้าก็ทรงประทานพรนั้นและทรงรับสั่งให้ปรับอาบัติทุกกฎแก่ภิกษุที่ล่วงละเมิด รุ่งขึ้นได้เสด็จไปเสวยพระกระยาหารที่พระราชานิเวศน์ ทรงแสดงมหาธรรมปาสดกโปรดพระบิดาให้นาคามีผล จากนั้นจึงเสด็จเที่ยวจาริกไปโดยลำดับ^{๖๒} ผลจากการบรรพชาเป็นสามเณรรูปแรกในพระพุทธศาสนาของราหุลราชกุมาร เป็นเหตุก่อให้เกิด กฎเกณฑ์ประการหนึ่งในการรับกุลบุตรเข้าบวชในพระพุทธศาสนา คือ กุลบุตรนั้นต้องได้รับการ อนุญาตจากบิดามารดาเสียก่อน หรือหากบิดามารดาเสียชีวิตแล้ว ต้องได้รับอนุญาตจากญาติพี่น้อง เสียก่อน โดยมีพุทธานุญาตให้ยึดถือปฏิบัติกันสืบมาจนถึงทุกวันนี้

จากการศึกษากำเนิดของสามเณร สรุปความได้ว่า เป็นพระมหากรุณาธิคุณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่พระพุทธรองค์โปรดโอกาสให้กับกุลบุตรทั้งหลายได้รับการบรรพชาเป็นสามเณรในพระพุทธศาสนา โดยมีพระบรมพุทธานุญาตว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตการบวชกุลบุตรเป็นสามเณรด้วยไตรสรณคมนี”

๒.๑.๕.๓ วัตรปฏิบัติของสามเณร

ชัปนะ ปันเงิน ได้ให้รายละเอียดเกี่ยวกับวัตรปฏิบัติของสามเณรว่า สามเณรในพระพุทธ ศาสนามีหลักที่ต้องเชื่อฟังและปฏิบัติตาม ๓ ประการ คือ พระวินัย กฎหมายบ้านเมือง

^{๖๑} กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา, คู่มือการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม - บาลี, (กรุงเทพมหานคร: การศาสนา, ๒๕๓๐), หน้า ๑๗๗-๑๗๘.

^{๖๒} กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา, คู่มือการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม - บาลี, (กรุงเทพมหานคร: การศาสนา, ๒๕๓๐), หน้า ๑๐๘.

และ จาริต ส่วนจาริตนั้น พระภิกษุสามเณรต้องปฏิบัติตนตามจาริตที่เนื่องกับพระวินัย เช่นธรรมเนียม ในการห่มผ้า การออกเสียงสวดกรรมวาจา การรับผ้ากฐิน เป็นต้น^{๖๓}

อเนก ขำทอง และปัญญา สละทองตรง กล่าวว่า วัตรปฏิบัติของสามเณรคือ บทบัญญัติข้อห้าม และศีลของสมเพศ สามเณรต้องถือศีล ๑๐ ข้อ อันได้แก่ เว้นจากการฆ่าสัตว์ทั้ง มนุษย์และเดรัจฉาน เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นจากการเสพเมถุน เว้นจากการพูดเท็จ เว้นจากการดื่ม สุราและเมรัย เว้นจากการบริโภคอาหารในเวลาวิกาล (หลังเที่ยงวันไปแล้ว) เว้นจากการฟ้อนรำขับ ร้องและการบรรเลง ตลอดถึงการดูการฟั่งสิ่งเหล่านั้น เว้นจากการตัดทรงตกแต่งประดับร่างกาย การใช้ดอกไม้ของหอมเครื่องประเทืองผิวต่าง ๆ เว้นจากการนอนที่นอนสูงใหญ่และยัดหนุนสำลีอันมี ปลายวิจิตร (เว้นจากการนั่งนอนเหนือเตียงตั้งที่มีเท้าสูงเกินประมาณ) เว้นจากการรับเงินทอง^{๖๔}

จากการศึกษาวัตรปฏิบัติของสามเณร สรุปความได้ว่า วัตรปฏิบัติของสามเณรคือ บทบัญญัติข้อห้าม และศีลของสมเพศ สามเณรต้องถือศีล ๑๐ ข้อ โดยสามเณรในพระพุทธศาสนามี หลักที่ต้องเชื่อฟังและปฏิบัติตาม ๓ ประการ คือ พระวินัย กฎหมายบ้านเมือง และจาริต เพื่อความดี งาม ความเจริญในชีวิตของสามเณร

จากการศึกษาความรู้เกี่ยวกับการบรรพชาของสามเณร สรุปความได้ว่า องค์ความรู้ ประกอบด้วย ความหมายของคำว่าสามเณร การกำเนิดสามเณร และวัตรปฏิบัติของสามเณร ซึ่งสามเณรเป็นบทบาทสำคัญอีกประการหนึ่งของพระพุทธศาสนา ที่จะขับเคลื่อนพระพุทธศาสนาให้คง ความเจริญรุ่งเรืองของพระพุทธศาสนาอยู่อีกนานตราบเท่านั้น

๒.๑.๖ บริบทของโรงเรียนพระปริยัติธรรม

โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา เป็น โรงเรียนที่ก่อตั้งขึ้น โดยความร่วมมือ ระหว่างคณะสงฆ์กับทางรัฐบาล เพื่อให้การศึกษาแก่เยาวชน โดยเฉพาะเยาวชนที่อยู่ตามต่างจังหวัด ให้ได้รับการศึกษาที่สูงขึ้น โดยนักเรียนทั้งหมดจะต้องบวชเป็นพระภิกษุสามเณรเท่านั้น มี จุดมุ่งหมาย เพื่อเสริมการศึกษาปริยัติธรรม เพื่อให้พระภิกษุสามเณรมีการศึกษาทั่วไปเท่าเทียมกับ การศึกษา สามัญระดับเดียวกัน และเพื่อให้การศึกษาทั่วไปเหมาะสมกับสภาพของสังคมปัจจุบัน ทั้งนี้ เนื่องมาจากพระดำริของสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช^{๖๕} มีความว่า สัทธรรม ๓ ประการนั้น คือ ปริยัติธรรม ปฏิบัติธรรม และปฏิเวธธรรม เป็นหลักการศึกษาที่สำคัญยิ่งใน พระพุทธศาสนา พระปริยัติธรรมเป็นปัจจัยเกื้อกูลแก่พระปฏิบัติธรรม พระปฏิบัติธรรมเป็นปัจจัย เกื้อกูลแก่พระปฏิเวธธรรม พระปริยัติธรรมเป็นพื้นฐานการศึกษาที่จะทำให้เกิด พระปฏิบัติธรรมและ พระปฏิเวธธรรม การศึกษาพระปริยัติธรรมของพระภิกษุสามเณรในประเทศไทย แบ่งเป็น ๒ แผนก มีแผนกธรรมและแผนกบาลี สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้ทรงวางหลักสูตร การศึกษาแผนกธรรมให้มีการเรียนและสอบเป็น ๓ ชั้น และได้ทรงแก้ไขปรับปรุงการศึกษาแผนกบาลี

^{๖๓} ชัชปะ ปันเงิน, ลักษณะเด่นและวิวัฒนาการของวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนาในล้านนา, (เชียงใหม่: สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕.

^{๖๔} อเนก ขำทอง, ปัญญา สละทองตรง, ธรรมศึกษาชั้นตรี ฉบับปรับปรุงใหม่ที่ประกาศใช้ ปัจจุบัน, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม กระทรวงวัฒนธรรม, ๒๕๕๐), หน้า ๒๐.

^{๖๕} จวน อุฏฐายีมหาเถร, อนุสรณ์งานศพสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิ โครงการตำราสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์, ๒๕๔๔), หน้า ๒๒.

การศึกษาทั้ง ๒ แผนกนี้ได้ดำเนินด้วยดีตลอดมาจนถึงปัจจุบันนี้ ปรากฏว่ามีผู้ศึกษาเล่าเรียนเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับแต่ปัจจุบันนี้ การศึกษาทางโลก เจริญก้าวหน้ามากขึ้น ตามความเปลี่ยนแปลงของโลก การศึกษาทางพระปริยัติธรรม ก็จำเป็นต้องอนุวัตไปตามความเปลี่ยนแปลงของโลกบ้าง จึงเห็นสมควรที่จะมีหลักสูตรในการเรียนพระปริยัติธรรมเพิ่มขึ้นอีกแผนกหนึ่ง คือหลักสูตรพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษา ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ศึกษาได้มีโอกาสบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ได้ทั้งทางโลกและทางธรรมควบคู่กันไป^{๖๖} การศึกษาพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา เป็นการศึกษารูปแบบหนึ่งของการศึกษาคณะสงฆ์ เป็นการศึกษาที่ฝ่ายราชาอาณาจักรกำหนดให้มีขึ้นตามความประสงค์ของคณะสงฆ์ โดยกรมการ ศาสนาร่วมกับกรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องได้พิจารณาถึงความเห็นร่วมกันว่า ควรจัดตั้งโรงเรียนขึ้นประเภทหนึ่ง เพื่อสนองความต้องการของพระภิกษุสามเณรโดยจัดให้มีการเรียนทั้งวิชาทางธรรม และวิชาสามัญควบคู่กันไปเพราะทางคณะสงฆ์ยังพิจารณาเห็นความจำเป็นให้พระภิกษุสามเณรมี การศึกษาทางโลกด้วย เพื่อให้การศึกษาทั่วไปเหมาะสมกับสภาพของสังคมปัจจุบันโดยไม่มี การสอบสมทบเช่นแต่ก่อน แต่ให้กระทรวงศึกษาธิการดำเนินการสอบเอง กระทรวงศึกษาธิการจึงได้ ประกาศใช้ระเบียบกระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วยโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาขึ้นเมื่อวันที่ ๒๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๔ โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จึงเป็นโรงเรียนที่ตั้งขึ้น เพื่อให้การศึกษาแก่พระภิกษุสามเณรทั่วไป ตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ^{๖๗} โดยใช้หลักสูตร การศึกษาขั้นพื้นฐานของกระทรวงศึกษาธิการซึ่งมี ๘ กลุ่มสาระได้แก่ ภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สุขศึกษาและพลศึกษา ศิลปะ การงานพื้นฐานและ เทคโนโลยี และภาษาต่างประเทศ

จากการศึกษาบริบทของโรงเรียนพระปริยัติธรรม สรุปความได้ว่า เป็นความร่วมมือระหว่างฝ่ายศาสนจักรกับอาณาจักร เป็นการเปิดโอกาสให้กับพระภิกษุสามเณรได้ศึกษาเล่าเรียนใน ศาสตร์ของระดับการศึกษาของเกณฑ์การศึกษาขั้นพื้นฐานของอาณาจักรควบคู่กับการศึกษาใน ศาสนจักร โดยมีหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานของกระทรวงศึกษาธิการเป็นแม่บทและบูรณาการกับ หลักสูตรของพระพุทธศาสนาเป็นแม่บทในการศึกษาเล่าเรียนของพระภิกษุสามเณร

๒.๑.๖.๑ ประวัติความเป็นมาวัดโกเมศรัตนาราม

คุณโยมดวงรัตน์โกเมศ เป็นผู้ดำริที่จะสร้างวัดขึ้นที่บริเวณหมู่ ๔ ตำบลเชียงรากน้อย อำเภอสสามโคก จังหวัดปทุมธานี โดยได้กราบเรียนปรึกษากับเจ้าพระคุณสมเด็จพระวันรัต (จับ ฐิตธมฺมเถร) เจ้าอาวาสวัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพมหานคร เจ้าพระคุณสมเด็จพระวันรัต จึงมอบหมายให้พระธรรมเมธาจารย์ (อิม อรินทโม) คณะ๒ วัดโสมนัสวิหาร เป็นผู้ควบคุมดูแลการ สร้างวัดฝ่ายสงฆ์ เจ้าพระคุณพระธรรมเมธาจารย์ได้ทำการสำรวจตรวจสอบสถานที่ที่จะสร้างวัด เมื่อวันที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๒๗ ซึ่งเนื้อที่ทั้งหมดเป็นของคุณดวงรัตน์ โกเมศ จำนวน ๔๒ ไร่เศษ สมัยนั้นยังเป็น สถานที่ซึ่งตั้งอยู่กลางทุ่งนา ยังไม่มีทางเข้า-ออก จึงได้ทำการติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของถิ่นทั้งกำนันและ ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ ๔ และชาวบ้านในละแวกนั้น เพื่อขอที่ดินบางส่วนทำถนนเข้าวัด ซึ่งได้รับความร่วมมือ

^{๖๖} กรมการศาสนา, คู่มือการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม - บาลี, (กรุงเทพมหานคร: การศาสนา, ๒๕๕๑), หน้า ๗๕.

^{๖๗} พระราชวรรมณี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), การคณะสงฆ์กับพ.ร.บ.การศึกษาแห่งชาติ, หน้า ๗-๘.

อย่างดี ได้ทำถนนเลียบริมคลองเปรมประชาเข้าไป ถนนกว้าง ๘ เมตร ยาว ๑,๓๐๐ เมตร เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๘ ใช้เวลา ๘ เดือน (ปัจจุบันเป็นด้านหลังของวัดทางทิศตะวันออก)

เจ้าพระคุณพระธรรมเมธาจารย์ ได้กำหนดการวางศิลาฤกษ์ในวันที่ ๒๗ มีนาคม ๒๕๒๙ เวลา ๑๒.๓๐ น. โดยมีสมเด็จพระวันรัต (จิปฺฐิตมฺมเถร) เป็นประธานในพิธี เพื่อสร้างเป็นวัด และโรงเรียนพระปริยัติธรรมสำหรับให้เป็นที่ศึกษาศิลปวิทยาการทั้งทางโลกและทางธรรมของ พระภิกษุสามเณร

จากสถานที่ที่เป็นทุ่งกว้างและว่างเปล่านั้น พระธรรมเมธาจารย์ได้มอบให้คุณสนาน เทพณรงค์ เป็นผู้ควบคุมการก่อสร้างสิ่งต่าง ๆ ภายในบริเวณวัด โดยในขั้นต้นได้สร้างเพิงพักชั่วคราว เพื่อต้อนรับคณะคุณโยมดวงรัตน์ และญาติ ตลอดจนศิษย์คณะ ๒ วัดโสมนัสวิหาร ร่วมกันนำ ภัตตาหารมาจัดเลี้ยงถวายแด่พระภิกษุสามเณร และในวันเดียวกันนั้นก็ได้ร่วมกันปลูกต้นชมพูพันธุ์ทิพ และต้นไม้อื่น ๆ ที่คั่นคูรอบบริเวณของวัด เป็นที่โดดเด่น

วันที่ ๑๖ เมษายน ๒๕๒๙ ได้เริ่มก่อสร้างหอสวดมนต์ โดยได้ตั้งชื่อว่า ศาลาสวาสดี โกเมศ เพื่อเป็นที่ระลึกและตามความประสงค์ของเจ้าภาพผู้สร้างถวาย ศาลาสวาสดีโกเมศ เป็นอาคาร ๒ ชั้น มีกุฏิ ๕ หลังทรงไทยคล้ายคุ่มขุนแผน ขนาดกว้าง ๒๘ เมตร ยาว ๒๙ เมตร ชั้นบนหอกกลางใช้สำหรับสวดมนต์ไหว้พระและทำสังฆกรรม ชั้นล่างใช้เป็นห้องเรียนชั่วคราวของพระภิกษุสามเณร นักเรียน

เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๓ ทางวัดโกเมศรัตนาราม ได้เปิดการเรียนการสอน ระดับอุดมศึกษา (ปริญญาตรี) สาขารัฐศาสตร์การปกครองขึ้น โดยรับทั้งภิกษุสามเณรและประชาชนทั่วไปเข้ามศึกษา ปัจจุบันมีนักศึกษา ๘๐ รูป/คน^{๖๘}

คำจารึกในการสร้างวัด และโบสถ์วัดโกเมศรัตนาราม

หากเข้ามาที่ใน วัดโกเมศรัตนาราม นี้แล้ว ต้องหาโอกาสไปอ่านคำจารึกที่ติดอยู่ ตรงหน้าโบสถ์วัดโกเมศรัตนาราม ให้ได้ ท่านก็จะทราบข้อมูลเพิ่มเติมว่ามีท่านผู้ใดบ้างที่มีบทบาทและมีส่วนร่วมในการก่อสร้าง วัดโกเมศรัตนาราม และก็จะได้ทราบวัตถุประสงค์และคำอุทิศของท่านในการก่อสร้างวัดโกเมศรัตนาราม ในคราวนี้ด้วยข้อความที่จารึกไว้ที่ตรงหน้าโบสถ์ว่าดังนี้

“พระอุโบสถนี้ได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมาจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระปรเมนทรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชรัชกาลที่ ๙ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่ม ๑๑๒ ตอนที่ ๑๐ ง ลงวันที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๘ ชื่อว่า “วัดโกเมศรัตนาราม” สมเด็จพระวันรัต(จิป) ทรงทำพิธีวางศิลาฤกษ์ เมื่อวันที่ ๒๗ มีนาคม ๒๕๒๙ พระราชดิลก (อิม) เป็นแม่กองอำนวยการสร้าง นางดวงรัตน์ โกเมศ เป็นผู้ถวายที่ดินและออกทุนทรัพย์ในการก่อสร้างส่วนใหญ่

คำอุทิศ

ข้าพเจ้านางดวงรัตน์ โกเมศ ขอน้อมอุทิศถวายโบสถ์และพระอาราม “โกเมศรัตนาราม” แห่งนี้เป็นพุทธบูชาเพื่อเป็นแหล่งความรู้-ศีลธรรม-จริยธรรม-และที่พึ่งทางใจของชนชั้นทั้งปวง ขอให้ผลบุญนี้จงเป็นปัจจัยให้ข้าพเจ้า ได้พบพระพุทธศาสนาไปทุกชาติ-เทอญฯ”

^{๖๘} วัดโกเมศรัตนาราม, ประวัติความเป็นมาวัดโกเมศรัตนาราม, [ออนไลน์], สืบค้นจาก: http://mbu-watkometrattanam.blogspot.com/2012/09/blog-post_21.html, [๒๖ ธันวาคม ๒๕๖๑].

ผู้สร้างวัดโกเมศรัตนารามคือนางดวงรัตน์ โกเมศ

นางดวงรัตน์ โกเมศ เป็นผู้บริจาคที่ดินและทุนทรัพย์ส่วนใหญ่ในการก่อสร้างวัดโกเมศรัตนาราม ชื่อของวัดโกเมศรัตนาราม ก็เป็นการตั้งโดยนำเอาชื่อและนามสกุลของผู้สร้างมาตั้ง กล่าวคือ โกเมศ+รัตน+อาราม มาสมาสและสนธิกัน สำเร็จรูปเป็น โกเมศรัตนาราม แปลได้ว่า อารามของนางดวงรัตน์ โกเมศ ช่วงเป็นการตั้งชื่อที่มีความถูกต้องตามหลักของอักษรศาสตร์ดีเยี่ยมอะไรอย่างนี้ คำว่า โกเมศ แปลว่า ดอกบัว คำว่า รัตนะ แปลว่า แก้วมณี เพราะฉะนั้น ตราของ วัดโกเมศรัตนาราม จึงเป็น ตราแก้วมณีทอแสงอยู่เหนือดอกบัว ตราแก้วมณีทอแสงอยู่เหนือดอกบัว ปรากฏให้เห็นอย่างเด่นชัดที่หน้าบันพระอุโบสถหรือโบสถ์ของ วัดโกเมศรัตนาราม

หากท่านขยันเดินชมตามอาคารต่าง ๆ ของวัดโกเมศรัตนาราม นางดวงรัตน์ โกเมศ ท่านจะจารึกคำอุทิศให้แก่บิดามารดาของท่าน คือ นายเล็ก โกเมศ และนางสาวสดี โกเมศ

เป็นที่น่าสังเกตว่า จะมีสัญลักษณ์เป็นรูปดอกบัวติดอยู่ที่กำแพงแก้วของโบสถ์วัดโกเมศรัตนาราม ทั้งสี่ด้าน แม้แต่ทางเข้าโบสถ์ก็มีกระถางปลูกดอกบัว ที่เสาไฟก็เป็นรูปดอกบัว และในสระน้ำที่หน้าวัดก็ปลูกดอกบัวงามเต็มทั้งสระและที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งที่สอดประสานไปด้วยก็คือ วัดโกเมศรัตนาราม ตั้งอยู่ที่ตำบลเชียงรากน้อย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี ซึ่งคำว่าปทุมธานี ก็แปลว่า เมืองดอกบัว เสียด้วยสิครับท่าน

อาคารนอนของสามเณรวัดโกเมศรัตนาราม

อาคารนอนของสามเณรของฝ่ายปริยัติธรรมซึ่งสามเณรเหล่านี้ต่างหลั่งไหลกันมาจากทั่วทุกสารทิศ ทั่วทุกภาคของเมืองไทยเพื่อศึกษาเล่าเรียนนักธรรม-บาลี-มัธยมสายสามัญ ม.๑-ม.๖ ได้อาศัยที่นี่เป็นที่จำวัดพักผ่อนหลับนอนอาคารแห่งนี้ตามชาวบ้านบอกว่ามีหลายห้องสามารถรองรับสามเณรได้นับร้อยรูป

หอรขังวัดโกเมศรัตนาราม

หอรขังวัดโกเมศรัตนารามสร้างอยู่กลางสระน้ำเป็นอาคารคอนกรีตเสริมเหล็กมีสะพานซีเมนต์เชื่อมเข้าหาฝั่งทั้ง ๔ ทิศ

โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดโกเมศรัตนาราม

เป็นสถานศึกษาเล่าเรียนของสามเณร ซึ่งปัจจุบันมีจำนวนประมาณ ๙๐ รูป โดยมาจากทั่วทุกภาคของประเทศไทย ภาคที่มากันมากที่สุดเกิน ๗๐ เปอร์เซนต์คือภาคตะวันออกเฉียงเหนือ รองลงมาคือจากภาคเหนือ ภาคใต้ ภาคตะวันออก ภาคตะวันตก และที่น้อยที่สุดคือภาคกลาง

ได้จัดการศึกษาแก่สามเณรเหล่านี้ ทั้งฝ่ายนักธรรม-บาลี (น.ธ.ตรี-น.ธ.เอก, เปรียญ ๑-๒ และ ๓) และสายสามัญตั้งแต่ ม.๑-ม.๖

ดูเถิดท่านสาธุชนทั้งหลาย! มันช่างเป็นเรื่องที่สัมฤทธิ์ผลเป็นไปตามคำอุทิศถวายพระอารามวัดโกเมศรัตนาราม ของคุณดวงรัตน์ โกเมศ เสียจริง ๆ^{๒๙}

^{๒๙}วัดโกเมศรัตนาราม, วัดโกเมศรัตนาราม, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://administrative-office-of-watkomet.blogspot.com/>, [๒๖ ธันวาคม ๒๕๖๑].

วิสัยทัศน์

ภายในปีการศึกษา ๒๕๕๖ – ๒๕๕๘ โรงเรียนวัดโกเมศรัตนาราม แผนกสามัญศึกษา จะต้องมีความพร้อมด้านอาคารเรียน สถานที่ ที่มีบรรยากาศเหมาะสมแก่การเรียนการสอน และสิ่งแวดล้อมที่ดีบริเวณภายในวัดและโรงเรียน มีห้องสมุดที่ทันสมัย มีเทคโนโลยี มีวัสดุอุปกรณ์ สื่อสารการเรียนการสอนเพียงพอ และพร้อมสำหรับการใช้งานตลอดเวลา

พันธกิจ

โรงเรียนวัดโกเมศรัตนาราม แผนกสามัญศึกษา มุ่งหวังที่จะสร้างบุคลากรและศาสนทายาทให้มีความรู้ ความสามารถ ความชำนาญในวิชาการทางโลก และทางธรรม โดยมีหลักธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพื้นฐานสำคัญ เพื่อเป็นกำลังในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา สามารถเอื้อประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป

เป้าประสงค์

โรงเรียนวัดโกเมศรัตนาราม แผนกสามัญศึกษา มีเป้าประสงค์ ๘ ประการ คือ

๑. สร้างศาสนทายาทที่มีคุณภาพด้านวิชาการทั้งทางโลกและทางธรรม น้อมนำคุณธรรมสู่สังคม

๒. บุคลากรที่มีความรู้ความสามารถที่เพียงพอต่อการปฏิบัติภารกิจจัดการเรียนการสอน

๓. เป็นโรงเรียนที่มีแหล่งเรียนรู้ และการบริการสังคม

๔. ผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการที่ได้มาตรฐานและมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์

๕. ทำนุบำรุง เผยแผ่พระพุทธศาสนา

๖. เป็นโรงเรียนคุณภาพมาตรฐานตามมาตรฐานการประกันคุณภาพการศึกษา

๗. ร่วมสร้างสังคมอุดมปัญญา

๘. นำปรัชญาความพอเพียงสู่การปฏิบัติในภารกิจ

ตราสัญลักษณ์โรงเรียน



อักษรย่อ

กร.

คำขวัญโรงเรียน

“บำเพ็ญประโยชน์ มีวินัย ใฝ่คุณธรรม”

ปรัชญาของโรงเรียน

“ปัญญา นารณํ รตน์” ปัญญาเป็นรัตนะของนรชน

อัตลักษณ์ของโรงเรียน

“คนดีมีปัญญา”

เอกลักษณ์ของโรงเรียน

“สร้างคนดี มีความรู้ ควบคู่คุณธรรม”

ต้นไม้ประจำโรงเรียน

“ต้นแก้ว”

สีประจำโรงเรียน

“สีขาว” หมายถึง ความบริสุทธิ์ อันได้แก่ ความบริสุทธิ์แห่งศีล ความบริสุทธิ์แห่งภavana ความบริสุทธิ์แห่งปัญญา และความบริสุทธิ์แห่งพุทธธรรม

อุดมการณ์ของโรงเรียน

สร้างคนดี มีความรู้ ควบคู่ความสามารถ เป็นปราชญ์ทั้งทางโลกและทางธรรม
สร้างสรรค์สังคม ดำรงไว้ซึ่งวัฒนธรรม

ผู้บริหารโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม

พระเดชพระคุณพระธรรมเมธาจารย์	ประธานอุปถัมภ์
พระครูวินัยธรเทียนชัย ชยทีโป	ผู้จัดการ
พระครูวินัยธรศิลปิน สิบปสมปนโน	ผู้อำนวยการ

๒.๑.๖.๒ ประวัติความเป็นมาวัดปัญญานันทาราม

วัดปัญญานันทาราม ตั้งอยู่ที่ ตำบลคลองหก อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี เป็นวัดที่มีชื่อเสียงและเป็นที่รู้จักว่าเป็นวัดที่พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อบุญญานันทิกขุ) เป็นผู้ก่อตั้งและสร้างขึ้น โดยมุ่งหวังให้เป็นมรดกธรรม ทั้งนี้พระเดชพระคุณหลวงพ่อบุญญานันทิกขุ และวางวิสัยทัศน์วัดปัญญานันทารามไว้ว่า “สร้างพระ สร้างคน สร้างเยาวชนของชาติ สร้างศาสนทายาทให้มีชีวิตอยู่ในโลกอย่างถูกต้อง ให้มีชีวิตเรียบร้อยตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เพื่อไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจวัตถุนิยมมากเกินไป

ความสำคัญทางประวัติศาสตร์

วัดปัญญานันทาราม เป็นวัดที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เคยเสด็จพระราชดำเนินมา ๒ ครั้ง

ครั้งแรก เมื่อวันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๘ ทรงวางศิลาฤกษ์สร้างวัดปัญญานันทาราม และทรงปลูกต้นสาละเพื่อเป็นอนุสรณ์ ณ สวนสาละ และพระราชทานนามว่า “สวนสาละสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา

ครั้งที่ ๒ เสด็จพระราชดำเนินมาทรงเป็นประธานเปิด อาคารเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ และทรงประกอบพิธีเททองหล่อพระประธานประจำอุโบสถวัดปัญญานันทาราม เป็นพระพุทธรูปปางมารวิชัย ขนาดหน้าตักกว้าง ๗๒ นิ้ว เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เนื่องในวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษาครบ ๗๒ พระชันษา เมื่อวันที่ ๑๕ มิถุนายน ๒๕๔๑ และพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชทินนิตตามาตุเสด็จวัดปัญญานันทาราม เพื่อทรงเป็นองค์ประธานเปิดป้ายวัดวิถิปุทธเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ วัด

๘๐ พรรษา และเข้าวัดปฏิบัติธรรมวันอาทิตย์ และทรงประทานใบประกาศเกียรติคุณ แก่วัดวิถิปุทธ เฉลิมพระเกียรติ ๘๐ วัด เมื่อวันที่พฤษภาคมที่ ๕ มีนาคม ๒๕๕๒

นอกจากนี้ พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภาฯ พระราชนัดดา ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ได้เสด็จร่วมปฏิบัติธรรมตามโครงการพัฒนาข้าราชการฝ่ายอัยการ ร่วมกับพระสหาย ตามหลักสูตร “อัยการผู้ช่วย” รุ่นที่ ๓๙ พ.ศ. ๒๕๔๙ ระหว่างวันที่ ๙-๑๑ ตุลาคม ๒๕๔๙ ซึ่งในหลักสูตรดังกล่าวได้กำหนดให้มีการปฏิบัติธรรม เพื่อให้ทราบหลักธรรมคำสอนใน พระพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ อารมณ์บนพื้นฐานของศีล สมาธิ ปัญญา การเสด็จ ปฏิบัติพระภารกิจเข้ารับการฝึกปฏิบัติธรรมในครั้งนี้ ได้ทรงศึกษารับฟังธรรม ปฏิบัติธรรมและประทับ ค่าย ณ วัดปัญญานันทาราม ตามหลักสูตร “ค่ายคุณธรรม” ตลอดระยะเวลา ๒ คือ ๓ วัน ทรงศีล ๘ และทรงสวมฉลองพระองค์ สีขาว กางเกงสีดำ เช่นเดียวกับพระสหาย และเสด็จเปิดค่ายคุณธรรม เยวชนพุทธบุตร บ้านกาญจนาภิเษก และยังเสด็จมาทรงงานโครงการกำลังใจในพระตำริ หลายครั้ง

ความเป็นมาวัดปัญญานันทาราม

วัดปัญญานันทาราม เดิมเป็นที่ดินของ นายพิชิต - นางจำรัส ทองสีม่วง ต่อมาในปี พ.ศ. ๒๕๒๘ ได้ถวายที่ดิน ๖ ไร่ แก่คณะสงฆ์โดยมีพระเฉลิม ปภัสสรโร เป็นผู้รับมอบ และก่อตั้งเป็น “สำนักสงฆ์สนเฒ่า” แต่ต่อมาขาดพระภิกษุดูแลไปช่วงระยะหนึ่ง นางบุญส่ง โพธิจันทร์ จึงได้ ประสานงานและร่วมกันถวายที่ดินและสำนักสงฆ์นี้แด่ พระเทพวิสุทธิเมธี (หลวงพ่อบุญนันทะ) องค์ประธานศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา วัดชลประทานรังสฤษฎ์ (ที่ระลึก ๘๐ ปี ปัญญานันทะ) เมื่อวันที่ ๒๙ ธันวาคม ๒๕๓๕ และได้รับอนุญาตจัดตั้งวัดชื่อ วัดปัญญานันทาราม เมื่อวันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๓๗ และคณะศิษยานุศิษย์โดยศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา ได้ร่วมใจซื้อที่ดินเพิ่มเติม เพื่อสร้างวัดปัญญานันทารามเป็นธรรมสมโภช ๘๔ ปี พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) โดย พระมหาสง่า สุภโร (ปัจจุบัน: พระปัญญานันทมุนี) พระมหามานพ ปญญาวชิโร และพระมหาสมโภช ฐิติญาโณ จากวัดชลประทานรังสฤษฎ์ ร่วมสนองงานก่อสร้างวัด และกิจกรรมงานเผยแผ่ พระศาสนา โดยมุ่งเน้นการศึกษาอบรมปฏิบัติธรรม และเผยแผ่ธรรมะ จนได้รับการยอมรับจาก สถานศึกษา หน่วยงานราชการและ เอกชนหลายแห่ง ส่งบุคลากรเข้ารับการอบรมอย่างต่อเนื่องตลอด ทั้งปี

วัดปัญญานันทารามได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมา เมื่อ ๒ พฤษภาคม ๒๕๔๕ ปัจจุบันมีเนื้อที่ ๔๖ ไร่ ๓ งาน ๒๒ ตารางวา มีพระปัญญานันทมุนี (สง่า สุภโร) เป็นเจ้าอาวาส

วัดปัญญานันทาราม ได้รับการยอมรับว่ามีความโดดเด่นในการใช้กระบวนการ บูรณาการศาสนธรรมเข้าสู่การศึกษาในทุกกระดับ ตั้งแต่โรงเรียนถึงมหาวิทยาลัย เช่น ใช้ศีลธรรมผ่าน การจัดกิจกรรม “ค่ายพุทธบุตร” “ค่ายพุทธธรรม” ด้านประชาชนและข้าราชการซึ่งอยู่ในวัยทำงาน และผ่านการใช้ชีวิตมาพอสมควร จะนำหลักธรรมหรือหัวข้อความรู้ทางพุทธศาสนาทั้งหมดมา บูรณาการเพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต เรียกว่า “ค่ายคุณธรรม” โดยมีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

๑. จัดโรงเรียนเข้าสู่วัดด้วยการอบรมคุณธรรม “ค่ายพุทธบุตร” ระยะเวลา ๒ คืน ๓ วัน

๒. จัดมหาวิทยาลัยเข้าสู่วัดด้วยการอบรมคุณธรรม “ค่ายพุทธธรรม” ระยะเวลา ๒ คืน ๓ วัน

๓. จัดหน่วยงานองค์กรต่าง ๆ เข้าสู่วัดด้วยการอบรมคุณธรรม “ค่ายคุณธรรม” ระยะเวลา ๒ คืน ๓ วัน ถึง ๖ คืน ๗ วัน
๔. จัดการทัศนศึกษาธรรมโดยนำโรงเรียนและองค์กรต่าง ๆ เข้าชมวัดและศึกษาธรรม
๕. การจัดวัดเข้าสู่โรงเรียน ด้วย “พุทธศาสนา ๑ วัน ในโรงเรียน”
๖. จัดมอบทุนการศึกษาแก่พระภิกษุ – สามเณร “สร้างศาสนทายาท” เป็นประจำทุกปี
๗. การจัดวัดให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท ๔ โดยจัดบริเวณวัดให้มีเขตพุทธาวาส (อุโบสถ) และเขตสังฆาวาส (พระภิกษุ แม่ชี อุบาสก อุบาสิกา) อย่างชัดเจน
๘. จัดโรงเรียนพระปริยัติธรรมทั้งแผนกธรรมและบาลี ให้สัมพันธ์กับชีวิตจริงตามหลักศาสนา คือ ปรีชาปฏิบัติ ปฏิเวธ ฝึกแบ่งปันเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ วันพระและวันอาทิตย์ มุ่งพัฒนาตนเองด้วยกระบวนการไตรสิกขา
๙. การจัดสื่อธรรมะต่าง ๆ เผยแพร่ เช่น เทป, ซีดี, จัดพิมพ์หนังสือ ได้แก่ วารสารประจำวัดปัญญานันทาราม “ปัญญาสาส์น”, ปรกาศแห่งปัญญา เล่ม ๑ – ๙, หนังสือธรรมะฝ่าวิกฤต, ธรรมในสวน, พระพุทธศาสนาให้อะไร, หลักธรรมแห่งความสุข ฯลฯ
๑๐. จัดทำชุดฝึกอบรม หลักสูตร การจัดฝึกอบรมคุณธรรม “ค่ายพุทธบุตร ค่ายพุทธธรรม”
๑๑. จัดทำแนวการสอนพุทธศาสนาร่วมสมัยโดยวิธีการสอนแบบสัมมนาเรียกว่า สัมมนาพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรขั้นพื้นฐาน ๒๕๔๔
๑๒. จัดอบรมพระและครูวิทยากรประจำค่ายพุทธบุตร ค่ายพุทธธรรม ตามหลักสูตรการจัดฝึกอบรมคุณธรรม “ค่ายพุทธบุตร ค่ายพุทธธรรม” ของวัดปัญญานันทาราม
๑๓. จัดทำหลักสูตรการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะเฉพาะวิชาชีพ ครูผู้สอนพระพุทธศาสนาในโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
๑๔. จัดอบรมครูผู้สอนพระพุทธศาสนาในโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
๑๕. จัดทำโครงการ Bomb to Bell: สันติสุข สันติภาพในโรงเรียนวิถีพุทธ
๑๖. จัดตั้ง “พุทธอาสา” ทำบุญไม่ผ่านเงิน
๑๗. จัดทำโครงการวัดวิถีพุทธเฉลิมพระเกียรติ และเปิดวัดวันอาทิตย์
๑๘. จัดทำโครงการอุปสมบทหมู่ ประจำเดือน
๑๙. จัดตั้งสถานีวิทยุกระจายเสียงพระพุทธศาสนาวัดปัญญานันทาราม FM. ๙๗.๗๕ Mhz. “คลื่นสีขาวของชาวพุทธ” และทั้งหมดนี้ทำให้วัดปัญญานันทารามได้รับรางวัลและเกียรติคุณ ดังนี้
- ๘ ตุลาคม ๒๕๔๑ ได้รับคัดเลือกเป็นวัดประจำภาคกลาง เพื่อจัดกิจกรรมลานวัด ลานใจ ลานกีฬา จากกรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ
- ๔ พฤษภาคม ๒๕๔๒ ได้รับจัดตั้งเป็น ศูนย์พัฒนาจิต เฉลิมพระเกียรติ กระทรวงศึกษาธิการ ประจำจังหวัดปทุมธานี จากกรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ

๑๕ กรกฎาคม ๒๕๔๒ ได้รับคัดเลือกเป็น อุทยานการศึกษาในวัดประจำปี ๒๕๔๒ จากกรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ

๙ กันยายน ๒๕๔๒ ได้รับเกียรติคุณ เพชรสยาม สาขาศาสนา จากสถาบันราชภัฏ-จันทระเกษม

๒๐ กันยายน ๒๕๔๓ ได้รับรางวัลพระราชทานองค์กรที่ทำคุณประโยชน์ต่อเยาวชน สาขาคุณธรรมและจริยธรรม ประเภทองค์กร เนื่องในวันเยาวชนแห่งชาติ

๒๙ มกราคม ๒๕๔๕ ได้รับคัดเลือกเข้าสู่โครงการนำร่องด้านการจัดกิจกรรมการเผยแผ่ศาสนาธรรมของวัดในพระพุทธศาสนา จากสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ

พ.ศ.๒๕๔๖ ได้รับคัดเลือกเป็นวัดพัฒนาตัวอย่าง ประจำปี ๒๕๔๖ จากสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

พ.ศ.๒๕๔๖ ได้รับโล่เกียรติยศเป็นผู้ทำคุณประโยชน์ให้กับมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ประจำปี๒๕๔๖

พ.ศ.๒๕๔๘ ได้รับโล่เกียรติยศ เป็นวัดส่งเสริมสุขภาพ ของกระทรวงสาธารณสุข

พ.ศ.๒๕๔๙ ได้รับคัดเลือกเป็นวัดพัฒนาตัวอย่างดีเด่น ประจำปี ๒๕๔๙ จากสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

พ.ศ.๒๕๕๑ ได้รับการคัดเลือกเป็น วัดที่มุ่งมั่นจัดการศึกษาและเผยแผ่พระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕๕๑ จาก มูลนิธิศึกษาธิการ

พ.ศ.๒๕๕๒ ได้รับการคัดเลือกเป็น สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดดีเด่น เฉลิมพระเกียรติ ๘๒ พรรษา จาก สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

โรงเรียนพระปริยัติธรรม พระราหุล

พระปัญญานันทมุนี (สง่า สุภโร) เจ้าอาวาสวัดปัญญานันทาราม เปิดเผยว่า ปีการศึกษา ๒๕๕๒ นี้ ทางวัดได้เปิดโรงเรียนพระปริยัติธรรม พระราหุล (แผนกสามัญศึกษา) วัดปัญญานันทาราม เป็นปีการศึกษาแรก เพื่อให้พระภิกษุ สามเณรได้มีโอกาสศึกษา ฝึกฝนและพัฒนาตนให้สูงสุด โดยจะเปิดการเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ และ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ และจะมีพิธีปฐมนิเทศ ในวันจันทร์ที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๒

การที่วัดเข้ามารับหน้าที่จัดการศึกษาสามัญ ถือเป็นการร่วมมือร่วมใจในการพัฒนาคน ตามหลักการที่ว่า “ศาสนาร่วมรัฐ พัฒนาทรัพยากรบุคคลของชาติ”

ปรัชญาโรงเรียนพระราหุล

“อิตตานัง ทมะยันติ ปณฺธิตา: บัณฺฑิตย่อมฝึกตน”

อักษรย่อตราประจำโรงเรียน

ร ว ป ใช้ ศิริประภา หรือ พระเกตุ ๗ ยอด หมายถึง ปัญญา เป็นตราประจำโรงเรียน มีความหมายว่าพัฒนาพุทธบริษัท เข้าถึงพระรัตนตรัย มีพระพุทธเจ้าเป็นผู้นำ มีพระธรรมเป็นแผนที่ มีพระสงฆ์เป็นพี่เลี้ยง พัฒนาผู้เรียน ตามหลัก “ไตรสิกขา” โดยมี “โพชฌงค์” เป็นแกนนำ

คณาจารย์โรงเรียนพระราหุล

พระมหาสมพงษ์ กนตธมโม พระอาจารย์ใหญ่โรงเรียนพระราหุล ได้กล่าวเสริมว่า ทางโรงเรียนเปิดรับสมัครพระภิกษุสามเณร ที่มีความพร้อมเข้ามาศึกษาและปฏิบัติที่วัดปัญญานันทาราม และต้องศึกษาทั้งสายบาลี สามัญ และนันทกรรม โดยมีตารางสอนดังนี้

จันทร์ – พุธ เข้าเรียนนันทกรรม บ่ายเรียนบาลี – แนะแนว – พื้นฐานอาชีพร่ำ – บำเพ็ญประโยชน์ หลังทำวัตรเย็นเรียน-ทบทวนบาลี

วันพฤหัสบดี – เสาร์ เข้า-บ่าย เรียนสายสามัญ หลังทำวัตรเย็นเรียน-ทบทวนบาลี

ส่วนวันอาทิตย์เช้า ร่วมกิจกรรมวัดวิถีพุทธ บ่ายมีการเรียนตามปกติ

อาจารย์ผู้สอนจะมีทั้งพระภิกษุ และฆราวาสเป็นอาจารย์ประจำ โดยใช้หลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อจบแล้วมีศักดิ์และสิทธิเหมือนโรงเรียนของรัฐ และสามารถศึกษาในระดับสูงต่อไปได้

ฝ่ายบริหาร-วิชาการโรงเรียนพระราหุล

พระปัญญานันทมุนี (สง่า สุภโร) (นธ.เอก, ปธ.๓, พธ.ม. (ปรัชญา)) ผู้รับอนุญาต/ผู้อำนวยการโรงเรียน

พระมหาสมพงษ์ กนตธมโม (นธ.เอก, ปธ.๗, วศ.บ.(เคมี)) พระอาจารย์ใหญ่

พระสุวัฒน์ สุนติกโร (นธ.เอก, สส.ม.) หัวหน้าฝ่ายวิชาการ

พระมหาเกษม ปรีธมโม (นธ.เอก, ปธ.๖, ปวช.) ฝ่ายปกครอง^{๗๐}

^{๗๐}วัดปัญญานันทาราม, ประวัติความเป็นมาวัดวัดปัญญานันทาราม, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://watpanya.wordpress.com/watpanya-by-kung/>, [๒๖ ธันวาคม ๒๕๖๑].

๒.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๒.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

ศิริมล คำนวล ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคและความสุข: กรณีศึกษาพนักงานบริษัทเอกชนแห่งหนึ่ง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการมองโลกในแง่ดี ระดับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และระดับความสุขของพนักงาน รวมทั้งศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และระดับความสุขของพนักงาน รวมทั้งศึกษาถึงความสัมพันธ์การมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และความสุข และสร้างสมการพยากรณ์ความสุขจากตัวแปรการมองโลกในแง่ดี และความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ผลการวิจัยพบว่า พนักงานมีการมองโลกในแง่ดีในระดับสูง มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคในระดับปานกลาง และมีความสุขในระดับปานกลางและปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อการมองโลกในแง่ดี ได้แก่ อายุ และอายุงาน ปัจจัยส่วนบุคคลที่ไม่มีผลต่อการมองโลกในแง่ดี ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และอายุงาน ส่วนปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และอายุงาน ปัจจัยส่วนบุคคลที่ไม่มีผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค คือ อายุ และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อความสุข ได้แก่ เพศ และอายุงาน ปัจจัยส่วนบุคคลที่ไม่มีผลต่อความสุข ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษา การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข และความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข ส่วนการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนพบว่า การมองโลกในแง่ดี และความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค เป็นตัวแปรที่มีอำนาจในการทำนายความสุข คือ สามารถทำนายได้ร้อยละ ๓๐.๘ ดังงานวิจัยของ สดกมล แก้วมา การเปรียบเทียบความหวังความผาสุกทางจิตวิญญาณและพฤติกรรมการดูแลตนเองระหว่างผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่เปิดเผยสถานะการติดเชื้อเอชไอวีกับไม่เปิดเผยโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความหวังความผาสุกทางจิตวิญญาณและพฤติกรรมการดูแลตนเองระหว่างผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่เปิดเผยสถานะการติดเชื้อเอชไอวีกับไม่เปิดเผย ผลการวิจัยพบว่า เมื่อเปรียบเทียบคะแนนความหวังความผาสุกทางจิตวิญญาณและพฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้ติดเชื้อเอชไอวีทั้ง ๒ กลุ่มพบว่า กลุ่มผู้ติดเชื้อที่เปิดเผยสถานะการติดเชื้อเอชไอวีมีความหวังความผาสุกทางจิตวิญญาณและพฤติกรรมการดูแลตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่เปิดเผยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๕^{๗๑}

สายสมร เฉลยภิตติ ได้ศึกษาการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ มีความมุ่งหมายเพื่อ ๑) ศึกษาองค์ประกอบของพยาบาลวิชาชีพ และ ๒) พัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ ๑) การศึกษาองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาของพยาบาลวิชาชีพพบว่า

^{๗๑}ศิริมล คำนวล, “ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญปัญหา และความสุข: กรณีศึกษาพนักงานบริษัทแห่งหนึ่ง”, *หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๒), บทคัดย่อ.

องค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกประกอบด้วย ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความหย่นตัว มีค่าความเหมาะสมสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มีน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานอยู่ในเกณฑ์สูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และสามารถวัดองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ ๒) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพประกอบด้วย ๓ ขั้นตอนคือ ขั้นเริ่มต้นขั้นดำเนินการและขั้นยุติการให้คำปรึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาตลอดทั้งเทคนิคทางจิตวิทยาใช้ในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ ๓) ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการก่อนการทดลองหลังการทดลองและเมื่อสิ้นสุดการติดตามผลความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และ ๔) ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองหลังการทดลองและเมื่อสิ้นสุดการติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑^{๗๒}

สิริพร วงษ์โพน ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาด้านบวกความผูกพันต่อองค์กรและผลการปฏิบัติงาน: กรณีศึกษาธนาคารพาณิชย์แห่งหนึ่ง ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ ๑) ทุนทางจิตวิทยาด้านบวกไม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผูกพันต่อองค์กร ๒) ทุนทางจิตวิทยาด้านบวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการปฏิบัติงานโดยการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการปฏิบัติงานสูงสุด รองลงมาคือความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวังในการทำงาน และความยืดหยุ่นทางอารมณ์ตามลำดับ ๓) ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการก่อนการทดลองหลังการทดลองและเมื่อสิ้นสุดการติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และ ๔) ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองหลังการทดลองและเมื่อสิ้นสุดการติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑^{๗๓}

อรพินทร์ ชูชมและคณะ ศึกษาเรื่องปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิกู้มกันทางจิตของเยาวชน มีจุดมุ่งหมายที่จะวิเคราะห์โครงสร้างความสัมพันธ์เชิงเหตุและผลของภูมิกู้มกันทางจิตของเยาวชน ผลการวิจัยพบว่ารูปแบบโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงเหตุและผลของภูมิกู้มกันทางจิตของเยาวชนประกอบด้วย จิตลักษณะ (การควบคุมตน การมองโลกในแง่ดี และความเชื่ออำนาจในตน) และปัจจัยครอบครัว (ความสัมพันธ์กับบิดามารดา การสนับสนุนทางสังคม จากครอบครัวและการถ่ายทอดการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของบิดามารดา) ส่งผลทางบวกต่อภูมิกู้มกันทางจิตและภูมิกู้มกันทางจิตส่งผลโดยตรงทางบวกต่อคุณภาพของเยาวชนและการดำรงชีวิตตามหลัก

^{๗๒} สายสมร เฉลยกิตติ, “การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ”, หน้า บทคัดย่อ.

^{๗๓} สิริพร วงษ์โพน, “ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาด้านบวกความผูกพันต่อองค์กรและผลการปฏิบัติงาน: กรณีศึกษาธนาคารพาณิชย์แห่งหนึ่ง”, ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ในขณะที่ปัจจัยเพื่อน (ความสัมพันธ์กับเพื่อนการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและการเห็นแบบอย่างจากเพื่อนในการใช้ชีวิตด้วยความพอเพียง) มีอิทธิพลทางบวกต่อเจตคติต่อการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงรูปแบบดังกล่าวนี้ มีความสอดคล้องเหมาะสมกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมของจิตลักษณะ ปัจจัยครอบครัวและปัจจัยเพื่อน สามารถอธิบายความแปรปรวนของคุณภาพเยาวชนได้ร้อยละ ๙๒.๔ และการดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงได้ร้อยละ ๖๗.๓ ภูมิคุ้มกันทางจิตมีบทบาทเป็นตัวแปรคั่นกลางความสัมพันธ์ระหว่างจิตลักษณะและปัจจัยครอบครัวกับคุณภาพของเยาวชน ผลการวิจัยยังพบว่าจิตลักษณะมีอิทธิพลสูงสุดต่อภูมิคุ้มกันทางจิต รองลงมาคือ ปัจจัยครอบครัว ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้ได้เสนอแนะภูมิคุ้มกันทางจิตทำหน้าที่เป็นทั้งปัจจัยที่ปกป้องภัยคุกคามต่าง ๆ ที่มีต่อบุคคลแล้วยังทำหน้าที่เป็นปัจจัยส่งเสริมหรือสนับสนุนให้บุคคลมีชีวิตที่มีคุณภาพ^{๗๔}

การศึกษาค้นคว้าจากการศึกษาทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องในประเทศไทยในเรื่องของจิตวิทยาเชิงบวก สรุปความได้ว่า จากการศึกษาทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องในประเทศไทยในเรื่องของจิตวิทยาเชิงบวก องค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกประกอบด้วย ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความหยุนตัว มีอิทธิพลเป็นปัจจัยหนุนเสริมต่อบุคคลในการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งจะมีความแตกต่างกันออกไปตามเหตุปัจจัย ตามสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่

๒.๒.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวกับการปรับตัว

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสารและงานวิจัยในประเทศไทยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของหลายเรื่องมาทั้งหมดดังนี้

พระณารินทร์ อคฺคฺมฺณี (ตัง) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของพระนิสิตชาวเวียดนามที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” ระดับการปรับตัวของนิสิต พบว่า การปรับตัวของพระนิสิตชาวเวียดนามที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยปี พ.ศ.๒๕๕๕ อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยภาพรวม มีระดับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของพระนิสิตชาวเวียดนาม อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๑๗$) เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า นิสิตมีระดับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๒๖$) ได้มากที่สุด รองลงมาเป็นด้านหลักสูตร อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๑๘$) ด้านสังคม อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๑๗$) ด้านสภาพแวดล้อม อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๑๕$) ด้านสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๑๓$) และด้านอารมณ์ อยู่ในระดับปานกลาง ($\mu = ๓.๑๑$) โดยความแตกต่างระหว่างการปรับตัวของนิสิต พบว่าพระนิสิตที่มี สถานภาพ อายุ ปัจจัยสนับสนุนต่อเดือน ชั้นปี คณะที่กำลังศึกษา และสถานที่อยู่อาศัยที่แตกต่างกัน มีพฤติกรรมการ

^{๗๔} อรพินทร์ ชูชม; สุภาพร ธนะชานันท์; และทัศนยา ทองภักดี, “ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชน”, รายงานการวิจัย, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ), หน้า ๒๕-๒๗.

ปรับตัว โยภาพรวมไม่แตกต่างกัน ที่แตกต่าง คือ พระนิสิตชาวเวียดนามที่มีชั้นปีแตกต่างกัน มีพฤติกรรมปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕^{๗๔}

พระสวัสดิ์ ฉะฉาย ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณร ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษา กลุ่มที่ ๑ ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร นครปฐม และปทุมธานี พบว่า ตัวแปรที่สามเณรทำนายนการปรับตัวของสามเณรได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ลักษณะทางจิต ได้แก่ ความศรัทธาในพระพุทธศาสนา และลักษณะทางสภาพแวดล้อมในวัด ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมจากพระภิกษุ^{๗๖}

ศุภศรีนวล ภาโนชิต ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาในจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ผลการวิจัยพบว่า

โมเดลปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน มีดังนี้ $X^2 = ๑๙.๓๗$, $df = ๒๑$ $p = ๐.๕๖๑๕๗$, $GFI = ๑.๐๐$, $AGFI = ๐.๙๗$, $CFI = ๑.๐๐$ $RMR = ๐.๐๗๓$, $RMSEA = ๐.๐๐$ โมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวทางสังคมได้ร้อยละ ๗๖ ($R^2 = ๐.๗๖$)

โดยสรุป ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคม แต่ละปัจจัยมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันทั้งสิ้น ดังนั้นครูผู้สอน และผู้เกี่ยวข้อง ควรส่งเสริมสนับสนุนและพัฒนาปัจจัยดังกล่าวเพื่อให้ นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีคุณลักษณะที่ดีในการปรับตัวทางสังคมและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข^{๗๗}

พระมหาสมชาย ศรีเลิศ ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้านร่างกาย โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงบวก อยู่ในระดับสูง (๔๒.๔๘%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านร่างกาย โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๗๔.๑๘%) พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้านอารมณ์ โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงบวก อยู่ในระดับสูง (๔๗.๗๑%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านอารมณ์ โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๕๒.๗๗%) พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้านสังคม โดยภาพรวม พบว่า

^{๗๔}พระณรินทร์ อคคมณี (ตง), “การศึกษาพฤติกรรมปรับตัว ของพระนิสิตชาวเวียดนามที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า (บทคัดย่อ).

^{๗๖}พระสวัสดิ์ ฉะฉาย, “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษา”, *วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน*, (กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๔๘), หน้า บทคัดย่อ.

^{๗๗}ศุภศรีนวล ภาโนชิต. “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาในจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ”, *ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงบวก อยู่ในระดับสูง (๔๒.๐๑%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านสังคม โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๗๐.๓๔%) พบว่า ในการปรับตัวของสามเณรด้านสติปัญญา โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้อยู่ในระดับใกล้เคียงกัน คือ ประกอบด้วยแบบสอบถาม ๖ ข้อ อยู่ในระดับต่ำ (๓๕.๖๕%) ปานกลาง (๓๕.๔๒%) และสูง (๔๐.๗๖%) ในการปรับตัวของสามเณรด้านสติปัญญา โดยภาพรวม พบว่า สามเณรมีการปรับตัวได้ดีในเชิงลบ อยู่ในระดับต่ำ (๔๐.๗๖%)^{๗๘}

กฤษณะ ถาวร ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษาโรงเรียนขจรโรจน์วิทยา จำนวน ๑ โรงเรียน” เฉพาะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ประกอบด้วย มัธยมศึกษาปีที่ ๑,๒,๓ โดยแยกเป็นครู จำนวน ๒๕ คน และนักเรียน จำนวน ๒๔๐ คน พ.ศ. ๒๕๔๘ ผลการวิจัยสรุปว่า

มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระบบการเรียนการสอนแบบใหม่ตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา เพื่อศึกษาปัญหาของครูและนักเรียนในการปรับตัวให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา เพื่อศึกษาเปรียบเทียบวิธีการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับระบบการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา และเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของครูและ นักเรียนให้เข้ากับระบบการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา

การปรับตัวเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นด้วยการมีปัจจัยที่ก่อให้เกิดแรงขับที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาเพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น โดยต้องการที่จะดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างทั้งในด้านภาษา ศาสนา และวัฒนธรรม เพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข และสามารถปฏิบัติหน้าที่ในการถ่ายทอดความรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพ^{๗๙}

อรพินทร์ ชูชม และอัจฉราสุชากรมณี ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น” ผลการศึกษาพบว่านักเรียนวัยรุ่นที่ครอบครัวมีฐานะเศรษฐกิจแตกต่างกันมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ โดยนักเรียนที่ครอบครัวมีฐานะเศรษฐกิจสูงจะมีความสามารถในการปรับตัวดีกว่านักเรียนที่ครอบครัวมีฐานะเศรษฐกิจต่ำนักเรียนวัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัวที่มีสมาชิกภายในครอบครัวแตกต่างกันมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ โดยที่นักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ร่วมกับบิดามารดาญาติพี่น้องมีความสามารถในการปรับตัวดีกว่าวัยรุ่นที่อาศัยกับบิดามารดา

^{๗๘} พระมหาสมชัย ศรีเลิศ, “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่”, วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔), หน้า บทคัดย่อ.

^{๗๙} กฤษณะ ถาวร, “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนขจรโรจน์วิทยา”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญาการเมือง และเศรษฐศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกริก, พ.ศ. ๒๕๔๘), หน้า ๒๖, ๑๖๑.

โดยเฉพาะนอกจากนี้ยังพบว่าความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อมทางบ้านต่างมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น^{๕๐}

ศุภางค์ สองเมือง ได้ทำการศึกษาเรื่อง กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ผลการวิจัยพบว่า

พฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมโดยภาพรวมของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมรายด้าน พบว่านักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลมีพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม ด้านการปรับตัวด้านเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการปรับตัวด้านครูและบุคลากรอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการปรับตัวด้านครอบครัวอยู่ในระดับดี และด้านการปรับตัวด้านสื่อมวลชนอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนกลไกการปรับตัวทางสังคมรายวิธี พบว่า นักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลมีกลไกการปรับตัวทางสังคม โดยเผชิญปัญหาหรือโต้ตอบปัญหาโดยอัตโนมัติอยู่ในระดับปานกลาง และใช้กลวิธานในการปรับตัวหรือกลไกป้องกันทางจิตอยู่ในระดับปานกลาง และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลไกการปรับตัวทางสังคมกับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม พบว่า กลไกการปรับตัวทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม และเมื่อนำกลไกการปรับตัวทางสังคมแต่ละวิธี มาหาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมแต่ละด้าน พบว่า วิธีเผชิญปัญหาหรือโต้ตอบปัญหาโดยอัตโนมัติ มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน การปรับตัวด้านครูหรือบุคลากร และการปรับตัวด้านสื่อมวลชน และการใช้กลวิธานในการปรับตัวหรือกลไกป้องกันทางจิตมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน การปรับตัวด้านครูหรือบุคลากรและการปรับตัวด้านครอบครัว^{๕๑}

ณัฐวดี ศรีวัฒนาวานิช และมินตรา ศรศิริ ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ ๑ ผลการวิจัยพบว่า

๑.คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัวในมหาวิทยาลัยโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๒๗, p < .๐๑$)

๒.คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัวด้านการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๒๑, p < .๐๑$)

๓.คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๑๓, p < .๐๕$)

๔.คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัวด้านสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๓๑, p < .๐๑$)

^{๕๐} อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ์, “องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น”, รายงานการวิจัย, ฉบับที่ ๔๘, (สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๒), หน้า ๕๕-๕๖.

^{๕๑} ศุภางค์ สองเมือง, “กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล”, ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยทักษิณ, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

๕.คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๒๘, p < .๐๑$)^{๘๒}

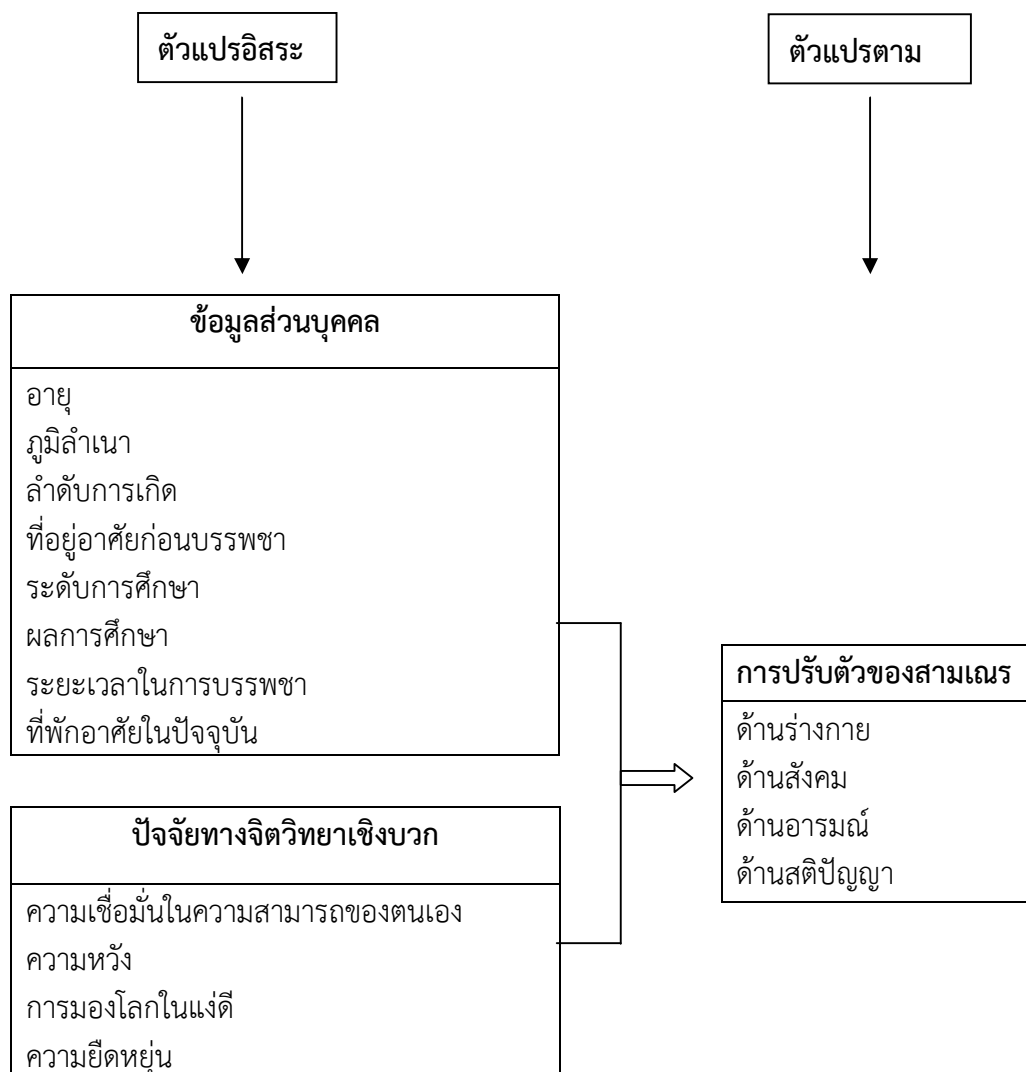
วารุณี แจ่มกระจ่าง ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์สำนักการแพทย์กรุงเทพมหานคร” ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวอยู่ในระดับดีนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีการศึกษาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูต่างกันมีปัญหาการปรับตัวแตกต่างกันและความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล^{๘๓}

การศึกษาค้นคว้าจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องของพฤติกรรมกรรมการปรับตัวในหลาย ๆ เรื่องมาทั้งหมดนั้นผู้วิจัย สรุปความได้ว่า เป็นเอกสารและงานวิจัยที่ศึกษาเรื่องเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวทั้ง ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ซึ่งแต่ละด้านมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวในการดำเนินชีวิตประจำวัน

^{๘๒}ณัฐวุฒิ ศรีวัฒนาวานิช และมินตรา ศรศิริ, “ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ ๑”, วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

^{๘๓}วารุณี แจ่มกระจ่าง, “การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยการุณย์สำนักการแพทย์กรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๔๐), หน้า ๑๕๓ - ๑๕๙.

๒.๓ กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Qualitative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี และเพื่อเสนอแนะแนวทางในการแก้ไขปัญหาการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี โดยผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัย ไว้ดังนี้

๑. รูปแบบการวิจัย
๒. ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง
๓. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
๔. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
๕. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) ได้ใช้วิธีการค้นคว้า ๒ วิธี คือ

๑. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) โดยอาศัยข้อมูลจาก หนังสือ เอกสาร ตำรา วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยเกี่ยวข้องต่าง ๆ
๒. ศึกษาจากภาคสนาม (Field Survey) คือ โดยการใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ สามเณรที่กำลังศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี ประกอบด้วย ๒ โรงเรียน คือ โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม ต.เขียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี และโรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี เป็นจำนวน ๑๓๐ รูป

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ สามเณรที่กำลังศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี ประกอบด้วย ๒ โรงเรียน คือ โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม ต.เขียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี และโรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี โดยการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) จำนวน ๘๗ รูป

ตารางที่ ๓.๑ กลุ่มตัวอย่าง

ที่	โรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาในจังหวัดปทุมธานี	สามเณร(รูป)
		กลุ่มตัวอย่าง
๑	โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศร์รัตนาราม	๕๗
๒	โรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล	๔๐
	รวม	๙๗

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๓.๓.๑ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้โดยแบ่งออกเป็น จำนวน ๔ ตอน คือ

ตอนที่ ๑ แบบสอบถาม ด้านปัจจัยส่วนบุคคล เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) แบ่งออกเป็น ๘ ข้อ ดังนี้

ข้อที่ ๑ อายุ

ข้อที่ ๒ ลำดับบุตร

ข้อที่ ๓ ที่อยู่อาศัยก่อนบรรพชาสามเณร

ข้อที่ ๔ ผลการศึกษา (ในปีการศึกษาที่ผ่านมา)

ข้อที่ ๕ ระดับชั้น (ที่กำลังศึกษาเล่าเรียนอยู่)

ข้อที่ ๖ ระยะเวลาที่บรรพชาเป็นสามเณร

ข้อที่ ๗ ที่พักอาศัยปัจจุบัน (หลังจากบรรพชาเป็นสามเณรแล้ว)

ข้อที่ ๘ ภูมิลำเนาเดิม (ภูมิภาค)

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามความคิดเห็นด้านปัจจัยทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก โดยแบ่งออกเป็น ๔ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๒.๑ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง

จำนวน ๔ ข้อ

ตอนที่ ๒.๒ ความหวัง

จำนวน ๓ ข้อ

ตอนที่ ๒.๓ การมองโลกในแง่ดี

จำนวน ๔ ข้อ

ตอนที่ ๒.๔ ความยืดหยุ่น

จำนวน ๔ ข้อ

โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) แบ่งออกเป็น ๕ ระดับ จำนวน ๑๕ ข้อ ซึ่งมีกำหนดระดับคะแนน ดังนี้

ระดับมากที่สุด

มีค่าเท่ากับ ๕ คะแนน

ระดับมาก

มีค่าเท่ากับ ๔ คะแนน

ระดับปานกลาง

มีค่าเท่ากับ ๓ คะแนน

ระดับน้อย

มีค่าเท่ากับ ๒ คะแนน

ระดับน้อยที่สุด

มีค่าเท่ากับ ๑ คะแนน

การแปลความหมายของคะแนน ใช้เกณฑ์การคิดคะแนนเฉลี่ย เพื่อกำหนดระดับ
ความสำคัญจากสูตรดังนี้

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

คะแนนที่ได้ไปหาค่าเฉลี่ย และได้กำหนดเกณฑ์การวัดคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

๔.๕๑ - ๕.๐๐ หมายถึง มีปัจจัยทางจิตวิทยาอยู่ในระดับมากที่สุด

๓.๕๑ - ๔.๕๐ หมายถึง มีปัจจัยทางจิตวิทยาอยู่ในระดับมาก

๒.๕๑ - ๓.๕๐ หมายถึง มีปัจจัยทางจิตวิทยาอยู่ในระดับปานกลาง

๑.๕๑ - ๒.๕๐ หมายถึง มีปัจจัยทางจิตวิทยาอยู่ในระดับน้อย

๑.๐๐ - ๑.๕๐ หมายถึง มีปัจจัยทางจิตวิทยาอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามวัดคะแนนด้านปัจจัยการปรับตัว แบ่งออกเป็น ๔ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๓.๑ ด้านร่างกาย จำนวน ๑๖ ข้อ

ตอนที่ ๓.๒ ด้านอารมณ์ จำนวน ๑๗ ข้อ

ตอนที่ ๓.๓ ด้านสังคม จำนวน ๑๘ ข้อ

ตอนที่ ๓.๔ ด้านสติปัญญา จำนวน ๑๕ ข้อ

โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) แบ่งออกเป็น ๕ ระดับ
จำนวน ๖๖ ข้อ ซึ่งมีกำหนดระดับคะแนน ดังนี้

ระดับมากที่สุด มีค่าเท่ากับ ๕ คะแนน

ระดับมาก มีค่าเท่ากับ ๔ คะแนน

ระดับปานกลาง มีค่าเท่ากับ ๓ คะแนน

ระดับน้อย มีค่าเท่ากับ ๒ คะแนน

ระดับน้อยที่สุด มีค่าเท่ากับ ๑ คะแนน

การแปลความหมายของคะแนน ใช้เกณฑ์การคิดคะแนนเฉลี่ย เพื่อกำหนดระดับ
ความสำคัญจากสูตรดังนี้

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

คะแนนที่ได้ไปหาค่าเฉลี่ย และได้กำหนดเกณฑ์การวัดคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

๔.๕๑ - ๕.๐๐ หมายถึง มีการปรับตัวอยู่ในระดับมากที่สุด

๓.๕๑ - ๔.๕๐ หมายถึง มีการปรับตัวอยู่ในระดับมาก

๒.๕๑ - ๓.๕๐ หมายถึง มีการปรับตัวในระดับปานกลาง

๑.๕๑ - ๒.๕๐ หมายถึง มีการปรับตัวอยู่ในระดับน้อย

๑.๐๐ - ๑.๕๐ หมายถึง มีการปรับตัวในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ ๔ แบบสอบถามแนวเกี่ยวกับข้อเสนอแนะทางในการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะแบบปลายเปิด แบ่งออกเป็น ๕ ข้อ ดังนี้

ข้อที่ ๑ ปัญหาด้านในการใช้ชีวิต

ข้อที่ ๒ ปัญหาด้านการเรียน

ข้อที่ ๓ ปัญหาด้านสภาพแวดล้อม

ข้อที่ ๔ ปัญหาด้านกับเพื่อน

ข้อที่ ๕ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๓.๓.๒ ลักษณะแบบสอบถาม

เป็นแบบสอบถามที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) แบ่งออกเป็น ๕ ระดับ โดยเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

๕ = มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของ
สามเณรมากที่สุด

๔ = มาก หมายถึง ข้อความนั้นส่วนใหญ่ตรงกับสภาพความเป็นจริง
ของสามเณร

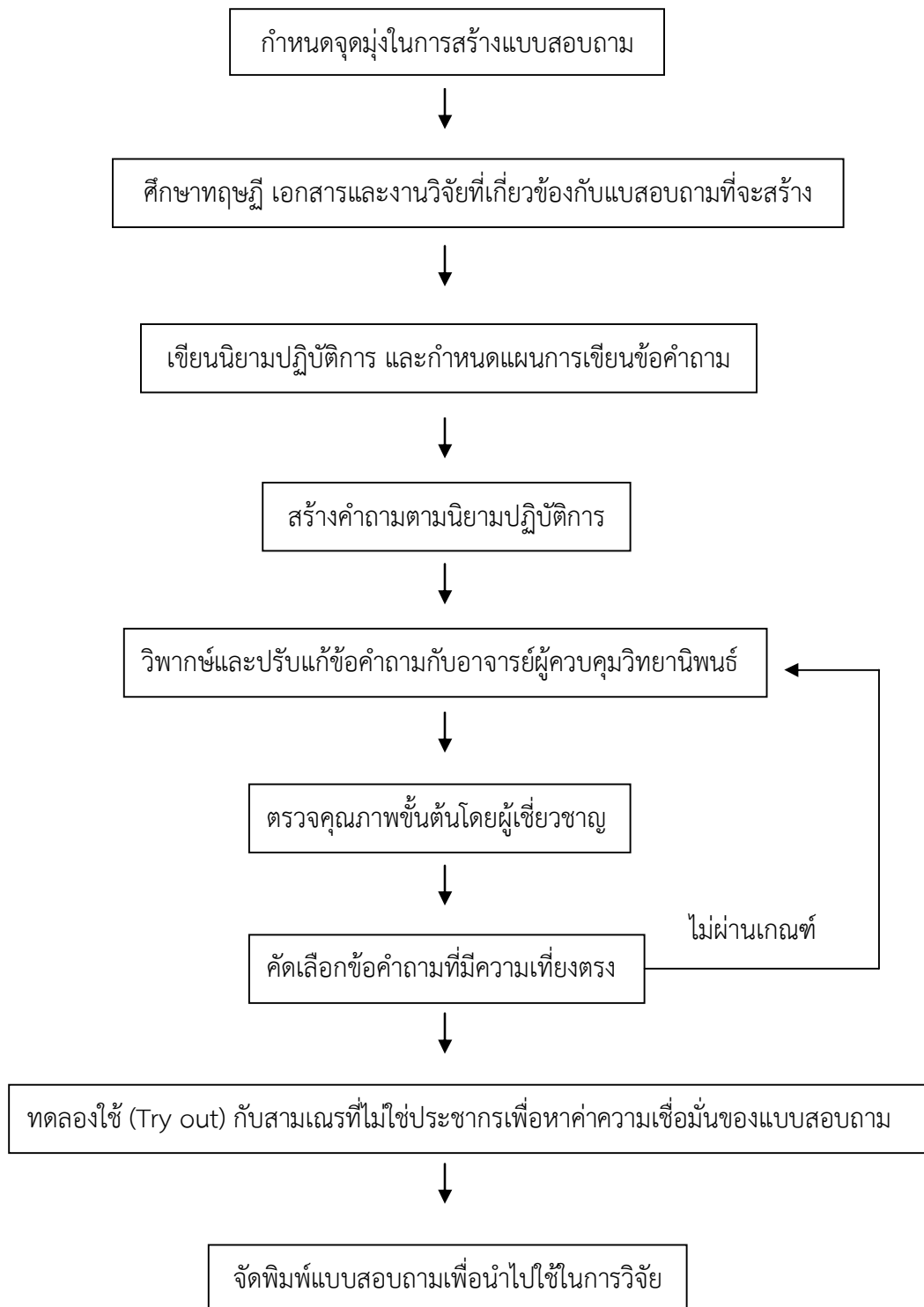
๓ = ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของ
สามเณรเพียงครั้งเดียว

๒ = น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของ
สามเณรเพียงเล็กน้อย

๑ = น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของ
สามเณรน้อยที่สุดหรือไม่จริงเลย

๓.๓.๓ วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยจะดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยมีวิธีการสร้าง ดังนี้



๓.๓.๔ ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๑. กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถามวัดระดับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกและระดับการปรับตัวของสามเณร

๒. ศึกษาแนวคิด เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกและการปรับตัว เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

๓. สร้างข้อคำถาม ของแบบสอบถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ที่เขียนไว้

๔. นำแบบสอบถามที่จัดทำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องตามคำแนะนำ

๕. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วตามข้อเสนอของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้ว และให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของแบบสอบถาม เพื่อให้มีความเที่ยงตรง โดยการหาค่า IOC มากกว่า หรือเท่ากับ .๕๐

๖. นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่าง คือ กับสามเณรโรงเรียนมหาสิริลาภกรณราชวิทยาลัย จำนวน ๓๐ รูป ระหว่างวันที่ ๘ - ๑๐ มีนาคม ๒๕๖๑ เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ได้กำหนดค่ามาตรฐานเชื่อมั่นไว้ที่ ๐.๘๐ ซึ่งได้ผลดังนี้

๑) แบบสอบถามความคิดเห็นต่อปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีผลต่อการปรับตัวของสามเณรจำนวน ๑๕ ข้อ ได้ค่าระดับความเชื่อมั่น มีค่าเท่ากับ .๘๖๘

๒) แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการปรับตัวของสามเณร ๔ ด้าน จำนวน ๖๖ ข้อ ได้ค่าระดับความเชื่อมั่น มีค่าเท่ากับ .๘๒๘

๗. แล้วนำข้อมูลที่ได้ มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (a-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

๘. นำแบบสอบถามที่ได้จากข้อ ๗ มาจัดพิมพ์เป็นฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลในการวิจัย

๙. นำแบบสอบถามไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองที่โรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี จำนวน ๕๗ ชุด และโรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี จำนวน ๔๐ ชุด ได้นำแบบสอบถามกลับคืนมาแล้วนำไปหาค่าต่อไป

๓.๓.๕ ขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามของงานวิจัยอื่นมาใช้ ๒ ฉบับ คือ

๑.แบบสอบถามปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก จากเรื่อง “ อิทธิพลของจิตวิทยาเชิงบวก และบรรทัดฐานทางสังคมวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและสุขภาพภาวะครอบครัวโดยส่งผ่านความรู้ด้านสุขภาพของครอบครัวในชุมชนกึ่งเมือง: การวิจัยผสมผสานวิธี ” โดยอังคินันท์ อินทรกำแหง และ ฉัตรชัย เอกปัญญากุล^๑ ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า ๕ ระดับ จำนวน ๑๕ ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ .๙๒๔

๒.แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของสามเณร และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณร ในเรื่อง “ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ” โดยพระมหาสมชาย คุณาลังกาโร (ศรีเลิศ)^๒ ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า ๕ ระดับ จำนวน ๖๖ ข้อ โดยแบ่งการปรับตัวออกเป็น ๔ ด้าน ๑) ด้านร่างกาย ๑๖ ข้อ ๒) ด้านอารมณ์ ๑๗ ข้อ ๓) ด้านสังคม ๑๘ ข้อ และ ๔) ด้านสติปัญญา ๑๕ ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ ๐.๙๑๙๔

จากแบบสอบถามข้างต้นจำนวน ๒ ฉบับ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงการใช้ภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างแล้วนำมาวิพากษ์กับอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทเพื่อปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับสามเณรโรงเรียนมหาวชิราลงกรณราชวิทยาลัย จำนวน ๓๐ รูป

๑.แบบสอบถามความคิดเห็นต่อปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีผลต่อการปรับตัวของสามเณรจำนวน ๑๕ ข้อ ได้ค่าระดับความเชื่อมั่น มีค่าเท่ากับ .๘๖๘

๒.แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการปรับตัวของสามเณร ๔ ด้าน จำนวน ๖๖ ข้อ ได้ค่าระดับความเชื่อมั่น มีค่าเท่ากับ .๘๒๘

^๑อังคินันท์ อินทรกำแหง และฉัตรชัย เอกปัญญากุล, “อิทธิพลของจิตวิทยาเชิงบวก และบรรทัดฐานทางสังคมวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและสุขภาพภาวะครอบครัวโดยส่งผ่านความรู้ด้านสุขภาพของครอบครัวในชุมชนกึ่งเมือง: การวิจัยผสมผสานวิธี”, **รายงานการวิจัย**, (สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ และคณะแพทยศาสตร์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๖๐), หน้า ๙๑ - ๙๒.

^๒พระมหาสมชาย คุณาลังกาโร(ศรีเลิศ), “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ. เชียงใหม่”, **วิทยานิพนธ์-สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔), หน้า ๑๖๖-๑๗๓.

๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) โดยใช้แบบสอบถาม เก็บรวบรวมโดยแจกแบบสอบถามกับสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรมวัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี จำนวน ๕๗ รูป และโรงเรียนพระปริยัติธรรมพระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี จำนวน ๔๐ รูป โดยผู้วิจัยแจกแบบสอบถามเองและให้เวลาผู้ตอบแบบสอบถามจนเสร็จเรียบร้อยและขอรับแบบสอบถามคืน สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือน กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ – มีนาคม ๒๕๖๑

ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) ได้จากการศึกษาจากเอกสาร หนังสือ, งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง, วิทยานิพนธ์, สารนิพนธ์ในระดับปริญญาโท และในระดับปริญญาเอกของมหาวิทยาลัยต่าง ๆ รวมทั้งในระบบออนไลน์

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาแล้ว ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ ตามขั้นตอน ดังนี้

๑. การเก็บข้อมูลเรียบร้อยแล้ว ตรวจสอบความถูกต้องและสมบูรณ์ของข้อมูลเพื่อนำไปประมวลผล

๒. จัดทำการลงรหัส แล้วนำข้อมูลไปวิเคราะห์หาค่าสถิติกับเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

๒.๑ นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ประมวลผลเชิงพรรณนา โดยใช้ค่าสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) หรือการหาค่าสถิติขั้นพื้นฐาน ได้แก่

๒.๑.๑ ค่าร้อยละ (Percentage)

๒.๑.๒ ค่าความถี่ (Frequency)

๒.๑.๓ ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean)

๒.๑.๔ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

๓. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistic) ใช้วิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานแต่ละข้อ ดังนี้

๓.๑ การทดสอบสมมติฐานข้อที่ ๑.๕.๑ สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันมีการพฤติกรรมการปรับตัวแตกต่างกัน ใช้สถิติ Independent Samples T-test และ F-test (One-Wey ANOVA) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

๓.๒ การทดสอบสมมติฐานข้อที่ ๑.๕.๒ สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกแตกต่างกันมีการพฤติกรรมการปรับตัวแตกต่างกัน ใช้สถิติ Independent Samples T-test และ F-test (One-Wey ANOVA) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

๓.๓ การทดสอบสมมติฐานข้อที่ ๑.๕.๓ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

จำนวน ๙๗ รูป ใช้สถิติค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) ในการทดสอบสมมติฐานแสดงระดับความสัมพันธ์ ของสัมประสิทธิ์สหพันธ์ (r) มีเกณฑ์ ดังนี้

เกณฑ์ในการประเมินระดับความสัมพันธ์ของตัวแปรที่กำหนดการทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

± 0.81 ถึง ± 1.0	= มีความสัมพันธ์สูงสุด
± 0.61 ถึง ± 0.80	= มีความสัมพันธ์สูง
± 0.41 ถึง ± 0.60	= มีความสัมพันธ์ปานกลาง
± 0.21 ถึง ± 0.40	= มีความสัมพันธ์ต่ำ
± 0.01 ถึง ± 0.20	= มีความสัมพันธ์ต่ำที่สุด

ค่า r เป็นลบ แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้าม คือ ถ้า X เพิ่ม Y จะลด แต่ถ้า X ลด Y จะเพิ่ม

ค่า r เป็นบวก แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน คือ ถ้า X เพิ่ม Y จะเพิ่ม แต่ถ้า X ลด Y จะลด^๓

^๓ศิริวรรณ เสรีและคณะ, การวิจัยการตลาด, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๑๑๒.

บทที่ ๔

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การค้นคว้าวิจัยในครั้งนี้ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี” มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน ๒) เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกแตกต่างกัน ๓) เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ผู้วิจัยนำเสนอผลการการวิเคราะห์ข้อมูล การแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดประเด็นดังนี้

๔.๑ สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

๔.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

๔.๒.๑ ส่วนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

๔.๒.๒ ส่วนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวก

๔.๒.๓ ส่วนที่ ๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการปรับตัว

๔.๒.๔ ส่วนที่ ๔ ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน

๔.๒.๔.๑ ผลการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล (ประกอบด้วย อายุ ลำดับบุตร ที่อยู่อาศัยก่อนบรรพชา ผลการศึกษา ระดับชั้นเรียน ระยะเวลาที่บรรพชา ที่อยู่ปัจจุบัน และภูมิลำเนาเดิม) กับพฤติกรรมการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา)

๔.๒.๔.๒ ผลการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น) กับปัจจัยการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา)

๔.๒.๕ ส่วนที่ ๕ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะทางการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะแบบสอบถามปลายเปิด

๔.๓ องค์กรความรู้จากการวิจัย

๔.๑ สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล การแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลกำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

N	แทน	จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
SS	แทน	ผลบวกกำลังสอง (Same of square)
Df	แทน	ชั้นความอิสระ (Degree of freedom)
Ms	แทน	ค่าเฉลี่ยรวมของคะแนนเบี่ยงเบนยกกำลังสอง (Mean square)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา F (F- Distribution)
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา T (T- Distribution)
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
Sig.	แทน	ค่าสำหรับบอกความมีนัยสำคัญทางสถิติ
H ₀	แทน	สมมติฐาน

๔.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการเก็บแบบสอบถามจากสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดโกเมศรัตนาราม ต.เซียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี และสามเณรโรงเรียนพระปริยัติธรรม พระราหุล ต.คลอง ๖ อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี จำนวน ๙๗ ฉบับ ซึ่งคิดเป็น ๑๐๐ % โดยแบ่งส่วนผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น ๕ ส่วน ดังนี้

๔.๒.๑ ส่วนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี จำนวน ๙๗ คน โดยค่าสถิติพื้นฐานประกอบด้วย ความถี่ ร้อยละ รายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๑ แสดงข้อมูลทั่วไปของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัด
ปทุมธานี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

N = ๙๗

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
ไม่เกิน ๑๕ ปี	๔๑	๔๒.๒๗
มากกว่า ๑๕ ปี	๕๖	๕๗.๗๓
ลำดับบุตร		
ลำดับที่ ๑	๓๓	๓๔.๐๒
ลำดับที่ ๒	๓๗	๓๘.๑๔
ลำดับที่ ๓	๒๑	๒๑.๖๕
ลำดับที่ ๔	๓	๓.๐๙
ลำดับที่ ๕	๒	๒.๐๖
ลำดับที่ ๖	๑	๑.๐๓
อาศัย		
อยู่กับบิดา	๗	๗.๒๒
อยู่กับมารดา	๒๕	๒๕.๗๗
อยู่กับบิดาและมารดา	๕๒	๕๓.๖๑
อื่น ๆ โปรดระบุ.....	๑๓	๑๓.๔๐
ผลการศึกษา		
๑.๕๐ - ๑.๙๙	๑๔	๑๔.๔๓
๒.๐๐ - ๒.๔๙	๑๘	๑๘.๕๖
๒.๕๐ - ๒.๙๙	๒๖	๒๖.๘๐
๓.๐๐ - ๓.๔๙	๒๘	๒๘.๘๗
๓.๕๐ - ๔.๐๐	๑๑	๑๑.๓๔
ระดับชั้นเรียน		
ชั้นมัธยมตอนต้น	๖๗	๖๙.๐๗
ชั้นมัธยมตอนปลาย	๓๐	๓๐.๙๓
ระยะเวลาที่บรรพชา		
บรรพชาเป็นเวลา ๑-๓ ปี	๗๘	๘๐.๔๑
บรรพชาเป็นเวลา ๔-๖ ปี	๑๖	๑๖.๔๙
บรรพชาเป็นเวลา ๗-๑๐ ปี	๓	๓.๐๙
รวม	๙๗	๑๐๐.๐๐

ตารางที่ ๔.๑ (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ระยะเวลาที่บรรพชา		
บรรพชาเป็นเวลา ๑-๓ ปี	๗๘	๘๐.๔๑
บรรพชาเป็นเวลา ๔-๖ ปี	๑๖	๑๖.๔๙
บรรพชาเป็นเวลา ๗-๑๐ ปี	๓	๓.๐๙
ที่อยู่ปัจจุบัน		
พักอาศัยรวมกับเพื่อนสามเณร	๘๑	๘๓.๕๑
พักอาศัยอยู่กับพระภิกษุ	๑๔	๑๔.๔๓
พักอาศัยอยู่ที่กุฏิตามลำพัง	๒	๒.๐๖
ภูมิลำเนาเดิม		
ภาคเหนือ	๔	๔.๑๒
ภาคอีสาน	๔๑	๔๒.๒๗
ภาคใต้	๑๙	๑๙.๕๙
ภาคตะวันออก	๖	๖.๑๙
ภาคตะวันตก	๒	๒.๐๖
ภาคกลาง	๒๕	๒๕.๗๗
รวม	๙๗	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นสามเณร ส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า ๑๕ ปี มีจำนวน ๕๖ รูป คิดเป็นร้อยละ ๕๗.๗๓ และมีอายุไม่เกิน ๑๕ ปี จำนวน ๔๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๔๒.๒๗

ลำดับบุตร ส่วนใหญ่สามเณรที่เป็นบุตรอันดับที่ ๒ จำนวน ๓๗ รูป คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๑๔ รองลงมาสามเณรที่เป็นบุตรลำดับที่ ๑ จำนวน ๓๓ รูป คิดเป็นร้อยละ ๓๔.๐๒ ส่วนสามเณรที่เป็นบุตรลำดับที่ ๓ จำนวน ๒๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๖๕ ส่วนสามเณรที่เป็นบุตรลำดับที่ ๔ จำนวน ๓ รูป คิดเป็นร้อยละ ๓.๐๙ ส่วนสามเณรที่เป็นบุตรลำดับที่ ๕ จำนวน ๒ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒.๐๖ สำหรับสามเณรที่เป็นบุตรอันดับที่ ๖ มีจำนวนน้อยที่สุดเท่ากับ ๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑.๐๓

ที่อยู่อาศัยก่อนบรรพชา ส่วนใหญ่ก่อนบรรพชาสามเณรอาศัยกับบิดาและมารดา จำนวน ๕๒ รูป คิดเป็นร้อยละ ๕๓.๖๑ รองลงมาอยู่อาศัยกับมารดา จำนวน ๒๕ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๕.๗๗ สามเณรอาศัยอยู่กับบิดา จำนวน ๗ รูป คิดเป็นร้อยละ ๗.๒๒ และอื่นๆ ตามลำดับ

ผลการศึกษา ส่วนใหญ่สามเณรมีผลการศึกษาระหว่าง ๓.๐๐ - ๓.๔๙ จำนวน ๒๘ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๘๗ รองลงมาได้ผลการศึกษาระหว่าง ๒.๕๐ - ๒.๙๙ จำนวน ๒๖ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๖.๘๐ และสามเณรที่มีผลการศึกษาที่ ๒.๐๐ - ๒.๔๙ จำนวน ๑๘ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑๘.๕๖ สามเณรที่มีผลการศึกษาที่ ๑.๕๐ - ๑.๙๙ จำนวน ๑๔ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑๔.๔๓ ส่วนสามเณรที่มีผลการศึกษาระหว่าง ๓.๕๐ - ๔.๐๐ มีจำนวนน้อยที่สุดเท่ากับ ๑๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๓๔ เป็นต้น

ระดับชั้นเรียน ส่วนใหญ่สามเณรศึกษาอยู่ในระดับชั้นเรียนมัธยมตอนต้น จำนวน ๖๗ รูป คิดเป็นร้อยละ ๖๙.๐๗ และสามเณรที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นเรียนมัธยมตอนปลาย จำนวน ๓๐ รูป คิดเป็นร้อยละ ๓๐.๙ ตามลำดับ

ระยะเวลาที่บรรพชา ส่วนใหญ่สามเณรบรรพชาเป็นเวลา ๑ - ๓ ปี จำนวน ๗๘ รูป คิดเป็นร้อยละ ๘๐.๔๑ รองลงมาสามเณรบรรพชาเป็นระยะเวลา ๔ - ๖ ปี จำนวน ๑๖ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑๖.๔๙ และสามเณรที่บรรพชาเป็นระยะเวลา ๗ - ๑๐ ปี มีจำนวนน้อยที่สุด ๓ รูป คิดเป็นร้อยละ ๓.๐๙ ตามลำดับ

ที่อยู่อาศัยปัจจุบัน ส่วนใหญ่สามเณรพักอาศัยร่วมกับเพื่อนสามเณร จำนวน ๘๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๘๓.๕๑ รองลงมาสามเณรพักอาศัยกับพระภิกษุ จำนวน ๑๔ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑๔.๔๓ และสามเณรที่พักอาศัยอยู่ที่กุฏิตามลำพัง มีจำนวนน้อยที่สุด ๒ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒.๐๖ ตามลำดับ

ภูมิลำเนา ส่วนใหญ่สามเณรมีภูมิลำเนาเดิมอยู่ที่ภาคอีสาน จำนวน ๔๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๔๒.๒๗ รองลงมาสามเณรอาศัยในภูมิลำเนาเดิมภาคกลาง จำนวน ๒๕ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๕.๗๗ ส่วนสามเณรที่มีภูมิลำเนาเดิมภาคใต้ มีจำนวน ๑๙ รูป คิดเป็นร้อยละ ๑๙.๕๙ สามเณรที่มีภูมิลำเนาเดิมภาคตะวันออก จำนวน ๖ รูป คิดเป็นร้อยละ ๖.๑๙ สามเณรที่มีภูมิลำเนาเดิมภาคเหนือ จำนวน ๔ รูป คิดเป็นร้อยละ ๔.๑๒ และสามเณรที่มีภูมิลำเนาเดิมภาคตะวันตก มีจำนวนน้อยที่สุด ๒ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒.๐๖

๔.๒.๒ ส่วนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวก ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) รายละเอียดดังต่อไปนี้

ค่าเฉลี่ย	ระดับ
๓.๒๖-๔.๐๐	เห็นด้วยมาก
๒.๕๑-๓.๒๕	เห็นด้วยปานกลาง
๑.๗๖-๒.๕๐	เห็นด้วยน้อย
๑.๐๐-๑.๗๕	ไม่เห็นด้วย

ตารางที่ ๔.๒ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก จำแนกเป็นรายชื่อ

ลำดับ	ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก	\bar{x}	SD	แปลผล
N = ๙๗				
ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง				
๑	ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้สำเร็จตามที่คาดหวังได้	๓.๖๕	.๘๖๗	มาก
๒	ข้าพเจ้ามั่นใจว่า จะสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้	๓.๔๗	.๙๙๑	ปานกลาง
๓	ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถเตรียมรับความเสี่ยงในการเผชิญ ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี	๓.๓๖	.๘๙๒	ปานกลาง
๔	หากต้องพุดคุยถึงวิธีการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ข้าพเจ้ามั่นใจว่า สามารถมีส่วนร่วมในการพุดคุยในเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี	๓.๓๑	.๙๒๑	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยรวม		๓.๔๕	.๖๕๙	ปานกลาง
ความหวัง				
๑	ท่านเชื่อว่าปัญหาทุกอย่างมีวิธีการแก้ไข	๔.๐๒	๑.๐๐๐	มาก
๒	ปัจจุบันข้าพเจ้าเต็มไปด้วยพลังเชิงบวกในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข	๓.๓๘	.๘๓๕	ปานกลาง
๓	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองประสบความสำเร็จในชีวิต	๓.๓๑	.๐๕๔	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยรวม		๓.๕๗	.๖๙๕	มาก
การมองโลกในแง่ดี				
๑	ถึงแม้จะมีความไม่แน่นอนเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต ข้าพเจ้าก็ยังเห็นว่าจะต้องมีสิ่งที่ดี ๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง	๓.๗๖	.๘๗๕	มาก
๒	ข้าพเจ้ามีวิธีคิดในการใช้ชีวิตว่า “เมื่อผ่านอุปสรรคไปแล้วมักมีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นตามมาเสมอ”	๓.๕๖	๑.๐๙๙	มาก
๓	ข้าพเจ้าจะมีมุมมองที่ดีในการใช้ชีวิต	๓.๕๔	.๙๕๘	มาก

ตารางที่ ๔.๒ (ต่อ)

ลำดับ	ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก	\bar{X}	SD	แปลผล
๔	ข้าพเจ้ามองเห็นสิ่งที่ดีต่อการดำเนินชีวิตในอนาคต	๓.๔๖	๑.๐๗๑	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยรวม		๓.๕๘	.๗๓๔	มาก
ความยืดหยุ่น				
๑	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง	๓.๙๔	๑.๐๖๙	มาก
๒	ท่านสามารถอดทนต่อช่วงเวลาที่มีความยากลำบากในการดำเนินชีวิต และสามารถผ่านพ้นไปได้ด้วยดี	๓.๘๑	.๘๕๘	มาก
๓	ข้าพเจ้าสามารถปรับตัวกับสภาพปัญหาหรือสถานการณ์ต่างๆ ที่ยากลำบากได้	๓.๕๔	๑.๐๙๐	มาก
๔	ข้าพเจ้าสามารถจัดการชีวิตครอบครัว และชีวิตในการทำงาน ของตนเองให้มีความสุขได้โดยไม่ส่งผลเสียตามมา	๓.๓๘	๑.๐๔๕	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยรวม		๓.๖๗	.๗๐๓	มาก

จากตาราง ๔.๒ พบว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีค่า \bar{X} โดยรวม ($\bar{X} = ๓.๕๕$, SD. = ๖๕๙) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า มี \bar{X} อยู่ระหว่าง ($\bar{X} = ๓.๓๑ - ๓.๖๕$) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้สำเร็จตามที่คาดหวังได้ ($\bar{X} = ๓.๖๕$, SD. = .๘๖๗) รองลงมา ข้าพเจ้ามั่นใจว่า จะสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้ ($\bar{X} = ๓.๔๗$, SD. = .๙๙๑) สำหรับ ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถเตรียมรับความเสี่ยงในการเผชิญ ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี ($\bar{X} = ๓.๓๖$, SD. = .๘๙๒) และหากต้องพุดคุยถึงวิธีการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ข้าพเจ้ามั่นใจว่า สามารถมีส่วนร่วมในการพุดคุยในเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี ($\bar{X} = ๓.๓๑$, SD. = .๙๒๑)

ด้านความหวัง มีค่า \bar{X} โดยรวม ($\bar{X} = ๓.๕๗$, SD. = .๖๙๕) อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่า \bar{X} อยู่ระหว่าง (๓.๓๑ - ๔.๐๒) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ท่านเชื่อว่า ปัญหาทุกอย่างมีวิธีการแก้ไข ($\bar{X} = ๔.๐๒$, SD. = ๑.๐๐๐) รองลงมาปัจจุบันข้าพเจ้าเต็มไปด้วยพลังเชิงบวกในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข ($\bar{X} = ๓.๓๘$, SD. = .๘๓๕) และข้าพเจ้าคิดว่าตนเองประสบความสำเร็จในชีวิต ($\bar{X} = ๓.๓๑$, SD. = ๑.๐๕๔)

ด้านการมองโลกในแง่ดี มี \bar{X} โดยรวม ($\bar{X} = ๓.๕๘$, SD. = .๗๓๔) อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่า \bar{X} อยู่ระหว่าง (๓.๔๖ - ๓.๗๖) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ถึงแม้จะมี ความไม่แน่นอนเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตข้าพเจ้าก็ยังเห็นว่าจะต้องมีสิ่งที่ดี ๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง ($\bar{X} = ๓.๗๖$, SD. = .๘๗๕) รองลงมา ข้าพเจ้ามีวิธีคิดในการใช้ชีวิตว่า “เมื่อผ่านอุปสรรคไปแล้วมักมีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นตามมาเสมอ” ($\bar{X} = ๓.๕๖$, SD. = ๑.๐๙๙) ส่วนข้าพเจ้าจะมีมุมมองที่ดีในการใช้ชีวิต ($\bar{X} = ๓.๕๔$, SD. = .๙๕๘) และข้าพเจ้ามองเห็นสิ่งที่ดีต่อการดำเนินชีวิตในอนาคต ($\bar{X} = ๓.๔๖$, SD. = ๑.๐๗๑)

ด้านความยืดหยุ่น มีค่า \bar{x} โดยรวม ($\bar{x} = ๓.๖๗$, $SD.= .๗๐๓$) อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่า \bar{x} อยู่ระหว่าง (๓.๓๘ – ๓.๙๔) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ข้าพเจ้าพร้อมที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง ($\bar{x} = ๓.๙๔$, $SD.= ๑.๐๖๙$) รองลงมา ท่านสามารถอดทนต่อช่วงเวลาที่มีความยากลำบากใน การดำเนินชีวิต และสามารถผ่านพ้นไปได้ด้วยดี ($\bar{x} = ๓.๘๑$, $SD.= .๘๕๘$) ส่วนข้าพเจ้าสามารถปรับตัวกับสภาพปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ยากลำบากได้ ($\bar{x} = ๓.๕๔$, $SD.= ๑.๐๙๐$) และข้าพเจ้าสามารถจัดการชีวิตครอบครัว และชีวิตในการทำงาน ของตนเองให้มีความสุขได้โดยไม่ส่งผลเสียตามมา ($\bar{x} = ๓.๓๘$, $SD.= ๑.๐๔๕$)

ตารางที่ ๔.๓ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวม

N = ๙๗				
ลำดับ	ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก	\bar{x}	SD.	แปลผล
๑	ความยืดหยุ่น	๓.๖๗	.๗๐๓	มาก
๒	การมองโลกในแง่ดี	๓.๕๘	.๗๓๔	มาก
๓	ความหวัง	๓.๕๗	.๖๙๕	มาก
๔	ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง	๓.๔๕	.๖๕๙	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยรวม		๓.๕๗	.๕๙๕	มาก

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวม ($\bar{x} = ๓.๕๗$, $SD. = .๕๙๕$) อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านความยืดหยุ่น ($\bar{x} = ๓.๖๗$, $SD.=.๗๐๓$) รองลงมาด้านการมองโลกในแง่ดี ($\bar{x} = ๓.๕๘$, $SD. = .๗๓๔$) ส่วนด้านความหวัง มีค่า ($\bar{x} = ๓.๕๗$, $SD.=.๖๙๕$) และด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมีค่า ($\bar{x} = ๓.๔๕$, $SD.=.๖๕๙$) ตามลำดับ

๔.๒.๓ ส่วนที่ ๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยการปรับตัว

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยการปรับตัว ประกอบด้วย ด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ และสติปัญญา ปัจจัยการปรับตัวค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) รายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๔ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยการปรับตัวจำแนกเป็นรายชื่อ

N = ๙๗

ลำดับ	ปัจจัยการปรับตัว	\bar{x}	SD.	แปลผล
การปรับตัวด้านร่างกาย				
๑	ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ	๓.๓๘	๑.๓๑๑	ปานกลาง
๒	ข้าพเจ้าอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกล้อมลักษณะ	๓.๒๓	๑.๑๖๘	ปานกลาง
๓	ข้าพเจ้าออกกำลังกายเป็นประจำ	๓.๑๒	๑.๒๘๕	ปานกลาง
๔	เมื่อเพื่อนเอาบุหรี่ยมาให้ ข้าพเจ้าก็ไม่รับ	๒.๙๕	๑.๖๓๕	ปานกลาง
๕	ข้าพเจ้าสามารถรักษาข้อวัตรปฏิบัติ	๒.๘๖	๑.๐๒๑	ปานกลาง
๖	ข้าพเจ้าเบื่ออาหาร และฉันอาหารไม่ค่อยได้	๒.๓๕	๑.๒๗๕	น้อย
๗	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดต่อการรักษาศีล	๒.๓๓	๑.๐๖๘	น้อย
๘	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน	๒.๒๘	๑.๑๗๙	น้อย
๙	ข้าพเจ้าปวดศีรษะเป็นประจำ	๒.๑๐	๑.๑๒๓	น้อย
๑๐	ข้าพเจ้าไม่แข็งแรงเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ	๒.๐๒	๑.๒๙๑	น้อย
๑๑	ข้าพเจ้าเป็นโรคเกี่ยวกับผิวหนัง	๑.๙๕	๑.๓๓๔	น้อย
๑๒	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้าเมื่อต้องเดินไกล ๆ	๑.๙๐	๑.๐๒๖	น้อย
๑๓	ข้าพเจ้ามักป่วยเป็นไข้หวัดหรือโรคทางเดินหายใจ	๑.๗๓	๑.๐๘๕	น้อย
๑๔	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	๑.๖๔	๑.๐๘๒	น้อย
๑๕	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร	๑.๕๒	.๙๖๙	น้อย
๑๖	ข้าพเจ้าหยุดเรียนบ่อยเพราะมีปัญหาด้านสุขภาพ	๑.๓๗	.๖๙๗	น้อยที่สุด
ค่าเฉลี่ยรวม		๒.๔๕	.๓๘๖	น้อย
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)				
๑	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าการที่ได้เรียนหนังสือ มีความสบายใจ	๓.๖๓	๑.๒๑๙	มาก
๒	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกประหม่าเมื่อต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน	๓.๕๓	๑.๑๑๐	มาก
๓	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกกลัวการกระทำผิด	๓.๓๖	๑.๓๒๔	ปานกลาง
๔	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ	๓.๒๘	๑.๐๕๘	ปานกลาง
๕	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่มั่นใจในตนเอง	๓.๒๖	๑.๒๔๔	ปานกลาง
๖	ข้าพเจ้ามักตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเองเสมอ	๓.๑๙	๑.๐๓๔	ปานกลาง
๗	ข้าพเจ้าเป็นคนหงุดหงิดและมีอารมณ์เสียง่าย	๓.๐๙	๑.๒๕๙	ปานกลาง
๘	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกวิตกกังวลเมื่อใกล้เวลาสอบ	๓.๐๒	๑.๑๐๘	ปานกลาง

ตารางที่ ๔.๔ (ต่อ)

ลำดับ	ปัจจัยการปรับตัว	\bar{X}	SD.	แปลผล
๙	ข้าพเจ้าไม่มีความรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัว	๒.๙๙	๑.๒๗๑	ปานกลาง
๑๐	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกซึมเศร้า	๒.๘๐	๑.๒๒๒	ปานกลาง
๑๑	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกน้อยใจต่อการกระทำของผู้อื่น	๒.๗๑	๑.๑๙๙	ปานกลาง
๑๒	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ ถ้าจะต้องตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง	๒.๕๖	๑.๓๖๑	ปานกลาง
๑๓	ข้าพเจ้ามักทำสิ่งที่ผิด ในสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการกระทำ	๒.๔๔	๑.๑๔๕	น้อย
๑๔	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ขาดความตั้งใจ	๒.๔๐	๑.๒๕๕	น้อย
๑๕	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีความสุขสนุกสนานเหมือนเพื่อนคนอื่น	๒.๓๐	๑.๓๐๐	น้อย
๑๖	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่าอะไร	๒.๑๓	๑.๒๖๔	น้อย
๑๗	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกไม่พอใจ เมื่อเห็นเพื่อนได้ดีกว่า	๒.๐๒	๑.๑๕๕	น้อย
ค่าเฉลี่ยรวม		๒.๘๗	.๕๕๑	ปานกลาง
การปรับตัวด้านสังคม				
๑	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนให้มาบวชเรียน	๓.๘๘	๑.๒๑๐	มาก
๒	ครู-อาจารย์ส่วนใหญ่รู้จักข้าพเจ้า	๓.๘๖	๑.๑๗๓	มาก
๓	ข้าพเจ้ามีความยินดีพอใจช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส	๓.๗๓	๑.๑๗๗	มาก
๔	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนดูแลจากทางวัด	๓.๕๙	๑.๒๘๙	มาก
๕	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาในชีวิต ข้าพเจ้าสามารถแก้ปัญหาได้	๓.๕๔	.๙๖๙	มาก
๖	บ่อยครั้งที่ครู-อาจารย์เรียกข้าพเจ้าไปใช้งาน	๓.๓๕	๑.๑๙๐	ปานกลาง
๗	ข้าพเจ้าชอบช่วยงานของวัด	๓.๒๘	๑.๐๘๗	ปานกลาง
๘	เพื่อนมีความสำคัญมากต่อการเรียนของข้าพเจ้า	๓.๐๒	๑.๑๗๒	ปานกลาง
๙	ข้าพเจ้าเป็นที่รักของเพื่อน ๆ	๒.๙๕	.๙๔๐	ปานกลาง
๑๐	ข้าพเจ้าชอบพูดคุยกัน ในเวลาเรียน	๒.๘๖	๑.๓๑๕	ปานกลาง
๑๑	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่ค่อยคบใครเป็นเพื่อนง่าย ๆ	๒.๔๑	๑.๒๔๘	น้อย
๑๒	ข้าพเจ้ามีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับเพื่อน ๆ	๒.๔๐	๑.๐๔๗	น้อย
๑๓	เมื่อมีปัญหาในการเรียน ข้าพเจ้ามักไปพบครูอาจารย์	๒.๓๒	๑.๒๑๒	น้อย
๑๔	ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม	๒.๓๑	๑.๑๐๓	น้อย
๑๕	ข้าพเจ้ามักหลบหน้าครู-อาจารย์	๒.๓๐	๑.๓๓๒	น้อย
๑๖	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ เมื่อต้องเข้าสังคมกับเพื่อน ๆ	๒.๒๒	๑.๒๑๘	น้อย
๑๗	ข้าพเจ้าไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ	๒.๑๙	๑.๒๑๐	น้อย
๑๘	ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะวิวาท (ตี) กับเพื่อน ๆ อยู่บ่อยครั้ง	๒.๐๙	๑.๒๐๐	น้อย
ค่าเฉลี่ยรวม		.๙๑	.๔๐๐	ปานกลาง

ตารางที่ ๔.๔ (ต่อ)

ลำดับ	ปัจจัยการปรับตัว	\bar{X}	SD.	แปลผล
การปรับตัวด้านสติปัญญา				
๑	ข้าพเจ้ารู้เรื่องพิษภัยของยาเสพติด	๓.๖๑	๑.๒๗๑	มาก
๒	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาอังกฤษ	๓.๓๕	๑.๓๓๙	ปานกลาง
๓	ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์หรือฟังวิทยุ	๓.๑๔	๑.๒๕๘	ปานกลาง
๔	ข้าพเจ้าสนใจความเป็นไปของสังคม	๓.๐๒	๑.๒๑๖	ปานกลาง
๕	ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ	๒.๘๙	๑.๓๒๒	น้อย
๖	ข้าพเจ้ามีความเชื่อถือในเรื่องของโชคกลาง	๒.๗๐	๑.๑๐๑	ปานกลาง
๗	ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ	๒.๖๗	๑.๒๐๕	น้อย
๘	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาไทย	๒.๔๖	๑.๒๖๗	น้อย
๙	ข้าพเจ้ามีผลการเรียนไม่ค่อยดี (ต่ำ)	๒.๔๓	๑.๒๔๙	น้อย
๑๐	ข้าพเจ้ามีความจำไม่ค่อยดี	๒.๔๑	๑.๑๒๕	น้อย
๑๑	ข้าพเจ้าเข้าไปค้นคว้าหนังสือในห้องสมุด	๒.๓๖	๑.๐๙๗	น้อย
๑๒	ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือเรียน	๒.๓๔	๑.๐๙๘	น้อย
๑๓	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า	๒.๑๕	๑.๑๔๐	น้อย
๑๔	ข้าพเจ้าทบทวนอ่านหนังสือทุกวัน	๒.๐๕	๑.๐๑๔	น้อย
๑๕	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเรียนซ้ำชั้นและสอบซ่อมบ่อย	๑.๙๓	๑.๐๗๓	น้อย
ค่าเฉลี่ยรวม		๒.๖๓	.๕๖๑	ปานกลาง

จากตาราง ๔.๔ พบว่า ปัจจัยการปรับตัว

การปรับตัวด้านร่างกาย (\bar{X} = ๒.๔๕, SD. = .๓๘๖) อยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่า \bar{X} อยู่ระหว่าง (๑.๓๗ - ๓.๓๘) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ (\bar{X} = ๓.๓๘, SD. = ๑.๓๑๑) รองลงมาข้าพเจ้าอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ (\bar{X} = ๓.๒๓, SD. = ๑.๑๖๘) ข้าพเจ้าออกกำลังกายเป็นประจำ (\bar{X} = ๓.๑๒, SD. = ๑.๒๘๕) เมื่อเพื่อนเอาบุหรี่มาให้ ข้าพเจ้าก็ไม่รับ (\bar{X} = ๒.๙๕, SD. = ๑.๖๓๕) ข้าพเจ้าสามารถรักษาข้อวัตรปฏิบัติ (\bar{X} = ๒.๘๖, SD. = ๑.๐๒๑) ข้าพเจ้าเบื่ออาหาร และฉันอาหารไม่ค่อยได้ (\bar{X} = ๒.๓๕, SD. = ๑.๒๗๕) ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดต่อการรักษาстил (\bar{X} = ๒.๓๓, SD. = ๑.๐๖๘) ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน (\bar{X} = ๒.๒๘, SD. = ๑.๑๗๙) ข้าพเจ้าปวดศีรษะเป็นประจำ (\bar{X} = ๒.๑๐, SD. = ๑.๑๒๓) ข้าพเจ้าไม่แข็งแรงเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ (\bar{X} = ๒.๐๒, SD. = ๑.๒๙๑) ข้าพเจ้าเป็นโรคเกี่ยวกับผิวหนัง (\bar{X} = ๑.๙๕, SD. = ๑.๓๓๔) ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้าเมื่อต้องเดินไกล ๆ (\bar{X} = ๑.๙๐, SD. = ๑.๐๒๖) ข้าพเจ้ามักป่วยเป็นไข้หวัดหรือโรคทางเดินหายใจ (\bar{X} = ๑.๗๓, SD. = ๑.๐๘๕) ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา (\bar{X} = ๑.๖๔, SD. = ๑.๐๘๒) ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร (\bar{X} = ๑.๕๒, SD. = .๙๖๙) และข้าพเจ้าหยุดเรียนบ่อยเพราะมีปัญหาด้านสุขภาพ (\bar{X} = ๑.๓๗, SD. = .๖๙๗)

การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) มี \bar{x} โดยรวม ($\bar{x} = ๒.๘๗$, $SD. = .๕๕๑$) อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง (๒.๐๒ - ๓.๖๓) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าการที่ได้เรียนหนังสือ มีความสบายใจ ($\bar{x} = ๓.๖๓$, $SD. = ๑.๒๑๙$) รองลงมา ข้าพเจ้ามีความรู้สึกประหม่าเมื่อต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน ($\bar{x} = ๓.๕๓$, $SD. = ๑.๑๑๐$) ข้าพเจ้ามีความรู้สึกกลัวการกระทำผิด ($\bar{x} = ๓.๓๖$, $SD. = ๑.๓๒๔$) ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรคต่างๆ ($\bar{x} = ๓.๒๘$, $SD. = ๑.๐๕๘$) ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่มั่นใจในตนเอง ($\bar{x} = ๓.๒๖$, $SD. = ๑.๒๔๔$) ข้าพเจ้ามักตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเองเสมอ ($\bar{x} = ๓.๑๙$, $SD. = ๑.๐๓๔$) ข้าพเจ้าเป็นคนหงุดหงิดและมีอารมณ์เสื่อง่าย ($\bar{x} = ๓.๐๙$, $SD. = ๑.๒๕๙$) ข้าพเจ้ามีความรู้สึกวิตกกังวลเมื่อใกล้เวลาสอบ ($\bar{x} = ๓.๐๒$, $SD. = ๑.๑๐๘$) ข้าพเจ้าไม่มีความรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัว ($\bar{x} = ๒.๙๙$, $SD. = ๑.๒๗๑$) บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกซึมเศร้า ($\bar{x} = ๒.๘๐$, $SD. = ๑.๒๒๒$) บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกน้อยใจต่อการกระทำของผู้อื่น ($\bar{x} = ๒.๗๑$, $SD. = ๑.๑๙๙$) ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ ถ้าจะต้องตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง ($\bar{x} = ๒.๖๕$, $SD. = ๑.๓๖๑$) ข้าพเจ้ามักทำสิ่งที่ผิด ในสิ่งที่ตนเองไม่อยากจะกระทำ ($\bar{x} = ๒.๔๔$, $SD. = ๑.๑๔๕$) ข้าพเจ้าเป็นคนที่ขาดความตั้งใจ ($\bar{x} = ๒.๔๐$, $SD. = ๑.๒๕๕$) ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีความสุขสนุกสนานเหมือนเพื่อนคนอื่น ($\bar{x} = ๒.๓๐$, $SD. = ๑.๓๐๐$) ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่าอะไร ($\bar{x} = ๒.๑๓$, $SD. = ๑.๒๖๔$) และข้าพเจ้ามีความรู้สึกไม่พอใจ เมื่อเห็นเพื่อนได้ดีกว่า ($\bar{x} = ๒.๐๒$, $SD. = ๑.๑๕๕$)

การปรับตัวทางด้านสังคม มี \bar{x} โดยรวม ($\bar{x} = ๒.๙๑$, $SD. = .๔๐๐$) อยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง (๒.๐๙ - ๓.๘๘) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนให้มาบวชเรียน ($\bar{x} = ๓.๘๘$, $SD. = ๑.๒๑๐$) รองลงมา ครู-อาจารย์ส่วนใหญ่รู้จักข้าพเจ้า ($\bar{x} = ๓.๘๖$, $SD. = ๑.๑๗๓$) ข้าพเจ้ามีความยินดีพอใจช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส ($\bar{x} = ๓.๗๓$, $SD. = ๑.๑๗๗$) ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนดูแลจากทางวัด ($\bar{x} = ๓.๕๙$, $SD. = ๑.๒๘๙$) เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาในชีวิต ข้าพเจ้าสามารถแก้ปัญหาได้ ($\bar{x} = ๓.๕๔$, $SD. = .๙๖๙$) บ่อยครั้งที่ครู-อาจารย์เรียกข้าพเจ้าไปใช้งาน ($\bar{x} = ๓.๓๕$, $SD. = ๑.๑๙๐$) ข้าพเจ้าชอบช่วยงานของวัด ($\bar{x} = ๓.๒๘$, $SD. = ๑.๐๘๗$) เพื่อนมีความสำคัญมากต่อการเรียนของข้าพเจ้า ($\bar{x} = ๓.๐๒$, $SD. = ๑.๑๗๒$) ข้าพเจ้าเป็นที่รักของเพื่อน ๆ ($\bar{x} = ๒.๙๕$, $SD. = .๙๔๐$) ข้าพเจ้าชอบพูดคุยกัน ในเวลาเรียน ($\bar{x} = ๒.๘๖$, $SD. = ๑.๓๑๕$) ข้าพเจ้าเป็นคนไม่คบใครเป็นเพื่อนง่าย ๆ ($\bar{x} = ๒.๔๑$, $SD. = ๑.๒๔๘$) ข้าพเจ้ามีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับเพื่อน ๆ ($\bar{x} = ๒.๔๐$, $SD. = ๑.๐๔๗$) เมื่อมีปัญหาในการเรียน ข้าพเจ้ามักไปพบครูอาจารย์ ($\bar{x} = ๒.๓๒$, $SD. = ๑.๒๑๒$) ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม ($\bar{x} = ๒.๓๑$, $SD. = ๑.๑๐๓$) ข้าพเจ้ามักหลบหน้าครู-อาจารย์ ($\bar{x} = ๒.๓๐$, $SD. = ๑.๓๓๒$) ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ เมื่อต้องเข้าสังคมกับเพื่อน ๆ ($\bar{x} = ๒.๒๒$, $SD. = ๑.๒๑๘$) ข้าพเจ้าไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ ($\bar{x} = ๒.๑๙$, $SD. = ๑.๒๑๐$) และข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะวิวาท (ตี) กับเพื่อน ๆ อยู่บ่อยครั้ง ($\bar{x} = ๒.๐๙$, $SD. = ๑.๒๐๐$)

การปรับตัวด้านสติปัญญา มี \bar{x} โดยรวม ($\bar{x} = ๒.๖๓$, $SD. = .๔๖๑$) อยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง (๑.๙๓ - ๓.๖๑) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ ข้าพเจ้ารู้เรื่องพิษภัยของยาเสพติด ($\bar{x} = ๓.๖๑$, $SD. = ๑.๒๗๑$) รองลงมาข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาอังกฤษ ($\bar{x} = ๓.๓๕$, $SD. = ๑.๓๓๙$) ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์หรือฟังวิทยุ

(\bar{x} = ๓.๑๔, SD. = ๑.๒๕๘) ข้าพเจ้าสนใจความเป็นไปของสังคม (\bar{x} = ๓.๐๒, SD. = ๑.๒๑๖) ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ (\bar{x} = ๒.๘๘, SD. = ๑.๓๒๒) ข้าพเจ้ามีความเชื่อถือในเรื่องของ โศกลาง (\bar{x} = ๒.๗๐, SD. = ๑.๑๐๑) ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ (\bar{x} = ๒.๖๗, SD. = ๑.๒๐๕) ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาไทย (\bar{x} = ๒.๔๖, SD. = ๑.๒๖๗) ข้าพเจ้ามีผลการเรียน ไม่ค่อยดี(ต่ำ) (\bar{x} = ๒.๔๓, SD. = ๑.๒๔๙) ข้าพเจ้ามีความจำไม่ค่อยดี (\bar{x} = ๒.๔๑, SD. = ๑.๑๒๕) ข้าพเจ้าเข้าไปค้นคว้าหนังสือในห้องสมุด (\bar{x} = ๒.๓๖, SD. = ๑.๐๙๗) ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างในการ อ่านหนังสือเรียน (\bar{x} = ๒.๓๔, SD. = ๑.๐๙๘) ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า (\bar{x} = ๒.๑๕, SD. = ๑.๑๔๐) ข้าพเจ้าทบทวนอ่านหนังสือทุกวัน (\bar{x} = ๒.๐๕, SD. = ๑.๐๑๔) และข้าพเจ้ามีปัญหาในการเรียนซ้ำชั้นและสอบซ่อมบ่อย (\bar{x} = ๑.๙๓, SD. = ๑.๐๗๓)

ตารางที่ ๔.๕ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยการปรับตัวโดยรวม

N = ๙๗				
ลำดับ	ปัจจัยการปรับตัว	\bar{x}	SD.	แปลผล
๑	การปรับตัวด้านสังคม	๒.๙๑	.๔๐๐	ปานกลาง
๒	การปรับตัวด้านอารมณ์(จิตใจ)	๒.๘๗	.๕๕๑	ปานกลาง
๓	การปรับตัวด้านสติปัญญา	๒.๖๓	.๔๖๑	ปานกลาง
๔	การปรับตัวด้านร่างกาย	๒.๔๕	.๓๘๖	น้อย
ค่าเฉลี่ยโดยรวม		๒.๗๒	.๒๕๒	ปานกลาง

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า ปัจจัยการปรับตัวโดยรวม (\bar{x} = ๒.๗๒, SD. = .๒๕๒) อยู่ใน ระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า การปรับตัวด้านสังคมมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด (\bar{x} = ๒.๙๑, SD. = .๔๐๐) รองลงมาการปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) (\bar{x} = ๒.๘๗, SD. = .๕๕๑) ส่วนการปรับตัว ด้านสติปัญญา (\bar{x} = ๒.๖๓, SD. = .๔๖๑) และการปรับตัวด้านร่างกาย (\bar{x} = ๒.๔๕, SD. = .๓๘๖)

๔.๒.๔ ส่วนที่ ๔ ผลการทดสอบสมมติฐาน

๔.๒.๔.๑ การวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล (ประกอบด้วย อายุ ลำดับบุตร ที่อยู่อาศัยก่อนบรรพชา ผลการศึกษา ระดับชั้นเรียน ระยะเวลาที่บรรพชา ที่อยู่ปัจจุบัน และภูมิลำเนาเดิม) กับพฤติกรรมการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา) เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ ๑.๕.๑ สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันมีปัจจัยการปรับตัวแตกต่างกัน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน โดยใช้การวิเคราะห์ T-Test เพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของประชากร ๒ กลุ่ม ที่เป็นอิสระต่อกัน Independent Samples T-Test และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว F-Test (One-Way ANOVA) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม รายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๖ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านอายุ

N = ๙๗					
พฤติกรรมการปรับตัว	อายุ	N	μ	t	Sig
การปรับตัวด้านร่างกาย	ไม่เกิน ๑๕ ปี	๔๑	๒.๑๑	-๑.๒๖๑	.๒๑๐
	มากกว่า ๑๕ ปี	๕๖	๒.๒๑		
การปรับตัวด้านอารมณ์(จิตใจ)	ไม่เกิน ๑๕ ปี	๔๑	๒.๖๘	-.๐๑๒	.๙๙๐
	มากกว่า ๑๕ ปี	๕๖	๒.๖๘		
การปรับตัวด้านสังคม	ไม่เกิน ๑๕ ปี	๔๑	๒.๓๒	-๑.๗๕๑	.๐๙๐
	มากกว่า ๑๕ ปี	๕๖	๒.๔๖		
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ไม่เกิน ๑๕ ปี	๔๑	๒.๒๒	.๔๒๕	.๖๗๒
	มากกว่า ๑๕ ปี	๕๖	๒.๒๒		
พฤติกรรมการปรับตัว	ไม่เกิน ๑๕ ปี	๔๑	๑.๖๖	-.๙๓๖	.๓๕๒
	มากกว่า ๑๕ ปี	๕๖	๑.๗๑		

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่า สามเณรที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวม และรายด้านไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๗ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านลำดับบุตรที่เกิด

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
การปรับตัวด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	.๖๓๔	๕	.๑๒๗	.๘๔๖	.๕๒๑
	ภายในกลุ่ม	๑๓.๖๔๘	๙๑	.๑๕๐		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	ระหว่างกลุ่ม	.๕๘๖	๕	.๑๑๗	.๓๗๔	.๘๖๕
	ภายในกลุ่ม	๒๘.๕๒๒	๙๑	.๓๑๓		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	.๕๔๖	๕	.๑๐๙	.๖๗๓	.๖๔๕
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๗๗๙	๙๑	.๑๖๒		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	.๙๗๔	๕	.๑๙๕	.๙๑๓	.๔๗๖
	ภายในกลุ่ม	๑๙.๑๙๐	๙๑	.๒๑๓		
	รวม	๒๐.๑๖๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	.๑๒๐	๕	.๐๒๔	.๓๖๓	.๘๗๒
	ภายในกลุ่ม	๕.๙๒๖	๙๑	.๐๖๖		
	รวม	๖.๐๔๖	๙๖			

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่าสามเงื่อนไขที่มีลำดับบุตรที่เกิดแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๘ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านที่พักอาศัยก่อนบรรพชา

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
การปรับตัวด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	.๘๕๘	๔	.๒๑๕	๑.๔๗๐	.๒๑๘
	ภายในกลุ่ม	๑๓.๔๒๔	๙๒	.๑๔๖		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	ระหว่างกลุ่ม	๒.๘๘๗	๔	.๗๒๒	๒.๕๓๓*	.๐๔๖
	ภายในกลุ่ม	๒๖.๒๒๐	๙๒	.๒๘๕		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	.๕๘๘	๔	.๑๔๗	.๙๑๘	.๔๕๗
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๗๓๗	๙๒	.๑๖๐		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	.๘๔๐	๔	.๒๑๐	.๙๘๙	.๔๑๘
	ภายในกลุ่ม	๑๙.๓๒๔	๙๒	.๒๑๒		
	รวม	๒๐.๑๖๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	.๑๖๘	๔	.๐๒๔	.๖๕๐	.๖๒๙
	ภายในกลุ่ม	๕.๘๗๘	๙๒	.๐๖๕		
	รวม	๖.๐๔๖	๙๖			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๘ พบว่า สามเงื่อนไขที่มีที่พักอาศัยก่อนบรรพชาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ และพบว่า สามเงื่อนไขที่มีที่พักอาศัยก่อนบรรพชาแตกต่างกันด้านร่างกาย สังคม สติปัญญา และโดยรวม มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๙ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลด้านผลการศึกษา

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
การปรับตัวด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	.๖๑๒	๔	.๑๕๓	๑.๐๒๙	.๓๙๖
	ภายในกลุ่ม	๑๓.๖๗๑	๙๒	.๑๔๙		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	ระหว่างกลุ่ม	๑.๗๑๑	๔	.๔๒๘	๑.๔๓๖	.๒๒๘
	ภายในกลุ่ม	๒๗.๓๙๗	๙๒	.๒๙๘		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	๑.๑๐๓	๔	.๒๗๖	๑.๗๘๓	.๑๓๙
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๒๒๓	๙๒	.๑๕๕		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	๔.๗๘๖	๔	๑.๑๙๖	๗.๐๘๐*	.๐๐๐
	ภายในกลุ่ม	๑๕.๓๗๘	๙๒	.๑๖๙		
	รวม	๒๐.๑๖๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	.๕๕๘	๔	.๑๓๙	๒.๓๑๒	.๐๖๔
	ภายในกลุ่ม	๕.๔๘๘	๙๒	.๐๖๐		
	รวม	๖.๐๔๖	๙๖			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๙ พบว่า สามเงื่อนไขที่มีผลการศึกษแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวด้านสติปัญญา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ และพบว่ามีผลการศึกษาแตกต่างกันด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ (จิตใจ) ด้านสังคม และโดยรวม มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๐ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระดับช่วงชั้นการศึกษา

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	ระดับช่วงชั้น การศึกษา	N	μ	t	sig
การปรับตัวด้านร่างกาย	มัธยมตอนต้น	๖๗	๒.๑๔	-๑.๒๑๒	.๒๒๘
	มัธยมตอนปลาย	๓๐	๒.๒๔		
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	มัธยมตอนต้น	๖๗	๒.๖๕	-.๖๖๐	.๕๑๑
	มัธยมตอนปลาย	๓๐	๒.๗๓		
การปรับตัวด้านสังคม	มัธยมตอนต้น	๖๗	๒.๓๖	-๑.๕๕๙	.๑๒๒
	มัธยมตอนปลาย	๓๐	๒.๕๐		
การปรับตัวด้านสติปัญญา	มัธยมตอนต้น	๖๗	๒.๒๑	.๔๑๔	.๖๘๐
	มัธยมตอนปลาย	๓๐	๒.๑๗		
พฤติกรรมการปรับตัว	มัธยมตอนต้น	๖๗	๑.๖๘	-.๙๐๗	.๓๖๗
	มัธยมตอนปลาย	๓๐	๑.๗๓		

จากตารางที่ ๔.๑๐ พบว่า สามเกณฑ์ที่มีระดับช่วงชั้นการศึกษาแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการปรับตัวรายด้านและโดยรวมและรายด้าน ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๑ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยส่วนบุคคลด้านระยะเวลาบรรพชา

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
การปรับตัวด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	.๐๐๖	๒	.๐๐๓	.๐๑๙	.๙๘๒
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๒๗๗	๙๔	.๑๕๒		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	ระหว่างกลุ่ม	.๖๔๗	๒	.๓๒๓	๑.๐๖๘	.๓๔๘
	ภายในกลุ่ม	๒๘.๔๖๑	๙๔	.๓๐๓		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	.๑๓๘	๒	.๐๙๑	.๕๖๗	.๕๖๙
	ภายในกลุ่ม	๑๕.๑๔๓	๙๔	.๑๖๑		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	.๙๗๑	๒	.๔๘๖	๒.๓๕๓	.๑๐๑
	ภายในกลุ่ม	๑๙.๑๙๓	๙๔	.๒๐๖		
	รวม	๒๐.๑๖๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	.๐๙๑	๒	.๐๔๖	.๗๑๒	.๔๙๓
	ภายในกลุ่ม	๕.๙๕๕	๙๔	.๐๖๔		
	รวม	๖.๐๔๖	๙๖			

จากตารางที่ ๔.๑๑ พบว่า สามเกณฑ์ที่มีระยะเวลาบรรพชาแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๒ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยส่วนบุคคลด้านที่พักอาศัยในปัจจุบัน

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
การปรับตัวด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	.๑๗๔	๒	.๐๘๗	.๕๘๐	.๕๖๒
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๑๐๘	๙๔	.๑๕๐		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	ระหว่างกลุ่ม	๑.๕๑๒	๒	.๗๕๖	๒.๕๗๕	.๐๘๒
	ภายในกลุ่ม	๒๗.๕๙๖	๙๔	.๒๙๔		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	.๓๓๕	๒	.๑๖๗	๑.๐๔๙	.๓๕๔
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๙๙๑	๙๔	.๑๕๙		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	.๘๔๑	๒	.๔๒๐	๒.๐๒๔	.๑๓๘
	ภายในกลุ่ม	๑๙.๓๒๓	๙๔	.๒๐๘		
	รวม	๒๐.๑๖๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	.๑๕๐	๒	.๐๗๕	๑.๑๘๗	.๓๑๐
	ภายในกลุ่ม	๕.๘๙๖	๙๔	.๐๖๓		
	รวม	๖.๐๔๖	๙๖			

จากตารางที่ ๔.๑๒ พบว่า สามเงื่อนไขที่มีที่พักอาศัยในปัจจุบันแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๓ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยส่วนบุคคลด้านภูมิลำเนา

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
การปรับตัวด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	.๘๙๒	๕	.๑๗๘	๑.๒๑๓	.๓๑๐
	ภายในกลุ่ม	๑๓.๓๙๐	๙๑	.๑๔๗		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)	ระหว่างกลุ่ม	๑.๐๕๓	๕	.๒๑๑	.๖๘๓	.๖๓๗
	ภายในกลุ่ม	๒๘.๐๕๕	๙๑	.๓๐๘		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
การปรับตัวด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	๑.๓๑๑	๕	.๒๖๒	๑.๗๐๒	.๑๕๒
	ภายในกลุ่ม	๑๔.๐๑๕	๙๑	.๑๕๔		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
การปรับตัวด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	๑.๙๕๓	๕	.๓๙๑	๑.๙๓๐	.๐๙๗
	ภายในกลุ่ม	๑๘.๒๑๑	๙๑	.๒๐๒		
	รวม	๒๐.๑๖๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	.๔๔๙	๕	.๐๙๐	๑.๔๔๕	.๒๑๖
	ภายในกลุ่ม	๕.๕๙๗	๙๑	.๐๖๒		
	รวม	๖.๐๔๖	๙๖			

จากตารางที่ ๔.๑๓ พบว่า สามเงื่อนไขที่มีที่ด้านภูมิลำเนาแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

สรุป ผลการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล (ประกอบด้วย อายุ ลำดับบุตร ที่อยู่อาศัยก่อนบรรพชา ผลการศึกษา ระดับชั้นเรียน ระยะเวลาที่บรรพชา ที่อยู่ปัจจุบัน และภูมิลำเนาเดิม) กับพฤติกรรมการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา) พบว่า

๑. ปัจจัยส่วนบุคคลด้านที่พักอาศัยก่อนบรรพชามีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ($F = ๒.๕๓๓^{**}$, $sig = .๐๔๖$)

๒. ปัจจัยส่วนบุคคลด้านผลการเรียนมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านสติปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ($F = ๗.๐๘๐^{***}$, $sig = .๐๐๐$)

๔.๒.๔.๒ การวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยึดหยุ่น) เพื่อตอบสนองสมมติฐานที่ ๑.๕.๒ สามเกณฑ์ในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกแตกต่างกันมีการพฤติกรรมการปรับตัวแตกต่างกัน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน โดยใช้การวิเคราะห์ T-Test เพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของประชากร ๒ กลุ่ม ที่เป็นอิสระต่อกัน Independent Samples T-Test และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว F-Test (One-Way ANOVA) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม รายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๑๔ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูลปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	๔.๒๓๒	๑๑	.๓๘๕	๓.๒๒๕	.๐๐๑
	ภายในกลุ่ม	๑๐.๐๒๒	๘๕	.๑๑๙		
	รวม	๑๔.๒๕๔	๙๖			
ด้านอารมณ์	ระหว่างกลุ่ม	๓.๘๔๖	๑๑	.๓๕๐	๑.๑๖๘	.๓๒๒
	ภายในกลุ่ม	๒๕.๑๕๕	๘๕	.๑๑๙		
	รวม	๒๙.๐๐๑	๙๖			
ด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	๔.๑๕๙	๑๑	.๓๕๐	๒.๘๗๖	.๐๐๓
	ภายในกลุ่ม	๑๑.๐๔๔	๘๕	.๒๙๙		
	รวม	๑๕.๒๐๓	๙๖			
ด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	๓.๗๘๒	๑๑	.๓๔๔	๑.๗๔๖	.๐๗๗
	ภายในกลุ่ม	๑๖.๓๔๓	๘๕	.๑๙๑		
	รวม	๒๐.๑๒๔	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	๑.๗๙๙	๑๑	.๑๖๔	๓.๒๒๑	.๐๐๑
	ภายในกลุ่ม	๔.๒๑๕	๘๕	.๐๕๑		
	รวม	๖.๐๑๔	๙๖			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๔ พบว่าสามเกณฑ์ที่มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวด้านร่างกาย ด้านสังคม และพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕ ส่วนมีพฤติกรรมการปรับตัวด้านอารมณ์ และด้านสติปัญญาไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๕ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหวัง

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	๓.๕๕๓	๘	.๔๔๔	๓.๖๔๒	.๐๐๑
	ภายในกลุ่ม	๑๐.๗๓๐	๘๘	.๑๒๒		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
ด้านอารมณ์	ระหว่างกลุ่ม	๔.๖๘๗	๘	.๕๘๖	๒.๑๑๑	.๐๔๓
	ภายในกลุ่ม	๒๔.๔๒๑	๘๘	.๒๗๘		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
ด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	๓.๒๐๓	๘	.๔๐๐	๒.๙๐๖	.๐๐๖
	ภายในกลุ่ม	๑๒.๑๒๓	๘๘	.๑๓๘		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
ด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	๔.๕๔๕	๘	.๕๖๘	๒.๔๘๙	.๐๑๗
	ภายในกลุ่ม	๒๐.๐๘๗	๘๘	.๒๒๘		
	รวม	๒๔.๖๓๒	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	๒.๕๑๑	๘	.๓๑๔	๒.๗๕๕	.๐๑๗
	ภายในกลุ่ม	๑๐.๐๒๗	๘๘	.๑๑๔		
	รวม	๑๒.๕๓๘	๙๖			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๕ พบว่าสามเกณฑ์ที่มีความหวังแตกต่างกันแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวแต่ละด้านและโดยรวมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๖ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านการมองโลกในแง่ดี

N = ๙๗

พฤติกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	๔.๗๘๐	๑๓	.๓๖๘	๓.๒๑๑	.๐๐๑
	ภายในกลุ่ม	๙.๕๐๓	๘๓	.๑๑๔		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
ด้านอารมณ์	ระหว่างกลุ่ม	๓.๑๙๑	๑๓	.๒๔๕	.๗๘๖	.๖๗๒
	ภายในกลุ่ม	๒๕.๙๑๗	๘๓	.๓๑๒		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
ด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	๓.๗๖๓	๑๓	.๒๘๙	๒.๐๗๘	.๐๒๔
	ภายในกลุ่ม	๑๑.๕๖๓	๘๓	.๑๓๙		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
ด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	๔.๐๙๖	๑๓	.๓๑๕	๑.๒๗๔	.๒๔๕
	ภายในกลุ่ม	๒๐.๕๓๕	๘๓	.๒๔๘		
	รวม	๒๔.๖๓๒	๙๖			
พฤติกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	๒.๒๐๑	๑๓	.๑๖๙	๑.๓๖๐	.๑๙๗
	ภายในกลุ่ม	๑๐.๓๓๖	๘๓	.๑๒๕		
	รวม	๑๒.๕๓๘	๙๖			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๖ พบว่าสามเงื่อนไขที่มีการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวด้านร่างกาย และด้านสังคมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕ ส่วนมีพฤติกรรมการปรับตัวด้านอารมณ์ ด้านสติปัญญา และพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๗ แสดงค่าเปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมกรรมการปรับตัว จำแนกตามข้อมูล ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความยืดหยุ่น

N = ๙๗

พฤติกรรมกรรมการปรับตัว	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ด้านร่างกาย	ระหว่างกลุ่ม	๓.๔๗๖	๑๑	.๓๑๖	๒.๔๘๕	.๐๐๙
	ภายในกลุ่ม	๑๐.๘๐๗	๘๕	.๑๒๗		
	รวม	๑๔.๒๘๓	๙๖			
ด้านอารมณ์	ระหว่างกลุ่ม	๕.๑๐๔	๑๑	.๔๖๔	๑.๖๔๓	.๑๐๑
	ภายในกลุ่ม	๒๔.๐๐๔	๘๕	.๒๘๒		
	รวม	๒๙.๑๐๘	๙๖			
ด้านสังคม	ระหว่างกลุ่ม	๔.๙๖๖	๑๑	.๔๕๑	๓.๗๐๔	.๐๐๐
	ภายในกลุ่ม	๑๐.๓๖๐	๘๕	.๑๒๒		
	รวม	๑๕.๓๒๖	๙๖			
ด้านสติปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	๖.๕๗๖	๑๑	.๕๙๘	๒.๘๑๔	.๐๐๔
	ภายในกลุ่ม	๑๘.๐๕๕	๘๕	.๒๑๒		
	รวม	๒๔.๖๓๒	๙๖			
พฤติกรรมกรรมการปรับตัว	ระหว่างกลุ่ม	๓.๖๒๘	๑๑	.๓๓๕	๓.๒๑๓	.๐๐๑
	ภายในกลุ่ม	๘.๘๕๖	๘๕	.๑๐๔		
	รวม	๑๒.๕๘๔	๙๖			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๗ พบว่าสามเกณฑ์ที่มีความยืดหยุ่นแตกต่างกัน มีพฤติกรรมกรรมการปรับตัว ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านสติปัญญา และพฤติกรรมกรรมการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕ ส่วนมีพฤติกรรมกรรมการปรับตัวด้านอารมณ์ ไม่แตกต่างกัน

สรุป ผลการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น) กับ พฤติกรรมการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา) พบว่า

๑. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความเชื่อมั่นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๒. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหวังมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการปรับตัวอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๓. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านการมองโลกในแง่ดีไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการ ปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๔. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความยืดหยุ่นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๔.๒.๔.๓ ผลการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น) กับปัจจัยการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา) เพื่อตอบสนองสมมติฐานที่ ๑.๕.๓ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เพื่อความสัมพันธ์โดยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's correlation) โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ รายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๑๘ แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตวิทยากับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณร

ตัวแปร	(๒)	(๓)	(๔)	(๕)	(๖)	(๗)	(๘)	(๙)
๑) ความเชื่อมั่นในความสามารถตนเอง	.๖๓๕**	.๖๗๔**	.๖๕๐**	.๔๐๐**	.๐๐๘	.๔๔๗**	.๒๕๕*	.๘๐๐**
๒) ความหวัง		.๖๓๕**	.๕๘๐**	.๓๒๖**	-.๑๔๖	.๒๗๘**	.๒๐๒*	.๗๑๘**
๓) การมองโลกในแง่ดี			.๖๐๖**	.๓๖๐**	-.๐๑๙	.๓๑๕**	.๒๖๘**	.๗๗๓**
๔) ความยืดหยุ่น				.๓๕๓**	-.๐๐๓	.๔๓๐**	.๒๘๐**	.๗๗๑**
๕) ด้านร่างกาย					.๔๕๑**	.๔๒๘**	.๓๙๖**	.๖๔๔**
๖) ด้านอารมณ์						.๔๖๖**	.๔๘๓**	.๓๓๐**
๗) ด้านสังคม							.๖๗๔**	.๖๙๔**
๘) ด้านสติ ปัญญา								.๖๐๒**
๙) โดยภาพรวม								

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๘ พบว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

๑. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีในด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ($r = .๔๐๐**$, $.๔๔๗**$ และ $.๒๕๕*$)

๒. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ด้านความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีในด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ($r = .๓๒๖**$, $.๒๗๘**$ และ $.๒๐๒*$)

๓. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ด้านการมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีในด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ($r = .๓๖๐**$, $.๓๑๕**$ และ $.๒๖๘**$)

๔. ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ความยืดหยุ่นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีในด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ($r = .๓๕๓**$, $.๔๓๐**$ และ $.๒๘๐**$)

สรุป ผลการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น) กับปัจจัย การปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้าน สังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา) พบว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ปัจจัยการปรับตัว ด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญา

๔.๒.๕ ส่วนที่ ๕ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะทางการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะ แบบสอบถามปลายเปิด

จากการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะทางการแก้ไข และข้อเสนอแนะแบบสอบถามปลายเปิด เรื่องปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ดังปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๗

ตารางที่ ๔.๑๗ แสดงจำนวน และค่าร้อยละ ของจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามปลายเปิด

แบบสอบถามปลายเปิด	จำนวน(รูป)	ร้อยละ
ผู้ที่ตอบแบบสอบถามปลายเปิด	๖๗	๗๘.๓๖
ผู้ที่ไม่ตอบแบบสอบถามปลายเปิด	๒๑	๒๑.๖๔
รวม	๘๘	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๑๗ พบว่าสามเณรทั้งสิ้นจำนวน ๘๘ รูป ส่วนใหญ่เป็นผู้ตอบ แบบสอบถามปลายเปิด จำนวน ๖๗ รูป คิดเป็นร้อยละ ๗๘.๓๖ ในส่วนที่เหลือเป็นผู้ไม่ตอบ แบบสอบถามปลายเปิด จำนวน ๒๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๖๔

จากข้อเสนอแนะทางการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะที่ได้จากสามเณรที่ตอบ แบบสอบถามปลายเปิด มีดังต่อไปนี้

๑. ปัญหาในการใช้ชีวิต
๒. ปัญหาด้านการเรียน
๓. ปัญหาด้านสภาพแวดล้อม
๔. ปัญหาด้านกับเพื่อน
๕. ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๑. ปัญหาในการใช้ชีวิต

จากแบบสอบถามปลายเปิดปัญหาในการใช้ชีวิตประกอบด้วย ดังนี้

- ๑.๑ ปัญหาในการใช้ชีวิต
 - ความรู้สึกเหนื่อย, เบื่อ, อารมณ์แปรปรวน
 - ความไม่มีอิสระในกิจวัตรประจำวัน
 - การพูดคุยกับเพื่อน
 - เพื่อนแกล้ง
 - ของหาย
 - ทะเลาะวิวาท

๑.๒ แนวทางในการแก้ไขปัญหา

- พักผ่อน, ฟังเพลง, อ่านหนังสือ, ทำให้จิตใจสงบ
- มีความอดทน
- ปรับความเข้าใจกับเพื่อน
- ให้อภัย, ขอโทษ
- ปล่อยวาง
- ไม่ใช่อารมณ์เป็นหลักในการแก้ปัญหา

๒. ปัญหาด้านการเรียน

จากแบบสอบถามปลายเปิดปัญหาด้านการเรียนประกอบด้วย ดังนี้

๒.๑ ปัญหาด้านการเรียน

- ไม่ชอบเรียนวิชาภาษาอังกฤษ
- ไม่ชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์
- เรียนไม่ทันเพื่อน
- คู่กันในระดับเรียน
- ลืมส่งการบ้าน
- หลับในชั้นเรียน

๒.๒ แนวทางในการแก้ไขปัญหา

- อ่านหนังสือทบทวนบทเรียนนอกเวลาเรียน
- เพิ่มความขยันในการเรียน
- มีความตั้งใจเรียน
- ให้เพื่อนช่วยติวเพิ่ม
- มีความตื่นตัวในชั้นเรียน

๓. ปัญหาด้านสภาพแวดล้อม

จากแบบสอบถามปลายเปิดปัญหาด้านสภาพแวดล้อมประกอบด้วย ดังนี้

๓.๑ ปัญหาด้านสภาพแวดล้อม

- ยุงเยอะ
- ที่พักสกปรก
- อากาศร้อน
- ไม่สงบ (เสียงรบกวนจากนอกวัด)

๓.๒ แนวทางในการแก้ไขปัญหา

- ปิดประตูทุกครั้งเมื่อเข้าออกที่พัก
- ทำความสะอาด
- พักผ่อนใต้ต้นไม้
- ทำกิจกรรมให้จิตใจผ่อนคลาย

๔.ปัญหาด้านกับเพื่อน

จากแบบสอบถามปลายเปิดปัญหาด้านกับเพื่อนประกอบด้วย ดังนี้

๔.๑ ปัญหาด้านกับเพื่อน

- มีปากเสียงโต้เถียงกับเพื่อน
- เหยาะล้อกับเพื่อนจนมีเรื่องมีราว
- มีความคิดเห็นที่แตกต่างกับเพื่อน
- ทะเลาะกับเพื่อน

๔.๒ แนวทางในการแก้ไขปัญหา

- คุยกันด้วยเหตุผล
- มีความอดทนต่อเพื่อน
- แสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล
- ยอมเพื่อนบ้าง
- ปรับความเข้าใจกับเพื่อน

๕.ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

- ขอให้มียุทธศาสตร์ที่ทันสมัย
- ขอให้มียุทธศาสตร์ที่ทันสมัยใช้
- ขอให้มียุทธศาสตร์ที่ทันสมัย (มีที่พัก, ห้องเป็นของตนเอง)
- ขอให้ปรับตารางเวลาเรียน
- ขอให้มียุทธศาสตร์ที่ทันสมัย

๔.๓ องค์ความรู้จากการวิจัย

องค์ความรู้จากการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น ๒ ส่วน คือ

๑.เป็นการนำองค์ความรู้จากศาสตร์แขนงจิตวิทยา กล่าวคือ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ได้แก่ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น

๒.ปัจจัยการปรับตัว ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา เพื่อเป็นการช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการปรับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในวัด ในโรงเรียน หรือในสถานที่อื่น ๆ กับเพื่อนสามเณร และกับบุคคลอื่น ๆ ตามความเหมาะสมใน กาลเวลาและปัจจัยในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น สรุปเป็นองค์ความรู้จากการ วิจัยรายด้านดังนี้ คือ

๑.ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ๔ ด้าน

๑) ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปาน กลาง)

๒) ด้านความหวัง (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก)

๓) ด้านการมองโลกในแง่ดี (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก)

๔) ด้านความยืดหยุ่น (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก)

๒.ปัจจัยการปรับ ๔ ด้าน

๑) ด้านร่างกาย (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย)

๒) ด้านอารมณ์ (จิตใจ) (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง)

๓) ด้านสังคม (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย)

๔) ด้านสติปัญญา (มีระดับค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย)

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี” เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกแตกต่างกัน เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ เป็นสามเณรของโรงเรียนพระปริยัติธรรม จังหวัดปทุมธานี จำนวน ๙๗ รูป วิธีการเก็บข้อมูลใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) แบ่งออกเป็น ๔ ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ ๑ ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วย อายุ, ลำดับบุตร, ที่พักอาศัยก่อนบรรพชา, ผลการศึกษา, ระดับช่วงชั้นการศึกษา, ระยะเวลาในการบรรพชา, ที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน, ภูมิลำเนา แบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ส่วนที่ ๒ แบบสอบถามความคิดเห็นต่อปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก ซึ่งประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง, ความหวัง, การมองโลกในแง่ดี, และความยืดหยุ่น โดยใช้การวัดข้อมูลอันตรภาค หรือมาตราช่วง (Interval scale)

ส่วนที่ ๓ แบบสอบถามความคิดเห็นต่อปัจจัยการปรับตัว ซึ่งประกอบด้วย ด้านร่างกาย, ด้านอารมณ์ (จิตใจ), ด้านสังคม, และด้านสติปัญญา โดยใช้การวัดข้อมูลอันตรภาค หรือมาตราช่วง (Interval scale)

ส่วนที่ ๔ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหา และข้อเสนอแนะทางการแก้ไขปัญหา ข้อเสนอแนะ ลักษณะแบบสอบถามปลายเปิด

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบความต่างของตัวแปร สำหรับตัวแปรต้นที่มีกลุ่มตัวเลือก ๒ กลุ่ม ใช้ Independent Samples t t-test ตัวแปรต้นที่มีกลุ่มตัวเลือกมากกว่า ๒ กลุ่มใช้ F-test (One Way ANOVA) การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเชิงปริมาณ ๒ ตัว ใช้การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient)

ได้กำหนดประเด็นในการสรุปผลการวิเคราะห์ออกเป็น ๓ ส่วน ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ ส่วนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

๕.๑.๒ ส่วนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวก

๕.๑.๓ ส่วนที่ ๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยการปรับตัว

๕.๑.๔ ส่วนที่ ๔ ผลการทดสอบสมมติฐาน

๕.๑.๕ ส่วนที่ ๕ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะทางในการแก้ปัญหา
และข้อเสนอแนะแบบสอบถามปลายเปิด

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

๕.๓ ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรใน
โรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

๕.๑.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

พบว่าสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีทั้งสิ้น
จำนวน ๙๗ รูป ส่วนใหญ่เป็นผู้ตอบแบบสอบถามปลายเปิด จำนวน ๖๗ รูป คิดเป็นร้อยละ ๗๘.๓๖
ในส่วนที่เหลือเป็นผู้ไม่ตอบแบบสอบถามปลายเปิด จำนวน ๒๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๖๔
เมื่อจำแนกออกเป็นรายด้านของข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ได้ดังนี้ คือ ในด้านปัจจุบันสามเณรอายุ ใน
ด้านสามเณรเป็นบุตรลำดับที่ ในด้านก่อนบรรพชาเป็นสามเณรทำนอาศัยอยู่กับใคร ในด้านปี
การศึกษาที่ผ่านมา ในด้านปัจจุบันสามเณรศึกษาอยู่ในระดับชั้นใด ในด้านสามเณรบรรพชามาแล้ว
เป็นเวลานานเท่าใด ในด้านปัจจุบันสามเณรพักอยู่กับใคร ในด้านภูมิลำเนา

๕.๑.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวก

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นเกี่ยว
จิตวิทยาเชิงบวกโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า จำนวน ๔ ด้าน
โดยมีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่สุดคือ ความยืดหยุ่น รองลงมาคือ การมองโลกในแง่ดี และความหวัง ความคิดเห็น
เกี่ยวกับปัจจัยจิตวิทยาเชิงบวกอยู่ในระดับปานกลางคือ ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง
ตามลำดับ สรุปรายด้านดังนี้

ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม
มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางและมาก

ด้านความหวัง สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ใน
ระดับมาก

ด้านการมองโลกในแง่ดี สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพ
รวมอยู่ในระดับมาก

ด้านความยืดหยุ่น สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ใน
ระดับมาก

๕.๑.๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยการปรับตัว

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นเกี่ยวปัจจัย
การปรับตัวโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า จำนวน ๔ ด้าน โดยมี
ค่าเฉลี่ยสูงสุดที่สุดคือ การปรับตัวด้านอารมณ์ รองลงมาคือ การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้าน
สติปัญญา และการปรับตัวด้านร่างกาย ตามลำดับ สรุปรายด้านดังนี้

การปรับตัวด้านร่างกาย สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย

การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง

การปรับตัวทางด้านสังคม สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย

การปรับตัวด้านสติปัญญา สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย

๕.๑.๔ ผลการทดสอบสมมติฐาน

๕.๑.๔.๑ สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวแตกต่างกัน

๕.๑.๔.๑.๑ สมมติฐานที่ ๑ พบว่าสามเณรที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๒ สมมติฐานที่ ๒ พบว่าสามเณรมีลำดับบุตรที่เกิดแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๓ สมมติฐานที่ ๓ พบว่าสามเณรที่มีพักอาศัยก่อนบรรพชาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๔ สมมติฐานที่ ๔ พบว่าสามเณรที่มีผลการศึกษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๕ สมมติฐานที่ ๕ พบว่าสามเณรมีระดับช่วงชั้นการศึกษาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๖ สมมติฐานที่ ๖ พบว่าสามเณรที่มีระยะเวลาบรรพชาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๗ สมมติฐานที่ ๗ พบว่าสามเณรที่มีที่พักอาศัยในปัจจุบันแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๑.๘ สมมติฐานที่ ๘ พบว่าสามเณรที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๒ สามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานีที่มีปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวแตกต่างกัน

๕.๑.๔.๒.๑ สมมติฐานที่ ๙ พบว่าสามเณรที่มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๒.๒ สมมติฐานที่ ๑๐ พบว่าสามเณรที่มีความหวังแตกต่างกันแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๒.๓ สมมติฐานที่ ๑๑ พบว่าสามเณรที่มีการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมไม่แตกต่างกัน โดยมีค่า Sig มากกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๒.๔ สมมุติฐานที่ ๑๒ พบว่าสามเณรที่มีความยืดหยุ่นแตกต่างกัน มีพฤติกรรมการปรับตัวโดยรวมแตกต่างกัน โดยมีค่า Sig น้อยกว่า ๐.๐๕

๕.๑.๔.๓ ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี พบว่า ความสัมพันธ์ของปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก (ประกอบด้วย ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความยืดหยุ่น) มีความสัมพันธ์ของกับปัจจัยการปรับตัว (ประกอบด้วย การปรับตัวด้านร่างกาย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) การปรับตัวด้านสังคม และการปรับตัวด้านสติปัญญา) ของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี พบว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัจจัยการปรับตัว ด้านร่างกาย สังคม และสติปัญญา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ มีความสัมพันธ์ทางเดียวกัน (เนื่องจาก r มีค่าเป็นบวก) นั่นคือเมื่อปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกเพิ่มขึ้นจะทำให้พฤติกรรมการปรับตัวเพิ่มขึ้นตาม

๕.๑.๕ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนวทางในการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะแบบสอบถามปลายเปิด

พบว่าสามเณรทั้งสิ้นจำนวน ๙๗ รูป ส่วนใหญ่เป็นผู้ตอบแบบสอบถามปลายเปิดจำนวน ๖๗ รูป คิดเป็นร้อยละ ๗๘.๓๖ ในส่วนที่เหลือเป็นผู้ไม่ตอบแบบสอบถามปลายเปิด จำนวน ๒๑ รูป คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๖๔

จากข้อเสนอแนวทางในการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะที่ได้จากสามเณรที่ตอบแบบสอบถามปลายเปิด มีดังต่อไปนี้

- ควรให้มีห้องเรียนที่ทันสมัย
- ควรให้มีเครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ที่ทันสมัยใช้
- ควรให้มีอิสระในที่พักอาศัย (มีที่พัก, ห้องเป็นของตนเอง)
- ควรปรับตารางเวลาเรียน
- ควรให้มีกิจกรรมเสริมทักษะ

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาในจังหวัดปทุมธานี” มีประเด็นสำคัญที่น่าสนใจนำมาอภิปรายผล ดังนี้

๕.๒.๑ อภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูล

พบว่า พฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาในจังหวัดปทุมธานี โดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ คือ การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ), การปรับตัวด้านสังคม, การปรับตัวด้านสติปัญญา, การปรับตัวด้านร่างกาย ตามลำดับ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีพฤติกรรมการปรับตัวในการดำเนินชีวิตของตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นการใช้ชีวิตในชีวิตประจำวันและในการศึกษาเล่าเรียน การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) สามเณรมีการจัดการที่ดีอยู่ในระดับที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตและความ เป็นไปในการดำเนินชีวิตประจำวัน เนื่องจากการฝึกอบรมในการจัดการอารมณ์ในการปฏิบัติกิจวัตร

ประจำวันของสามเณร รองลงมาคือการปรับตัวด้านสังคมอาจเป็นเพราะสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีขอบเขตจำกัดในการดำเนินชีวิต ในส่วนของสังคมที่สมาคม สภาพแวดล้อมภายในวัด การปรับตัวด้านสติปัญญา มีการจัดการถือว่าไม่ดีเท่าที่ควร เนื่องจากวิธีการรับรู้ข่าวสารและวิธีการจัดการกับข้อมูลข่าวสารหรือสภาวะการณ์ที่ไม่ได้บีบคั้นให้สามเณรประสบพบเจอมากเท่าที่ควร ส่วนการปรับตัวด้านร่างกายถือว่า ด้วยความที่สามเณรอยู่การเป็นหมู่คณะจำนวนมาก ๆ มีการจัดการค่อยเป็นค่อยไปถ้อยทีถ้อยอาศัย จึงมีข้อจำกัดในการจัดการภายในตนเองและกับเพื่อนในการแสดงออกของการปรับพฤติกรรมต่าง ๆ โดยพฤติกรรมการปรับตัวมีความจำเป็นอย่างมากในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นช่วงวัย สังคม สภาพแวดล้อม เพื่อให้มีความเหมาะสมและมีความดีงามในการแสดงออกของพฤติกรรม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระไพรินทร์ ทองกลม ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาและการสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนมหาวชิราลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียนโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ๒) ความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียน เมื่อจำแนกตามสถานภาพมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ๓) ความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียน เมื่อจำแนกตามกฎระเบียบของโรงเรียนมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ๔) ความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียน เมื่อจำแนกตามความต้องการส่วนตัว ด้านอาหาร มีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .๐๑ ส่วนด้านที่พักและด้านความต้องการใช้ชีวิตแบบฆราวาส มีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ๕) ผลเปรียบเทียบการใช้โปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียน หลังการทดลองมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕^๑

๕.๒.๒ อภิปรายผลปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกของสามเณรโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก อาจเป็นเพราะว่า ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกประกอบด้วย ความยึดหยุ่น อยู่ในระดับมาก การมองโลกในแง่ดี อยู่ในระดับมาก ความหวัง อยู่ในระดับมาก และความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ สายสมร เฉลยกิตติ ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ” ผลการวิจัยพบว่า

๑. การศึกษาองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ พบว่า องค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกประกอบด้วย ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความหวัง การมองโลกในแง่ดี และความหย่อนตัว มีค่าความเหมาะสมพอดีกับข้อมูลเชิง

^๑พระไพรินทร์ ทองกลม, “การศึกษาและการสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนมหาวชิราลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

ประจักษ์ มีน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานอยู่ในเกณฑ์สูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และสามารถวัดองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพได้

๒. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพประกอบด้วย ๓ ขั้นตอน คือ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ และขั้นยุติการให้คำปรึกษา โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา ตลอดทั้งเทคนิคทางจิตวิทยาที่ใช้ในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ

๓. ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และเมื่อสิ้นสุดการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

๔. ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และเมื่อสิ้นสุดการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่รับ .๐๑^๒

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ โชติอนันต์ เชาวน์สุจริต ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกกับการเผชิญปัญหาของนักศึกษาระดับปริญญาตรีผลการวิจัยพบว่า

๑. นักศึกษามีคะแนนเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = ๗๕.๓๗$, $SD = ๑๒.๓๒$)

๒. นักศึกษามีคะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหาด้านการเผชิญปัญหาด้านมุ่งมั่นจัดการปัญหา และด้านการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง และด้านการหลีกเลี่ยงปัญหาในระดับปานกลาง

๓. ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความสัมพันธ์กับการเผชิญปัญหา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ($r = .๖๓๔$)^๓

๕.๒.๓ อภิปรายผลปัจจัยทางการปรับตัว

ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยการปรับตัวของสามเณรโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย อาจเป็นเพราะว่า ปัจจัยทางการปรับตัวประกอบด้วย การปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ) อยู่ในระดับปานกลาง การปรับตัวด้านสังคม อยู่ในระดับน้อย การปรับตัวด้านสติปัญญา อยู่ในระดับน้อย และการปรับตัวด้านร่างกาย อยู่ในระดับน้อย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระสรพงษ์ สอนทวี ได้ศึกษาเรื่อง “สภาพแวดล้อมทางบ้าน วัด โรงเรียน และลักษณะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของสามเณรในกลุ่มโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา” ผลการวิจัยพบว่า ๑) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ลักษณะมุ่งอนาคต-ควบคุม ความเชื่อทางพุทธ และการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน ร่วมกันทำนุบำรุงการปรับตัวของสามเณร ได้ร้อยละ ๖๐.๒๐ โดยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณร ๒) ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคล กับ ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคมภายนอก

^๒สายสมร เฉลยภิตติ, “การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ”, หน้า บทคัดย่อ.

^๓โชติอนันต์ เชาวน์สุจริต, “ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกกับการเผชิญปัญหาของนักศึกษาระดับปริญญาตรี”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๕๙), หน้า บทคัดย่อ.

ที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณร ๓) สามเณรที่ศึกษาในระดับชั้นต่างกัน มีการปรับตัวด้านร่างกาย ด้านบทบาทและหน้าที่ และด้านการพึ่งพาซึ่งกันและกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ โดยสามเณรชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ มีการปรับตัว ด้านบทบาทและหน้าที่ และด้านพึ่งพาซึ่งกันและกัน สูงกว่า แต่มีการปรับตัวด้านร่างกาย ต่ำกว่า สามเณรชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ๔) สามเณรที่มีสภาพการพักอาศัยก่อนบวชแตกต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ โดยสามเณรที่พักอาศัยอยู่กับบิดาหรือมารดา มีการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์สูงสุด ๕) สามเณรที่มีพระพี่เลี้ยงดูแลกับไม่มีพระพี่เลี้ยงดูแล มีการปรับตัวในด้านรวมและด้านอัตมโนทัศน์แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๕ โดยสามเณรที่มีพระพี่เลี้ยงดูแลมีการปรับตัวในด้านรวมและด้านอัตมโนทัศน์ สูงกว่าสามเณรที่ไม่มีพระพี่เลี้ยงดูแล ๖) สามเณรที่มีสภาพการอยู่อาศัย (จำวัด) ต่างกัน มีการปรับตัวในด้านร่าง ด้านบทบาทและหน้าที่ และด้านการพึ่งพาซึ่งกันและกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ โดยสามเณรที่จำวัดอยู่กับเพื่อนสามเณร มีการปรับตัวในด้านร่างกายสูงสุด และสามเณรที่จำวัดอยู่กับ พระผู้ปกครองหรือพระภิกษุ มีการปรับตัวด้านบทบาทและหน้าที่ และด้านการพึ่งพาซึ่งกันและกันสูงสุด^๕

๕.๒.๓.๑ อภิปรายผลการปรับตัวด้านร่างกาย

ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยการปรับตัวด้านร่างกายของสามเณรโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย

ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ กิตติมา พลเทพ ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวนมากที่สุด อ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์เพื่อเพิ่มพูนความรู้ เหตุผลที่อ่านเพราะตรงกับความสนใจ เข้าถึงหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ผ่านแอปพลิเคชันประเภทของหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ที่อ่านมากที่สุดคือ หนังสือความรู้ทั่วไป โดยใช้วิธีอ่านผ่านจออย่างรวดเร็ว บนสมาร์ตโฟน บันทึกข้อความระหว่างและหลังการอ่านด้วยการคัดลอกและวางข้อมูลที่ส่งสำคัญลงในอุปกรณ์ที่อ่าน โดยอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ที่บ้านเวลาที่ใช้อ่านเป็นช่วงเวลาของวันหยุด ในการอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์นักเรียนประสบปัญหาในระดับปานกลาง ๗ เรื่อง และระดับน้อย ๓ เรื่อง^๕

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุจิตรา คำพา ได้ศึกษาเรื่อง ทักษะคิดของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น: กรณีศึกษานักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนที่พึงกรณีวิทยาพัฒนา (วัดน้อยใน) ในพระราชูปถัมภ์ ผลการวิจัยพบว่า

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง ๑๕-๑๗ ปี ศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ โดยสถานภาพสมรสของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน และพักอาศัยกับบิดาและมารดา โดยที่พักอาศัยเป็นบ้านเช่าหรือหอพัก บิดามารดามีอาชีพรับจ้าง ครอบครัวมีรายได้อยู่ระหว่าง

^๕พระสรพงษ์ สอนทวี, “สภาพแวดล้อมทางบ้าน วัด โรงเรียน และลักษณะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของสามเณรในกลุ่มโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”, หน้า บทคัดย่อ.

^๕กิตติมา พลเทพ, “พฤติกรรมการอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า บทคัดย่อ.

๑๐,๐๐๑-๒๐,๐๐๐ บาท มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว ๔-๕ คน และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยมีประสบการณ์การใช้ความรุนแรง และมีบางส่วนเคยมีประสบการณ์การใช้ความรุนแรง โดยเฉพาะการชกต่อย/ทำร้ายเพื่อน รองลงมาคือ การทะเลาะวิวาท และทุบตี/เตะน้อง ผลการศึกษาทัศนคติของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น พบว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นด้วยในระดับมากในด้านอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน ในประเด็นการอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่เป็นแก๊งอันธพาลเป็นสาเหตุให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง ผลการศึกษาพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของนักเรียน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงปานกลาง โดยเฉพาะด้านความรุนแรงทางร่างกายในประเด็นที่ถูกรังแก มักใช้กำลังโต้ตอบฝ่ายตรงข้ามด้วยความรุนแรงด้วยการตบ ตี ชกต่อย ผลเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างข้อมูลทั่วไป ด้านเพศ บุคคลที่พักอาศัยด้วย ที่พักอาศัย อาชีพของบิดามารดา และจำนวนสมาชิกในครอบครัว ที่ต่างกันมีทัศนคติที่มีต่อพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕^๖

๕.๒.๒.๒ อภิปรายผลการปรับตัวด้านอารมณ์

ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยการปรับตัวด้านอารมณ์ของสามเณรโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ญัฐวุฒิ ศรีวัฒนาวานิช และมินตรา ศรศิริ ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ ๑ ผลการวิจัยพบว่า คะแนนความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนการปรับตัว การปรับตัวด้านการเรียน การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ การปรับตัวด้านสังคม และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๒๘, p < .๐๑$)^๗

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ กรกนก คำโกน ได้ศึกษาเรื่อง ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ที่มีต่อความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า

๑.ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุขหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

^๖สุจิตรา คำพา, “ทัศนคติของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น: กรณีศึกษานักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนที่ปึงกรณ์วิทยาพัฒนา (วัดน้อยใน) ในพระราชูปถัมภ์”, วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ๒๕๕๗), หน้า บทคัดย่อ.

^๗ญัฐวุฒิ ศรีวัฒนาวานิช และมินตรา ศรศิริ, “ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ ๑”, วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

๒.ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุขของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕^๕

๕.๒.๒.๓ อภิปรายผลการปรับตัวด้านสังคม

ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยการปรับตัวด้านสังคมของสามาเณรโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ศุภางค์ สองเมือง ได้ศึกษาเรื่อง กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล ผลการวิจัยพบว่า

พฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมโดยภาพรวมของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมรายด้านพบว่า นักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลมีพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม ด้านการปรับตัวด้านเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการปรับตัวด้านครูและบุคลากรอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการปรับตัวด้านครอบครัวอยู่ในระดับดี และด้านการปรับตัวด้านสื่อมวลชนอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนกลไกการปรับตัวทางสังคมรายวิธี พบว่า นักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูลมีกลไกการปรับตัวทางสังคม โดยเผชิญปัญหาหรือโต้ตอบปัญหาโดยอัตโนมัติอยู่ในระดับปานกลาง และใช้กลวิธานในการปรับตัวหรือกลไกป้องกันทางจิตอยู่ในระดับปานกลาง และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลไกการปรับตัวทางสังคมกับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม พบว่า กลไกการปรับตัวทางสังคมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม และเมื่อนำกลไกการปรับตัวทางสังคมแต่ละวิธี มาหาความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมแต่ละด้าน พบว่า วิธีเผชิญปัญหาหรือโต้ตอบปัญหาโดยอัตโนมัติ มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน การปรับตัวด้านครูหรือบุคลากร และการปรับตัวด้านสื่อมวลชน และการใช้กลวิธานในการปรับตัวหรือกลไกป้องกันทางจิตมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านเพื่อน การปรับตัวด้านครูหรือบุคลากรและการปรับตัวด้านครอบครัว^๕

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ มณฑินี นามบุญ ได้ศึกษาเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนสันติวิทยาจังหวัดเชียงราย ผลการวิจัยพบว่า

๑.หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีคะแนนความสามารถในการปรับตัวทางสังคมเพิ่มขึ้นกว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๑

^๕กรรณก คำโกน, “ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ที่มีต่อความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น”, *วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพศึกษาและพลศึกษา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า บทคัดย่อ.

^๕ศุภางค์ สองเมือง, “กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล”, *วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยทักษิณ, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

๒.กลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๐๑ ในด้านการปรับตัวเข้ากับเพื่อนและบุคคลทั่วไป ด้านการเป็นผู้ให้และผู้รับ และด้านการยอมรับตนเองและผู้อื่น สำหรับในด้านการปฏิบัติตามระเบียบวินัยนั้นทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน^{๑๐}

โดยสรุป ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคม แต่ละปัจจัยมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันทั้งสิ้น ดังนั้นครูผู้สอน และผู้เกี่ยวข้อง ควรส่งเสริมสนับสนุนและพัฒนาปัจจัยดังกล่าว เพื่อให้นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีคุณลักษณะที่ดีในการปรับตัวทางสังคมและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข^{๑๑}

๕.๒.๒.๔ อภิปรายผลการปรับตัวด้านสติปัญญา

ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยการปรับตัวด้านสติปัญญาของสามาเณรโดยภาพรวมอยู่ในระดับน้อย

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ อธิพันธ์ ศุภรัตน์วงศ์ ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหา เรื่อง สังคมไทย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน ร่วมกับสังคมออนไลน์ ผลการวิจัยพบว่า

๑.ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง สังคมไทย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ หลังเรียนด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน ร่วมกับสังคมออนไลน์ สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

๒.ความสามารถในการแก้ปัญหา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน ร่วมกับสังคมออนไลน์ อยู่ในระดับสูง

๓.ความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน ร่วมกับสังคมออนไลน์ อยู่ในระดับมาก^{๑๒}

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ดาริกา สมนึก ได้ศึกษาเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาสำหรับเด็กเพื่อส่งเสริมความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ผลการวิจัยพบว่า

^{๑๐}มณทิณี นามบุญ, “การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนสันติวิทยาสังคหวัดเชียงราย”, การค้นคว้าแบบอิสระระดับหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตร-มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๑}ศุภศรีนวล ภาโนชิต, “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาในจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา,(บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๓),หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๒}อธิพันธ์ ศุภรัตน์วงศ์, “การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหา เรื่อง สังคมไทย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน ร่วมกับสังคมออนไลน์”, ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสอนสังคม, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๘), หน้า บทคัดย่อ.

นักเรียนที่ได้รับกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาสำหรับเด็กมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และความแตกต่างระหว่างเพศ อายุ เกรดเฉลี่ย อาชีพของผู้ปกครอง และความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ส่งผลต่อความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนซึ่งแตกต่างกับภูมิลำเนาของนักเรียนที่ส่งผลต่อความสามารถในการคิดวิเคราะห์^{๑๓}

๕.๒.๔ อภิปรายผลแบบสอบถามปลายเปิด

พบว่า สามเณรมีปัญหาในพฤติกรรมกรรมการปรับตัวหลายๆด้าน คือ ด้านการใช้ชีวิต ด้านการเรียน ด้านสภาพแวดล้อม ด้านกับเพื่อน และอื่นๆ เนื่องจากสามเณรส่วนมากเป็นผู้ที่มีถิ่นฐานเดิมอยู่ต่างจังหวัด เมื่อจำต้องมาอาศัยอยู่ร่วมเป็นจำนวนมาก จึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีการปรับตัวในแต่ละด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์(จิตใจ) และด้านสติปัญญา โดยที่ไม่ว่าจะเป็นสังคม วัฒนธรรม การดำเนินชีวิต สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปจำเป็นที่สามเณรต้องเรียนรู้รับรู้และพัฒนาตน ปรับตัวเหมาะสมกับการดำเนินชีวิตต่อไป

๕.๓ ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะอยู่ ๓ ประการดังนี้

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๑.จากผลการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ส่วนของจิตวิทยาเชิงบวก ๔ ด้านพบว่า จิตวิทยาเชิงบวกระดับปฏิบัติการอยู่ในระดับมาก ดังนั้นมีความจำเป็น และควรส่งเสริมให้มีในโรงเรียนพระปริยัติธรรมต่าง ๆ

๒.จากผลการศึกษาปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี ส่วนของปัจจัยการปรับตัว ๔ ด้านพบว่า ด้านที่ระดับปฏิบัติน้อย คือ ด้านร่างกาย ดังนั้น วัด และโรงเรียน จึงควรมีความจำเป็น และส่งเสริมการปรับตัวด้านร่างกายให้มากยิ่งขึ้น

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๑.ควรมีกิจกรรมการส่งเสริมองค์ความรู้เรื่องพฤติกรรมกรรมการปรับตัวให้กับสามเณรเพื่อพัฒนาศักยภาพของสามเณรในการดำเนินชีวิตประจำวันให้ดำเนินเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อไป

๒.ควรตระหนักในเรื่องของการศึกษาเล่าเรียนของสามเณรในบริบทต่าง ๆ เช่น ห้องเรียน ตารางเรียน เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ ให้เหมาะสมกับการจัดการเรียนการสอนของสามเณร

๓.ควรมีการจัดการที่พักอาศัยให้มีความเหมาะสมแก่การอยู่อาศัย

^{๑๓}ดาริกา สมนึก, “ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาสำหรับเด็กเพื่อส่งเสริมความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๖๐), หน้า บทคัดย่อ.

๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

๑.ควรศึกษาเรื่อง การศึกษาเล่าเรียนของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี

๒.ควรศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี

๓.ควรศึกษาเรื่อง เจตคติของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี

บรรณานุกรม

๑.ภาษาไทย

ข้อมูลวิทยุ

(๑)หนังสือ:

- กรมการศาสนา กองศาสนศึกษา. คู่มือการจัดการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม - บาลี. กรุงเทพมหานคร: การศาสนา, ๒๕๓๐.
- กรมวิชาการ. กระทรวงศึกษาธิการ. การควบคุมตัวเองและการปรับตัว. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๓๙.
- กันยา แสงสุวรรณ. จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: อักษรพิทยา, ๒๕๔๐.
- .การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บำรุงสาส์น, ๒๕๓๓.
- จวน อุฏฐายีมหาเถร. อนุสรณ์งานศพสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโครงการตำราสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์, ๒๕๔๔.
- ชัชชนะ ปิ่นเงิน. ลักษณะเด่นและวิวัฒนาการของวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนาในล้านนา. เชียงใหม่: สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๒.
- ชัยนถ นาคนุปผา. “โลกของวัยรุ่น”. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๑๕.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์. การพัฒนาพฤติกรรมเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช, ๒๕๕๒.
- เปลื้อง ณ นคร. จิตวิทยาครุศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: ไทยพัฒนาพานิช, ๒๕๓๙.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. สุขภาพจิตเบื้องต้น กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและ จิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๐.
- พรพิมล เจียมนาครินทร์. พัฒนาการวัยรุ่น. พิมพ์ลักษณะ. กรุงเทพมหานคร: บริษัทต้นอ้อแกรมมี, ๒๕๓๙.
- พระราชวรมนูณี (ประยูร ธมมจิตโต). การคณะสงฆ์กับพ.ร.บ.การศึกษาแห่งชาติ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.
- มนูญ ตนะวัฒนา. จิตวิทยาพัฒนาชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๓ กรุงเทพมหานคร: ซีรพงษ์การพิมพ์, ๒๕๓๙
- มานิต มานิตเจริญ, พจนานุกรมไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรพิทยา, ๒๕๔๓.
- ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์ปับลิเคชันส์ จำกัด, ๒๕๔๖.
- ราศรี ธรรมนิยม. จิตวิทยาพัฒนาการฉบับสมบูรณ์. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์หอรัตนชัยการพิมพ์, ๒๕๒๕.
- วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์. จิตวิทยาการปรับตัว. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, ๒๕๔๓.
- ศิริวรรณ เสรีและคณะ. การวิจัยการตลาด. กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมสารจำกัด, ๒๕๔๙.

- ศุภนิത്യ วัฒนธาดา. **คู่มือจิตวิทยาการศึกษา**. พระนครศรีอยุธยา: โรงพิมพ์วัฒนาพานิช, ๒๕๓๕.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **วินัยมุขเล่ม ๑ (หลักสูตรนักธรรมชั้นตรี)**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๙. กรุงเทพมหานคร: มหามงกุฎวิทยาลัยพุทธศาสนา (เถรวาท), ๒๕๔๒.
- สิริวรรณ สารนาค. **จิตวิทยาบุคลิกภาพและการปรับตัว**. กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๙.
- สิริชัย ประทีปฉาย. **การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว**. จันทบุรี: วิทยาลัยรำไพพรรณ, ๒๕๓๓.
- สุรางค์ ไคว้ตระกูล. **จิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๒.
- อาภรณ์ ใจเที่ยง. **หลักการสอน**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๐.
- อุไร สุมาริธรรม. **จิตวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น**. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครศรีธรรมราช. คณะครุศาสตร์, ๒๕๔๕.
- อัมพร โอตระกูล. **สุขภาพจิต**. กรุงเทพมหานคร: นำอักษรการพิมพ์, ๒๕๓๘.
- เอนก ขำทอง ปัญญา สละทองตรง. **ธรรมศึกษาขั้นตรี ฉบับปรับปรุงใหม่ที่ประกาศใช้ปัจจุบัน**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม กระทรวงวัฒนธรรม, ๒๕๕๐.
- (๒) คุชณินิพนธ์/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์:**
- กรกนก คำโกน. “ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพโดยการใช้กรอบความคิดแบบเติบโตร่วมกับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ที่มีต่อความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น”. **ปริญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๖๐.
- กฤษณะ ถาวร. “ปัญหาในการปรับตัวของครูและนักเรียนให้เข้ากับการเรียนการสอนตามนโยบายปฏิรูปการศึกษา: กรณีศึกษาโรงเรียนจจรองจันวิทยา”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญาการเมือง และเศรษฐศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกริก, ๒๕๔๘.
- กิตติมา พลเทพ. “พฤติกรรมการอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย”. **ปริญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบรรณารักษศาสตร์และสารสนเทศศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๖๐.
- ดาริกา สมนึก. “ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาสำหรับเด็กเพื่อส่งเสริมความสามารถในการคิดวิเคราะห์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕”. **ปริญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา**, บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๖๐.
- โชติอนันต์ เขาวนัสจรีต. “ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกกับการเผชิญปัญหาของนักศึกษาระดับปริญญาตรี”. **ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๕๙.
- ณัฐภูมิ ศรีวัฒนพานิช และมินตรา ศรีศิริ. “ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนิสิตชั้นปีที่ ๑”. **ปริญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

- ปนัดดา ดอกอินทร์. “สุขภาพจิตและพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์เชียงใหม่”. **การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๔.
- ประทวน กลิ่นพินิจ. “พฤติกรรมการเรียนการสอนภาษาไทยของครูและนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ ๖ กลุ่มโรงเรียนน้ำไผ่ อำเภอน้ำป่าด จังหวัดอุตรดิตถ์”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๓๙.
- ประภาวดี เหล่าพูลสุข. “ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตชั้นปีที่ ๑ มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, พ.ศ. ๒๕๓๙.
- เปรมพร มั่นเสมอ. “การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ ๑”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๕.
- พรรณนาเลขา พลอยสระศรี. “กระบวนการปรับตัวของผู้ต้องขังวัยหนุ่มในเรือนจำกลางบางขวาง” **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๖.
- พระณารินทร์ ออคคูนี (ตัง). “การศึกษาพฤติกรรมการปรับตัว ของพระนิสิตชาวเวียดนามที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- พระมหาสมชาย คุณาลังกาโร(ศรีเลิศ). “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรชาวเขา: ศึกษาเฉพาะกรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖ โรงเรียนสมเด็จพุทธชินวงศ์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔.
- พระสรพงษ์ สอนทวี. “สภาพแวดล้อมที่บ้าน วัด โรงเรียนและลักษณะทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของสามเณรในกลุ่มโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”. **ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๔.
- พระสวัสดิ์ เฉิดฉาย. “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๔๘.
- พระไพรินทร์ ทองกลม. “การศึกษาและการสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวของสามเณรนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนมหาวชิราลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”. **ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓.

- พวงสร้อย วรกุล. “การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นใน กรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา”. **ปริญญานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา การแนะแนว**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๖๒.
- พิพัฒน์ แป้นอาทิตย์. “ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนที่เป็นพระภิกษุ สามเณร ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา”. **ปริญญานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรี นครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๕.
- มณฑินี นามบุญ. “การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนสันติวิทยาจังหวัดเชียงราย”. **การค้นคว้าแบบอิสระระดับหลักสูตรปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว**. บัณฑิต วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕.
- วารุณี แจ่มกระจาย. “การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยเกื้อการุณย์สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร”, **ปริญญานิพนธ์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนคริ นทรวิโรฒประสานมิตร, ๒๕๔๐.
- ศิริมล คำนวล. “ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการเผชิญปัญหา และความสุข: กรณีศึกษาพนักงานบริษัทแห่งหนึ่ง”. **ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชา จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๒.
- ศุภศรีนวล ภาโนชิต. “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอน ปลาย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาในจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ”. **ปริญญา การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย มหาสารคาม, ๒๕๕๓.
- ศุภางค์ สองเมือง. “กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในโรงเรียนราชประชานุ เคราะห์ ๔๒ จังหวัดสตูล”. **ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยทักษิณ, ๒๕๕๔.
- สายสมร เฉลยกิตติ. “การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพโดยการให้คำปรึกษา กลุ่มแบบบูรณาการ”, **ปริญญานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต จิตวิทยาการให้คำปรึกษา**. บัณฑิต วิทยาลัย: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๔.
- สิริพร วงษ์ไท. “ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาด้านบวกความผูกพันต่อองค์การและผลการ ปฏิบัติงาน: กรณีศึกษาธนาคารพาณิชย์แห่งหนึ่ง”. **ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๔.
- สุจิตรา คำพา. “ทัศนคติของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงของวัยรุ่น: กรณีศึกษานักเรียน มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนที่ปึงกรณวิทยาพัฒน์ (วัดน้อยใน) ในพระราชูปถัมภ์”. **สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๗.

อัญชลี ทองจันทร์. “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ในจังหวัดเพชรบุรี”. **ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๖.

อิทธิพันธ์ ศุภรัตน์นางศ์. “การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหา เรื่อง สังคมไทย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน ร่วมกับสังคมออนไลน์”. **ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสอนสังคม**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๘.

(๓) รายงานวิจัย:

ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉิม. “ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับ สุขภาพจิต และจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น”. **รายงานการวิจัย**. สถาบันวิจัย พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๔.

อังศิรินทร์ อินทรกำแหง และ ฉัตรชัย เอกปัญญากุล. “อิทธิพลของจิตวิทยาเชิงบวก และบรรทัดฐานทางสังคมวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและสุขภาวะครอบครัวโดยส่งผ่านความรอบรู้ด้านสุขภาพของครอบครัวในชุมชนกึ่งเมือง: การวิจัยผสมผสานวิธี”. **รายงานการวิจัย**. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ และคณะแพทยศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๖๐.

อรพินทร์ ชูชม; สุภาพร ธนะชานันท์; และทัศนาก ทอภักดี. “ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชน”. **รายงานการวิจัย**. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๔.

อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ. “องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักเรียนวัยรุ่น”. **รายงานการวิจัย**. ฉบับที่ ๔๘ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๒.

(๔) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

พอ ดี คำ . **แนวคิด ทฤษฎี ที่ เกี่ยว กับ การ ปรับ ตัว**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <https://www.bloggang.com/mainblog.php?id=paperprint&month=21-12-2010&group=1&gblog=1>, ๒๖ ธันวาคม.๒๕๖๑.

วัดปัญญานันทาราม. **ประวัติความเป็นมาวัดปัญญานันทาราม** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <https://watpanya.wordpress.com/watpanya-by-kung/>. [๒๖ ธันวาคม. ๒๕๖๑].

วัดโกเมศรัตนาราม. **ประวัติความเป็นมาวัดโกเมศรัตนาราม** [ออนไลน์]. สืบค้นจาก: http://mbu-watkometrattanaram.blogspot.com/2012/09/blog-post_21.html, [๒๖ ธันวาคม. ๒๕๖๑].

วัดโกเมศรัตนาราม. **วัดโกเมศรัตนาราม**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://administrative-office-of-watkomet.blogspot.com/>, [๒๖ ธันวาคม. ๒๕๖๑].

๒. ภาษาอังกฤษ

Secondary Sources

(I) Books:

Anthony Grasha F and Daniel, Kirschenbaum S. **Psychology of Adjustment and Competence**. New York: Winthrop Publisher, 1980.

Arkoff, H.A.; & Roy S.C.. **The Roy's Adaptation Model**. California: Appleton & Lange, 1968.

Bertrand Alvin L. **Rural Sociology: An Analysis of Contemporary Rural Life**. (New York: MC Graw – Hill Book Company. Inc. 1969.

Gilmer. B. Von Haller. **Industrial and Organizational Psychology**. New York: McGraw - Hill, 1971.

Good, Carter V. **Dictionary to Education**. 3rd ed. New York: MC Graw – Hill, 1978.

Havighurst. Robert J. “ **Human Development and Education** ”. New York: MCKay Company, 1953.

Hurlock, E. B. Child development. 6th Edition. New York: McGraw-Hill, 1978.

Kaplan. R. M.. Sallis. Jr.. & Patterson. T. L.. **Health and human behavior**. New York: McGraw-Hill, 1959.

Lazarus. R.. S.. **Patterns of Adjustment and Human Effectiveness**. 3rd Edition. New York: McGraw-Hill, Book Company., lin. 1969.

Roger. D.. **The psychology of adolescence**. New York: Appleton Century-Crofts, 1962.

Worchel. Setphen. and George R Goethole. **Adjustment parth ways to personal Growth**. Englewood Cliffs. New Jersey: Prentice, 1989.

แบบตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือของผู้เชี่ยวชาญ

การหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค (Index of Item Objective Congruence: IOC)

เรื่อง ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

ผู้วิจัย พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)

คำชี้แจง ขอให้ท่านผู้เชี่ยวชาญได้กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านที่มีต่อการรับการวิจัยแต่ละข้อว่า มีความเหมาะสม ไม่ขัดจริยธรรม และสอดคล้องกับ นิยามเชิงปฏิบัติการ วัตถุประสงค์ ของตัวแปรที่ศึกษาหรือไม่ ถ้าพิจารณาแล้วเห็นว่า สอดคล้องให้เขียน ✓ ที่ช่อง +๑, ไม่แน่ใจ ที่ช่อง ๐ , ไม่สอดคล้อง ที่ช่อง -๑ และกรุณาให้คำแนะนำพร้อมเขียนข้อเสนอแนะ ที่เป็นประโยชน์ในการนำไปพิจารณาปรับปรุงต่อไป

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลของสามเณร

คำอธิบาย โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ที่ตรงกับความเป็นจริงของสามเณร

๑.ปัจจุบันสามเณรอายุ

() ๑. ไม่เกิน ๑๕ ปี

() ๒. มากกว่า ๑๕ ปี

๒.สามเณรเป็นบุตรลำดับที่.....

๓.ก่อนบรรพชาเป็นสามเณร ท่านอาศัยอยู่กับใคร

() ๑. อยู่กับบิดา

() ๒. อยู่กับมารดา

() ๓. อยู่กับบิดาและมารดา

() ๔. อื่นๆ โปรดระบุ.....

๔.ในปีการศึกษาที่ผ่านมา มีผลการศึกษาระดับใด

() ๑. ๑.๕๐ - ๑.๙๙

() ๒. ๒.๐๐ - ๒.๔๙

() ๓. ๒.๕๐ - ๒.๙๙

() ๔. ๓.๐๐ - ๓.๔๙

() ๕. ๓.๕๐ - ๔.๐๐

๕.ปัจจุบันสามเณรศึกษาอยู่ในระดับชั้นใด

() ๑. ชั้นมัธยมตอนต้น

() ๒. ชั้นมัธยมตอนปลาย

๖.สามเณรบรรพชามาแล้วเป็นเวลานานเท่าใด

() ๑. บรรพชาเป็นเวลา ๑-๓ ปี

() ๒. บรรพชาเป็นเวลา ๔-๖ ปี

() ๓. บรรพชาเป็นเวลา ๗-๑๐ ปี

๗.ปัจจุบันสามเณรพักอยู่กับใคร

() ๑. พักอาศัยร่วมกับเพื่อนสามเณร

() ๒. พักอาศัยอยู่กับพระภิกษุ

() ๓. พักอาศัยอยู่ที่กุฏิตามลำพัง

๘.ภูมิลำเนา

() ๑. ภาคเหนือ

() ๒. ภาคอีสาน

() ๓. ภาคใต้

() ๔. ภาคตะวันออก

() ๕. ภาคตะวันตก

() ๖. ภาคกลาง

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

ข้อ	ข้อความคำถามสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ			
		+๑	๐	-๑	ข้อเสนอแนะ
ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง					
๑.	ข้าพเจ้านั้นมั่นใจว่า จะสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้				
๒.	ข้าพเจ้าเชื่อว่า จะคุยเรื่องความสุขของชีวิตได้				
๓.	ข้าพเจ้านั้นมั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้สำเร็จตามที่คาดหวังได้				
๔.	ข้าพเจ้านั้นมั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถเตรียมรับในการเผชิญปัญหา				
ความหวัง					
๕.	ปัจจุบันข้าพเจ้าเต็มไปด้วยพลังเชิงบวกในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข				
๖.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าปัญหาทุกอย่างมีวิธีการแก้ไข				
๗.	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองประสบความสำเร็จในชีวิต				
การมองโลกในแง่ดี					
๘.	ถึงแม้จะมีความไม่แน่นอนเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต ข้าพเจ้าก็ยังเห็นว่าจะต้องมีสิ่งที่ดี ๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง				
๙.	ข้าพเจ้าจะมีมุมมองที่ดีในการใช้ชีวิต				
๑๐.	ข้าพเจ้ามองเห็นสิ่งที่ดีที่เกิดขึ้นในชีวิต				
๑๑.	ข้าพเจ้าเชื่อว่า “เมื่อผ่านอุปสรรคไปแล้วมักมีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นตามมาเสมอ”				
ความยืดหยุ่น					
๑๒.	ข้าพเจ้าสามารถจัดการชีวิตครอบครัว และชีวิตในการทำงาน ของตนเองให้มีความสุขได้โดยไม่ส่งผลเสียตามมา				
๑๓.	ข้าพเจ้าสามารถใช้ความพยายามผ่านพ้นปัญหาในชีวิต				
๑๔.	ข้าพเจ้าสามารถปรับตัวกับสภาพปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ยากลำบากได้				
๑๕.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง				

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการปรับตัวของสามเณร

ตอนที่ ๓.๑ ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวด้านร่างกาย

ข้อ	ข้อความคำถามสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ			
		+๑	๐	-๑	ข้อเสนอแนะ
๑.	ข้าพเจ้ามีภูมิคุ้มกันโรคเป็นประจำ				
๒.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน				
๓.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้าเมื่อต้องเดินไกล ๆ				
๔.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา				
๕.	ข้าพเจ้ามักป่วยเป็นไข้หวัดหรือโรคทางเดินหายใจ				
๖.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร				
๗.	ข้าพเจ้าไม่แข็งแรงเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ				
๘.	ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ				
๙.	ข้าพเจ้าชอบสูบบุหรี่				
๑๐.	ข้าพเจ้าเบื่ออาหาร ฉันทานอาหารไม่ค่อยได้				
๑๑.	ข้าพเจ้าหยุดเรียนบ่อยเพราะมีปัญหาด้านสุขภาพ				
๑๒.	ข้าพเจ้าอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ				
๑๓.	ข้าพเจ้าออกกำลังกายเป็นประจำ				
๑๔.	ข้าพเจ้าเป็นโรคเกี่ยวกับผิวหนัง				
๑๕.	ข้าพเจ้าสามารถรักษาข้อวัตรปฏิบัติ				

ตอนที่ ๓.๒ ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวด้านอารมณ์ (จิตใจ)

ข้อ	ข้อความคำถามสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ			
		+๑	๐	-๑	ข้อเสนอแนะ
๑.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกวิตกกังวลเมื่อใกล้เวลาสอบ				
๒.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกประหม่าเมื่อต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน				
๓.	ข้าพเจ้าเป็นคนหงุดหงิดมีอารมณ์เสีง่าย				
๔.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีความสุขสนุกสนานเหมือนเพื่อนคนอื่น				
๕.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่มั่นใจในตนเอง				
๖.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกไม่พอใจ เมื่อเห็นเพื่อนได้ดีกว่า				
๗.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกเศร้าหมอง				

๘.	บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกน้อยใจต่อการกระทำของผู้อื่น				
๙.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ ถ้าจะต้องตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง				
๑๐.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ขาดความตั้งใจ				
๑๑.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกกว่าตนเองไม่มีคุณค่าอะไร				
๑๒.	ข้าพเจ้ามักทำสิ่งที่ผิด ในสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการกระทำ				
๑๓.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าการที่ได้เรียนหนังสือ มีความสบายใจ				
๑๔.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกกลัวการกระทำผิด				
๑๕.	ข้าพเจ้ามักตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเองเสมอ				
๑๖.	ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรค				
๑๗.	ข้าพเจ้าไม่มีความรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัว				

ตอนที่ ๓.๓ ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวด้านสังคม

ข้อ	ข้อความคำถามสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ			
		+๑	๐	-๑	ข้อเสนอแนะ
๑.	ครู-อาจารย์ส่วนใหญ่รู้จักข้าพเจ้า				
๒.	ข้าพเจ้าเป็นที่รักของเพื่อน ๆ				
๓.	บ่อยครั้งที่ครู-อาจารย์เรียกข้าพเจ้าไปใช้งาน				
๔.	เมื่อมีปัญหาในการเรียน ข้าพเจ้ามักไปพบครูอาจารย์				
๕.	เพื่อนมีความสำคัญมากต่อการเรียนของข้าพเจ้า				
๖.	ข้าพเจ้าชอบช่วยงานของวัด				
๗.	ข้าพเจ้าเป็นคนไม่คบใครเป็นเพื่อนง่าย ๆ				
๘.	ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม				
๙.	ข้าพเจ้าชอบพูดคุยกัน ในเวลาเรียน				
๑๐.	ข้าพเจ้ามักหลบหน้าครู-อาจารย์				
๑๑.	ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะวิวาท (ตี) กับเพื่อน ๆ				
๑๒.	ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ เมื่อต้องเข้าสังคมกับเพื่อน ๆ				

๑๓.	ข้าพเจ้าไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ				
๑๔.	ข้าพเจ้ามีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับเพื่อน ๆ				
๑๕.	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนดูแลจากทางวัด				
๑๖.	ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนให้มาบวชเรียน				
๑๗.	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาในชีวิต ข้าพเจ้าสามารถแก้ปัญหาได้				
๑๘.	ข้าพเจ้ามีความยินดีพอใจช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				

ตอนที่ ๓.๔ ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวด้านสติปัญญา

ข้อ	ข้อความคำถามสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ			
		+๑	๐	-๑	ข้อเสนอแนะ
๑.	ข้าพเจ้ามีความเชื่อถือในเรื่องของโชคกลาง				
๒.	ข้าพเจ้ามีความจำไม่ค่อยดี				
๓.	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า				
๔.	ข้าพเจ้าทบทวนอ่านหนังสือทุกวัน				
๕.	ข้าพเจ้าเข้าไปค้นคว้าหนังสือในห้องสมุด				
๖.	ข้าพเจ้าสนใจความเป็นไปของสังคม				
๗.	ข้าพเจ้ารู้เรื่องพิษภัยของยาเสพติด				
๘.	ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือเรียน				
๙.	ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์หรือฟังวิทยุ				
๑๐.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาอังกฤษ				
๑๑.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาไทย				
๑๒.	ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ				
๑๓.	ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ				
๑๔.	ข้าพเจ้ามีผลการเรียนไม่ค่อยดี (ต่ำ)				
๑๕.	ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเรียนซ้ำชั้นและสอบซ่อมบ่อย				

ตอนที่ ๔ แนวทางในการแก้ไขปัญหา และข้อเสนอแนะของท่าน

คำชี้แจง: โปรดเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

๔. เมื่อท่านประสบปัญหาต่าง ๆ ท่านมีวิธีการจัดหรือแก้ไข ในการปรับตัวของท่านอย่างไร

๔.๑ ปัญหาด้านการใช้ชีวิต คือ ปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน

.....

.....

.....

๔.๒ ปัญหาด้านการเรียน คือ ปัญหาที่ประสบพบเจอในการศึกษาเล่าเรียน

.....

.....

.....

๔.๓ ปัญหาด้านสภาพแวดล้อม คือ ปัญหาเกี่ยวกับที่อยู่อาศัย

.....

.....

.....

๔.๔ ปัญหาด้านกับเพื่อน คือ ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างตัวของเรากับเพื่อน

.....

.....

.....

๔.๕ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ (โปรดระบุ)

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

(.....)

วันที่ เดือน พ. ศ.

ตารางวิเคราะห์ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิต่อปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการ
ปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวก

รายการความคิดเห็น	ประมาณค่าความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ					ค่า IOC	แปลผล
	๑	๒	๓	๔	๕		
ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง							
๑.ข้าพเจ้านับใจว่า ข้าพเจ้าสามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาที่เกิด มายาวนาน และหาทางแก้ไขให้สำเร็จได้	๐	๐	+๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๒.หากต้องพูดคุยถึงวิธีการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ข้าพเจ้านับใจว่า สามารถมีส่วนร่วมในการพูดคุยในเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๓.ข้าพเจ้านับใจว่า ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้สำเร็จตามที่คาดหวังได้	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๔.ข้าพเจ้านับใจว่า ท่านสามารถเตรียมรับความเสี่ยงในการเผชิญ ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
ความหวัง							
๕.ปัจจุบันข้าพเจ้าเต็มไปด้วยพลังเชิงบวกในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๖.ข้าพเจ้าเชื่อว่าปัญหาทุกอย่างมีวิธีการที่สามารถแก้ไขได้	๐	+๑	๐	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๗.ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองประสบความสำเร็จในชีวิต	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
การมองโลกในแง่ดี							
๘.ถึงแม้จะมีความไม่แน่นอนเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต แต่ข้าพเจ้าก็ยังเห็นว่าจะต้องมีสิ่งที่ดี ๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๙.ข้าพเจ้าจะมีมุมมองที่ดีในการใช้ชีวิต	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๐.ข้าพเจ้ามองเห็นสิ่งที่ดีต่อการดำเนินชีวิตในอนาคต	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๑.ข้าพเจ้ามีวิธีคิดในการใช้ชีวิตว่า “เมื่อผ่านอุปสรรคไปแล้วมัก มีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นตามมาเสมอ”	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
ความยืดหยุ่น							
๑๒.ข้าพเจ้าสามารถจัดการชีวิตครอบครัว และชีวิตในการทำงาน ของตนเองให้มีความสุขได้ โดยไม่ส่งผลเสียตามมา	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้

๑๓.ข้าพเจ้าสามารถอดทนต่อช่วงเวลาที่มีความยากลำบากใน การดำเนินชีวิต และสามารถผ่านพ้นไปได้ด้วยดี	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๔.ข้าพเจ้าสามารถปรับตัวกับสภาพปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ยากลำบากได้ดี	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๕.ข้าพเจ้าพร้อมที่จะดูแลสุขภาพของตนเองและคนในครอบครัว เพื่ออนาคตที่มั่นคง	๐	+๑	๐	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการปรับตัวของสามเณร

ตอนที่ ๒.๑ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านร่างกาย

รายการความคิดเห็น	ประมาณค่าความคิดเห็นของ ผู้ทรงคุณวุฒิ					ค่า IOC	แปล ผล
	๑	๒	๓	๔	๕		
๑.ข้าพเจ้ามักรู้สึกปวดศีรษะเป็นประจำ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๒.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๓.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้าเมื่อต้องเดินไกล ๆ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๔.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๕.ข้าพเจ้ามักป่วยเป็นไข้หวัดหรือโรคทางเดินหายใจ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๖.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๗.ข้าพเจ้าไม่แข็งแรงเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๘.ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๙.เมื่อเพื่อนเอาบุญหรือมาให้ ข้าพเจ้าก็ไม่รับ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๐.ข้าพเจ้าเบื่ออาหาร และฉันอาหารไม่ค่อยได้	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๑.ข้าพเจ้าหยุดเรียนบ่อยเพราะมีปัญหาด้านสุขภาพ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๒.ข้าพเจ้าอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๓.ข้าพเจ้าออกกำลังกายเป็นประจำ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๔.ข้าพเจ้าเป็นโรคเกี่ยวกับผิวหนัง	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๕.ข้าพเจ้าสามารถรักษาข้อวัตรปฏิบัติต่าง ๆ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้

ตอนที่ ๒.๒ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านอารมณ์ (จิตใจ)

รายการความคิดเห็น	ประมาณค่าความคิดเห็นของ ผู้ทรงคุณวุฒิ					ค่า IOC	แปล ผล
	๑	๒	๓	๔	๕		
๑.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกวิตกกังวลเมื่อใกล้เวลาสอบ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๒.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกประหม่าเมื่อต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๓.ข้าพเจ้าเป็นคนหงุดหงิดและมีอารมณ์เสื่อง่าย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๔.ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีความสุขสนุกสนานเหมือนเพื่อนคนอื่น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๕.ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่มั่นใจในตนเอง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๖.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกไม่พอใจ เมื่อเห็นเพื่อนได้ดีกว่า	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๗.บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกซึมเศร้า	+๑	๐	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๘.บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกน้อยใจต่อการกระทำของผู้อื่น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๙.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ ถ้าจะต้องตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๐.ข้าพเจ้าเป็นคนใจลอยเสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๑.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่าอะไร	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๒.ข้าพเจ้ามักทำสิ่งที่ผิด ในสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการกระทำ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๓.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่า การที่ได้เรียนหนังสือ มีความสบายใจ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๔.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกกลัวการกระทำผิด	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๕.ข้าพเจ้ามักตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเองเสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๖.ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๗.ข้าพเจ้าไม่มีความรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของบิดามารดา	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้

ตอนที่ ๒.๓ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านสังคม

รายการความคิดเห็น	ประมาณค่าความคิดเห็นของ ผู้ทรงคุณวุฒิ					ค่า IOC	แปล ผล
	๑	๒	๓	๔	๕		
๑.ครู-อาจารย์ส่วนใหญ่รู้จักข้าพเจ้า	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๒.ข้าพเจ้าเป็นที่รักของเพื่อน ๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๓.บ่อยครั้งที่ครู-อาจารย์เรียกข้าพเจ้าไปใช้งาน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๔.เมื่อมีปัญหาในการเรียน ข้าพเจ้ามักไปพบครู อาจารย์ เพื่อขอความช่วยเหลือ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๕.เพื่อนมีความสำคัญมากต่อการเรียนของข้าพเจ้า	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๖.ข้าพเจ้าชอบช่วยงานของวัด	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๗.ข้าพเจ้าเป็นคนไม่คบใครเป็นเพื่อนง่าย ๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๘.ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็น บุคคลภายนอกกลุ่ม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๙.ข้าพเจ้าชอบพูดคุยกัน ในเวลาเรียนอยู่ในห้อง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๐.ข้าพเจ้ามักหลบหน้าครู-อาจารย์	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๑.ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะวิวาท (ตี) กับเพื่อน ๆ อยู่บ่อยครั้ง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๒.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ เมื่อต้องเข้า สังคมกับเพื่อน ๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๓.ข้าพเจ้าไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๔.ข้าพเจ้ามีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับเพื่อน ๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๕.ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุน ด้านปัจจัย ๔ จากทางวัด	-๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๑๖.ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุน ให้มาบวชเรียน	-๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๑๗.เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาในชีวิต ข้าพเจ้าสามารถ แก้ปัญหาได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๘.ข้าพเจ้ามีความยินดีพอใจช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมี โอกาส	-๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้

ตอนที่ ๒.๔ ข้อมูลเกี่ยวกับการปรับตัวด้านสติปัญญา

รายการความคิดเห็น	ประมาณค่าความคิดเห็นของ ผู้ทรงคุณวุฒิ					ค่า IOC	แปล ผล
	๑	๒	๓	๔	๕		
๑.ข้าพเจ้ามีความเชื่อถือในเรื่องของโคลลาจ	+๑	+๑	-๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๒.ข้าพเจ้ามีความจำไม่ค่อยดี	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๓.ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๔.ข้าพเจ้าพบทวนอ่านหนังสือทุกวัน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๕.ข้าพเจ้าเข้าไปค้นคว้าหนังสือในห้องสมุดเป็นประจำ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๖.ข้าพเจ้าสนใจความเป็นไปของสังคม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๗.ข้าพเจ้ารู้เรื่องพิษภัยของยาเสพติด	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๘.ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือเรียน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๙.ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์หรือฟังวิทยุ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๐.ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาอังกฤษ	+๑	+๑	-๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๑๑.ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาไทย	+๑	+๑	-๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๑๒.ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๐.๘	ใช้ได้
๑๓.ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ	+๑	+๑	-๑	+๑	+๑	๐.๖	ใช้ได้
๑๔.ข้าพเจ้ามีผลการเรียนไม่ค่อยดี (ต่ำ)	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้
๑๕.ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเรียนซ้ำชั้นและสอบซ่อมบ่อย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑.๐	ใช้ได้

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ปัจจัยทางจิตวิทยาเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมการปรับตัวของสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกสามัญศึกษาจังหวัดปทุมธานี

คำชี้แจง ในการตอบแบบสอบถามสำหรับสามเณรในโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดปทุมธานี แบบสอบถามแบ่งออกเป็น ๔ ตอน

ตอนที่ ๑ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของสามเณร

ตอนที่ ๒ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก

ตอนที่ ๓ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวทั้ง ๔ ด้าน คือ การปรับตัวทางด้านร่างกาย, การปรับตัวทางด้านอารมณ์ (จิตใจ), การปรับตัวทางด้านสังคม, การปรับตัวทางด้านสติปัญญาของสามเณร

ตอนที่ ๔ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะทางในการแก้ไขปัญหา และข้อเสนอแนะการปรับตัวของสามเณร

ในการตอบแบบสอบถามทั้ง ๔ ตอน ขอความกรุณาท่านได้โปรดตอบทุกข้อ และตอบตามลักษณะสภาพของความเป็นจริง

อนึ่ง รายละเอียดของแบบสอบถามทั้งหมด ผู้ศึกษาจะไม่นำไปเปิดเผย หรือเผยแพร่ แต่จะนำผลการวิจัยไปใช้เพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น

ผู้วิจัยขอขอบคุณในความร่วมมือของสามเณรในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้ ด้วยความตั้งใจอย่างครบถ้วน

ขอขอบคุณเป็นอย่างยิ่งที่ให้ความร่วมมือ

ด้วยความนับถือ

พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลของสามเณร

คำอธิบาย โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ที่ตรงกับความเป็นจริงของสามเณร

๑. ปัจจุบันสามเณรอายุ
 () ๑.ไม่เกิน ๑๕ ปี () ๒.มากกว่า ๑๕ ปี
๒. สามเณรเป็นบุตรลำดับที่.....
๓. ก่อนบรรพชาเป็นสามเณร ท่านอาศัยอยู่กับใคร
 () ๑.อยู่กับบิดา () ๒.อยู่กับมารดา
 () ๓.อยู่กับบิดาและมารดา () ๔. อื่นๆ โปรดระบุ.....
๔. ในปีการศึกษาที่ผ่านมา มีผลการศึกษาระดับใด
 () ๑.๑.๕๐ - ๑.๙๙ () ๒.๒.๐๐ - ๒.๔๙
 () ๓.๒.๕๐ - ๒.๙๙ () ๔.๓.๐๐ - ๓.๔๙
 () ๕.๓.๕๐ - ๔.๐๐
๕. ปัจจุบันสามเณรศึกษาอยู่ในระดับชั้นใด
 () ๑.ชั้นมัธยมตอนต้น () ๒.ชั้นมัธยมตอนปลาย
๖. สามเณรบรรพชามาแล้วเป็นเวลานานเท่าใด
 () ๑.บรรพชาเป็นเวลา ๑-๓ ปี
 () ๒.บรรพชาเป็นเวลา ๔-๖ ปี
 () ๓.บรรพชาเป็นเวลา ๗-๑๐ ปี
๗. ปัจจุบันสามเณรพักอยู่กับใคร
 () ๑.พักอาศัยรวมกับเพื่อนสามเณร
 () ๒.พักอาศัยอยู่กับพระภิกษุ
 () ๓.พักอาศัยอยู่ที่กุฏิตามลำพัง
๘. ภูมิลำเนาเดิม
 () ๑.ภาคเหนือ () ๒.ภาคอีสาน
 () ๓.ภาคใต้ () ๔.ภาคตะวันออก
 () ๕.ภาคตะวันตก () ๖.ภาคกลาง

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อให้ชัดเจน แล้วพิจารณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความเป็นจริงที่ตรงกับลักษณะของความสามารถในการปรับตัวของท่านตามความเป็นจริงมากน้อยเพียงใด เพียงคำตอบเดียว ซึ่งมีคำตอบให้เลือก ๕ ระดับ คือ

หมายเลข ๕ = มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรมากที่สุด

หมายเลข ๔ = มาก หมายถึง ข้อความนั้นส่วนใหญ่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณร

หมายเลข ๓ = ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรเพียงครึ่งเดียว

หมายเลข ๒ = น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรเพียงเล็กน้อยน้อย

หมายเลข ๑ = น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรน้อยที่สุดหรือไม่จริงเลย

ตอนที่ ๒.๑ ข้อมูลเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข ๕,๔,๓,๒,๑ ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

ข้อความ	๕	๔	๓	๒	๑
ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง					
๑.ข้าพเจ้ามั่นใจว่า จะสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตได้					
๒.หากต้องพุดคุยถึงวิธีการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ข้าพเจ้ามั่นใจว่า สามารถมีส่วนในการพุดคุยในเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี					
๓.ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถทำงานได้สำเร็จตามที่คาดหวังได้					
๔.ข้าพเจ้ามั่นใจว่า ข้าพเจ้าสามารถเตรียมรับความเสี่ยงในการเผชิญ ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี					
ความหวัง					
๕.ปัจจุบันข้าพเจ้าเต็มไปด้วยพลังเชิงบวกในการดำเนินชีวิตให้มีความสุข					
๖.ท่านเชื่อว่าปัญหาทุกอย่างมีวิธีการแก้ไข					
๗.ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองประสบความสำเร็จในชีวิต					
การมองโลกในแง่ดี					
๘.ถึงแม้จะมีความไม่แน่นอนเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตข้าพเจ้าก็ยังเห็นว่าจะต้องมีสิ่งที่ดี ๆ เกิดขึ้นกับตัวเอง					
๙.ข้าพเจ้าจะมีมุมมองที่ดีในการใช้ชีวิต					
๑๐.ข้าพเจ้ามองเห็นสิ่งที่ดีต่อการดำเนินชีวิตในอนาคต					

๑๑.ข้าพเจ้ามีวิธีคิดในการใช้ชีวิตว่า “เมื่อผ่านอุปสรรคไปแล้วก็มีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นตามมาเสมอ”					
ความยืดหยุ่น					
๑๒.ข้าพเจ้าสามารถจัดการชีวิตครอบครัว และชีวิตในการทำงาน ของตนเอง ให้มีความสมดุลได้โดยไม่ส่งผลเสียตามมา					
๑๓.ท่านสามารถอดทนต่อช่วงเวลาที่มีความยากลำบากในการดำเนินชีวิต และสามารถผ่านพ้นไปได้ด้วยดี					
๑๔.ข้าพเจ้าสามารถปรับตัวกับสภาพปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ยากลำบากได้					
๑๕.ข้าพเจ้าพร้อมที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง					

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามเกี่ยวกับความสามารถในการปรับตัวของสามเณร

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อให้ชัดเจน แล้วพิจารณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามความเป็นจริงที่ตรงกับลักษณะของความสามารถในการปรับตัวของท่านตามความเป็นจริงมากน้อยเพียงใด เพียงคำตอบเดียว ซึ่งมีคำตอบให้เลือก ๕ ระดับ คือ

หมายเลข ๕ = จริงมากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรมากที่สุด

หมายเลข ๔ = จริงมาก หมายถึง ข้อความนั้นส่วนใหญ่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณร

หมายเลข ๓ = จริงปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรเพียงครึ่งเดียว

หมายเลข ๒ = จริงน้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรเพียงเล็กน้อยน้อย

หมายเลข ๑ = จริงน้อยที่สุดหรือไม่จริงเลย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงของสามเณรน้อยที่สุดหรือไม่จริงเลย

ตอนที่ ๓.๑ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านร่างกาย

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข ๕,๔,๓,๒,๑ ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

ข้อความ	๕	๔	๓	๒	๑
๑.ข้าพเจ้าปวดศีรษะเป็นประจำ					
๒.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพฟัน					
๓.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเท้าเมื่อต้องเดินไกล ๆ					
๔.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับสายตา					
๕.ข้าพเจ้ามักป่วยเป็นไข้หวัดหรือโรคทางเดินหายใจ					
๖.ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร					
๗.ข้าพเจ้าไม่แข็งแรงเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ					
๘.ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ					
๙.เมื่อเพื่อนเอาบุญมาให้ ข้าพเจ้าก็ไม่รับ					
๑๐.ข้าพเจ้าเบื่ออาหาร และฉันทานอาหารไม่ค่อยได้					
๑๑.ข้าพเจ้าหยุดเรียนบ่อยเพราะมีปัญหาด้านสุขภาพ					
๑๒.ข้าพเจ้าอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกรบกวนลักษณะ					
๑๓.ข้าพเจ้าออกกำลังกายเป็นประจำ					
๑๔.ข้าพเจ้าเป็นโรคเกี่ยวกับผิวหนัง					

๑๕.ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดต่อการรักษาศีล					
๑๖.ข้าพเจ้าสามารถรักษาข้อวัตรปฏิบัติ					

ตอนที่ ๓.๒ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านอารมณ์(จิตใจ)

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข ๕,๔,๓,๒,๑ ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

ข้อความ	๕	๔	๓	๒	๑
๑.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกวิตกกังวลเมื่อใกล้เวลาสอบ					
๒.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกประหม่าเมื่อต้องออกไปพูดหน้าชั้นเรียน					
๓.ข้าพเจ้าเป็นคนหงุดหงิดและมีอารมณ์เสีง่าย					
๔.ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีความสุขสนุกสนานเหมือนเพื่อนคนอื่น					
๕.ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่มั่นใจในตนเอง					
๖.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกไม่พอใจ เมื่อเห็นเพื่อนได้ดีกว่า					
๗.บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกซึมเศร้า					
๘.บ่อยครั้งที่ข้าพเจ้ามีความรู้สึกน้อยใจต่อการกระทำของผู้อื่น					
๙.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ ถ้าจะต้องตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเอง					
๑๐.ข้าพเจ้าเป็นคนที่ขาดความตั้งใจ					
๑๑.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่าอะไร					
๑๒.ข้าพเจ้ามักทำสิ่งที่ผิด ในสิ่งที่ตนเองไม่อยากจะกระทำ					
๑๓.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าการที่ได้เรียนหนังสือ มีความสบายใจ					
๑๔.ข้าพเจ้ามีความรู้สึกกลัวการกระทำผิด					
๑๕.ข้าพเจ้ามักตัดสินใจทำอะไรด้วยตนเองเสมอ					
๑๖.ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ					
๑๗.ข้าพเจ้าไม่มีความรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัว					

ตอนที่ ๓.๓ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านสังคม

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข ๕,๔,๓,๒,๑ ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

ข้อความ	๕	๔	๓	๒	๑
๑.ครู-อาจารย์ส่วนใหญ่รู้จักข้าพเจ้า					
๒.ข้าพเจ้าเป็นที่รักของเพื่อน ๆ					
๓.บ่อยครั้งที่ครู-อาจารย์เรียกข้าพเจ้าไปใช้งาน					

๔. เมื่อมีปัญหาในการเรียน ข้าพเจ้ามักไปพบครูอาจารย์					
๕. เพื่อนมีความสำคัญมากต่อการเรียนของข้าพเจ้า					
๖. ข้าพเจ้าชอบช่วยงานของวัด					
๗. ข้าพเจ้าเป็นคนไม่คบใครเป็นเพื่อนง่าย ๆ					
๘. ข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติราวกับว่าเป็นบุคคลภายนอกกลุ่ม					
๙. ข้าพเจ้าชอบพูดคุยกัน ในเวลาเรียน					
๑๐. ข้าพเจ้ามักหลบหน้าครู-อาจารย์					
๑๑. ข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะวิวาท (ตี) กับเพื่อนๆ อยู่บ่อยครั้ง					
๑๒. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกลำบากใจ เมื่อต้องเข้าสังคมกับเพื่อนๆ					
๑๓. ข้าพเจ้าไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ					
๑๔. ข้าพเจ้ามีเรื่องถกเถียงโต้แย้งกับเพื่อน ๆ					
๑๕. ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนดูแลจากทางวัด					
๑๖. ข้าพเจ้ามีความพึงพอใจที่ได้รับการสนับสนุนให้มาบวชเรียน					
๑๗. เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาในชีวิต ข้าพเจ้าสามารถแก้ปัญหาได้					
๑๘. ข้าพเจ้ามีความยินดีพอใจช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					

ตอนที่ ๓.๔ ข้อมูลเกี่ยวกับด้านสติปัญญา

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลข ๕,๔,๓,๒,๑ ให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

ข้อความ	๕	๔	๓	๒	๑
๑. ข้าพเจ้ามีความเชื่อถือในเรื่องของโชคกลาง					
๒. ข้าพเจ้ามีความจำไม่ค่อยดี					
๓. ข้าพเจ้าอ่านหนังสือได้ช้า					
๔. ข้าพเจ้าทบทวนอ่านหนังสือทุกวัน					
๕. ข้าพเจ้าเข้าไปค้นคว้าหนังสือในห้องสมุด					
๖. ข้าพเจ้าสนใจความเป็นไปของสังคม					
๗. ข้าพเจ้ารู้เรื่องพิษภัยของยาเสพติด					
๘. ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือเรียน					
๙. ข้าพเจ้าใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์หรือฟังวิทยุ					
๑๐. ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาอังกฤษ					
๑๑. ข้าพเจ้ามีปัญหาในการใช้ภาษาไทย					

๑๒.ข้าพเจ้าจำต้องเรียนในวิชาที่ไม่ชอบ					
๑๓.ข้าพเจ้าเห็นว่าการเรียนในห้องเรียนน่าเบื่อ					
๑๔.ข้าพเจ้ามีผลการเรียนไม่ค่อยดี (ต่ำ)					
๑๕.ข้าพเจ้ามีปัญหาในการเรียนซ้ำชั้นและสอบซ่อมบ่อย					

ตอนที่ ๔ แนวทางในการแก้ไขปัญหา และข้อเสนอแนะของท่าน

คำชี้แจง: โปรดเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง

๔. เมื่อท่านประสบปัญหาต่าง ๆ ท่านมีวิธีการจัดหรือแก้ไข ในการปรับตัวของท่าน
อย่างไร

๔.๑ ปัญหาด้านการใช้ชีวิต คือ ปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน

.....

.....

.....

๔.๒ ปัญหาด้านการเรียน คือ ปัญหาที่ประสบพบเจอในการศึกษาเล่าเรียน

.....

.....

.....

๔.๓ ปัญหาด้านสภาพแวดล้อม คือ ปัญหาเกี่ยวกับที่อยู่อาศัย

.....

.....

.....

๔.๔ ปัญหาด้านกับเพื่อน คือ ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างตัวของเรากับเพื่อน

.....

.....

.....

๔.๕ ข้อเสนอแนะอื่น ๆ (โปรดระบุ)

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณที่ได้กรุณาตอบแบบสอบถามเป็นอย่างสูง

พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)

ผู้ศึกษา

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- ๑.แบบสอบถามสำหรับหาค่าดัชนีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์เป็นรายชื่อ (IOC)
- ๒.การแปลผลค่า IOC จากแบบสอบถาม
- ๓.แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

ภาคผนวก ข.

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและหนังสือเชิญ

๑. รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือวิจัย
๒. หนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิ
๓. หนังสือขอความอนุเคราะห์แจกแบบสอบถามเพื่อการวิจัย

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือวิจัย

- พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์, ผศ : น.ธ.เอก, ป.ธ.๔, พ.ม., พธ.บ. (ครุศาสตร์), M.Ed.(Guidance), สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ, ผศ. ดร. : ป.ธ. ๗, ปว.ค., (จิตวิทยา), ศศม. (จิตวิทยาให้คำปรึกษา), 7th grade of Pali, Professional Cert. for Teachers, B.A. (Coounseling Psychology), Ph.D. (Psychology)
- ผศ. ดร.เริงชัย หมั่นชนะ : Ph.D. (Educational & Guidance Psychology), M.Ed. (Teacher & Higher Education), พธ.บ. (ครุศาสตร์)
- ผศ. ดร.ประยูร สุยะใจ : ป.ธ. ๓, พธ.บ. (จิตวิทยา), BJ, (Journalism), Dip.(Diploma in Social Research), M.A. (Political Science), M.A. (Economics), M.A.(Clinical Psychology), M.Ed. (Educational Psychology), Ph.D.(Psychology)
- ดร.พุทธชาติ แผนสมบุญ : วทบ. (ชีวภาพ), วทม. (เทคโนโลยีชีวภาพ), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ ฉายา/นามสกุล : พระนิพนธ์ โกวิท (แลเซอะ)
- วัน เดือน ปีเกิด : ๒๘ ตุลาคม ๒๕๓๔
- ภูมิลำเนาที่เกิด : ๒๓๑ ม.๓ บ้านอ้าย ต.ป่าไผ่ อ.พร้าว จ.เชียงใหม่ ๕๐๑๙๐
- การศึกษา : พ.ศ. ๒๕๕๔ จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ จากโรงเรียนพระปริยัติธรรม
วัดโกเมศรัตนาราม แผนกสามัญศึกษา ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก
จ.ปทุมธานี
- : พ.ศ. ๒๕๖๐ ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) คณะมนุษยศาสตร์
สาขาวิชาจิตวิทยา
- อุปสมบท : อุปสมบทเมื่ออายุ ๒๐ ปี ณ วันที่ ๑๒ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๕
เวลา ๑๓.๐๐ น. วัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก
จ.ปทุมธานี
- สังกัด : วัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี
- ปีที่เข้าศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๖๒
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดโกเมศรัตนาราม ต.เชียงรากน้อย อ.สามโคก จ.ปทุมธานี ๑๒๑๖๐