



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กและวัยรุ่นถือได้ว่าเป็นกลุ่มบุคคลที่เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าของประเทศ ทั้งนี้เนื่องจากเด็กและวัยรุ่นจะเป็นผู้ที่สืบทอดวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี ความดีงามต่อจากผู้ใหญ่ ความสมบูรณ์แข็งแรงของสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ ความดี ความเลว หรือคุณภาพของเด็กจะสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพของประชากรของชาติในอนาคต และความอยู่รอดของประเทศชาติต่อไปในภายภาคหน้า

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีช่วงอายุอยู่ระหว่าง 13-21 ปี ซึ่งนับเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ เป็นวัยที่ย่างเข้าสู่ความเป็นหนุ่มเป็นสาว ทำให้เด็กวัยนี้ต้องประสบความยุ่งยาก มีปัญหาต่างๆมากมาย มีความลำบากในการปรับตัว จนมีผู้กล่าวว่า เป็นวัยที่อยู่ในระยะวิกฤติ (Critical Period) หรือเป็นวัยแห่งพายุบูแคม (Storm & Stress) ทั้งนี้เนื่องจากเด็กวัยนี้เป็นวัยแห่งการเสริมสร้างสิ่งแปลกๆใหม่ๆ อันได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางกายและทางสรีระ เช่น โครงสร้างทางร่างกาย อวัยวะต่างๆเกี่ยวกับเพศ มีฮอร์โมนทางเพศเพิ่มขึ้น (สุชา จันทน์เอม, 2529) รวมทั้งระบบการทำงานของส่วนต่างๆของร่างกายก็เปลี่ยนไปด้วย นอกจากนี้เด็กวัยรุ่นยังมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ โดยมักจะมีอารมณ์รุนแรง แสดงความรู้สึกอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา เด็กวัยรุ่นมักไม่ชอบการบังคับ มีข้อขัดแย้งในใจเสมอและมักจะเต็มไปด้วยความสงสัย เด็กจะนึกถึงความเปลี่ยนแปลงของตนเอง อยู่ตลอดเวลาและกังวลใจในความยุ่งงำมของตน เด็กวัยรุ่นจะมีประสบการณ์ใหม่ขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่เด็กพยายามหามาด้วยตนเอง และมักเป็นที่ขัดแย้งกับผู้ใหญ่เสมอ

Havighurst (1953) ได้พิจารณาการปรับตัวในแง่การเรียนรู้ตามขั้นพัฒนาการของชีวิต (Developmental Tasks) ซึ่งหมายถึงงานที่ทุกคนจะต้องเรียนรู้ควบคู่ไปกับขั้นพัฒนาการของชีวิต มีลักษณะเฉพาะแต่ละวัย ความสำเร็จในพัฒนาการดังกล่าวจะทำให้บุคคลเป็นสุข นำไปสู่ความสำเร็จในภายหลังพัฒนาการขั้นต่อไป สำหรับงานตามขั้นพัฒนาที่จำเป็นและสำคัญยิ่งสำหรับวัยรุ่นมีด้วยกัน 10 ประการ คือ

1. การรู้จักสร้างความสัมพันธ์ที่เหมาะสมกับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันทั้งที่เป็นเพศเดียวกันและต่างเพศ
 2. ความสามารถในการปรับตัวตามบทบาทที่เหมาะสมกับเพศของตน
 3. ความเข้าใจ ยอมรับพัฒนาการทางร่างกายของตนและใช้อย่างมีประสิทธิภาพ
 4. ความผูกพันกับบิดามารดาและผู้ใหญ่ โดยเป็นตัวของตัวเอง ไม่ต้องพึ่งพิงทางอารมณ์แบบเด็ก
 5. ความมั่นใจในเศรษฐกิจการเงินของตน
 6. การเลือกและเตรียมตัวเพื่อประกอบอาชีพ
 7. การเตรียมตัวเพื่อชีวิตสมรส และชีวิตครอบครัวในอนาคต
 8. การพัฒนาทักษะทางด้านสติปัญญา และความคิดรวบยอดที่จำเป็นในการเป็นพลเมืองที่ดีมีประสิทธิภาพ
 9. การมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อสังคม
 10. การพัฒนาค่านิยมและจริยธรรมเพื่อยึดถือเป็นแนวทางในการปฏิบัติ
- จะเห็นได้ว่า เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องประสบกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆหลายด้าน ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม มีการเรียนรู้และพัฒนาปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพ และพฤติกรรมของตนเองให้ถูกต้องเหมาะสมกับวัยและบทบาทหน้าที่ของตนตามความคาดหวังของสังคม อันเป็นผลเนื่องมาจากงานตามขั้นพัฒนาการของชีวิตในช่วงระยะของวัยรุ่นเอง อันอาจจะเป็นผลก่อให้เกิดภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นในขั้นพัฒนาการ (Development Stress) และปัญหาสุขภาพจิตตามมาภายหลังได้

วัชรียุทธธรรม (2528) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิด
ความเครียดในวัยรุ่น โดยได้ระบุสถานการณ์ต่างๆที่ก่อให้เกิดความเครียดไว้ 15
สถานการณ์ โดยเรียงลำดับตามความเข้มข้นของความเครียดที่เกิดขึ้น ดังต่อไปนี้

1. การถูกล้อเลียนหรือหัวเราะเยาะ
2. ความตายของบิดามารดา
3. หน้าตาและลำตัวมีแผลเป็น
4. การหย่าร้างของบิดามารดา
5. การทะเลาะวิวาทรุนแรงของบิดามารดา
6. การถูกประจานเสียชื่อเสียงในที่สาธารณะ
7. เป็นคนที่มีจิตใจไม่สมประกอบ
8. เข้าสังคมที่มีแต่คนแปลกหน้า
9. ถูกจับโกหกได้ต่อหน้าชุมชน
10. การย้ายไปอยู่ต่างถิ่น
11. มีเพื่อนอันธพาล
12. การสอบตก
13. การทะเลาะกับเพื่อนอย่างรุนแรง
14. การถูกปฏิเสธจากเพื่อนต่างเพศ
15. การติดยาเสพติด หรือติดสุรา

ดังนั้นอาจสรุปได้ว่าจากภาวะการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการทางร่างกายจิตใจ
อารมณ์และสังคมของเด็กวัยรุ่น ย่อมเป็นผลทำให้เด็กวัยรุ่นต้องเผชิญกับความเครียด
จากปัญหาการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย หรือเกิดปัญหาจากการปรับตัวให้
เหมาะสมกับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อม และมักจะพบว่าปัญหาสุขภาพจิตที่พบบ่อยในวัยรุ่นมัก
จะเป็นปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวที่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย
ปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาที่สลับซับซ้อนหลายๆด้านทั้งด้านชีวภาพของร่างกาย การทำงาน
ของระบบต่างๆ รวมทั้งการบรรลุวุฒิภาวะทางเพศ จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้านของแต่ละคนจะแตกต่างกันไป วัยรุ่นที่ไม่ได้รับการ

เตรียมตัวล่วงหน้าเพื่อรับการเปลี่ยนแปลง ประกอบกับบิดา มารดา หรือผู้ปกครองขาดความรู้ไม่ให้คำอธิบายหรือคำแนะนำแก่เด็กให้เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลง และผลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้านแล้ว เด็กก็จะมีปัญหาทางด้านจิตใจ อารมณ์ บุคลิกภาพ พฤติกรรม และปัญหาในการปรับตัวตามมาได้ ปัญหาที่เกี่ยวกับพัฒนาการในแต่ละด้านมักมีความสัมพันธ์เกี่ยวโยงกัน และปัญหาแต่ละชนิดอาจจะเกี่ยวข้องกับพัฒนาการหลายๆด้านด้วยกัน ปัญหาที่เกิดขึ้นอาจจะเป็นเพียงปัญหาทางสุขภาพจิตที่ยังไม่ถึงขั้นเป็นโรค หรืออาจเกิดพยาธิสภาพร้ายแรงขึ้นในจิตใจเด็กก็ได้ ซึ่งก็อาจสรุปได้ว่าปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นในเด็กวัยรุ่นนั้นมีสาเหตุมาจาก

1) ปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัย อันได้แก่

1.1 ปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการทางด้านร่างกาย พบว่าร่างกายจะมีการเจริญเติบโตขึ้นทั้งขนาด รูปร่างอย่างรวดเร็ว ทำให้การทำงาน การเคลื่อนไหว ขาดความประสานสัมพันธ์กัน ดูเก้งก้าง กระโดดกระเดก ประกอบการเจริญเติบโตของลักษณะเพศขั้นที่สอง การพัฒนาเข้าสู่ความมีวุฒิภาวะทางเพศ ทำให้วัยรุ่นมีความอยากรู้อยากเห็น อยากรทดลองในเรื่องเกี่ยวกับเพศ และความรู้สึกทางเพศ โดยการสำรวจตนเอง จากเพื่อนเพศเดียวกันหรือเพื่อนต่างเพศ ผลจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและแรงผลักดันที่เกิดขึ้นภายในตัววัยรุ่น อาจจะทำให้วัยรุ่นประพฤตินิสิตทางเพศได้ ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ เป็นกังวล และมีปัญหาอื่นตามมา นอกจากนี้ปัญหาในการเปลี่ยนแปลงของร่างกายว่าเติบโตเร็วหรือช้ากว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน อาจจะทำให้การปรับตัวและสภาพอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นสับสน กังวลมากขึ้น และจากการสำรวจความรู้สึกของวัยรุ่นที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นจากการศึกษาของเจอร์ซิล Jersild (1975) พบว่าในวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่พอใจรูปร่างหน้าตาของตน และต้องการจะเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตาของตนเสียใหม่ทั้งชายและหญิง และจากการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมของวัยรุ่นที่มีวุฒิภาวะเร็วและช้าที่มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนียของ Mussen และคณะ (อ้างถึงในจิราภรณ์ อารยรังสฤษฏ์, 2526) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กชายอายุ 16 ปี ที่มีวุฒิทางกายช้ากว่าปกติกับกลุ่มหนึ่งมีอายุตั้งแต่ 12-17 ปี เป็นกลุ่มที่มีวุฒิทางกายเร็ว จากการศึกษา

พบว่าพวกที่มีบุคลิกภาวะทางกายช้า มีแนวโน้มจะมีปัญหาทางอารมณ์ มักหงุดหงิด ขุ่นมัว จู้จี้และขี้นั่น และวัยรุ่นกลุ่มนี้มักได้รับความนิยมนิยมชมชอบจากเพื่อนน้อยกว่ากลุ่มที่มีบุคลิกภาวะทางกายเร็ว

1.2 ปัญหาที่เกิดจากการพัฒนาเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์และจิตใจ การเปลี่ยนแปลงอันนี้ จะเป็นผลเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางกายที่มีพลังผลักดัน ภายใน รวมทั้งมีสัญชาตญาณทางเพศเป็นพื้นฐาน ประกอบกับร่างกายเจริญเติบโตใกล้เคียงกับลักษณะผู้ใหญ่ มีความสามารถทางด้านสติปัญญาเพิ่มขึ้น มีการสัมพันธ์กับบุคคลอื่นนอกบ้านและได้รับความสำเร็จในการทำกิจกรรมบางอย่าง เป็นผลทำให้วัยรุ่นต้องการอิสระ เป็นตัวของตัวเอง มีความเชื่อมั่นสูง พยายามเสาะแสวงหาค่านิยมต่างๆมาเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว แต่เด็กวัยนี้ยังขาดการตัดสินใจที่รอบคอบและมีประสบการณ์น้อย จึงทำให้การดำเนินชีวิตผิดพลาดได้ง่าย (ปราณี รามสูตร, 2528) ประกอบกับลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงง่าย ไม่คงที่ รุนแรง มักจะทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมต่อต้าน วิจารณ์ ไม่ยอมลงให้ผู้อื่น บางครั้งอารมณ์หงุดหงิด บางครั้งสนุกสนาน บางครั้งกระตือรือร้น บางครั้งเฉื่อยชาคล้ายกับแยกตัวเอง ไม่ต้องการให้ผู้อื่นมาสนใจ ซึ่งลักษณะอารมณ์และพฤติกรรมเหล่านี้เป็นลักษณะปกติของวัยรุ่นระยะต้นและระยะกลาง เมื่อเข้าสู่ระยะปลายจนถึงวัยผู้ใหญ่ พฤติกรรมเหล่านี้จะค่อยๆเป็นปกติ และมีอารมณ์มั่นคงยิ่งขึ้น (วารุณี อมรทัต, 2530)

1.3 ปัญหาเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านสติปัญญา ในช่วงวัยนี้ ความคิดอ่านของเด็กวัยรุ่นจะเป็นไปในเชิงนามธรรมมากขึ้น สามารถวิเคราะห์ เปรียบเทียบการกระทำและค่านิยมของผู้อื่นอย่างมีเหตุผล มีระบบระเบียบ สามารถตั้งสมมติฐาน คาดการณ์เกี่ยวกับการดำรงชีวิตประจำวัน การมีสัมพันธภาพและความรับผิดชอบที่มีต่อสังคม ประกอบกับวัยนี้เป็นระยะท้ายของการศึกษาในโรงเรียน และต้องขวนขวายศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมด้วยตนเองในระดับอุดมศึกษา มีปัญหาทั้งในด้านส่วนตัว สังคม และการประกอบอาชีพการงานต่อไปได้ นอกจากนี้แล้วการใช้คำพูด การวิพากษ์วิจารณ์ การสนทนาโต้เถียงกับผู้ใหญ่ มักมีเหตุผลและสามารถโต้ตอบอย่างฉลาดอีกด้วย ซึ่งผู้ใหญ่บางคนอาจจะมองไปว่าวัยรุ่นมีกิริยามารยาทไม่เหมาะสม ทำให้วัยรุ่นรู้สึกเสียหน้า เสียศักดิ์ศรี

1.4 ปัญหาเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านสังคม วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสัมพันธ์กับบุคคลภายนอกครอบครัวมากขึ้น วัยรุ่นตอนต้นมักต่อต้านบิดามารดาผู้ปกครอง เพราะต้องการความอิสระ และจะหันกลับไปเชื่อฟังบุคคลอื่น เช่น เพื่อน ครู หรือ ผู้ที่เขานับถือ เพราะเขาต้องการการยอมรับจากคนเหล่านั้น ในวัยรุ่นระยะกลางจะยังต่อต้านผู้ใหญ่อยู่บ้าง แต่ทำอย่างมีเหตุผล มีวิจารณญาณ วัยรุ่นระยะกลางนี้มีทั้งการคบเพื่อนเพศเดียวกัน และคบเพื่อนต่างเพศ บางครั้งความสัมพันธ์อาจจะมีปัญหาอุปสรรค เกิดความรู้สึกแค้นเคืองผิดหวังได้ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นระยะปลาย ความสัมพันธ์กับเพื่อน และผู้อื่นมีความหมายมากขึ้น นำไปสู่มิตรภาพและความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง และวัยรุ่นตอนปลายนี้ยังมีความรับผิดชอบและช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งความรู้สึกรับผิดชอบนี้จะนำไปสู่ความรับผิดชอบที่มีต่อครอบครัวและสังคมในอนาคตมากยิ่งขึ้น

2) การปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำรงชีวิต

นอกจากปัญหาที่เกิดจากการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัยแล้ว วัยรุ่นยังมีปัญหาการปรับตัวต่อปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ

2.1 ปัญหาในเรื่องเศรษฐกิจ การเงิน ซึ่งวอล์คเกอร์ (Kenneth Walker 1978 : 96-97) กล่าวว่า เป็นปัญหาที่พบบ่อยมากในวัยรุ่น เพราะต้องจับจ่ายใช้สอยในการแต่งกาย การคบเพื่อนและร่วมกิจกรรมกลุ่ม บิดามารดาที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจ อาจจะต้อง ต่ำค่า ต่ำหนี้ การใช้จ่ายเงินเพื่อการนี้ ทำให้เด็กรู้สึกมีปมด้อยและอาจจะใช้วิธีการต่างๆ เพื่อให้ได้เงินมา

2.2 ปัญหาการทำตามเพื่อน วัยรุ่นเป็นวัยที่ได้รับอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนมาก ประกอบกับความรู้สึกอยากเท่าเทียมผู้อื่น รู้สึกน้อยหน้า และมีปมด้อยได้ง่าย ถ้ามีอะไรด้อยกว่าผู้อื่นจากความอยากเหมือนเพื่อน และต้องการการยอมรับจากเพื่อน จึงทำให้วัยรุ่นทำอะไรตามกลุ่มเพื่อนทั้งๆ ที่รู้ว่าไม่ดี เช่น ปัญหายาเสพติด ทัศนคติ ก่อความไม่สงบสุข หรือก่ออาชญากรรม

2.3 ปัญหาเกี่ยวกับความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งวัยรุ่นนี้ต้องการความเป็นอิสระและความเป็นตัวของตัวเอง บางครั้งจะพบว่าวัยรุ่นเรียกร้องสิทธิ

ส่วนตัวบ้าง เช่น การจัดห้องและมิของใช้ส่วนตัว จากการศึกษาของวอล์คเกอร์ (Walker, 1978) พบว่าเด็กวัยรุ่นที่ไม่มีที่ทางเป็นส่วนตัว ไม่สามารถพาเพื่อนมาเที่ยวบ้านได้ มีสถิติไปตั้งแก๊ง ตั้งพวกพบปะกันตามที่นัดพบบอกบ้าน มากกว่าเด็กที่มีที่ทางส่วนตัวเป็นของตัวเองที่บ้าน

2.4 ปัญหาทางด้านพฤติกรรมก้าวร้าว โดยธรรมชาติวัยรุ่นมีปฏิกริยาทางอารมณ์รุนแรง ประกอบกับมีพลังกำลังทางกายมาก จึงทำให้พฤติกรรมแสดงออกเกินไปโดยรุนแรงทั้งโดยวาจา และการกระทำ โดยเฉพาะเวลาที่เกิดความไม่พอใจขึ้น

จากการพิจารณาถึงปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการแห่งวัยในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และพฤติกรรมปรับตัวแล้ว พอสรุปได้ว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนี้เป็นปัญหาที่พบได้ในชีวิตวัยรุ่นทั่วไป ซึ่งแต่ละคนจะมีปัญหามากน้อยต่างกันไป เพราะโดยปกติ ปัญหาที่เกิดจากการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆ จะทำให้วัยรุ่นรู้สึกกังวล สับสน ไม่แน่ใจในบทบาทของตน แต่ถ้าหากได้รับการเตรียมพร้อมเพื่อรับการเปลี่ยนแปลงก็จะช่วยให้วัยรุ่นปรับตัวได้ดี สำหรับวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือ แนะนำ ปรึกษาประคองจากผู้ที่เกี่ยวข้อง ย่อมจะทำให้วัยรุ่นมีปัญหาในการปรับตัวมากยิ่งขึ้น และก่อให้เกิดความผิดปกติทางด้านจิตใจ อารมณ์ บุคลิกภาพ และพฤติกรรมได้ ดังนั้นนับได้ว่าการศึกษาค้นคว้าถึงปัญหาการปรับตัวที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นแต่ละช่วงของพัฒนาการ ย่อมจะเป็นประโยชน์ในการทราบถึงปัญหาที่เกิดขึ้นตามช่วงวัยพัฒนาการและสามารถใช้หาแนวทางชี้แนะทางปฏิบัติที่ถูกต้องแก่เด็ก ตลอดจนสนองความต้องการแต่ละด้านตามความเหมาะสมอันจะช่วยให้วัยรุ่นปรับตัวได้ดี มีสุขภาพจิตสมบูรณ์เติบโตและพัฒนาไปเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่ายิ่งแก่สังคมต่อไป

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการการเจริญเติบโตและการปรับตัวของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ เป็นวัยที่ย่างเข้าสู่ความเป็นหนุ่มเป็นสาว ซึ่งจะพบว่าเด็กวัยรุ่นจะมีการเจริญเติบโตทั้งทางร่างกาย

อย่างเห็นได้ชัด พร้อมทั้งมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา ควบคู่ไปด้วย ดังเช่น ประมวล ดิคชันนารี (2520) ได้กล่าวไว้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยเร่งทุกๆ อย่างเร่งเจริญเติบโต เร่งสร้างนิสัย เร่งทางวิชาการ เร่งปรับตัว เร่งเลือกอาชีพ และ จากการศึกษาที่ตรงเร่งพัฒนาในทุกๆ ด้านนี้ทำให้ชีวิตของวัยรุ่นบางครั้งเต็มไปด้วยความ สนุกสนาน ร่าเริง ไร้เดียงสา แต่บางครั้งก็เต็มไปด้วยปัญหาและความวิตกกังวล รวมทั้งไม่เป็นที่ชื่นชอบของบุคคลที่ไม่เข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่น (Kaluger and Kaluger, 1979)



ความหมาย "วัยรุ่น"

Hurlock (1974) ได้อธิบายคำว่า "วัยรุ่น" ว่าตรงกับคำว่า "Adolescence" ในภาษาอังกฤษ และมีรากศัพท์เดิมมาจากภาษาลาตินว่า "Adolescere" ซึ่งมีความหมายว่าเจริญเติบโตไปสู่สุภาพ (Maturity) ซึ่ง การบรรลุถึงขั้นสุภาพจะรวมถึงทั้งการเจริญเติบโตทางร่างกายและการเจริญทาง จิตใจด้วย กล่าวคือ จะต้องมีการพัฒนาทั้ง 4 ด้านไปพร้อมๆ กัน อันได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา

Roger (1962) ได้ให้คำนิยามวัยรุ่น โดยพิจารณาออกเป็น 3 ด้านด้วยกันคือ

1. พิจารณาจากพัฒนาการทางร่างกาย (Physical Development) ซึ่ง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายถือว่าเป็นส่วนสำคัญยิ่งเพราะเป็นการเปลี่ยนแปลงจากวัย เด็กมาสู่วัยรุ่นอย่างเห็นเด่นชัดโดยร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลง 4 ประการ คือ เสียงเปลี่ยนโดยเด็กชายมีเสียงห้าวขึ้น เด็กหญิงเสียงแหลมขึ้น มีขนเกิดขึ้นตามที่แตกต่างกัน สัดส่วนของร่างกายเปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว และต่อมเพศเริ่มทำงาน ทำให้เด็กผู้หญิงเริ่มมีประจำเดือนเป็นครั้งแรก ส่วนเด็กผู้ชายก็จะมีกลิ่นน้ำกามเป็นครั้งแรก
2. พิจารณาจากช่วงของอายุ (Chronological Age Span) การ แบ่งวัยรุ่นโดยการใช้ช่วงของอายุนั้น มักพบว่ามักจะไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริงนัก

เพราะเด็กแต่ละคนจะเจริญเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นไม่พร้อมกัน เป็นเพียงการประมาณการเท่านั้น

3. พิจารณาจากเกณฑ์ทางสังคม (Sociological Phenomenon) ตามเกณฑ์นี้ขึ้นอยู่กับ การยอมรับของสังคมแต่ละสังคมว่าจะยอมรับวัยรุ่นในฐานะผู้ใหญ่เมื่อใด ทั้งนี้ต้องอาศัยพื้นฐานของวัฒนธรรม คาสนา จาริตประเพณีของสังคมเป็นที่ตั้ง ดังเช่น ถ้าเกณฑ์ทางสังคมขึ้นอยู่กับคาสนา ก็อาจจะถือว่าถ้าเด็กคนใดได้บวชเรียนก็ถือว่าเป็นผู้ใหญ่แล้ว เป็นต้น

สุชา จันทน์เอม (2529) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่สิ้นสุดความเป็นเด็กเป็นวัยที่เป็นสะพานเชื่อมไปหาวัยผู้ใหญ่ ไม่มีเส้นขีดขั้นที่แน่นอนว่าเริ่มเมื่อใดและสิ้นสุดวัยเมื่อใดแต่กำหนดเอาความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและรูปร่างเป็นสำคัญ โดยถือเอาตอนที่เด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน (Menstruation) และเด็กชายถือเอาตอนที่มือสจิว (Sperm) ครั้งแรก

องค์การอนามัยโลก (W.H.O., 1983) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า วัยรุ่นเป็นผู้มีลักษณะ 3 ประการ คือมีพัฒนาการทางด้านร่างกายโดยมีวุฒิภาวะทางเพศ มีพัฒนาการทางด้านจิตใจ โดยมีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ และมีการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางด้านเศรษฐกิจ จากที่ต้องพึ่งพาครอบครัวมาเป็นบุคคลที่สามารถประกอบอาชีพหารายได้ด้วยตนเอง

ระยะของวัยรุ่น

ในสังคมแต่ละแห่งจะกำหนดระยะเวลาที่อยู่ในวัยรุ่นไม่เท่ากัน ในสังคมที่ไม่สลับซับซ้อน ระยะวัยรุ่นจะอยู่ในช่วงสั้นกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในสังคมที่ซับซ้อน สำหรับในสังคมไทย ระยะวัยรุ่นจะเริ่มตั้งแต่เด็กเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายด้านอื่นๆ ซึ่งในระยะดังกล่าวอยู่ในช่วงประมาณอายุ 13 ปี ส่วนระยะที่สิ้นสุดวัยรุ่น คือระยะที่เด็กจบการศึกษา เริ่มมีงานทำ เป็นอิสระทางเศรษฐกิจจากพ่อ

และแม่ ซึ่งระยะนี้อยู่ในช่วงอายุประมาณ 21 ปี ดังนั้นระยะวัยรุ่นของไทยอยู่ในช่วง 13-21 ปี ซึ่งนับเป็นช่วงระยะเวลาที่ยาวนาน และสามารถแบ่งระยะวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะด้วยกันคือ (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวิสาร, 2530)

1. ระยะวัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescent) ระยะนี้เป็นระยะที่เด็กเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น อยู่ในช่วงอายุ 13-15 ปี วัยรุ่นระยะนี้จะเป็นช่วงของการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไป พฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นระยะนี้จึงมุ่งเข้าหาตัวเอง มีความสนใจในรูปร่างของตนเอง เฝงพิจารณาถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายต่างๆที่เกิดขึ้น ทั้งการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ภายนอกและการเปลี่ยนแปลงร่างกายที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางเพศ

2. ระยะวัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescent) ระยะวัยรุ่นตอนกลางอยู่ในช่วงอายุประมาณ 15-18 ปี วัยรุ่นระยะนี้เป็นระยะที่ผ่านการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆได้แล้ว ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และความนึกคิดของวัยรุ่นระยะนี้จะมีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป เด็กระยะนี้จะมุ่งความสนใจเพื่อค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน ฉะนั้นพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นระยะนี้จะชอบอิสระ ชอบทดลอง และต้องการเป็นตัวของตัวเอง โดยมีทัศนคติและค่านิยมของตนเอง ตลอดจนมีการวางแผนในอนาคต นอกจากนี้ ระยะนี้เด็กยังเริ่มมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามอีกด้วย

3. ระยะวัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescent) เป็นระยะวัยรุ่นช่วงสุดท้ายก่อนที่จะเข้าสู่ผู้ใหญ่ ระยะนี้จะอยู่ในช่วงอายุ 18-21 ปี เป็นระยะที่เด็กวัยรุ่นเริ่มจัดรูปแบบของตนเอง เริ่มมีการฝึกความชำนาญในสายอาชีพของตนที่ตนมุ่งหวังจะทำในอนาคต รู้จักตนเองและสามารถเชื่อมโยงบทบาทหน้าที่ของตนเองให้เข้ากับสังคมใหม่ที่ตนอยู่ รู้คุณค่าของชีวิต และสร้างจุดหมายของชีวิต ในระยะนี้การพัฒนาของวัยรุ่นเริ่มเข้าสู่ภาวะอย่างสมบูรณ์แบบ ซึ่งมักมีการพัฒนาทางด้านจิตใจมากกว่าทางร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านเกี่ยวกับความนึกคิดและปรัชญาชีวิต

สรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ มีการเจริญเติบโตไปสู่ความมีวุฒิภาวะทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

โดยถือเอาความพร้อมและวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้น และจะสิ้นสุดลงเมื่อมีความพร้อมและวุฒิภาวะทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ และระยะของวัยรุ่นสามารถแบ่งออกเป็น 3 ระยะคือ

ระยะวัยรุ่นตอนต้น	(Early Adolescent)	อายุ	13-15 ปี
ระยะวัยรุ่นตอนกลาง	(Middle Adolescent)	อายุ	15-18 ปี
ระยะวัยรุ่นตอนปลาย	(Late Adolescent)	อายุ	18-21 ปี

ทฤษฎีจิตวิทยาวัยรุ่น

ปัจจุบันได้มีผู้สนใจศึกษาพฤติกรรมของวัยรุ่นเพิ่มมากขึ้น และได้มีทฤษฎีหลายๆทฤษฎีเกิดขึ้น ซึ่งมีแนวความคิดที่แตกต่างกันไป ดังเช่น

G. Stanley Hall (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิพิสิลา, 2530) ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นบิดาของจิตวิทยาวัยรุ่น ได้นำแนวคิดของ Charles Darwin มาตั้งเป็นทฤษฎี "Psychological Theory of Recapitulation" โดยเปรียบเทียบวิวัฒนาการของเผ่าพันธุ์มนุษย์ตั้งแต่สมัยโบราณมาจนสมัยปัจจุบัน กับพัฒนาของมนุษย์ตั้งแต่แรกเกิดจนบรรลุนิติภาวะ โดยได้เปรียบเทียบระยะพัฒนาการของวัยรุ่น ซึ่งมีอายุ 12-22 ปี (หรือ 25 ปี) กับลักษณะของมนุษย์ที่พัฒนาในอดีตว่าเป็นระยะที่มนุษย์อยู่ในยุคการเปลี่ยนแปลง มีการสับสนวุ่นวาย เด็กจะมีลักษณะของพัฒนาการโดยจะมีความคิด มีอุดมคติ ทุ่มตัวในสิ่งที่หวัง ต่อต้านผู้ใหญ่ แสดงความรู้สึกส่วนตัวอย่างเต็มที่ Hall เรียกระยะวัยรุ่นนี้ว่า "Sturm & Drang" หรือ "Storm & Stress" ซึ่งเป็นระยะที่เด็กมีความสับสน มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่รุนแรง มีความกดดัน ลักษณะอารมณ์ที่สับสนของวัยรุ่นเกิดจากความขัดแย้งของแนวโน้มหลายๆอย่างที่เป็นไปได้ในชีวิตประจำวัน ลักษณะของเด็กวัยรุ่นจะแปรเปลี่ยนไปมาได้ง่าย ซึ่งความไม่แน่นอนทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในระยะวัยรุ่น ทำให้เด็กวัยรุ่นมีการแสดงออกที่ผันผวนแปรเปลี่ยนกลับไปมาได้ เด็กวัยรุ่นยังมีลักษณะความกระตือรือร้นและอยากรู้อยากเห็น ซึ่งจะผลักดันไปสู่การค้นหา การได้ข้อมูล และการต่อต้านผู้มีอำนาจ และเมื่อถึงระยะวัยรุ่นตอนปลาย เด็กวัยรุ่นจะเริ่มเข้าสู่ระยะของการมีอารยธรรม (Modern civilization) ซึ่งเรียกว่า

การบรรลุวุฒิภาวะ (Maturation)

Sigmund Freud (อ้างถึงในพรณทิพย์ คีรีวรรณบุคย์, 2530) เป็นผู้คิดทฤษฎีพัฒนาการทางเพศ (Psychosexual Development) และได้แบ่งขั้นพัฒนาการของบุคคลิกภาพของเด็กในช่วง 13 - 20 ปีว่าเป็นระยะความพอใจในเพศตรงข้าม (Genital Stage) ระยะนี้ร่างกายของเด็กกำลังเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ จึงมีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งกายและใจ มีปัญหาในการปรับตัว พัฒนาการเป็นตนของตนเอง และเริ่มมีส่วนร่วมในกิจกรรมของสังคม ซึ่ง Freud (อ้างถึงในปริษา วิหคโต และคณะ, 2532) ได้กล่าวถึงลักษณะเด่นของพัฒนาการขั้นวุฒิภาวะทางเพศ (Genital Stage) ในเด็กวัยรุ่น ดังต่อไปนี้

1. เด็กวัยรุ่นมีความสนใจเพื่อนต่างเพศ เด็กวัยรุ่นมีพัฒนาการทางบุคคลิกภาพอยู่ในขั้นวุฒิภาวะทางเพศ ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะระบบที่เกี่ยวข้องกับเพศ เช่น ชายมีอสุจิ หญิงมีประจำเดือน การเปลี่ยนแปลงทางสรีระมีผลทำให้เด็กวัยรุ่นแสดงพฤติกรรมทางเพศในรูปแบบต่างๆกัน เช่นสนใจเพศตรงข้ามต้องการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม เป็นต้น

2. เด็กวัยรุ่นต้องการความอิสระจากบิดามารดา ปรอยด์พบว่าเด็กวัยรุ่นต้องการอิสระจากการพึ่งพาบิดามารดา เด็กวัยรุ่นชายจะเลิกติดตามมารดา แต่จะยึดเพื่อนเป็นหลัก

3. เด็กวัยรุ่นมีอารมณ์ฉุนเฉียว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของระบบสรีระของเด็กวัยรุ่น ทำให้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ด้วย เด็กวัยรุ่นมักจะมีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย เกิดความเครียด วิตกกังวล และคับข้องใจจนเป็นสาเหตุของโรคประสาท

อาจสรุปได้ว่า ในทัศนะคติของ Freud เกี่ยวกับการเข้าสู่วัยรุ่นนั้นคือการที่เด็กมีการบรรลุวุฒิภาวะต่างๆทางร่างกาย โดยเฉพาะทางด้านเพศ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายนี้จะเกี่ยวพันกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ และภาพพจน์ของตัวเอง ซึ่งนับได้ว่าการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ตลอดจนการเกิดแรง

นับทางเพศในวัยรุ่นนั้น อาจนำมาซึ่งความวิตกกังวล ความกลัวในเรื่องเพศ ตลอดจนปัญหาในการปรับตัวในด้านต่างๆได้

Anna Freud (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวิสิสาร, 2530) เป็นบุคคลที่ได้เห็นว่า ระยะเวลาวัยรุ่นเป็นระยะสำคัญของการวางรูปแบบของบุคลิกภาพในอนาคต ขบวนการเปลี่ยนแปลงทางสรีระของร่างกาย ที่นำมาซึ่งการบรรลุภาวะทางเพศ จะมีอิทธิพลโดยตรงต่อสภาวะทางจิตใจของเด็กวัยรุ่น นอกจากนี้ ความตื่นตัวของความต้องการทางเพศที่เกิดขึ้นในระยะเวลาวัยรุ่น ยังนำมาซึ่งความไม่สมดุลย์ทางด้านจิตใจ (Psychological Disequilibrium) ของเด็กวัยรุ่น ทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความขัดแย้งในใจ ซึ่งเด็กวัยรุ่นจำเป็นต้องมีวิถีทางที่จะแก้ปัญหาคความขัดแย้งนั้น เพื่อนำสภาวะความสมดุลย์ทางด้านจิตใจกลับมาโดยการสร้างกลไกแห่งการต่อต้านเพื่อรักษาสภาวะสมดุลของจิตใจนั้น

Erik Erikson (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวิสิสาร, 2532) ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับวัยรุ่นว่า เป็นระยะที่เด็กมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว มีภาวะทางเพศและที่สำคัญที่สุด คือระยะเวลาวัยรุ่นเป็นวัยที่เด็กจะค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง (Ego-identify) ซึ่ง Erikson ได้ตั้งทฤษฎีเกี่ยวกับวัยรุ่นนี้ว่า "ทฤษฎีพัฒนาการการหาเอกลักษณ์" (Theory of Identify Development) คือมีการค้นหาตนเองว่า เขาคือใคร และต้องการอะไรที่แท้จริง และมีการวางแผนในอนาคตให้เหมาะสมกับความสามารถของตนอย่างไร และได้กล่าวถึงระยะพัฒนาการของวัยรุ่นในทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม (Psychosocial Development) หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า Eight Stages of Man โดยเน้นถึงความสำคัญของบุคลิกภาพของมนุษย์ว่าจะพัฒนาได้ดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับว่าในแต่ละช่วงอายุจะประสบความสำเร็จในการพัฒนางานบางอย่างที่เกิดขึ้นในช่วงชีวิตหนึ่งๆหรือไม่ สำหรับระยะของเด็กวัยรุ่นจะอยู่ในระยะที่ห้าของทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม คือเป็นระยะพัฒนาความมีเอกลักษณ์หรือความรู้สึกสับสน (Identity V.S. Identity Confusion) ซึ่งเด็กวัยรุ่นจะค้นหาเอกลักษณ์ของตัวเอง เด็กจะประเมินตัวเองในด้านต่างๆ เช่นความสามารถ หน้าที่ความ

รับผิดชอบของตน และหากเด็กระยะนี้ไม่สามารถค้นหาเอกลักษณ์ได้ เด็กก็จะพัฒนาไปสู่ความสับสนในเอกลักษณ์ของตนเอง เป็นผลทำให้เด็กไม่รู้จักตนเองที่แท้จริง ทำให้ก้าวไปสู่การตัดสินใจที่ผิดๆได้ นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีการค้นหาลักษณะอาชีพที่เหมาะสมกับตน และค้นหาปรัชญาชีวิตของตน เพื่อใช้ในการวางแผนอนาคตในภายหน้าอีกด้วย ดังเช่นที่ Erikson (อ้างถึงในพรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2530) ได้เปรียบเทียบระยะวัยรุ่นว่าคล้ายๆกับเป็นระยะที่เปิดโอกาสให้ทดลองบทบาทต่างๆก่อนที่จะเป็นผู้ใหญ่อย่างจริงจัง (Moratorium) ซึ่งสิ่งที่เด็กควรรู้จัก ทดลองปฏิบัติและปรับตัวก่อนก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่มีดังนี้

1. การรู้จักใช้เวลาให้ถูกต้อง และมีประโยชน์ และจะต้องปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับกาลเวลา
 2. สร้างความมั่นใจในตนเอง กล้าที่จะทำตามความสามารถของตนและกล้าเผชิญปัญหาและแก้ปัญหาให้ลุล่วงไปโดยไม่ปล่อยปัญหาให้ลวงเลยไป
 3. ทดลองบทบาทต่างๆที่สังคมกำหนดให้
 4. การทำงาน ต้องมีความหวัง และตั้งระดับความสำเร็จในการทำงาน
 5. พัฒนารูปแบบของเพศให้เหมาะสมตามกฎเกณฑ์ และค่านิยมทางสังคม
 6. รู้จักการเป็นผู้นำหรือผู้ตาม
 7. สร้างอุดมคติเป็นของตนเอง และรู้จักเปรียบเทียบศึกษาอุดมคติของคนอื่น
- ลักษณะทั้ง 7 ลักษณะนี้ ถ้าหากเด็กได้มีโอกาสทดลองปฏิบัติ เพื่อหาประสบการณ์ ก็จะทำให้เด็กวัยรุ่นไม่มีปัญหา ปรับตัวได้สำเร็จ แต่ในทางตรงข้าม หากเด็กไม่มีโอกาสทดลองปฏิบัติ จะทำให้เด็กไม่มีโอกาสในการพัฒนาเอกลักษณ์ของตน ก่อให้เกิดความสับสนตัดสินใจไม่ถูกว่าจะเลือกแนวทางชีวิตของตนอย่างไรต่อไปได้

Robert Havighurst (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร, 2530) ได้คิดงานพัฒนาการ (Developmental Task) ของมนุษย์แต่ละวัย และวัยรุ่นก็เป็นวัยหนึ่งที่มีงานพัฒนาการเฉพาะวัย งานพัฒนาการคือความชำนาญ ความรู้ ความคิดทัศนคติ ของเด็กในระยะหนึ่งๆซึ่งมาจากอิทธิพลของวุฒิภาวะ (Maturation) ความคาดหวัง แรงผลักดันและความต้องการของสังคม (Social pressure &

Demand) และงานพัฒนาการนี้อยู่ระหว่างความต้องการของเด็กวัยรุ่นเองและความคาดหวังของสังคม คือสังคมคาดหวังว่าเด็กวัยรุ่นควรทำอะไรได้ในระยะวัยรุ่น ถ้าเด็กวัยรุ่นประสบความสำเร็จกับงานพัฒนาการ จะเป็นผลให้เด็กวัยรุ่นนั้นมีการปรับตัวได้ดี และสามารถทำงานพัฒนาการในวัยต่อมาได้สำเร็จ ในทางตรงข้ามถ้าวัยรุ่นประสบความล้มเหลวในงานพัฒนาการ วัยรุ่นนั้นก็ประสบปัญหาในการปรับตัว มีความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น สังคมไม่ยอมรับ และยังไม่สามารถทำงานพัฒนาการขั้นต่อไปให้สำเร็จด้วยดีได้

Arnold Gesell (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิพิสาร, 2530) เป็นบุคคลหนึ่งที่เชื่อว่าพัฒนาการของมนุษย์เป็นแบบแผนที่มีมาแต่กำเนิด วัยรุ่นเป็นวัยคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ และเป็นวัยที่อยู่ในช่วงอายุ 11-24 ปี เป็นวัยที่ต้องการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน นอกจากนี้ Gesell เชื่อว่าพัฒนาการมนุษย์เปรียบเสมือนเป็นวงจรของการเปลี่ยนแปลง มีการหาประสบการณ์หรือมีการบรรลุภาวะขั้นใหม่ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในแต่ละบุคคล (Innovation) ซึ่งทำให้มีผลกระทบต่อความสมดุลย์ในขั้นต้น (Equilibrium) อินทรีย์จึงพยายามปรับตัว โดยการรวมประสบการณ์ใหม่เข้ากับประสบการณ์เก่า (Integration) เพื่อให้อินทรีย์กลับมาสู่ในสภาพสมดุลย์อีก และเมื่ออินทรีย์อยู่ในสภาพสมดุลย์แล้ว อินทรีย์ก็จะบรรลุภาวะขั้นต่อไป ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและปรับตัวไปเรื่อยๆ เปรียบเสมือนเป็นวงจรพัฒนาการ

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า จากทฤษฎีจิตวิทยาวัยรุ่นนั้น ได้ชี้ให้เห็นว่าเด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ระหว่างช่วงต่อของวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เด็กวัยรุ่นจะพยายามค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง พร้อมทั้งต้องประพฤติปฏิบัติตนตามความคาดหวังของสังคมที่มีต่อเด็กวัยรุ่นเอง เด็กจะมีความสับสน มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่รุนแรง มีความกดดัน จึงทำให้เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่มีลักษณะที่แปรเปลี่ยนไปมาได้ง่ายทั้งนี้เพื่อกระทำตนให้เกิดภาวะสภาพความสมดุลย์ในตนเองขึ้น ซึ่งต้องอาศัยการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และหากวัยรุ่นประสบความล้มเหลวในงานพัฒนาการ ก็ย่อมก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัว และ

ก่อให้เกิดความเครียด มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและเกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้

สำหรับพัฒนาการที่เกิดขึ้นในเด็กวัยรุ่นจะประกอบขึ้นด้วย

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย (Physical Development)

ระยะวัยรุ่นเป็นระยะที่เด็กมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและเป็นไป
 แห่งของความเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ (Maturation) เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ อัน
 เป็นผลจากการได้รับอิทธิพลหลักมาจากขบวนการบรรลุนิติภาวะของแต่ละคน ซึ่งถูกกำ
 หนดโดยพันธุกรรมแต่กำเนิด การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายนี้มีผลมาจากการทำงาน
 ของต่อมใต้สมอง (Pituitary gland) ซึ่งสร้างฮอร์โมนออกมาหลายชนิด รวมทั้ง
 ฮอร์โมนโกนาโดโทรปิน (Gonadotropin) ซึ่งไปกระตุ้นต่อมเพศ (Gonad gland)
 ให้ผลิตฮอร์โมนเพศออกมา และ เมื่อทำงานร่วมกันฮอร์โมนจากต่อมไร้ท่ออื่นๆภายใน
 ร่างกาย มีผลทำให้ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาขึ้นอย่างรวดเร็ว - ความ
 เจริญเติบโตมีทั้งส่วนภายนอกที่สังเกตเห็นได้ง่าย เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก การเปลี่ยน
 แปลงของรูปร่าง สัดส่วนของร่างกาย ส่วนการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายโดยเฉพาะ
 การทำงานของต่อมไร้ท่อ การเจริญของต่อมเพศทำให้เด็กวัยรุ่นแตกต่างจากเด็กวัย
 อื่น ลักษณะทางเพศจะปรากฏให้เห็นเด่นชัดโดยเฉพาะในลักษณะของความแตกต่างระ
 หว่างเพศชาย และเพศหญิงดังนั้นการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจะแบ่งออกได้เป็น
 (อ้างอิงในประไพพรรณ ภูมิวิสิสาร, 2530)

1) การเปลี่ยนแปลงลักษณะร่างกายภายนอก วัยรุ่นมีการเปลี่ยน
 แปลงลักษณะต่างๆที่มองเห็นได้จากภายนอก ดังนี้คือ

1.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านน้ำหนัก การเพิ่มน้ำหนักส่วนใหญ่ของ
 เด็กวัยรุ่นเกิดจากการเจริญเติบโตของกระดูกและกล้ามเนื้อ กระดูกจะมีการเติบโต
 เปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านรูปร่าง โครงสร้าง สัดส่วน ระยะเวลาที่มีการเพิ่มน้ำหนัก
 ของกล้ามเนื้อมากที่สุดคือระหว่างอายุ 12-15 ปีในเด็กหญิงและระหว่าง
 15-17 ปีในเด็กชาย ในเด็กแต่ละคนน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นจะต่างกันออกไป เด็กวัยรุ่นส่วน
 ใหญ่จะผ่านระยะที่มีน้ำหนักมาก ซึ่งเรียกว่า "ระยะอ้วน" (Fat Period) ระยะนี้จะ
 อยู่ในช่วงที่วัยรุ่นกำลังจะมีการบรรลุนิติภาวะทางเพศ ทั้งนี้เพราะเด็กจะมีการเปลี่ยน

แปลงทางฮอร์โมน ซึ่งจะเป็ผลทำให้เด็กอยากรับประทานอาหาร ระยะอ้วนจะหายไป
เมื่อเด็กมีการเพิ่มส่วนสูง และเมื่อการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนอยู่ในระดับสมดุลย์

1.2 การเปลี่ยนแปลงด้านส่วนสูง การเติบโตทางด้านส่วนสูงนี้ได้รับ
อิทธิพลหลักมาจาก Growth Hormone จากต่อมพิทูอิทารี ซึ่งถ้าฮอร์โมนชนิดนี้มีมาก
เด็กก็จะเติบโตสูงใหญ่ แต่ถ้ามีน้อยเด็กก็จะเตี้ยแคระ นอกจากอิทธิพลของฮอร์โมนที่ทำให้
ให้เด็กสูงขึ้นแล้ว ยังมีองค์ประกอบทางด้านพันธุกรรมที่เด็กได้รับจากพ่อแม่ คือเด็กที่
มาจากพ่อแม่สูงก็มักจะมีแนวโน้มสูง ส่วนเด็กที่มาจากพ่อแม่เตี้ย ก็จะมีแนวโน้มเตี้ย
นอกจากนี้สภาวะโภชนาการก็มีอิทธิพลต่อความสูงต่ำของเด็กวัยรุ่นเช่นกัน เด็กที่ได้รับ
ธาตุอาหารที่ดีและมีประโยชน์ย่อมจะมีแนวโน้มของการเจริญเติบโตสูงใหญ่กว่าเด็กที่
ได้รับธาตุอาหารไม่เพียงพอ Packos (1964, อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิพิสาร,
2530) ทำการศึกษาพบว่า เด็กที่มาจากสถานะเศรษฐกิจและสังคมสูงจะมีความสูง
มากกว่าเด็กที่มาจากระดับสถานะเศรษฐกิจและสังคมต่ำ ทั้งนี้เพราะเด็กที่มาจากระ
ดับสถานะเศรษฐกิจและสังคมสูง มีแนวโน้มจะได้ธาตุอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่าง
กายมากกว่า ในขณะที่การเจริญเติบโตในเรื่องของความสูงเด็กหญิงจะเริ่มสูง
ก่อนเด็กชาย แต่เมื่อเด็กชายเริ่มมีการยึดตัว เด็กผู้ชายส่วนใหญ่จะสูงกว่าเด็กผู้หญิง
ความยาวของช่วงแขนและขาของเด็กชายจะมีมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัดทำให้เด็กชายดู
แข็งแรงกว่าเด็กหญิง

1.3 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสัดส่วนของร่างกาย ซึ่งการเปลี่ยน
แปลงนี้จะเกิดขึ้นพร้อมๆกับการเปลี่ยนแปลงด้านส่วนสูงและน้ำหนัก สัดส่วนของร่าง
กายจะมีการเจริญเติบโตในอัตราส่วนที่แตกต่างกัน เช่นขนาดของศีรษะจะเป็น $1/7$
ของความสูงทั้งหมด ในขณะที่เด็กแรกเกิดมีสัดส่วนของศีรษะ = $1/4$ ของความสูง
ของตัวเด็กทั้งหมด ขาจะยาวเป็น 5 เท่าของขาเมื่อแรกเกิด ลำตัวยาวเป็น 3 เท่า
ของแรกเกิด และกว้างเป็น $2 \frac{1}{2}$ เท่าของแรกเกิด ส่วนสูงของร่างกายจะพัฒนา
ก่อนส่วนกลาง และลักษณะหน้าตาก็จะเปลี่ยนไปเช่นกัน เช่นมีลักษณะใบหน้าที่เด่นชัด
กว่าวัยเด็ก จมูกเป็นสัน มีเหลี่ยมคางและโหนกแก้มเห็นได้ชัด เป็นต้น

1.4 การเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ ได้แก่

1.4.1 การขยายตัวของทรวงอก

ในวัยรุ่นหน้าอกจะมีการขยายตัวใหญ่ขึ้น ซึ่งในเด็กผู้หญิงหน้าอกจะมีการขยายตัวเต็มที่ใช้เวลาประมาณ 3 ปี ส่วนใหญ่จะอยู่ในช่วงอายุ 11-14 ปี ส่วนเด็กผู้ชายบางคนอาจมีหน้าอกขยายใหญ่ได้เช่นเดียวกัน ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจากอิทธิพลของฮอร์โมนของมารดาตั้งแต่เด็กยังอยู่ในครรภ์ แต่จะมีลักษณะชั่วคราวกล่าวคือจะอยู่ในช่วง 12-18 เดือนเท่านั้นลักษณะนี้ก็จะหายไป

1.4.2 การเปลี่ยนแปลงของผิวหนังและต่อมไต้ผิวหนัง

การเปลี่ยนแปลงของผิวหนังและต่อมไต้ผิวหนังนี้ มักจะมีผลทำให้เกิดสิวในวัยรุ่น ผิวหนังจะมีลักษณะหยาบและหนาขึ้น มีรูขุมที่ขยายใหญ่ขึ้น มีรูขุมที่ขยายใหญ่ขึ้น ลำตัวที่ยาวและหยาบหนาขึ้น เด็กวัยรุ่นมีเหงื่อออกตามซอกแขน จนอาจทำให้เกิดการหมักหมมเป็นที่มาของกลิ่นตัวในวัยรุ่น

1.4.3 การเปลี่ยนแปลงของเสียง

เด็กวัยรุ่นชายจะมีการเปลี่ยนแปลงของเสียงเห็นได้ชัดกว่าเด็กวัยรุ่นหญิง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของเสียงในเด็กวัยรุ่นชายนี้ เรียกว่าเสียงแตก ซึ่งเสียงแตกเป็นเครื่องหมายที่จะบอกให้ทราบว่าเด็กชายคนนั้นเติบโตเป็นหนุ่มแล้ว และกำลังมีการบรรลุนิติภาวะทางเพศ เสียงนี้จะเปลี่ยนไปอย่างสมบูรณ์เมื่อเด็กผู้ชายอายุประมาณ 15 ปี ส่วนในเพศหญิงก็จะมีการเปลี่ยนแปลงของเสียงเช่นกัน แต่จะไม่เห็นชัดเจนเหมือนในเพศชายโดยเด็กผู้หญิงจะมีการเปลี่ยนเป็นเสียงทุ้มและนุ่มนวลขึ้น

ในระยะของการเปลี่ยนเสียงในเด็กผู้ชาย อาจมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กเพศชายได้ กล่าวคือ เด็กวัยรุ่นชายบางคนจะเกิดความอายในการเปลี่ยนเสียงของตน และในระยะของการเปลี่ยนเสียง บางครั้งเด็กยังไม่สามารถควบคุมระดับเสียงของตนได้ จึงทำให้เด็กชายเกิดความละอายที่จะเปล่งเสียง

1.4.4 การมีขนในที่ลับและขนตามลำตัว เมื่อเด็กอยู่ในวัยรุ่น ขนที่อยู่ตามลำตัวจะปรากฏให้เห็นชัดขึ้น โดยจะมีขนาดเส้นยาวและหนา โดยทั่วไปเด็กชายจะมีขนปกคลุมตามแขน ขา หน้าอกอย่างเห็นได้ชัดมากกว่าเด็กหญิง ทั้งเด็กหญิงและเด็กชายยังมีขนในที่ลับอีกด้วย เช่น ใต้รักแร้ บริเวณอวัยวะสืบพันธุ์

2. การเปลี่ยนแปลงของร่างกายภายใน การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้คือ

2.1 การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับระบบหมุนเวียนโลหิต (Circulatory System) ในระยะเด็กอยู่ในวัยรุ่น หัวใจจะมีการเจริญเติบโตเพิ่มขึ้น คือมีการเพิ่มขยาย ตลอดจนมีน้ำหนักที่มากขึ้นเกือบ 2 เท่า หัวใจจะมีการเจริญเติบโตทั้งรูปร่างและน้ำหนัก

2.2 การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับระบบหายใจ (Respiratory System) ในระยะที่เด็กอยู่ในวัยรุ่น ปอดจะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะในเด็กชายจะมีขนาดของปอดใหญ่กว่าเด็กหญิง

2.3 การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร (Digestive System) ระยะเด็กวัยรุ่น กระเพาะอาหารจะมีการขยายตัวมากขึ้น สามารถเพิ่มความจุของอาหารได้มากขึ้น ซึ่งจะช่วยให้เด็กวัยรุ่นรับประทานอาหารให้ได้มากเพื่อนำมาช่วยในการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว เด็กวัยนี้นั้นจะมีพฤติกรรมการกินอาหารที่มากกว่าปกติ เพราะร่างกายต้องการอาหารมากกว่าวัยผู้ใหญ่ถึง 2 เท่า

2.4 การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับระบบประสาท (Nervous System) เส้นใยต่างๆในระบบประสาทของมนุษย์ถูกสร้างมาอย่างสมบูรณ์ตั้งแต่แรกเกิด แต่การทำงานของระบบประสาทยังไม่สมบูรณ์ เมื่อเด็กอยู่ในระยะวัยรุ่นระบบประสาทมีพัฒนาการก้าวหน้ามากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด โดยจะมีการพัฒนาด้านความยาวและความหนาเพิ่มขึ้น

2.5 การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับการเจริญเติบโตของกระดูก (Skeletal Growth) ระยะวัยรุ่น กระดูกนอกจากจะมีการเติบโตทางด้านความยาวแล้วยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านความหนา และความแข็งอีกด้วย ลักษณะเด่นของพัฒนาการการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วของกระดูกรูปร่าง เช่นกระดูกแขนและขา นอกจากนี้กระดูกยังมีความแข็งแรงเพิ่มขึ้นด้วย

2.6 การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับอวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์โดยตรง (Primary Sex Characteristics) เนื่องจากอวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ของเพศหญิงและเพศชายมีลักษณะที่ต่างกันอย่างเห็นได้ชัดทั้งทางด้านลักษณะและโครงสร้างจึง

แยกออกได้เป็น 2 ประเภทคือ

2.6.1 อวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ของเพศชาย (Male Sex Organs) อวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ของเพศชายมีทั้งลักษณะภายนอกและลักษณะภายใน อวัยวะที่อยู่ภายนอก คือ ลิงค์ (Penis) และอัณฑะ (Scrotum) ส่วนอวัยวะที่อยู่ภายในคือ ถุงน้ำเชื้อ (testis) ท่อน้ำเชื้อ (Vas deferens) ต่อมที่ผลิตน้ำเชื้อ (prostate gland)

เมื่อเด็กอยู่ในระยะวัยรุ่น ออร์โมนจากต่อมพิทูทารีจะช่วยกระตุ้นให้อวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ของเพศชายมีการทำงานอย่างเต็มที่ มีการสร้างน้ำเชื้อ ตลอดจนมีการกระตุ้นให้เกิดการแข็งตัวของอวัยวะเพศและการหลั่งของน้ำอสุจิ ในเด็กชายที่มีการบรรลุนิติภาวะทางเพศ จึงสามารถดูได้จากการฝันเปียก (Nocturnal emission) ซึ่งจะเกิดในช่วงระยะอายุ 12-16 ปี

2.6.2 อวัยวะที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ของเพศหญิง (Female Sex Organs) สิ่งสำคัญของอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิงคือรังไข่ (Ovaries) ซึ่งอยู่สองข้างตรงปีกมดลูก ภายในรังไข่จะมีการสร้างไข่ (Ova หรือ Eggs) เมื่อเด็กหญิงได้รับการกระตุ้นจากออร์โมนจากต่อมพิทูทารี เด็กก็จะมีการบรรลุนิติภาวะทางเพศ ไข่ที่ถูกสร้างขึ้นจะเริ่มสุก เพื่อพร้อมที่จะผสมให้เกิดตัวอ่อนต่อไป แต่ถ้าไข่ไม่ได้รับการผสมจากเชื้ออสุจิของเพศชาย ไข่ก็จะเคลื่อนตัว ผ่านท่อน้ำไข่มดลูกและตกออกมาเป็นประจำเดือน (Menarche) ในทุกๆเดือน ซึ่งการเริ่มมีประจำเดือนของเด็กหญิงเป็นการแสดงให้เห็นถึงการบรรลุนิติภาวะทางเพศของเด็กหญิง

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงและมีพัฒนาการของร่างกายอย่างรวดเร็ว ซึ่งมักจะเรียกการเปลี่ยนแปลงระยะนี้ว่า "การโตเร็ว" (Growth spurt) โดยสังเกตได้จากความสูง จะพุ่งขึ้นอย่างรวดเร็ว และน้ำหนักก็จะเพิ่มตามไปด้วย และมีการเปลี่ยนแปลงของลักษณะทางเพศเกิดขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมและความรู้สึก วัยรุ่นบางคนอาจจะไม่พอใจในการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็ว และนำไปสู่ความวิตกกังวล รวมทั้งมีปัญหาในการปรับตัวขึ้นได้ อันอาจก่อให้เกิดปัญหาด้านอื่นๆตามมา เช่น ปัญหาทางการเรียน ปัญหาของการเข้าสังคม ฯลฯ ซึ่งในทางตรงข้ามกับเด็กวัยรุ่นที่ยอมรับและ

ยอมรับในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เด็กก็จะมีความมั่นใจ สบายใจ ไม่วิตกกังวล มีพฤติกรรมที่นำไปสู่การปรับตัวที่ดี ทั้งนี้เนื่องจากการพัฒนาการทางร่างกายในระยะวัยรุ่น จะยังผลต่อพัฒนาการด้านต่างๆของเด็กด้วย โดยเฉพาะพัฒนาการทางด้านสังคม และบุคลิกภาพในระยะวัยรุ่น

2. พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ (Mental and Emotional Development)

อารมณ์เป็นความรู้สึกหรือความสะเทือนใจ เกิดจากการที่ร่างกายมีสิ่งมาเร้าให้มีการแสดงออกทางอารมณ์ได้ตอบสนองออกมาในลักษณะต่างๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดทั้งความสุขและทุกข์ การแสดงออกของอารมณ์ในแต่ละบุคคลจะส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์และพฤติกรรมทางสังคมอีกด้วย

วัยรุ่นเป็นวัยที่ภาวะทางอารมณ์ไม่มั่นคง โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นตอนต้น ทั้งนี้เพราะในระยะวัยรุ่น เด็กจะมีการปรับตัวต่อสิ่งต่างๆมาก เช่น การปรับตัวทางด้านร่างกายที่เปลี่ยนไป การปรับตัวต่อสังคม การปรับตัวต่อวิชาการต่างๆที่ยากขึ้น ฯลฯ ทำให้เด็กวัยรุ่นรู้สึกไม่แน่ใจ มีความสับสน ไม่ปลอดภัย ก่อให้เกิดอารมณ์ที่แปรปรวนได้ง่าย ไม่มั่นคง ดังเช่นที่ (อ๋องถึงในปริษา วิหคโตและคณะ, 2532)

George Stanley Hall ได้กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีอารมณ์แบบพายุบูแคม (Strom & Stress) ทั้งนี้เพราะอารมณ์ของวัยรุ่นนั้นเปลี่ยนแปลงรวดเร็วมาก และมีอารมณ์ที่รุนแรง สับสน แปรเปลี่ยนกลับไปกลับมาได้ง่าย อ่อนไหวง่าย อาจเปลี่ยนจากอารมณ์หนึ่งไปสู่อารมณ์ตรงข้ามอย่างฉับพลัน เช่น จากร่าเริงเป็นเศร้าสร้อย จากรักเป็นเกลียด เป็นต้น

Arnold Gesell เรียกวัยรุ่นว่าเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรง เช่น รักแรงเกลียดแรง ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นขาดความรู้สึกที่มั่นคง เกิดความตึงเครียดทางจิตใจ และวัยรุ่นจะเกิดอารมณ์รุนแรงในระหว่างที่มีพัฒนาการด้านต่างๆ ยิ่งมีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาทางกายมากเท่าใดก็จะเกิดอารมณ์รุนแรงมากขึ้นเท่านั้น และเมื่อพัฒนาการ

ด้านต่างๆของเด็กอยู่ในระยะคงที่แล้ว เด็กก็จะสามารถควบคุมอารมณ์ของตนได้

Raymond B. Cattell ทำการศึกษาวัยรุ่นตอนต้น คือเด็กอายุ 10-16 ปี พบว่าเด็กวัยรุ่นมีลักษณะหลายอย่างซึ่งตรงข้ามกันอยู่ในบุคคลรุ่นนี้ เป็นต้นว่ามีทั้งอารมณ์อ่อนไหวและความมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีทั้งความเครียดและความสนุกสนาน มีทั้งความหวาดกลัว และความกล้าอย่างบ้าบิ่น มีทั้งความอยากสมาคมและความอยากเก็บตัว

Hurlock (1973, อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวนิสาร, 2530) ได้กล่าวถึงสภาวะทางอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นว่าเป็นลักษณะอารมณ์ที่เรียกว่า "Heightened Emotionality" ซึ่งเป็นสภาวะทางอารมณ์ที่เบี่ยงเบนไปจากปกติ การเบี่ยงเบนทางอารมณ์นี้มีผลกระทบต่อพฤติกรรมด้านต่างๆของวัยรุ่น เช่น การเรียนในโรงเรียน ความสัมพันธ์ของเด็กวัยรุ่นกับครอบครัว ความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน ลักษณะอารมณ์ที่เรียกว่า "Heightened Emotionality" ที่มักเกิดในระยะวัยรุ่นมีหลายชนิด เช่น การทะเลาะวิวาท ความจู้จี้ในเรื่องอาหาร การแสดงอารมณ์รุนแรง อากาเร้าหมอง ซึม การใช้กลไกแห่งการต่อต้าน ตลอดจนความวิตกกังวล ซึ่งลักษณะอารมณ์เช่นนี้มักจะเกิดในระยะประมาณ 1-2 ปีที่เด็กเริ่มเข้าสู่ระยะวัยรุ่น แต่หลังจากที่เด็กได้มีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆได้แล้ว สภาวะทางอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นจะกลับคืนสู่สภาวะปกติดังเดิม

เด็กวัยรุ่นจะมีอารมณ์ชนิดต่างๆหลายประเภท คือ มีทั้งรัก ชอบ เกลียด โกรธ อิจฉา ริษยา ทิฐิ ถือติ อ่อนไหว หลงใหล วุ่นวายใจ สับสน หงุดหงิด เห็นแก่ตัว ตี้อารมณ์ เอาแต่ใจ แต่บางครั้งก็ยอมอะไรได้ง่ายๆ และเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเป็นพิเศษ โดยทั้งนี้ลักษณะทางอารมณ์ของวัยรุ่นจะมีลักษณะปรากฏที่ชัดเจนดังต่อไปนี้ (อ้างถึงในปรีชา วิหคโต, 2532)

1. มีความรุนแรง ถ้าหากวัยรุ่นได้รับความกระทบกระเทือนแม้แต่เพียงเล็กน้อย ก็อาจจะแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงได้ เช่น ถูกบิดามารดาตำหนิ หรือบิดามารดาไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของตน ก็อาจจะหนีออกจากบ้าน หรือผิดหวังจากความรัก

ก็อาจฆ่าตัวตาย เป็นต้น

2. มีอารมณ์ไม่คงที่ วัยรุ่นมักจะเกิดอารมณ์ต่างๆ เปลี่ยนแปลงอารมณ์อย่างรวดเร็ว เช่น ดีใจง่าย เสียใจง่าย และมีอารมณ์ผันแปรไปอย่างรวดเร็ว แต่ถ้าเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับอุดมคติที่มีความสัมพันธ์กับอารมณ์เจือปนอยู่ด้วย เช่น ความรักพวกพ้อง ความยุติธรรม ความรักสถาบันการศึกษา อารมณ์เหล่านี้จะเป็นอารมณ์ที่ถาวรและกล้าที่จะแสดงออก

3. มีอารมณ์ค้าง มักจะเกิดกับวัยรุ่นที่ผิดหวังในเรื่องของความรัก ก็มักจะแสดงอารมณ์ที่เศร้าหมองห่อเหี่ยว และอาจรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายได้เช่นกัน

4. ขาดการควบคุมอารมณ์ วัยรุ่นมักจะแสดงออกทางอารมณ์อย่างเปิดเผย เช่น เมื่อถูกผู้ใหญ่ลงโทษ จะแสดงความไม่พอใจ ทั้งโดยกิริยาท่าทาง และคำพูดที่ค่อนข้างรุนแรงและขาดความยั้งคิด

ลักษณะทางอารมณ์ของวัยรุ่นนี้ ถ้าหากบิดามารดาหรือผู้ใหญ่ที่อยู่แวดล้อมรอบข้างไม่เข้าใจธรรมชาติการแสดงออกทางอารมณ์ของวัยรุ่น ก็อาจจะทำให้วัยรุ่นเกิดปัญหาในการปรับตัว และอาจทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจ ซึ่งจะส่งผลไปสู่การมีพฤติกรรมที่มีปัญหาต่อไป

ปรียา เกตุทัต (2527, อ้างถึงใน โกลัม เศรษฐราชวงศ์, 2532) ได้แบ่งสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์รุนแรงในวัยรุ่นไว้ 2 ประการ คือ การเปลี่ยนแปลงทางกาย และสาเหตุจากสภาพแวดล้อมทางสังคม ดังนี้

1. สาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงทางกาย

1.1 การเปลี่ยนแปลงทั้งขนาดรูปร่างสัดส่วนและสรีระภายใน ทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของคน นอกจากนี้การทำงานของต่อมไร้ท่อยังมีผลต่อทั้งการเปลี่ยนแปลงทางกายและอารมณ์ด้วย เช่นการทำงานของอวัยวะต่างๆ สมบูรณ์เต็มที่ สามารถออกกำลังกายได้มากขึ้น ร่างกายต้องการอาหารและการพักผ่อนมากขึ้น บางครั้งอาจเกิดอาการเหนื่อยล้า จากการที่ไม่ได้รับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างเพียงพอ อาจเป็นสาเหตุให้อารมณ์หงุดหงิดเอาแต่ใจ ถ้ามีการสะสมพอจนไว้มากๆ ก็อาจจะแสดงออกมาในลักษณะที่รุนแรงได้

1.2 การบรรลุนิติภาวะทางเพศเร็วหรือช้ายังก่อให้เกิดความวิตกกังวลว่าตนไม่เหมือนคนอื่น ตนผิดปกติไปจากเพื่อน วัยรุ่นทั้งหญิงและชายจะมีความกังวลเกี่ยวกับสัดส่วน รูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของฉลองรัฐ อินทรีย์ และคณะ (2527) พบว่าวัยรุ่นทั้งหญิงและชายมีความกังวลใจเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา ผิวพรรณในระดับใกล้เคียงกัน ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงทางกายและการบรรลุนิติภาวะทางเพศจะมีผลทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลว่าตนจะมีลักษณะผิดปกติไปจากคนทั่วไป ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ตามมาได้ ความวิตกกังวลจะมากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับความรู้สึกของบุคคลรอบข้างที่มีต่อวัยรุ่นอีกด้วย

2. สาเหตุมาจากสภาพแวดล้อมทางสังคม ในช่วงของวัยรุ่นนี้มีการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมใหม่คือ

2.1 วัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระ จากการที่ต้องพึ่งพาและอยู่ในการดูแลของบิดามารดาเป็นของตนเอง มีอุดมการณ์ บางครั้งทำทนายอำนาจบิดามารดา ฝ่าฝืนกฎระเบียบข้อบังคับที่บิดามารดาวางไว้ และแสดงว่าสามารถพึ่งตนเองได้บ้างแล้ว ซึ่งอาจจะทำให้บิดามารดาเข้าใจผิดไม่ได้ให้การดูแลให้ความรักความอบอุ่นโดยใกล้ชิดตามที่วัยรุ่นยังต้องการอยู่ บางครั้งวัยรุ่นอาจจะรู้สึกสับสน เมื่อไม่สามารถปฏิบัติบทบาทในการเป็นผู้ใหญ่ตามที่บิดามารดาและสังคมมุ่งหวัง ทำให้วัยรุ่นมีความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น

2.2 การเข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อน การรู้จักวางตัวในการคบเพื่อนต่างเพศ การได้รับการยอมรับจากเพื่อนทั้งเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ซึ่งนับเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากใจ นำมาซึ่งความเครียดและวิตกกังวลได้

2.3 ปัญหาในด้านการศึกษาเล่าเรียน การเรียนยุ่งยากซับซ้อนขึ้น การตัดสินใจเลือกแผนการเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตลอดจนระเบียบวินัยและข้อบังคับของโรงเรียน ล้วนมีอิทธิพลต่ออารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่นมาก ซึ่งบางครั้งวัยรุ่นอาจจะพบกับความล้มเหลวในการศึกษาได้ และปัจจุบันวัยรุ่นส่วนใหญ่ยอมรับว่าการศึกษามีความสำคัญต่อความสำเร็จในชีวิตและสังคม หากล้มเหลวก็จะเกิดความวิตก

กังวล และมีความตึงเครียดทางอารมณ์มากขึ้น เพราะเกรงว่าต้องออกจากโรงเรียน หรือออกจากบ้าน สำหรับนักเรียนวัยรุ่นตอนปลายนั้นจะต้องมีการเตรียมตัวเข้าสู่อาชีพ ในช่วงวัยนี้อาจทำให้วัยรุ่นเกิดความกังวลใจและไม่สบายใจในอนาคตของตน

2.4 ปัญหาในการเลือกอาชีพ เมื่อสำเร็จการศึกษาแล้ววัยรุ่นจะเกิดความกังวลใจเรื่องการประกอบอาชีพ กลัวว่าจะได้ทำงานที่ตนไม่ชอบ แต่บิดามารดา ผู้ปกครองชอบ

2.5 ขีดจำกัดในด้านเศรษฐกิจ หรือข้อจำกัดทางครอบครัว เป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ ต้อยกว่าเพื่อนๆ ไม่สามารถกระทำสิ่งต่างๆได้เช่นเพื่อนรุ่นเดียวกัน อาจทำให้เขาเกิดอารมณ์อิจฉาริษยา หรืออารมณ์เค้าวามองได้เช่นกัน

2.6 ขาดการอบรมเลี้ยงดูและพัฒนาที่เหมาะสม และไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการอย่างเหมาะสม ขาดแบบอย่างที่ดี ขาดการเตรียมตัวเพื่อพัฒนา-การทางเพศที่ไม่เหมาะสม ขี้อาย ไม่มีเพื่อน ประสบความล้มเหลวในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นเหล่านี้ล้วนแต่สร้างปัญหาให้แก่วัยรุ่น

2.7 ปัญหาจากครอบครัว เช่น ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวไม่ดี มีการทะเลาะเบาะแว้งและบาดหมางกันระหว่างบิดา มารดา บุตร บางครั้ง การปกครองดูแลอาจจะเคร่งครัดควบคุมเกินไปไม่ให้อิสระแก่วัยรุ่นเท่าที่ควร ขาดความเอาใจใส่ดูแล ทอดทิ้งไม่สนใจ หรือบรรยากาศภายในครอบครัวมีแต่ความวุ่นวาย เช่น มีคนเจ็บป่วยเรื้อรัง หรือมีการอยู่ในครอบครัว ติดสุรา หรือมีอาการทางจิตประสาท ก็อาจจะก่อให้เกิดอารมณ์ตึงเครียดและแสดงอารมณ์ออกมารุนแรงได้

2.8 ปัญหาจากความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งขึ้นอยู่กับพื้นฐานทางบุคลิกภาพนิสัยและอารมณ์ของแต่ละบุคคล

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้พอสรุปได้ว่า อารมณ์ของวัยรุ่นนั้นมีทุกประเภท มีความรุนแรงตึงเครียด อ่อนไหวเปลี่ยนแปลงง่าย อารมณ์ที่เกิดขึ้นมีทั้งอารมณ์ที่ก่อให้เกิดความทุกข์ ได้แก่ ความกลัว ความวิตกกังวล โกรธ อิจฉา ริษยา ทุกข์โศก ส่วนอารมณ์ที่ก่อให้เกิดความสุข ได้แก่ ความรัก ความร่าเริงสนุกสนาน สุขสบาย พึง

พอใจ ในวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีอารมณ์ทุกข์มากกว่าอารมณ์สุข ถ้าหากมีแรงกดดัน จากความตึงเครียดทางอารมณ์เกิดขึ้นบ่อยๆ จะทำให้การดำเนินชีวิตของวัยรุ่น ขาดความสุข อาจจะผันแปรไปในทางที่ไม่ดีได้ เจอร์ซิล (Jersild, 1975) กล่าวว่า ความตึงเครียดทางอารมณ์ของวัยรุ่นนี้มิใช่อาการที่บ่งชี้ถึงความผิดปกติเสมอ ไป แม้วัยรุ่นที่มีพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ไปตามปกติก็ยังคงมีความตึงเครียด ทางอารมณ์และหันหาทางออกโดยการแสดงพฤติกรรมแปลกๆ เช่น เป่าปากส่งเสียง โดยไม่มีเหตุผล กัดเล็บ เป็นต้น

ดังนั้น บิดามารดาซึ่งเป็นผู้ที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่น จะต้องเรียนรู้และเข้าใจถึง ลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นเพื่อจะได้ช่วยเหลือชี้แนะ ควบคุมระครองให้วัยรุ่นได้พัฒนา สภาพจิตใจและอารมณ์ให้ไปสู่ความมีวุฒิภาวะ เพื่อจะได้พัฒนาตนเองไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีความมั่นคงทางจิตใจ มีเจตคติที่ดีต่อผู้อื่นและสังคม มีทักษะในการเข้าสังคม ตลอดจนสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

3. พัฒนาการทางด้านสังคม (Social Development)

วัยรุ่นจะมีพัฒนาการทางสังคมพื้นฐานของพัฒนาการทางสังคมที่มีมาตั้ง แต่วัยเด็ก เด็กวัยรุ่นจะผ่านกระบวนการทำตามอย่างสังคม (Socialization Process) ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมเพื่อที่จะปรับตัวให้เข้ากับมาตรฐาน ของกลุ่มหรือประเพณีวัฒนธรรมของสังคมที่ตนอยู่ Brim (อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวิศิลา, 2530) กล่าวว่า การทำตามอย่างสังคม (Socialization) เป็น การศึกษาว่าบุคคลเรียนรู้ความชำนาญในการร่วมเป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่เขาอยู่ ได้อย่างไร เพราะฉะนั้นจะเห็นว่าการทำตามอย่างสังคมเป็นการที่บุคคลเรียนรู้ที่จะทำ ตามพฤติกรรมต่างๆที่เป็นที่ยอมรับในสังคม เพื่ออยู่ในสังคมนั้นได้อย่างไม่มีปัญหา

การที่สังคมคาดหวังให้บุคคลในสังคมนั้นมีพฤติกรรมอย่างหนึ่งนั้น แสดงให้เห็นว่า สังคมได้วางมาตรฐานแบบแผนของพฤติกรรมไว้ ดังนั้นการทำตามอย่างสังคมจึงเกี่ยว กับ การปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของแต่ละบุคคลกับพฤติกรรมที่สังคมคาดหวังจาก บุคคลนั้น โดยขึ้นกับอายุ เพศ และมาตรฐานของสังคม

ในระยษะวัยร่น เด็กมีการเรียนรู้ที่จะปฏิบัติตามความคาดหวังของสังคมมากขึ้น เด็กวัยร่นจะแสดงพฤติกรรมในทิศทางที่สังคมคาดหวัง ซึ่งรวมถึงแบบแผนพฤติกรรมที่แสดงความเป็นวัยร่น ว่าวัยร่นควรจะแสดงพฤติกรรมอะไร และแสดงอย่างไร และการที่จะดูว่าวัยร่นมีการเรียนรู้ที่จะอยู่ในสังคมได้แค่ไหน ให้ดูจากการร่วมทำกิจกรรมของวัยร่น โดยดูจากลักษณะที่สำคัญ 4 อย่างคือ

1. พฤติกรรมของวัยร่นนั้นเป็นที่ยอมรับของสังคมหรือไม่
2. วัยร่นมีการแสดงบทบาทอย่างเหมาะสมตามที่สังคมกำหนดไว้หรือไม่
3. วัยร่นนั้นมีทัศนคติต่อสังคมเป็นเช่นไร เมื่อแสดงพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับทางสังคมออกมา
4. วัยร่นนั้นมีความรู้สึกส่วนตัวเป็นอย่างไรเมื่อแสดงพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับของสังคม

เพราะฉะนั้นจะเห็นได้ว่าเด็กวัยร่นที่สามารถปรับตัวทางสังคมได้ดี ไม่เพียงแต่จะมีพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับในสังคมเท่านั้น แต่การกระทำพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับทางสังคมจะต้องเป็นการกระทำที่ออกมาจากใจจริง ไม่มีการแสร้งทำหรือทำพฤติกรรมแล้วมีผลกระทบกระเทือนต่อทัศนคติและความรู้สึกในทางลบของวัยร่น

การที่เด็กวัยร่นจะปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ดีนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ หลายประการที่เรียนรู้ และได้รับตลอดมาตั้งแต่วัยทารก ซึ่งได้แก่ (อ้างถึงใน ปรินชาวิหคโต, 2532)

1. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ในบ้าน ทั้งแง่ดีและแง่ไม่ดี จะเป็นสิ่งที่เด็กได้เรียนรู้ และจะเลียนแบบความสัมพันธ์เหล่านี้ไปปฏิบัติต่อไป และจะยึดถือเป็นแนวปฏิบัติของตน ดังนั้นสถาบันครอบครัวจึงเป็นสถาบันที่มีอิทธิพลต่อเด็ก ทั้งในด้านการให้กำเนิดชีวิตและการเลี้ยงดูสมาชิกให้เจริญเติบโตเป็นพลเมืองที่ดีหรือไม่ดีของสังคมและประเทศชาติได้ การอบรมเลี้ยงดูวัยร่นนั้น บิดามารดาจะต้องมีความเข้าใจในธรรมชาติและความต้องการของวัยร่น เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่วัยร่น การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวนั้น ควรประกอบหลักที่สำคัญดังนี้

1.1 บิดามารดาจะต้องมีเจตคติที่ดีต่อบุตรของตน และต้องไม่แสดงความมีอคติต่อบุตรคนใดคนหนึ่ง

1.2 ให้ความรักและความสนใจที่เหมาะสมแก่วัย ในการแสดงความรักของบิดามารดาที่มีต่อวัยรุ่นนั้น ควรเป็นในลักษณะของการแสดงความสนใจและความเข้าใจ ให้อิสระภาพ ให้ออกาส มีเหตุผล เปิดโอกาสให้แสดงความสามารถ ความรู้สึก และความรู้อื่นๆ

1.3 บิดามารดาควรเปิดโอกาสให้วัยรุ่นมีอิสระ เป็นตัวของตัวเอง สอนให้รู้จักสิทธิและหน้าที่ของตน เปิดโอกาสให้เขาได้อภิปราย และตัดสินใจด้วยตนเอง และให้เรียนรู้ที่จะปฏิบัติตามมาตรฐานต่างๆ

1.4 บิดามารดาควรเป็นแบบอย่างที่ดี ไม่ลงโทษหรือว่ากล่าวอย่างไม่มีเหตุผล และต้องเข้าใจในเรื่องอุดมการณ์ของเด็กที่มีต่อตนเอง ครอบครัว เพื่อน ชุมชน ตลอดจนประเทศชาติด้วย ดังนั้นครอบครัวจึงเป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกที่จะเตรียมเด็กให้ได้รับประสบการณ์ทางสังคมที่ดี การอบรมสั่งสอนให้เด็กได้เรียนรู้พฤติกรรมทางสังคม แนวทางการอยู่ร่วมกัน รู้จักเคารพระเบียบ สิทธิ ของตนเองและของผู้อื่น ตลอดจนเรียนรู้เจตคติ ค่านิยม และพฤติกรรมต่างๆที่แสดงออกในสังคมของตน ทั้งนี้ เพื่อนำประสบการณ์ที่ได้รับมาใช้เป็นแนวทางในการปรับตัวเมื่ออยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม

2. กลุ่มเพื่อน วัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง ดังนั้นลักษณะพัฒนาการทางสังคมของเด็กวัยรุ่น ก็คือการเรียนรู้จากกลุ่มเพื่อน วัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับเพื่อนและเพื่อนจะมีอิทธิพลกับวัยรุ่นมาก การรวมกลุ่มในระยะแรกจะเป็นการรวมอย่างไม่มีแผนล่วงหน้า แต่ละกลุ่มมีผู้นำและผู้ตาม กลุ่มแต่ละกลุ่มจะมีภาษา กฎ ระเบียบ ประเพณีประจำกลุ่ม ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะกลุ่ม เด็กที่เข้าร่วมกลุ่มจะประพฤติ ปฏิบัติตามวัฒนธรรมกลุ่ม เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน และความประพฤติเช่นนี้ บางครั้งก็ขัดกับกฎระเบียบของโรงเรียน หรือของสังคม หรือการอบรมที่เด็กได้รับมาจากบ้าน นอกจากนี้การรวมกลุ่มในวัยรุ่นตอนต้น จะเป็นเพื่อนเพศเดียวกัน เด็กหญิงจะเริ่มสนใจเด็กชาย และทำทุกอย่างเพื่อเรียกร้องความสนใจ แต่เด็กชายจะยังเฉยอยู่ ในวัยรุ่นตอนกลาง เด็กชายจะเริ่มสนใจเด็กหญิง บางคนมีความลัษณะ

สนิทสนมกับเพศตรงข้าม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย วัยรุ่นชายหญิงจะเริ่มจับกันเป็นคู่ๆ การรวมกลุ่มในรูปแบบต่างๆนี้จะช่วยให้เด็กได้รับการสนองตอบความต้องการทางสังคมขั้นพื้นฐาน เช่น คำยกย่อง ฐานะตำแหน่ง ได้เรียนรู้ระเบียบกฎเกณฑ์ของกลุ่ม ซึ่งจะช่วยพัฒนาทักษะในการเข้าสังคม ช่วยกันแก้ปัญหาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกที่มีต่อกัน มีเพื่อนที่เข้าใจและร่วมทุกข์ร่วมสุข และเปิดโอกาสให้เด็กชายและเด็กหญิงได้รู้จักคุ้นเคยกัน สร้างความเข้าใจ และเรียนรู้ที่จะประพฤติตนตามบทบาททางเพศ รู้จักปฏิบัติตนต่อเพื่อนเพศเดียวกันและต่างเพศ ซึ่งจะช่วยพัฒนาทักษะในการเข้าสังคม ตลอดจนการแสดงออกของพฤติกรรมทางสังคมของวัยรุ่นด้วย อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนจะสอนให้วัยรุ่นรู้จักกฎเกณฑ์และต้องรักษากฎระเบียบจึงจะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ การรวมกลุ่มทำให้วัยรุ่นมีความกล้ามากขึ้น กล้าทดลอง กล้าขัดแย้ง ลองดีกับผู้ใหญ่ บางครั้งกลุ่มอาจมีอิทธิพลกำหนดให้วัยรุ่นทำตามมติของกลุ่มโดยไม่คำนึงถึงความถูกต้อง เช่น การยกพวกตีกัน หนีโรงเรียน ติดสารเสพติด ดังนั้นนับได้ว่ากลุ่มเพื่อนเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญในช่วงวัยรุ่นมาก ซึ่งกลุ่มเพื่อนที่ดีจะเป็นขุมพลังและมีแรงผลักดันให้วัยรุ่นกระทำในสิ่งที่สร้างสรรค์เกิดประโยชน์

3. สถาบันการศึกษา นับเป็นสถาบันหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อเด็กนักเรียนวัยรุ่นเป็นอย่างมาก เพราะเด็กจะต้องปรับตัวในหลายๆด้าน เช่นปรับตัวให้เข้ากับครู เพื่อนฝูง ตลอดจนระเบียบกฎเกณฑ์ของสถานศึกษานั้น ครูมีอิทธิพลต่อชีวิตของเด็ก โดยเป็นต้นแบบและเป็นผู้หล่อหลอมให้เด็กเป็นคนดีหรือเลวได้

4. ความต้องการของสังคม ในการพัฒนาวัยรุ่นนั้น นอกจากจะสนองความต้องการพื้นฐานของวัยรุ่น และพัฒนาตนเองแล้ว ยังมีผลต่อการพัฒนาสังคมด้วย และในขณะเดียวกัน สังคมก็ได้กำหนดลักษณะของบุคคลที่ต้องการไว้ด้วย

ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร (2530) ได้แยกประเภทเด็กวัยรุ่นที่ประสบปัญหาการปรับตัวทางสังคม ออกเป็น 2 พวกคือ พวกล้มเหลวในสังคม (Unsocial) คือเด็กวัยรุ่นที่ประสบความล้มเหลวในระยะของพัฒนาการ เด็กพวกนี้จะละเลยต่อพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับของสังคม ส่วนอีกพวกหนึ่งคือพวกต่อต้านสังคม (Antisocial) พวกนี้จะเป็เด็กวัยรุ่นที่อยู่ตลอดเวลาว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่สังคมยอมรับและ

พฤติกรรมใด เป็นพฤติกรรมที่สังคมไม่ยอมรับ แต่ไม่ยอมทำตามพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับของสังคมด้วยเหตุผลส่วนตัวต่างๆ

4. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

สติปัญญาหรือการรู้คิดประกอบด้วย การรับรู้ การจำ การรู้จักคิด วิเคราะห์ สังเคราะห์ สามารถใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา ประเมินความคิดอ่านของตนเอง และของผู้อื่น ตลอดจนคิดในรูปแบบต่างๆ เช่น ความคิดฝัน จินตนาการคิดแบบรูปธรรม นามธรรม และคิดในสิ่งที่ลึกลับซับซ้อนมากยิ่งขึ้น พัฒนาการทางด้านสติปัญญาจะเจริญพัฒนาควบคู่กันไปกับพัฒนาการทางด้านร่างกายจิตใจของบุคคล ซึ่งระดับความสามารถทางสติปัญญา จะดำเนินไปตามขั้นตอนของพัฒนาการทางสติปัญญา

เอนไคนด์ (อ้างถึงในปราณี รามสูตร, 2528) ได้กล่าวถึงความสามารถทางสติปัญญาของวัยรุ่นเริ่มมีความคิดส่วนตัวที่เก็บไว้เป็นความในใจเฉพาะตน ไม่เปิดเผยให้ใครรู้ และช่วงวัยรุ่นนี้ยังเกิดความเข้าใจว่าความคิดเห็นของเขาเป็นเรื่องเฉพาะตนเมื่อเขาพูดคุยกับคนอื่น วัยรุ่นบางคนจึงสามารถพูดในสิ่งที่ไม่ตรงกับความคิดของเขาเองได้ ซึ่งจากจุดนี้แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการทางสติปัญญามีผลคาบเกี่ยวไปสู่พัฒนาการทางสังคม

สุชา จันทน์เอม (2529) ได้กล่าวถึงลักษณะพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นว่าเป็นวัยรุ่นที่มีความจำดีมาก แต่วัยรุ่นมักไม่ค่อยใช้ความจำของตนให้เป็นประโยชน์ เพราะต้องใช้ความคิดในการแสดงความคิดเห็นในด้านต่างๆ ที่กว้างขวาง มีสมาธิดี ไม่ท้อถอย ความเชื่อมั่นต่างๆ เป็นไปอย่างรุนแรง จริงจัง หลงใหล ซึ่งอาจจะเกิดผลเสียตามมาได้ มีเหตุผล สามารถวิเคราะห์ปัญหาได้หลายแง่มุม มีความคิดยืดหยุ่นและเผชิญปัญหาต่างๆ ได้ดีกว่าเด็ก มีจินตนาการมากโดยเฉพาะเรื่องความรักและความสำเร็จในชีวิต อนาคตของตนเอง

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า ในระยะวัยรุ่นเด็กจะมีความสามารถต่างๆเพิ่มขึ้นหลายอย่าง สามารถใช้ความคิดได้อย่างอิสระเสรีกว้างขวาง ลึกซึ้ง รูปแบบการคิดของวัยรุ่นจะแตกต่างไปจากวัยเด็ก สามารถคิดได้ในเชิงรูปธรรม นามธรรมและคิดเองหรือคิดร่วมกับผู้อื่นได้ ทั้งรู้จักสังเกตความคิดและความรู้สึกที่คนอื่นมีต่อตัวเองชัดเจนขึ้น มีการเรียนรู้วิธีดำเนินการแก้ปัญหาต่างๆ ที่ยุ่งยากซับซ้อนลึกซึ้งกว้างขวางขึ้น หรืออาจสรุปได้ว่าพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กวัยรุ่นมีความแตกต่างจากวัยเด็กได้ดังนี้ (อ้างอิงในประไพพรรณ ภูมิวิสิสาร, 2530)

1. เด็กวัยรุ่นมีความสามารถในการคิดถึงทางที่เป็นไปได้หลายทางในการแก้ปัญหาในลักษณะนี้ Inhelder & Piaget (1958) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นจะสามารถคิดในเชิงนามธรรม นั่นคือ สามารถคิดได้ในสิ่งที่ไม่จำเป็นต้องมองเห็นโดยตรง สามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลต่างๆ ได้ในหลายแง่มุมบนพื้นฐานของความมีเหตุผล เพื่อใช้ในการแก้ปัญหา
2. เด็กวัยรุ่นสามารถตั้งสมมติฐานต่างๆ เพื่อแก้ปัญหา โดยใช้เหตุผลเชิงตรรกวิทยา
3. เด็กวัยรุ่นสามารถคิดถึงเหตุการณ์เบื้องหน้า ซึ่งลักษณะนี้จะทำให้เด็กวัยรุ่นมีการวางแผน (Planning) ในการแก้ปัญหาอย่างมีระบบ การวางแผนในการแก้ปัญหานี้เด็กวัยรุ่นต้องมีความสามารถต่างๆ ประกอบกันคือ ความสามารถในการเห็นการณ์ไกล ความรู้ในเรื่องนั้นๆ เพื่อดึงข้อมูลต่างๆ ที่จำเป็นมาใช้ในการแก้ปัญหา ความสามารถในการเข้าใจคำจำกัดความของปัญหา และความสามารถในการเลือกข้อกระทบความต่างๆ เพื่อใช้ในการวางแผน
4. เด็กวัยรุ่นมีความจำ ความใส่ใจ ตลอดจนความสามารถในการสื่อสารได้ดีกว่าวัยเด็ก นอกจากนี้ยังพบว่า เด็กวัยรุ่นสามารถคิดย้อนหลังได้มากขึ้น ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในระบบของความคิดความจำ เด็กวัยรุ่นจะมีความสามารถทางด้านนี้เพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด
5. เด็กวัยรุ่นจะมีความสามารถในการเข้าใจมโนทัศน์ของสิ่งต่างๆ ในสภาพแวดล้อมได้ดี และสามารถนำมโนทัศน์พื้นฐานมาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันเพื่อให้เกิดความเข้าใจในมโนทัศน์ที่ซับซ้อนมากขึ้น ตลอดจนสามารถอธิบายให้เข้าใจได้

5. พัฒนาการทางบุคลิกภาพ

คำว่า "บุคลิกภาพ" ตามความเข้าใจของคนทั่วไป มักจะหมายถึง ลักษณะรูปร่างหน้าตา ท่าทาง การพูด การวางตัว และความเป็นผู้นำของบุคคลแต่ละคน

สำหรับเรื่อง "บุคลิกภาพ" นี้ นักจิตวิทยาได้ให้ความสนใจและศึกษาในเรื่องนี้ไว้หลายคน และนักจิตวิทยาแต่ละคนได้ให้ความหมายของคำ "บุคลิกภาพ" ตามแนวคิดและความเชื่อของตน โดยได้ให้ความหมายไว้พอเป็นสังเขป ดังนี้

บุคลิกภาพ คือ ระบบกายและจิตภายในตัวบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลง การจัดระบบอยู่เสมอ และโดยกระบวนการจัดระบบนี้เองจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม และความคิดของบุคคล (Allport 1961, อ้างถึงในปริชา วิหคโตและคณะ, 2532)

บุคลิกภาพ คือ สิ่งที่ช่วยให้สามารถทำนายได้ว่าบุคคลทำอะไรหรือแสดงพฤติกรรมอย่างไรในสถานการณ์ที่กำหนดให้ และบุคลิกภาพจะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทุกชนิดของบุคคลทั้งที่พฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายใน (Cattell 1950, อ้างถึงในปริชา วิหคโตและคณะ, 2532)

จากความหมายของคำ "บุคลิกภาพ" ที่นำมากล่าวนี้ ก็อาจกล่าวได้ว่า บุคลิกภาพ หมายถึง การจัดระบบภายในตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อลักษณะและพฤติกรรมที่ปรากฏ และรวมถึงลักษณะโครงสร้างร่างกายตลอดจนลักษณะการแสดงออกหรือแบบแผนพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเป็นที่รับรู้ของบุคคลทั่วไป

ดังนั้น ในการพิจารณาบุคลิกภาพของบุคคลนั้น อาจต้องพิจารณาให้กว้างขวางทั้งในด้านปัจจัยภายนอก ซึ่งเป็นสิ่งที่มองเห็นได้ เช่น รูปร่างหน้าตา กิริยาท่าทาง และสิ่งที่เป็นปัจจัยภายในอื่น ๆ ที่ประกอบกัน เช่น ความคิด ความสนใจ ค่านิยม เจตคติ ซึ่งจะแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นมีบุคลิกภาพเป็นอย่างไร การพิจารณาถึงบุคลิกภาพของบุคคล จะพิจารณาจากลักษณะที่เป็นของเฉพาะบุคคลนั้น โดยอาจแยกออกตามพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ดังนี้

บุคลิกภาพทางกาย ได้แก่ ลักษณะรูปร่าง ทรวดทรง กิริยาท่าทาง และการแต่งกาย

บุคลิกภาพทางสติปัญญา ได้แก่ พฤติกรรมต่างๆ ที่บุคคลแสดงออกในส่วนที่เกี่ยวข้อง

กับความคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา

บุคลิกภาพทางอารมณ์ ได้แก่ พฤติกรรมที่แสดงออกในขณะที่เกิดอารมณ์หรือความรู้สึกเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ เช่น ในสถานการณ์ที่พอใจหรือไม่พอใจ หรือเกิดความกลัว ความรู้สึกยินดี หรือโคกเศร้า เป็นต้น

บุคลิกภาพทางสังคม ได้แก่ พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกเมื่ออยู่กับผู้อื่น การปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นหรือการปรับตัวให้เหมาะกับสภาพแวดล้อม ความเป็นผู้นำ หรือผู้ตาม และการสร้างมนุษยสัมพันธ์

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า บุคลิกภาพนั้นเป็นผลรวมของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมประกอบกัน กล่าวคือ ลักษณะรูปร่างหน้าตา ผิว สีมม เป็นสิ่งที่บุคคลได้รับทางพันธุกรรม ส่วนพัฒนาการของบุคลิกภาพทางด้านสติปัญญา อารมณ์ และสังคมนั้นเป็นผลรวมของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมประกอบกันทั้งนี้เพราะเจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม ลักษณะทางอารมณ์และความรู้สึกต่างๆ เหล่านี้พัฒนาขึ้นมาจากการเรียนรู้และจากประสบการณ์ต่างๆของแต่ละบุคคลที่ได้รับมาตั้งแต่วัยทารก สิ่งแวดล้อมทั้งที่บ้าน โรงเรียน เพื่อน รวมทั้งสังคมแวดล้อมก็มีอิทธิพลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพเช่นกัน

Erikson (1963, อ้างถึงในประไพพรรณ ภูมิวิศิสาร, 2530) เรียกระยะวัยรุ่นว่าเป็นระยะของการพัฒนาความมีเอกลักษณ์แห่งตน หรือความสับสนในเอกลักษณ์หรือบทบาทแห่งตน (Identity V.S. Identity confusion) โดยเชื่อว่าวัยรุ่นจะเป็นวัยที่พยายามค้นหาความเป็นตน หรือเอกลักษณ์แห่งตน พยายามค้นหาความต้องการที่แท้จริง บทบาทหน้าที่ ความสามารถแห่งตน เพื่อที่จะวางแผนชีวิตต่อไปในอนาคตถ้าระยะนี้เด็กประสบความสำเร็จในการหาเอกลักษณ์แห่งตน เด็กก็จะรู้บทบาทหน้าที่ และความต้องการของตน และสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักความสามารถของตน รวมทั้งมีการวางแผนชีวิตที่เหมาะสมกับตน ซึ่งทำให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ในทางตรงกันข้าม ถ้าวัยรุ่นประสบความล้มเหลวในการหาเอกลักษณ์แห่งตน วัยรุ่นนั้นจะเกิดภาวะของความสับสนในบทบาท หน้าที่ และความต้องการที่แท้จริงของตน ทำให้วัยรุ่นนั้นเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีแบบแผนชีวิตที่ไม่แน่นอน เลือกออาชีพไม่เหมาะสมกับความสามารถของตน ตลอดจนไม่รู้ทิศทางที่จะก้าวเดินต่อไปในอนาคต

มาเซีย (Marcia, อ้างถึงในปริษา วิหคโต, 2532) นักจิตวิทยาจากมหา
วิทยาลัยแห่งรัฐนิวยอร์กกล่าวว่า การแสวงหาเอกลักษณ์ของวัยรุ่นแบ่งเป็น 4 สภาวะ
ซึ่งอาจกล่าวโดยสังเขปได้ดังนี้

1) สภาวะเอกลักษณ์สับสน วัยรุ่นที่ยังไม่มีประสบการณ์ในช่วงวิกฤติการณ์
ใดเลย และยังไม่มีการยอมรับค่านิยมหรือความเชื่อใด จะมีบุคลิกภาพที่แสดงออกในรูป
แบบของหนุ่มสาวประเภทรักสนุก หลีกเลี่ยงการเผชิญหน้า อาจใช้ยาเสพติดหรือการ
หลอกตนเอง มีปัญหาทางจิตใจ ขาดความไว้วางใจผู้อื่น และมักจะมีปัญหาใน
การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

2) สภาวะถูกบังคับให้มีเอกลักษณ์ตามที่ผู้อื่นต้องการ ในสภาวะนี้บิดา
มารดาจะกำหนดบทบาทให้วัยรุ่นตามความต้องการของตนโดยไม่ไตร่ตรอง ดังนั้น
บุคลิกภาพของวัยรุ่นในสภาวะนี้ จึงแสดงออกในลักษณะต่อไปนี้คือ จะปฏิบัติตามที่
พ่อแม่สั่ง เป็นคนไม่ยึดหยุ่น ชอบทำตามคำสั่ง ทำตามความเคยชิน ทะเยอทะยานสูง
ชอบตั้งเป้าหมายที่เป็นไปไม่ได้ ชอบเลียนแบบเพื่อนหรือบุคคลที่นิยมยกย่อง

3) สภาวะรอกการเลือกเอกลักษณ์ หลังจากวัยรุ่นได้เรียนรู้ประสบการณ์
ต่างๆ หรือเผชิญวิกฤติการณ์ต่างๆ มากมายแล้ว แต่ยังไม่ได้ตัดสินใจเลือกแนวทางใด
แน่นอน จึงต้องทดลองเลือกแนวทางปฏิบัติ ดังนั้น ลักษณะที่แสดงออกจึงเป็นลักษณะ
ของนักทดลอง เปลี่ยนใจง่าย ไม่ต้องการให้มีใครมีอิทธิพลหรือควบคุม มีความวิตก
กังวลสูง มีความเชื่อมั่นต่ำ คบเพื่อนต่างเพศมากแต่คบอย่างฉาบฉวย

4) สภาวะบรรลุสัมฤทธิภาวะด้านเอกลักษณ์ของตน หลังจากการเรียนรู้ประ
สการณ์ต่างๆ มาพอสมควร วัยรุ่นจะสามารถตัดสินใจได้ว่าจะดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด
บุคลิกภาพของวัยรุ่นในสภาวะนี้จึงเป็นผู้ที่มีความเป็นตัวของตัวเองสูง มั่นคง ยอมรับตน
เองทั้งในส่วนดีและข้อบกพร่องของตน ทำตามค่านิยมและความเชื่อถือ ทำงานได้ดีภายใต้
ภาวะความกดดัน ตั้งเป้าหมายที่เป็นจริงได้ มีความยึดหยุ่นมั่นคงในการตัดสินใจ มี
ความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น

มาร์เซียกล่าวว่า สภาวะการพัฒนาเอกลักษณ์นี้น่าจะเกิดต่อเนื่องกันไปเป็นขั้น
ตอน และขั้นตอนที่สำคัญที่สุดในการก้าวไปสู่การบรรลุสัมฤทธิภาวะในเอกลักษณ์แห่งตน

ในช่วงที่วัยรุ่นแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองนั้น วัยรุ่นจะเรียนรู้จากประสบการณ์ต่างๆ ทั้งจากสภาพแวดล้อม ทางสังคม ครอบครัว ครู และกลุ่มเพื่อน และจากประสบการณ์ต่างๆ เหล่านี้ อาจก่อให้เกิดความสับสนและไม่แน่ใจปัญหาต่างๆ ที่ทำให้วัยรุ่นมีความสับสนในการแสวงหาเอกลักษณ์ของตน อาจสรุปได้ดังนี้

- 1) ขาดผู้นำแนวทางในการค้นหาตนเองว่าจะมีวิธีการใดบ้างที่ช่วยให้สามารถรู้จักตนเอง เข้าใจตนเองได้อย่างถูกต้อง
- 2) มีการรับรู้ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองที่สับสน เช่น ตนคิดว่าตนเองมีลักษณะอย่างหนึ่ง แต่ในสายตาของบิดามารดาหรือในสายตาของเพื่อนกลับเป็นอีกอย่างหนึ่ง เป็นต้น
- 3) ภาพพจน์ของตนเองที่พบเป็นภาพพจน์ที่ด้อยศักดิ์ศรี ซึ่งนำไปสู่ความท้อถอย หมดกำลังใจ
- 4) สิ่งแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจ และครอบครัว ไม่ได้ช่วยให้วัยรุ่นได้ค้นหาตนเอง และพบตนเองที่ถูกต้องและเพียงพอที่จะช่วยให้ก้าวไปสู่ความมั่นใจในตนเอง ในชีวิตและอนาคต ดังนั้นการวางพื้นฐานบุคลิกภาพที่ดีให้แก่เด็กในระยะต้นของชีวิต โดยเฉพาะการพัฒนาโนภานแห่งตนให้ตีมั่นคง เป็นจริง และสอดคล้องกันกับตนตามอัตภาพ ตนตามอุดมคติ ตนตามความต้องการของสังคม อันเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการสร้างเอกลักษณ์แห่งตนของเด็กวัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นมีพัฒนาการทางบุคลิกภาพได้เหมาะสม สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดีต่อไป

แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว (Adjustment)

ความหมาย

สุชา จันทน์เอม (2517) ว่า การปรับตัว หมายถึง ขบวนการที่บุคคลได้แสดงพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมของเขา

สุภาพรรณ ไครตจรัส (2524) ได้กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ความพยายามที่จะแก้ไขข้อขัดข้องใจ แสวงหาวิธีทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง ไม่ว่าจะ เป็นความต้องการทางกายหรือทางจิต

Bernard (1961) ได้ให้คำนิยามว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตนเองให้เข้ากับโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต มีความขัดแย้งและความตึงเครียดน้อยที่สุด

Malm & Jamison (1952) ได้อธิบายความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัว หมายถึง วิธีการที่คนเราปรับตัวให้เป็นไปตามความต้องการของตนเอง ในสภาพแวดล้อมซึ่งบางครั้งส่งเสริม บางครั้งขัดขวาง และบางครั้งสร้างความทุกข์ทรมานแก่เรา กระบวนการปรับตัวนี้เกิดขึ้นจากความจริงที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีความต้องการและสามารถใช้วิธีการแบบต่างๆในการดำเนินการเพื่อให้บรรลุถึงความต้องการนั้นๆ ในสภาวะแวดล้อมที่ปกติหรือมีอุปสรรคขัดขวางต่างๆกันไป

Wolman (1973) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการตามความพอใจและตามข้อเรียกร้องซึ่งบุคคลตั้งขึ้นเพื่อให้เกิดความผสมผสานระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม

สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว

กันยา สุวรรณแสง (2533) ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดการปรับตัวว่า เกิดจากปัจจัยต่างๆดังต่อไปนี้

1. แรงขับและความต้องการ (Drives and Needs) ทั้งนี้เนื่องจากในชีวิตของบุคคลมีความต้องการเป็นพื้นฐาน เช่น ความต้องการทางกาย (Physical Needs) และความต้องการทางจิต (Psychological Needs) ความต้องการทั้งสองนี้ทำให้เกิดแรงขับให้มนุษย์ดิ้นรนแสวงหา เพื่อตอบสนองความอยากของตน ถ้าเกิดอุปสรรคมาขัดขวางไม่สามารถสนองความต้องการ ร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมต่างๆออกมาในรูปต่างๆเพื่อคลายความกระวนกระวายซึ่งการแสดงพฤติกรรมเหล่านี้เรียกว่า การปรับตัว

2. แรงกระตุ้นจากสังคม ทั้งนี้เกิดขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว หรือจากการที่มีสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนมีปัญหาการปรับตัวให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น การเป็นอยู่ การคมนาคม ความเจริญทางวัตถุ เป็นต้น อันก่อให้เกิดปัญหา ความคับข้องใจ ซึ่งต้องอาศัยการปรับตัวด้วยวิธีการต่างๆ

3. เจตคติ ความสนใจ จุดมุ่งหมายของชีวิตของตนเองเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับพฤติกรรม

พยอม วงศ์สารศรี (2526) ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัวว่า คือ ความต้องการ (Needs) ของมนุษย์ ทุกคนมีความต้องการหลายประการในชีวิต เช่น ความต้องการทางกาย ได้แก่ ความต้องการน้ำ อาหาร อากาศ และสิ่งจำเป็นอื่นๆ เพื่อการดำรงชีวิต

นิภา นิธยาน (2530) กล่าวว่า นอกจากความต้องการทางร่างกายแล้ว สิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ทางสังคมยังผลักดันให้เกิดความต้องการอีกหลายอย่าง เช่น ความต้องการความอบอุ่นปลอดภัย ความรัก การได้รับการยกย่องนับถือและความสำเร็จ เป็นต้น เมื่อความต้องการทั้งหลายได้รับการตอบสนอง จะทำให้บุคคลรู้สึกสบายใจ มีความสุขในการดำรงชีวิต แต่เมื่อความต้องการของคนเราไม่ได้รับการตอบสนอง บุคคลก็จะเกิดความเครียด วิตกกังวล คับข้องใจ บุคคลจึงต้องพยายามหาหนทางหรือวิธีการต่างๆ เพื่อขจัดปัญหาที่มาขัดขวางความต้องการ ซึ่งวิธีการหรือหนทางที่จะขจัดปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ นั้นจะแสดงออกโดยการแสดงพฤติกรรมต่างๆ และพฤติกรรมต่างๆ ที่บุคคลกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองนั้น เรียกว่า "กระบวนการปรับตัว"

ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

Roger (1974) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีว่า การปรับตัวที่ดี คือ การที่บุคคลเข้าใจตนเองและเข้าใจบุคลิกภาพของตนเองได้ เมื่อบุคคลรู้จักตนเอง

รู้จักคุณภาพ ความสามารถและทัศนคติที่มีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธภาพที่มีต่อบุคคลอื่น ก็จะไม่มีความตึงเครียด ซึ่งเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

* Hurlock (1950) ใช้หลักเกณฑ์ในการพิจารณาลักษณะการปรับตัวที่ดีทางสังคมไว้ 4 ประการ คือ

1. การแสดงออก ถ้าพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นเหมาะสมกับกลุ่ม อายุ และระดับของพัฒนาการแล้ว ก็จะเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
2. สามารถปรับตัวให้เข้ากับคนได้ทุกกลุ่ม
3. มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น
4. มีความพอใจในสิ่งที่ตนเป็นอยู่

* Tindall (1959) ได้กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้ 6 ประการ คือ

1. รักษาบุรณาการของบุคลิกภาพไว้ได้ โดยอาศัยความสามารถในการผสมผสานความต้องการของตนกับพฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อตอบสนองความต้องการนั้น โดยที่พฤติกรรมดังกล่าวต้องเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อม
2. การปฏิบัติตามทัสสุฐาน (Norms) ของสังคม
3. การยอมรับสภาพความเป็นจริง
4. มีความมั่นคงทางจิตใจ
5. มีวุฒิภาวะ
6. มีลักษณะอารมณ์ที่เป็นปกติเสมอ สามารถควบคุมอารมณ์ได้

Mouly (1968) ได้กล่าวถึงการปรับตัวที่ดีใน 4 ด้าน คือ

1. ด้านการรับรู้และสติปัญญา การปรับตัวที่ดีนั้น หมายถึง ประสิทธิภาพในการจัดการกับสถานการณ์ต่างๆโดยอาศัยความสามารถในการปรับตัว ซึ่งต้องมีการเปลี่ยนแปลงบทบาทและความสามารถที่จะแยกแยะสิ่งสำคัญออกจากสิ่งไม่สำคัญ การปรับตัวที่ดีนั้นมีส่วนสัมพันธ์โดยตรงกับการรับรู้ตามความเป็นจริง โดยมีการเปิดรับประสบการณ์และการรับรู้ที่ปราศจากการบิดเบือน

2. ด้านส่วนตัว บุคคลที่มีการปรับตัวดีจะยอมรับตนเองและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน
3. ด้านสังคม บุคคลที่มีการปรับตัวดีจะมีความไวในการรับความรู้สึกของผู้อื่น เขาจะคล้อยตามสังคม พฤติกรรมจะตั้งอยู่บนรากฐานของเหตุผลและความถูกต้อง
4. ด้านอารมณ์ บุคคลที่ปรับตัวดีจะมีชีวิตอยู่อย่างสงบสุข มีความชื่นชมกับชีวิต มีความคิดสร้างสรรค์ มีอารมณ์ขัน มีความแจ่มใสเบิกบาน

การวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สมศักดิ์ ประจวบ (2506) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สำรวจปัญหาและความต้องการของนักศึกษาชั้นประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (ป.กศ.) วิทยาลัยครูบ้านสมเด็จเจ้าพระยาธนบุรี" โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับ ป.กศ. ปีที่สอง จำนวน 731 คน อายุระหว่าง 16-23 ปี พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ประสบปัญหาเกี่ยวกับอนาคตและการเรียน อันได้แก่ มีปัญหาเกี่ยวกับความรู้พื้นฐานไม่เพียงพอ มีความลำบากในการพูดหน้าชั้น ไม่มีสมาธิในการเรียน ปัญหารองลงมาได้แก่ปัญหาด้านเศรษฐกิจภาวะความเป็นอยู่ และปัญหาการปรับตัวทางสังคม ปัญหาที่พบน้อยที่สุดคือปัญหาด้านศาสนา และศีลธรรม

มัลลิกา จิตรสุข (2508) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การสำรวจปัญหาและความต้องการของนักศึกษาชั้นประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา (ป.กศ.) วิทยาลัยครูอุดรธานี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับ ป.กศ. ปีที่สอง จำนวน 252 คน พบว่านักศึกษาประสบปัญหามากที่สุดในด้านการปรับตัวทางการเรียน ได้แก่ปัญหาที่เกี่ยวกับความรู้พื้นฐานต่ำ และในบางวิชาได้คะแนนต่ำ ความจำไม่ดี ปัญหาที่พบน้อยที่สุดได้แก่ ปัญหาทางด้านบ้านและครอบครัว นักศึกษาชายและหญิงที่มีภูมิหลังทางครอบครัวแตกต่างกัน มีปัญหาความต้องการไม่แตกต่างกัน

นิภาพร จินดาวัณณ์ (2512) ได้ทำวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่าง ความล้มเหลวในการเรียนกับความสามารถในการปรับตัวในสังคม" โดยใช้กลุ่ม ตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาโรงเรียนวัดเทพศิรินทร์ พบว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีความสามารถในการปรับตัวสูง ส่วนนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะมีความสามารถในการปรับตัวต่ำตามไปด้วย

สาโรช คำรัตน์ (2522) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สุขภาพจิตของผู้อยู่ในวัยรุ่น" พบว่าวัยรุ่นที่อยู่ในวัยเรียนร้อยละ 35 มีแนวโน้มเป็นมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย คิดมาก มีความวิตกกังวลสูง เมื่อมีปัญหาสะท้อนอารมณ์ มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคประสาทได้ง่าย และปัญหาภายในที่ไม่สบายใจมากที่สุดคือปัญหาการเงิน รองลงมาคือปัญหาที่บิดามารดา ไม่เข้าใจซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ปัญหาการเรียนที่สำคัญที่สุดได้แก่ การเรียนที่ไม่เข้าใจ เรื่องที่ทำให้มีความวิตกกังวลมากที่สุดได้แก่ เรื่องการเรียน เรื่องฐานะ เมื่อมีปัญหาทำให้ รู้สึกไม่สบายใจ จะแก้ปัญหาโดยการเก็บความรู้สึกไม่สบายใจแต่เพียงผู้เดียว

อัมพร โอตระกูลและศรีธรรม ฉนะภูติ (2522) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การเปรียบเทียบสุขภาพจิตของนักเรียนไทยในชนบทและในเมือง" พบว่านักเรียนใน กรุงที่มีอายุอยู่ระหว่าง 14-17 ปี มีปัญหาทางจิตที่พบมากที่สุดได้ไม่มีความมั่นใจในตนเองว่าเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ร้อยละ 29.0 ขัดแย้งกับบิดาร้อยละ 27.5 มีความยุ่งยากใจเกี่ยวกับการเรียนร้อยละ 8.7 มีปัญหาทางจิตร้อยละ 7.31 ส่วนนักเรียนใน ชนบทอายุระหว่าง 12-18 ปี มีปัญหาทางจิตที่พบมากที่สุดคือปัญหาในโรงเรียนร้อยละ 43.2 ปัญหาทางอารมณ์ร้อยละ 22.5 ปัญหาทางพฤติกรรมร้อยละ 17.37 และปัญหา ยาเสพติดร้อยละ 2.5

เกื้อกุล ทาลิทธิและคณะ (2523) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ลักษณะที่เป็นปัญหาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ปีการศึกษา 2521-2523" พบว่านักเรียนมีลักษณะพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางด้านปัญหาทางอารมณ์และสังคม โดยมีพฤติกรรมก้าวร้าวและถอยหนี ขอบรังแกผู้อื่น พุดเท็จ เก็บตัว ซึมเศร้า พุด

ไม่ชัด ตีเตียนตนเอง วิตกกังวล ซึ่งปัญหาเหล่านี้อาจเนื่องมาจากพฤติกรรมของปัญหา จากสภาพครอบครัวและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการอบรมเลี้ยงดู ทำให้นักเรียนเกิดภาวะ ไม่สมคฤยในการปรับตัว และยังพบว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนี้จะปรากฏทุกระดับชั้น ทำให้เกิด พฤติกรรมเรียนไม่ทันเพื่อน ไม่มีสมาธิในการเรียน ผลการเรียนต่ำ เหม่อลอย ขาดความมั่นใจในตนเอง เฉื่อยชา ขาดเรียนหรือมาสายบ่อยๆ

สมัญญา เสียงใส (2524) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความวิตกกังวลและ วิธีลดความวิตกกังวลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเขตกรุงเทพมหานคร" พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียน นอกจากสภาพของโรงเรียน ครอบครัว และครู แล้วยังมีเพื่อน ระเบียบวินัยของโรงเรียนและหลักสูตร ซึ่งควรต้องปรับปรุงให้ เหมาะสมกับความสนใจและความต้องการของนักเรียนเพราะนักเรียนเหล่านี้ได้รับอิทธิ พลมาจากครอบครัว โรงเรียน เพื่อน สังคมแวดล้อม จนทำให้เกิดความเครียด และ เกิดความวิตกกังวลกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นรอบๆตัว ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตไม่ มากก็น้อย นักเรียนหญิงจะมีความวิตกกังวลทางการเรียนกับอาชีพมากกว่านักเรียน ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง นักเรียนที่ขาดความอบอุ่นทางด้านครอบครัวจะมีความ วิตกกังวลด้านส่วนตัว การเรียน และอาชีพมากกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีความ อบอุ่น และยังพบว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความวิตกกังวลในด้านการเรียน และอาชีพไม่แตกต่างกัน และมีปัญหาการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

สุภาพรรณ โคตรจรัส (2524) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่าง ปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย" โดย ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 2,009 คน ผลการวิจัยพบว่านิสิตประสบปัญหามากที่สุดใน ด้านการปรับตัวทางการเรียน ประสบปัญหาค่อนข้างมากในด้านกิจกรรมทางสังคมและ นันทนาการ ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษาและด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ประสบปัญหา ค่อนข้างน้อยในด้านศีลธรรมจรรยาและศาสนา ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงินและที่อยู่อาศัย ด้านบ้านและครอบครัว ประสบปัญหาน้อยที่สุดในด้าน

การปรับตัวทางเพศ

อัมพร โอตระกุลและเจตสันต์ แต่งสุวรรณ (2524) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สุขภาพจิตนักเรียนชนบทในงานอนามัยชุมชนสูงเนิน" พบว่าปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนที่พบมากที่สุดได้แก่ เรื่องการเรียน รองลงมาได้แก่ปัญหาด้านอนาคตในเรื่องอาชีพและการศึกษา เช่น อยากจะไปประกอบอาชีพแต่ก็ยังไม่รู้จะทำไม่ได้ หรือไม่แน่ใจว่าจะเลือกอาชีพได้อย่างเหมาะสม หรือไม่รู้ว่าจะเลือกวิชาอะไรจึงจะเหมาะสมกับตนเอง หรือมีความกังวลใจในเรื่องการเรียนต่อและการประกอบอาชีพในอนาคต ส่วนปัญหาอันดับสามคือการปรับตัวทางด้านอารมณ์และส่วนตัว คือมีความกังวลใจในเรื่องเล็กน้อยๆ รู้สึกเครียดอยู่เสมอ ท้อแท้ง่าย ใจลอย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คิดอยากจะทำตัวตาย เป็นต้น ซึ่งสาเหตุของปัญหาพบว่าส่วนใหญ่มาจากครอบครัวของเด็กเองถึงร้อยละ 54.3

ดวงใจ กสานติกุล (2527) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การใช้บริการของศูนย์สุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยแวนเดอร์บิลท์" พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มารับบริการจากศูนย์ด้วยอาการซึมเศร้าร้อยละ 43.1 ความวิตกกังวลร้อยละ 19.7 ผิดหวังด้านความรักร้อยละ 14.7 และมีอาการทางกายร้อยละ 6.4 โรคที่พบจะอยู่ในกลุ่มของความเครียด และปฏิกิริยาที่มีต่อการปรับตัว (Stress and Adjustment Reaction) ถึงร้อยละ 43.1 นักศึกษาส่วนใหญ่จะมารับการรักษาด้วยตนเอง นักศึกษาที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิต ส่วนใหญ่สามารถจบการศึกษาได้รับปริญญาโดยที่นักศึกษาได้รับการรักษาทางจิตเวชอย่างต่อเนื่อง

จารุวรรณ ตั้งศิริมงคล (2530) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สุขภาพจิตและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร" พบว่าปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนนั้นยังอยู่ในระดับปานกลาง คือมีสุขภาพจิตยังไม่รุนแรง แต่มีอาการผิดปกติทางจิตเป็นบางครั้งในเรื่องความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย การย่ำคิดย่ำทำ ความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ซึมเศร้า ก้าวร้าว ชอบทำลาย กล้า

โดยไม่มีเหตุผล หวาดระแวงและโรครจิต ส่วนความวิตกกังวลมีเพียงเล็กน้อย ปัญหา
 สุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความแตกต่างกันในเรื่อง ไม่ชอบติดต่อกับ
 ผู้อื่น และกลัวโดยไม่มีเหตุผล นักเรียนส่วนใหญ่มีปัญหาการปรับตัวทางด้านการเรียน
 มากที่สุด รองลงมาได้แก่ปัญหาด้านอนาคตในเรื่องของอาชีพและการศึกษาต่อ

ดารณี ประคองศิลป์ (2530) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาปัญหา
 การปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์" พบว่าปัญหาที่นักศึกษา
 แพทย์ประสบมากที่สุดเป็นอันดับหนึ่งคือ ปัญหาทางด้านการเรียน ร้อยละ 99.64
 รองลงมาคือปัญหาด้านหลักสูตรและการสอน ร้อยละ 94.30 ปัญหาด้านกิจกรรมทาง
 สังคมและนันทนาการ ร้อยละ 83.08 และปัญหาด้านที่นักศึกษาแพทย์ประสบน้อย
 ที่สุดคือ ด้านบ้านและครอบครัว

อภิวันท์ วงศ์ข้าหลวง (2530) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์
 ระหว่างปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพวิทยาลัย
 เทคโนโลยีและอาชีวศึกษา" พบว่านักศึกษาประสบปัญหามากที่สุดในด้านการปรับตัว
 ทางด้านการเรียน สุขภาพจิตของนักศึกษาไม่ว่าต่างเพศกันหรือเลือกเรียนสาขาวิชาที่
 แตกต่างกัน มีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กัน

เพ็ญทิวา นรินทรางกูร ณ อยุธยา (2533) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหา
 การปรับตัวและสุขภาพจิตของนิสิตโควตา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขต
 บางเขน" พบว่านิสิตโควตาประสบปัญหาการปรับตัวมากที่สุดในด้านหลักสูตรและ
 การสอน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ร้อยละ 84.3 รองลงมาได้แก่
 ด้านการเรียน ร้อยละ 83.8 ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ร้อยละ 83.3
 และประสบปัญหาการปรับตัวน้อยที่สุดในด้านบ้านและครอบครัว ร้อยละ 51.5

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสำรวจปัญหาการปรับตัวของเด็กวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตาม
 - 1.1 ช่วงระยะของวัยรุ่น คือวัยรุ่นตอนต้น ตอนกลาง และตอนปลาย
 - 1.2 เพศ โดยแยกศึกษาในแต่ละช่วงระยะของวัยรุ่น

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 13-21 ปี โดยเป็นเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนรัฐบาล ส่วนกลาง สังกัดกองมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ประเภทสหศึกษา และนิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยของรัฐ ในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างประชากรได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนจากโรงเรียนรัฐบาลส่วนกลาง 7 แห่ง และนิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยของรัฐ 4 แห่ง โดยมีจำนวนเด็กชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 400 คน เป็นชาย 200 คน หญิง 200 คน เด็กมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวน 400 คน เป็นชาย 200 คน หญิง 200 คน และนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาจำนวน 400 คน เป็นชาย 200 คน หญิง 200 คน

2. ขอบเขตของเนื้อหา การวิจัยครั้งนี้มุ่งสำรวจปัญหาการปรับตัวในเด็กวัยรุ่น โดยใช้แบบสำรวจปัญหาของมูเนย์ ซึ่งมีแนวทางของการศึกษา ดังนี้

2.1 สำหรับเด็กวัยรุ่นที่เป็นเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นตัวแทนของเด็กวัยรุ่นตอนต้น ทำการสำรวจปัญหาการปรับตัวทั้งหมด 7 ด้านคือ

2.1.1 ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย

(Health and Physical Development : HPD)

2.1.2 ด้านโรงเรียน

(School : S)

2.1.3 ด้านบ้านและครอบครัว

(Home and Family : HF)

2.1.4 ด้านการเงิน การงาน และอนาคต
(Money, Work, the Future : MWF)

2.1.5 ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง
(Boy and Girl Relation : BG)

2.1.6 ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป
(Relation to People in General : PG)

2.1.7 ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง
(Self-centered Concerns : SC)

2.2 สำหรับเด็กวัยรุ่นที่เป็นเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งเป็นตัวแทนของเด็กวัยรุ่นตอนกลาง และนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ซึ่งเป็นตัวแทนของเด็กวัยรุ่นตอนปลาย ทำการสำรวจปัญหาการปรับตัวทั้งหมด 11 ด้าน คือ

2.2.1 ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย
(Health and Physical Development : HPD)

2.2.2 ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่ และการงาน
(Finances, Living Conditions, and
Employment : FLE)

2.2.3 ด้านกิจกรรมทางสังคม และนันทนาการ
(Social and Recreational Activities : SRA)

2.2.4 ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม
(Social-Psychological Relation : SPR)

2.2.5 ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว
(Personal-Psychological Relation : PPR)

2.2.6 ด้านการปรับตัวทางเพศ
(Courtship, Sex and Marriage : CSM)

2.2.7 ด้านทางบ้านและครอบครัว
(Home and Family : HF)

- 2.2.8 ด้านศีลธรรม จรรยา และศาสนา
(Morals and Religion : MR)
- 2.2.9 ด้านการปรับตัวทางด้านการเรียนในโรงเรียน
(มหาวิทยาลัย)
(Adjustment to school work : ASW,
college : ACW)
- 2.2.10 ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา
(The Future : Vocational and Educational)
- 2.2.11 ด้านหลักสูตรและการสอน
(Curriculum and teaching Procedure : CTP)

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. - เด็กวัยรุ่นตอนต้น หมายถึง เด็กนักเรียนชายและเด็กนักเรียนหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 13 ปีถึง 15 ปีบริบูรณ์ และกำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนรัฐบาล ส่วนกลาง กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ประเภทสหศึกษา ปีการศึกษา 2534
- เด็กวัยรุ่นตอนกลาง หมายถึง เด็กนักเรียนชายและเด็กนักเรียนหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปี 1 วัน ถึง 18 ปีบริบูรณ์ และกำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนรัฐบาลส่วนกลาง กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ประเภทสหศึกษา ปีการศึกษา 2534
- เด็กวัยรุ่นตอนปลาย หมายถึง นิสิตนักศึกษาจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เกษตรศาสตร์ และธรรมศาสตร์ ที่มีอายุ

ตั้งแต่ 18 ปี 1 วันถึง 21 ปีบริบูรณ์

2. ปัญหาการปรับตัว หมายถึง ปัญหาที่เด็กวัยรุ่นประสบและรับรู้ในระดับจิตสำนึก โดยการตอบแบบสำรวจปัญหามุนี (Mooney Problem Check List) ซึ่งผู้วิจัยได้แปลและเรียบเรียงมาจากแบบสำรวจปัญหามุนี (MPCL - Mooney Problem Check Lists) ในแบบซี (College Forms : C) แบบเอช (High School Form : H) แบบเจ (Junior High School Form : J) ซึ่งมุนีและกอร์ดอน (Mooney and Gordon, 1950) เป็นผู้สร้างและปรับปรุงขึ้น ทั้งนี้ครอบคลุมการสำรวจปัญหาการปรับตัว โดยแยกตามแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวที่ใช้คือ

- แบบซี (College Forms : C) สำรวจปัญหาการปรับตัว 11 ด้านคือด้านสุขภาพ และพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้านศีลธรรม จรรยาและศาสนา ด้านการปรับตัวทางการเรียนในมหาวิทยาลัย ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตรและการสอน
- แบบเอช (High School Form : H) สำรวจปัญหาการปรับตัว 11 ด้าน คือด้านสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ด้านการเงิน สภาพความเป็นอยู่และการงาน ด้านกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และส่วนตัว ด้านการปรับตัวทางเพศ ด้านบ้านและครอบครัว ด้านศีลธรรม จรรยาและศาสนา ด้านการปรับตัวทางการเรียนในโรงเรียน ด้านอนาคตเกี่ยวกับอาชีพและการศึกษา ด้านหลักสูตร

และการสอน

- แบบเจ (Junior High School Form : J) สํารวจปัญหาการปรับตัว 7 ด้านคือ ด้านสุขภาพและพัฒนาการทางด้านร่างกาย ด้านโรงเรียน ด้านบ้านและครอบครัว ด้านการเงิน การงานและอนาคต ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งชายและหญิง ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยทั่วไป ด้านความกังวลเกี่ยวกับตนเอง

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

1. โดยการคำนวณค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนปัญหาการปรับตัวแต่ละด้านของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน และการคำนวณค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างซึ่งแบ่งตามระดับการมีปัญหาในแต่ละด้าน
 2. เสนอตารางแสดงค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างตามระดับความรุนแรงของปัญหาการปรับตัวแต่ละด้านและอันดับของปัญหาการปรับตัวแต่ละด้านประกอบความเรียง พร้อมทั้งแสดงแผนภูมิเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวในแต่ละด้าน ระหว่างเพศชายและเพศหญิงของกลุ่มวัยรุ่นแต่ละช่วงพัฒนาการ
- ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงปัญหาการปรับตัวของเด็กวัยรุ่นตอนต้น ตอนกลางและตอนปลาย ทั้งเพศชาย และหญิง อันจะทำให้บิดา มารดา ครูอาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้องได้เข้าใจและทราบถึงปัญหา และดำเนินการหาทางแก้ไข ให้คำแนะนำได้อย่างถูกต้องตรงกัน ปัญหาที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงระยะของวัย และเพศ อันจะเป็นผลทำให้เด็กมีพัฒนาการทุกๆด้าน เป็นไปตามขั้นตอนของพัฒนาการตามวัย
2. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยต่อไป