

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความสำคัญและที่มาของปัญหา

สภาพสังคมในปัจจุบัน กระแสโลกาภิวัตน์ที่นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมในด้านต่างๆ อย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคม ขนบธรรมเนียมประเพณีที่มีทั้งสูญหาย และปรับเปลี่ยนผสมผสานกับวัฒนธรรมจากชาติตะวันตกทั้งที่ดี และไม่ดี ที่ไม่ดี อย่างเช่น เมื่อวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามาปรากฏว่าคนไทยโดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นและหนุ่มสาวหันไปนิยมการแสดง อารมณ์หรือความรู้สึกแบบอเมริกันมากขึ้น นั่นคือ การแสดงอารมณ์ ความรู้สึกที่มีอยู่ออกมาอย่างเต็มที่โดยไม่ควบคุม โครงสร้างของครอบครัวเปลี่ยนจากครอบครัวขยายไปสู่ครอบครัวเดี่ยว เศรษฐกิจที่เน้นการผลิตหวังผลแต่กำไร การเมืองที่มุ่งผลประโยชน์ส่วนตนเป็นหลัก สถานะการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้มีผลนำไปสู่รูปแบบวิถีการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปของคนในสังคม (พระธรรมปิฎก, 2543)

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญและนับเป็นช่วงสำคัญที่สุดของชีวิต เพราะวัยรุ่นคือรอยเชื่อมระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่เป็นผู้สืบทอดมรดกวัฒนธรรม และภูมิปัญญาจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนรุ่นใหม่ ปัจจุบันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นนับวันก็จะยิ่งเพิ่มจำนวน และความรุนแรงมากขึ้น จากข่าวที่ปรากฏในหนังสือพิมพ์เกือบทุกวัน อาทิเช่น มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง นักศึกษาเครียดผลการเรียนไม่ดี กระโดดตึกดับชีวิต นักศึกษาคิดพ่นบอลลูนเงินเพื่อนเล่นจนหมด เพื่อนมาทวงไม่ไหว เครียดจัด จึงผูกคอตาย และนอกจากนี้เรายังเห็นว่าข่าวสื่อต่างๆ ที่กลุ่มวัยรุ่นมีการรวมกลุ่มกันและสร้างพฤติกรรมที่ไม่ดีไม่พึงประสงค์ วัยรุ่นส่วนหนึ่งนั้นมาจากถูกชักชวนจากกลุ่มเพื่อน และเลียนแบบจากสิ่งต่างๆ เนื่องจากขาดความเป็นตัวของตัวเอง การคิดไตร่ตรอง และการเห็นคุณค่าในตัวเอง จึงทำให้หาที่ยึดเหนี่ยว นั่นคือกลุ่มเพื่อน และวัตถุนิยมต่างๆ ฉะนั้นเด็กที่ขาดการตระหนักในคุณค่าของตนเอง จึงมักจะถูกชักชวนง่าย และมักจะพึ่งพิงวัตถุภายนอก เช่น ความบันเทิง เครื่องอำนวยความสะดวกที่คิดว่าเป็นคุณค่าแห่งตน แทนคุณค่าแห่งตนที่ออกมาจากข้างใน( จันทร์เพ็ญ 2549.)

การตระหนักรู้ในคุณค่าของตนเอง (Self Esteem) เป็นความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองเกิดจากการเปรียบเทียบตนจริง (Real Self) กับตนในอุดมคติ (Ideal Self) โดยการประเมินคุณค่าของตนเองจากลักษณะทางกายภาพ จิตใจ ความเชื่อ ทักษะคติ ค่านิยม ความสามารถทางสติปัญญาและความสามารถในด้านต่างๆ นอกจากนี้ ความตระหนักในคุณค่าของตนเองยังเกิดจากการยอมรับของบุคคลรอบข้าง การรู้สึกว่ามีความรัก การได้รับการยกย่องหรือประสบความสำเร็จ บุคคลที่ประเมินตนออกมาในด้านดีจะเห็นคุณค่าของตนเองแต่ถ้าประเมินตนออกมาในด้านลบ เช่น ไม่มีใครสนใจ ไม่ได้รับการยอมรับ ถูกเหยียด

พยายามทำอะไรไม่สำเร็จ จะเกิดความรู้สึกว่าคนไร้คุณค่า ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลแตกต่างกัน นอกจากนี้บุคคลที่มีความตระหนักในคุณค่าของตนเองสูง มีแนวโน้มที่จะมีความสามารถทางการเรียนสูงกว่าผู้ที่มีความตระหนักในคุณค่าของตนเองต่ำ จึงกล่าวได้ว่าความรู้สึกนี้นอกจากจะมีความสำคัญต่อชีวิตในด้านต่างๆ แล้ว ยังมีความสำคัญต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วย (อนุรักษ์ บัณฑิตยชาติ, 2542 )

ศศิگانต์ ธนะโสทร (2529) กล่าวว่า ความตระหนักรู้ในคุณค่าของตนเองสูง หมายถึง การที่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ที่มีคุณค่า มีความสำคัญ มีความสามารถเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ มีความสามารถเผชิญกับปัญหาที่ยุ่งยาก มีความกล้าเสี่ยง มีความกระตือรือร้นที่จะไปถึงเป้าหมายในชีวิตของตนเอง สามารถยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เป็นผู้ที่ปราศจากอคติ มีความรู้สึกพอใจในชีวิตของตนเอง มีความสุขในชีวิตและดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพซึ่งตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีความตระหนักในคุณค่าของตนเองต่ำ ความตระหนักรู้ในคุณค่าของตนเองต่ำ หมายถึง บุคคลที่มักจะมองตนเองเป็นผู้ที่ไม่มีความสำคัญ ขาดความเชื่อมั่น และเชื่อถือในตนเอง ยึดติดกับสิ่งที่คุ้นเคยจนไม่เชื่อว่าตนเองสามารถควบคุมวิถีชีวิตของตนเองได้ มีความรู้สึกไม่ดีกับตนเอง โกรธง่าย ก้าวร้าว คล้อยตามผู้อื่นได้ง่าย มีภาวะอารมณ์ที่ไม่เป็นสุข

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ความตระหนักรู้ในคุณค่าของตนเองเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อการดำรงชีวิตของบุคคล เป็นพลังให้บุคคลฟันฝ่าอุปสรรคนานาประการของชีวิต มีชีวิตอยู่อย่างเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ที่บุคคลตระหนักในคุณค่าของตนเองได้นั้นย่อมเกิดจากการได้รับ การนับถือ การยอมรับ การได้รับการปฏิบัติที่ดีจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต การที่บุคคลประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่มุ่งหวังการได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยม และความปรารถนาของตนเอง จึงควรที่จะสร้างเสริมให้บุคคลได้ตระหนักในคุณค่าของตนเองเพื่อช่วยลดภาวะวิกฤติชีวิต

ในฝ่ายสถาบันการศึกษาระดับสูงของประเทศอันได้แก่มหาวิทยาลัยเอง ก็มีพันธกิจสำคัญในการพัฒนานักศึกษามหาวิทยาลัยให้เป็นบัณฑิตในอุดมคติ หรือพลเมืองที่พึงประสงค์สอดคล้องกับนโยบายประเทศ ซึ่งไม่เพียงแต่มหาวิทยาลัยจะเป็นแหล่งบริการทางความรู้คุณธรรม หากแต่ยังต้องส่งเสริมให้นักศึกษาเป็นผู้มีคุณภาพภายในด้วย อาจารย์และบุคลากรมหาวิทยาลัยผู้เกี่ยวข้องเองจึงมีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้าง สนับสนุน และพัฒนาคุณภาพภายในแก่นักศึกษา การเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นคุณภาพภายในอีกตัวหนึ่งที่ต้องปลูกฝังให้เกิดขึ้นกับนักศึกษาเป็นพิเศษในการพัฒนาคนตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 เพราะเยาวชนเป็นผู้กุมชะตาของประเทศ การพัฒนาคุณภาพภายในของนักศึกษามหาวิทยาลัยโดยเฉพาะการเห็นคุณค่าในตัวเอง จึงจำเป็นอย่างยิ่งยวด ต่อการดำรงชีวิตของบุคคล โดยเฉพาะในช่วงแห่งวัยของการศึกษา ซึ่งจะช่วยให้เขาได้มีพลังในการฟันฝ่าอุปสรรคนานาประการ มีชีวิตอยู่อย่างเชื่อมั่น และภาคภูมิใจในตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ มีการนับถือและ

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. จุดฝึกการคิดเพื่อการตระหนักรู้คุณค่าแห่งตน หมายถึง จุดของกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้น โดยรวบรวมมวลประสบการณ์ เพื่อเสริมสร้างการตระหนักรู้คุณค่าแห่งตน โดยมีรูปแบบของกิจกรรม ตามหัวข้อดังนี้ เรื่อง แนวคิด วัตถุประสงค์ กิจกรรม เวลา สื่ออุปกรณ์ วิธีดำเนินการ และ การประเมินผล มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน สรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้จากกิจกรรมนั้น โดยมีผู้วิจัยให้การชี้แนะฝึกการคิดหลายมุมมอง โดยเน้นให้นักศึกษาเกิดการพัฒนาการคิดในเรื่องการตระหนักรู้คุณค่าแห่งตนอยู่ 3 ด้าน คือ

1.1 คนโดยทั่วไป คือ ลักษณะทางกายภาพ ความรู้สึกที่มีต่อตัวเองในเรื่องความเชื่อมั่น การตัดสินใจ การปรับตัว

1.2 คนทางสังคม คือ ลักษณะในด้านความเป็นที่นิยม ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อนและบุคคลอื่นที่มีความสำคัญต่อตัวเอง

1.3 คนทางบ้าน คือ ลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับพ่อแม่ พี่น้อง ลักษณะความเป็นอยู่ในครอบครัว

2. นักศึกษาคณะครุศาสตร์ หมายถึง นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม ปีการศึกษา 2550