

ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง กับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

อัจฉรวรรณ จันทร์เพ็ญศรี¹

Received: October 14, 2020

Revised: March 20, 2021

Accepted: June 24, 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร 2) ระดับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร และ 3) ความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

ประชากร ได้แก่ นักศึกษาภาคปกติที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ปีการศึกษา 2561 จำนวน 14,640 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของยามานะ กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนเท่ากับ .05 ได้กลุ่มตัวอย่าง 402 คน เก็บข้อมูลโดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย จากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 – 4 เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองและแบบวัดการปรับตัวในสังคม ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.792 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครโดยรวมอยู่ในระดับไม่ดี ระดับพอใช้ ระดับดี และระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 71.25 21.5 6.47 และ 1.24 ตามลำดับ 2) ระดับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครโดยรวมอยู่ อยู่ในระดับดีมาก ระดับระดับดี ระดับไม่ดี และระดับพอใช้ คิดเป็นร้อยละ 53.62 16.21 13.21 และ 10.96 ตามลำดับ และ 3) การเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวในสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การเห็นคุณค่าในตนเอง การปรับตัวในสังคม

ผู้รับผิดชอบบทความ : อาจารย์ ดร.อัจฉรวรรณ จันทร์เพ็ญศรี สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร อีเมล : atcharawan.c@gmail.com

¹ ค.ด.(อุดมศึกษา) อาจารย์สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

Correlation Between Self-esteem and Social Adjustment of Students at Phranakorn Rajabhat University

Atcharawan Chanpensri

Abstract

This research aims to study: 1) the self-esteem level of students; 2) the social adaptation level of students; and 3) the relationship of self-esteem and social adaptation of students at Phranakhon Rajabhat University.

The population was the undergraduate students who were studying on weekdays at Phranakhon Rajabhat University in the academic year 2018, totaling 14,640 people. The sample size was determined using the Yamane table, the tolerance value was set at .05. The sample group consisted of 402 people by simple sampling of the 1st – 4th year students from 5 faculties. The research tools included self-esteem scale and social adaptation scale which validated by using Cronbach's Alpha coefficient, and the validity value was 0.792. The statistics used for data analysis were frequency, percentage, standard deviation, t-test, one-way analysis of variance, Pearson's Correlation Coefficient, and Multiple regression analysis.

The research findings were as follows: 1) The self-esteem level of the students at Phranakhon Rajabhat University was at not good in overall level, not good level, fair level, and very good level as 71.25%, 21.5% , 6.47%, and 1.24% respectively. 2) The social adaptation of the students at Phranakhon Rajabhat University was at not good level, very good level, good level, good level in overall, and fair level as 53.62% 16.21%, 13.21%, and 10.96% respectively. 3) The students' self-esteem was positively correlated with social adaptation at a significantly level of .05.

Keyword: Self-esteem Social Adjustment

Corresponding Author : Dr. Atcharawan Chanpensri College of Teacher Education

Phranakhon Rajabhat University. Email : atcharawan.c@gmail.com

Ph.D (Higher Education) Lecturer College of Teacher Education Phranakhon Rajabhat University.

1. บทนำ

การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดจากประสบการณ์ที่ได้รับความสำเร็จในชีวิต เสมือนโครงสร้างหรือคุณลักษณะของแต่ละคนที่เกิดจากการเรียนรู้ในเรื่องของค่าของตนเองจากครอบครัว (Coopersmith, 1981: p.236) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม การอบรมเลี้ยงดู เป็นเรื่องของความสามารถและการมองเห็นคุณค่า ถ้าหากว่า มนุษย์เราขาดสองสิ่งนี้ จะนำไปสู่ปัญหาความรุนแรง การฆ่าตัวตาย ความวิตกกังวล และซึมเศร้าตลอดได้ตามธรรมชาติ และเกิดจากความสามารถในการมองเห็นคุณค่าของแต่ละบุคคล ความเชื่อมั่นในตนเอง และการเคารพตนเองเป็นเรื่องสำคัญ (Branden, 1969: 12) เป็นคุณลักษณะสำคัญของการรับรู้ตนเอง (self-concept) ซึ่งเป็นสิ่งที่บุคคลเห็นคุณค่าในตนเองมากหรือน้อยแค่ไหน สิ่งหนึ่งที่สำคัญต่อสุขภาพจิต (mental health) สำหรับนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยคือ การเห็นคุณค่าในตนเอง มีการศึกษาจำนวนมากพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาคือ ตัวทำนายว่า จะส่งผลต่อการปรับตัวและพฤติกรรมของนักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเอง เมื่อเผชิญกับปัญหาและสถานการณ์ที่ยากลำบากจะออกจากการเรียนกลางคัน (dropping out of school) นอกจากนี้ นักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีพลังมุ่งไปข้างหน้า มีแรงบันดาลใจ มีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และมีความยินดีพอใจในชีวิต (Branden, 1994: p.322) การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยที่สำคัญโดยผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า ความสำเร็จด้านการเรียน และการพัฒนาทางวิชาการของนักศึกษา โดยทั่วไปการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะนำไปสู่สภาพจิตใจที่มีปัญหาต่อการเรียนและการประสบความสำเร็จในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ในขณะที่การเห็นคุณค่าในตนเองมีประโยชน์มากต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Harter, 1999 cited in Roghanchi, *et al.* 2013: 179)

สถาบันอุดมศึกษาซึ่งมีหน้าที่สำคัญในการผลิตบัณฑิตให้เป็นผู้มีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์จึงต้องมีกระบวนการจัดการศึกษาให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ให้เหมาะสม และรู้เท่าทันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลก ตลอดจนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับค่านิยมความเป็นไทยในมิตินานาชาติ สถาบันอุดมศึกษาแต่ละแห่งล้วนมีเป้าหมายที่จะพัฒนานิสิตนักศึกษาของตนให้เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์สมบูรณ์พร้อมทั้งทางด้านสติปัญญา สังคม อารมณ์ ร่างกาย จิตใจ ตลอดจนความสามารถในวิชาชีพ (Sinlarat, 2015)

นิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาเป็นวัยที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายต่อเข้าวัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นวัยที่ต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงและปรับตัวอย่างมากในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านการศึกษาที่เปลี่ยนแปลงจากการศึกษาในโรงเรียนที่มีชั่วโมงเรียนและห้องเรียนชัดเจน มีครูประจำชั้นคอยช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลาเป็นการศึกษาในมหาวิทยาลัยที่ต้องรับผิดชอบการเรียนเป็นส่วนใหญ่ และมหาวิทยาลัยจะมีกิจกรรมนอกเหนือจากในชั่วโมงเรียนต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมจากครอบครัวและสังคม การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลต่าง ๆ ทั้งอาจารย์ รุ่นพี่ เพื่อนและรุ่นน้อง ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิตของนิสิตนักศึกษาที่จะนำไปสู่เป้าหมายในการใช้ชีวิตและอาชีพ Coopersmith (1981) และ Branden (1969) มีแนวคิดตรงกันว่า การเห็น

คุณค่าในตนเองเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตสะท้อนถึงการปรับตัวในสังคมของนักศึกษา โดยจะสามารถวัด หรือมองเห็นได้ และจะเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาตามที่ได้เรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ เข้ามา ซึ่งจะเป็นไปตามวัย เพศ วุฒิภาวะ สภาพทางสังคม การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว การได้รับประสบการณ์จากโรงเรียน อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมมีความสำคัญ เช่น พ่อ แม่ ญาติ ครูอาจารย์ เพื่อน เป็นต้น ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญคือ การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและสังคมที่อาศัยอยู่ โดยครอบครัว จะมีอิทธิพลมาก ซึ่งความรักความเอาใจใส่ให้การยอมรับ การดูแลอบรมเลี้ยงดูจะเป็นรากฐานที่สำคัญ การเห็นคุณค่าของตนเองเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งต่อการปรับตัวในสังคมส่งผลโดยตรงกับความสำเร็จและเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของนักศึกษาในการตัดสินใจเลือกปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่ง Bandura (1977: 74) เชื่อว่า การเห็นคุณค่าในตนเองจะนำไปสู่ความคิดที่บุคคลประเมินตนเองว่า เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีสิ่งที่ดี ๆ โดยเชื่อว่า ตนเองสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้ มีชีวิตที่มีความสุข ได้ใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย และยอมรับตนเองตามความเป็นจริง

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษา
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษา

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจประกอบด้วย

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร นักศึกษาภาคปกติที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรีภาคปกติ ปีการศึกษา 2561 จำนวน 14,640 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 15 เดือนมิถุนายน 2561)

กลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากประชากรที่เป็นนักศึกษาภาคปกติ ในปีการศึกษา 2561 โดยใช้ตารางสำเร็จรูปของยามาเน (Yamane, 1973) กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.05 โดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่าง 402 คน

3.2 เครื่องมือ

ผู้วิจัยใช้เครื่องมือที่พัฒนาและปรับปรุงโดย Thawiwattanapreecha (2006) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบ่งออกได้ดังนี้

ส่วนที่ 1 ชุดที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป มีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ จำนวนพี่น้อง ลำดับที่ในครอบครัว ส่วนสูง น้ำหนัก โรคประจำตัว ความสามารถพิเศษ ศาสนา ผลการเรียน (GPAX) รายได้ต่อเดือน ประวัติการใช้สารเสพติด และความสัมพันธ์กับบิดามารดา

ส่วนที่ 1 ชุดที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลครอบครัว ได้แก่ อาศัยอยู่กับผู้ปกครอง สถานภาพสมรสของบิดามารดา อายุบิดา อายุมารดา อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา รายได้ต่อเดือนของครอบครัว โครงสร้างครอบครัว (เดี่ยว/ขยาย) และความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดา

ส่วนที่ 2 ชุดที่ 1 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ปรับจาก The Coopersmith Self-Esteem Inventories: CSEI (1984) Thawiwattanapreecha (2006) ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำไปหาค่าความเที่ยง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.792

ส่วนที่ 2 ชุดที่ 2 แบบวัดการปรับตัวในสังคม ปรับจาก The Social Adjustment Scale-Self Report (SAS-SR) Thawiwattanapreecha (2006) เป็นแบบวัดที่ประเมินความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในบทบาทต่าง ๆ จำนวน 29 ข้อ ครอบคลุมการประกอบบทบาทหน้าที่ในด้านต่าง ๆ 5 ด้าน ได้แก่ การทำงานนอกบ้าน (กรณีที่ทำงานพิเศษนอกเวลาเรียน) ด้านการเรียน ด้านกิจกรรมยามว่างในสังคม ด้านความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวใหญ่ และด้านการเงิน

การหาความเที่ยงของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองไปให้นักศึกษาในมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครจาก 5 คณะ คณะละ 10 คน เพศชาย 25 คน และเพศหญิง 25 คน รวมจำนวน 50 คน แล้วนำมาประเมินค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยง 0.778

3.3 การเก็บและรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่างจากทุกคณะจำนวน 402 ชุดเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) จากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 – 4 จากทั้ง 5 คณะ ได้แก่ 1) วิทยาลัยการฝึกหัดครู 2) คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ 3) คณะวิทยาการจัดการ 4) คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และ 5) คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม

3.4 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ทางสถิติ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistic) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ละคู่โดยใช้การทดสอบค่าที (independence t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson correlation coefficient) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรพร้อมกันหลายตัวที่อาจเป็นปัจจัยต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง หรือการปรับตัวในสังคมโดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis)

4. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐาน มีดังนี้

ปัจจัยส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 61.69) อายุ 19 ปี (ร้อยละ 27.95) เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 36.82) จำนวนพี่น้อง ส่วนใหญ่มีพี่น้อง 2 คน (ร้อยละ 48.01) ลำดับที่ในครอบครัว ส่วนใหญ่เป็นลูกคนแรก (ร้อยละ 53.48) รองลงมาเป็นคนที่สอง (ร้อยละ 33.58) ส่วนสูง ชายสูงเฉลี่ย 170 เซนติเมตร หญิงสูงเฉลี่ย 161 เซนติเมตร น้ำหนัก ชายน้ำหนักเฉลี่ย 63 เซนติเมตร หญิงน้ำหนักเฉลี่ย 57 เซนติเมตร โรคประจำตัว ส่วนใหญ่สุขภาพแข็งแรง มีโรคประจำตัว 52 ราย (ร้อยละ 12.94) จากผู้มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 65.38) เป็นโรคภูมิแพ้ ส่วนคนอื่น ๆ มีโรคประจำตัว ได้แก่ ไมเกรน หอบ โลหิตจาง ภาวะอาหาร

ความสามารถพิเศษ (ร้อยละ 68.40) มีความสามารถพิเศษ ได้แก่ ด้านดนตรี กีฬา และศิลปะ การนับถือศาสนา ส่วนใหญ่นับถือ ศาสนาพุทธ (ร้อยละ 93.8) ผลการเรียน (GPAX) (ร้อยละ 51.00) มีเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.75 ขึ้นไป รายได้ต่อเดือน ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 46.50) ที่มีรายได้ต่อเดือนตั้งแต่ 5,000 บาทขึ้นไป

ประวัติการใช้สารเสพติด (สูบบุหรี่หรือดื่มสุรา) (ร้อยละ 49.25) เคยสูบบุหรี่หรือดื่มสุรา และ ระบุว่ายังคงใช้สูบบุหรี่หรือดื่มสุราอยู่ (ร้อยละ 60.10)

ความสัมพันธ์กับบิดามารดา พบว่า นักศึกษามีความสัมพันธ์ แบบใกล้ชิดสนิทสนมตามปกติกับทั้งมารดา (ร้อยละ 58.2) และบิดา (ร้อยละ 63.7) รองลงมาก็คือ ใกล้ชิดสนิทสนมอย่างมากกับมารดา (ร้อยละ 28.9) และบิดา (ร้อยละ 18.9) มีนักศึกษาเพียงจำนวนน้อยที่ขัดแย้งหรือทะเลาะกับมารดาหรือบิดา (ร้อยละ 2.2 และ 1.7)

ปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัว

อายุของบิดาส่วนใหญ่อายุน้อยกว่า 50 ปี (ร้อยละ 34.80) ส่วนอายุของมารดาส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 40 – 49 ปี (ร้อยละ 46.50) ด้านการศึกษาของทั้งบิดาและมารดาส่วนใหญ่อยู่ระหว่างระดับประถมศึกษา – มัธยมศึกษา อาชีพของบิดาส่วนใหญ่คือ รับจ้าง (ร้อยละ 25.60) ส่วนอาชีพของมารดาส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง (ร้อยละ 24.40) รองลงมาก็คือ ธุรกิจส่วนตัวหรือค้าขาย (ร้อยละ 17.90) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัวอยู่ระหว่าง 10,000 – 19,999 บาท (ร้อยละ 20.90) รองลงมามีรายได้ช่วง 20,000 – 29,999 บาท (ร้อยละ 12.9)

ลักษณะของครอบครัวส่วนใหญ่มีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยว (ร้อยละ 69.25) ที่ยังอยู่แบบครอบครัวขยาย (ร้อยละ 30.75) นักศึกษาส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา (ร้อยละ 49.50)

ความสัมพันธ์ของบิดาและมารดาของนักศึกษาส่วนใหญ่เป็นแบบรักและใกล้ชิดสนิทสนมกันตามปกติ (ร้อยละ 52.70) มีเพียงส่วนน้อยที่มีความสัมพันธ์เป็นแบบขัดแย้งหรือทะเลาะกัน (ร้อยละ 3.20)

ส่วนที่ 2 ระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้เปอร์เซ็นต์ไทล์เป็นเกณฑ์ในการจัดแบ่ง เป็นเกณฑ์ในการจัดแบ่ง ซึ่งนักศึกษาที่ได้คะแนนตั้งแต่ 43 คะแนนขึ้นไปบ่งชี้ว่า มีการเห็นคุณค่าในตนเองดีมาก มีจำนวนเพียง 5 คน (ร้อยละ 1.24) นักศึกษาที่ได้คะแนนระหว่าง 40-42 คะแนน บ่งชี้ว่า มีการเห็นคุณค่าตนเองระดับดี มีจำนวน 26 คน (ร้อยละ 6.47) นักศึกษาที่ได้คะแนน ระหว่าง 35 – 39 คะแนน บ่งชี้ว่า มีการเห็นคุณค่าตนเองระดับพอใช้ มีจำนวน 86 คน (ร้อยละ 21.39) และนักศึกษาที่ได้คะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับ 34 คะแนน บ่งชี้ว่า มีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่ดี มีจำนวน 285 คน (ร้อยละ 70.90) โดยกลุ่มนักศึกษามีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง ตั้งแต่ 8 ถึง 44 คะแนน และค่าเฉลี่ยของกลุ่มอยู่ที่ 29.49 คะแนน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.31 พบว่า มีนักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับดีถึงดีมาก (ร้อยละ 7.25) และมีนักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับไม่ดีถึงพอใช้ (ร้อยละ 92.75) (ตามตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาทั้งหมด

ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน	ร้อยละ	Mean	SD
การเห็นคุณค่าในตนเองระดับไม่ดี (≤ 34)	285	70.90	26.05	5.61
การเห็นคุณค่าในตนเองระดับพอใช้ (35-39)	86	21.39	36.83	8.6
การเห็นคุณค่าในตนเองระดับดี (40-42)	26	6.47	41.2	0.71
การเห็นคุณค่าในตนเองระดับดีมาก (≥ 43)	5	1.24	43.5	0.58
รวม	402	100.00	29.49	7.31

2.2 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า เพศหญิงจะมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศชาย กลุ่มที่ได้เกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.75 ขึ้นไปมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่สอบได้เกรดเฉลี่ย <2.75 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ $p < 0.05$ (ตามตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองจำแนกตาม เพศ โรคประจำตัว เกรดเฉลี่ย การเคยสูบบุหรี่/ดื่มเหล้า โครงสร้างครอบครัว โดยใช้วิธี Independent Sample t-test

	คะแนนเฉลี่ย	t	df	p-value
เพศ				
ชาย	22.45	-4.375	366	.015*
หญิง	25.06			
โรคประจำตัว				
มี	23.21	.308	375	.383
ไม่มี	23.94			
เกรดเฉลี่ย				
<2.75	23.34	-2.805	328	.000*
≥2.75	25.10			
เคยสูบบุหรี่/ดื่มสุรา				
เคย	23.49	-1.606	372	.400
ไม่เคย	24.46			
ปัจจุบันสูบบุหรี่/ดื่มสุรา				
ใช่	23.12	-.938	290	.396
ไม่ใช่	23.80			
โครงสร้างครอบครัว				
ครอบครัวเดี่ยว	23.59	-.143	311	.175
ครอบครัวขยาย	23.69			

ส่วนที่ 3 ระดับคะแนนการปรับตัวในสังคมของนักศึกษา ผลการวิเคราะห์ระดับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษาโดยใช้เปอร์เซ็นต์ไทล์เป็นเกณฑ์ในการจัดแบ่ง ซึ่งนักศึกษาที่ได้คะแนนตั้งแต่ 35 คะแนนลงมาพบว่า มีการปรับตัวในสังคมได้ดีมาก มีจำนวน 215 คน (ร้อยละ 53.62) นักศึกษาที่ได้คะแนนระหว่าง 35 ถึง 39.50 คะแนนพบว่า การปรับตัวในสังคมดี มีจำนวน 65 คน (ร้อยละ 16.21) นักศึกษาที่ได้คะแนนระหว่าง 39.50 ถึง 44.75 คะแนนพบว่า การปรับตัวในสังคมพอใช้ มีจำนวน 68 คน (ร้อยละ 10.96) และนักศึกษาที่ได้คะแนนมากกว่า 44.75 คะแนนขึ้นไปพบว่า มีการปรับตัวในสังคมไม่ดี มีจำนวน 53 คน (ร้อยละ 13.21) พบว่า มีนักศึกษาที่มีระดับการปรับตัวในสังคมดีถึงดีมาก (ร้อยละ 69.83) การคิดคะแนนของแบบวัดการปรับตัวในสังคมได้จากการรวมคะแนนใน 4 ด้านคือ ด้านการเรียน ด้านกิจกรรมยามว่างในสังคม ด้าน

ความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว และด้านการเงิน รวมทั้งสิ้น 23 ข้อพบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครส่วนใหญ่มีค่าคะแนนการปรับตัวในสังคมระดับดี เฉลี่ยของกลุ่มอยู่ที่ 35.82 คะแนน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.02 (ตารางที่ 3) นอกจากนี้ ยังพบว่านักศึกษาที่ทำงานนอกบ้าน จำนวน 147 คน มีคะแนนการปรับตัวในสังคมระดับดีมาก ค่าเฉลี่ย 9.68 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.05

ตารางที่ 3 ลักษณะของระดับการปรับตัวในสังคมของนักศึกษาทั้งหมด

ระดับการปรับตัวในสังคม	จำนวนคน	ร้อยละ	Mean	SD
การปรับตัวในสังคมระดับไม่ดี (>44.75)	53	13.21	50.27	4.70
การปรับตัวในสังคมระดับพอใช้ (>39.50 – 44.75)	68	10.96	41.33	1.73
การปรับตัวในสังคมระดับดี (>35 – 39.50)	65	16.21	39.74	2.59
การปรับตัวในสังคมระดับดีมาก (≤35)	215	53.62	29.91	3.89
รวม	402	100.00	35.82	8.02

ส่วนที่ 4 ระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและระดับคะแนนการปรับตัวในสังคม

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและระดับคะแนนการปรับตัวในสังคมพบว่า มีความสัมพันธ์ในรูปเชิงเส้นที่ระดับนัยสำคัญที่ $p < 0.05$ และมีความสัมพันธ์ในลักษณะแปรผันตามกันคือ นักศึกษาที่มีระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงทำให้มีระดับคะแนนการปรับตัวในสังคมสูงด้วย (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง และการปรับตัวในสังคมโดยใช้ Pearson Correlation

ความสัมพันธ์		คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง	คะแนนการปรับตัวในสังคม
คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง	Pearson	1	.023*
	Sig. (2-tailed)	-	.816
	N	377	107
คะแนนการปรับตัวในสังคม	Pearson	.023*	1
	Sig. (2-tailed)	.816	-
	N	107	113

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. อภิปรายผล

1. การเห็นคุณค่าในตนเอง จากผลการวิจัยที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนในการเห็นคุณค่าในตนเองส่วนใหญ่มีระดับไม่ดีถึงระดับพอใช้ เมื่อพิจารณาปัจจัยส่วนบุคคลพบว่า นักศึกษาหญิงมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศชาย และกลุ่มที่มีผลการเรียนเกรดเฉลี่ยตั้งแต่ 2.75 ขึ้นไปมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่มีผลการเรียนที่เกรดเฉลี่ยน้อยกว่า 2.75 คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1967: 236) อาจเป็นได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของมโนภาพแห่งตน เป็นปริมาณคุณค่าที่เราให้กับตนเอง ซึ่งได้จากการเรียนรู้จากผู้อื่นและกลายเป็นส่วนสะท้อนให้เห็นว่า บุคคลอื่นยอมรับเราอย่างไร หรือความคิดที่เรามองเห็นจากการที่ผู้อื่นที่เห็นคุณค่าในตัวเรา จากงานวิจัยของ Sirathatnararajana (2017) พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์อยู่ในระดับมากพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม และรายด้านอยู่ในระดับมากเรียงจากค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก ได้แก่ ด้านเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านมีความรู้สึกรู้ว่า ตนเองมีประสิทธิภาพ ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ส่วนอันดับสุดท้ายได้แก่ ด้านเคารพตนเอง ทั้งนี้ อาจเนื่องจากวัฒนธรรมการเลี้ยงดูบุตรของพ่อแม่ผู้ปกครองที่ให้การยอมรับในการตัดสินใจของบุตร การให้การศึกษารองเรียนและสถาบันการศึกษาที่ผ่านมาที่เปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็นที่เปิดกว้าง ทำให้นักศึกษาที่ได้ผ่านการอบรมเลี้ยงดูและการศึกษา เกิดกระบวนการเรียนรู้ เกิดความมั่นใจ กล้าแสดงออก นำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Coopersmith (1981) และ Branden (1969) ซึ่งมีแนวคิดที่ตรงกันว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยจะสามารถวัดหรือมองเห็นได้ และจะเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาตามที่ได้เรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ ที่เข้ามา ซึ่งจะนำไปตามวัย เพศ วุฒิภาวะ สภาพทางสังคม การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว การได้รับประสบการณ์จากโรงเรียน อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมมีความสำคัญ เช่น พ่อ แม่ ญาติ ครูอาจารย์ เพื่อน เป็นต้น ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญคือการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและสังคมที่อาศัยอยู่ โดยครอบครัวจะมีอิทธิพลมาก ซึ่งความรัก ความเอาใจใส่ให้การยอมรับ การดูแลอบรมเลี้ยงดูจะเป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

2. ลักษณะการปรับตัวในสังคม เมื่อพิจารณาภาพรวม นักศึกษาส่วนใหญ่มีคะแนนในระดับการปรับตัวดีมาก เมื่อพิจารณาปัจจัยส่วนบุคคลพบว่า ปัจจัยด้านเพศ การมีโรคประจำตัว เกรดเฉลี่ย การเคยสูบบุหรี่หรือดื่มเหล้า ความสามารถพิเศษ โครงสร้างครอบครัวนั้น ไม่พบความสัมพันธ์ที่แตกต่างในการปรับตัวในสังคมของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่อย่างไรก็ตาม เพศชายมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวในสังคมดีกว่าเพศหญิง โครงสร้างของครอบครัวแบบครอบครัวขยายมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าครอบครัวเดี่ยว เมื่อพิจารณาผลการทดสอบความแตกต่างของการปรับตัวในสังคมรายด้านทั้งด้านการเรียน ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านครอบครัว ด้านการเงิน และด้านทำงานนอกบ้านพบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวในสังคมด้านครอบครัว และด้านการเงินมีบางชั้นปีที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่การปรับตัวในสังคมด้านครอบครัว นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ ชั้นปีที่ 4 มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

โดยเฉพาะนักศึกษาที่ทำงานนอกบ้านมีการปรับตัวในสังคมในระดับดีมาก เป็นผลมาจากการที่นักศึกษาได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นและมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมจากการทำงาน ตามแนวคิดของ Mc Candles. (1967: 321) ความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของบุคคลมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต คนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะมีความมั่นใจ ความภูมิใจ และทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ ซึ่งมีผลต่อการปรับตัวในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ Lonhlan (2007) ที่ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพกับการเห็นคุณค่าในตนเองพบว่า บุคลิกภาพแบบวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองสอดคล้องกับงานวิจัยของ Ruangpermpoon, et al. (2011) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีทักษะทางสังคมและการปรับตัวในด้านความสัมพันธ์ในชุมชนที่อยู่อาศัย และนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาสามารถปรับตัวทางสังคมได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวในสังคม ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 นั้นแสดงให้เห็นว่า การปรับตัวในสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นผลมาจากการเห็นความสามารถในการช่วยเหลือดูแลตนเอง และสิ่งแวดล้อมในการศึกษา และเป็นผลจากความสำเร็จทางการศึกษาจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง นอกจากนี้ การเห็นคุณค่าในตนเอง ยังพัฒนามาจากการอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดาให้ความรัก ความเอาใจใส่ และยอมรับเด็กตั้งแต่เยาว์วัย มากกว่าการให้วัตถุสิ่งของแก่บุตร ช่วงวัยเด็กตอนกลางนั้น การจะพัฒนาจากสังคมนอกบ้านโดยเฉพาะกลุ่มเด็กจะเรียนรู้และประเมินพฤติกรรมของกลุ่มเพื่อนที่มีต่อตน เช่น ถ้าเพื่อนแสดงการยอมรับ ชื่นชมในตัวเด็ก ซึ่งจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และพัฒนาเป็นความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง แม้ว่าพฤติกรรมนั้นจะเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม นอกจากนี้ โรงเรียนและตัวครูจะมีส่วนส่งเสริมพัฒนาการการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กได้ เช่น การได้รับการยอมรับจากครู การจัดกิจกรรมของโรงเรียนในรูปแบบของ กีฬา กิจกรรมเสริมหลักสูตรอื่นๆ ที่ส่งเสริมให้เด็กได้ทำในสิ่งที่เหมาะสมกับความสามารถ ความถนัดและความสนใจ ให้ความดูแลเอาใจใส่ ไม่ตั้งระดับความหวังสูงเกินไป และคอยช่วยเหลือให้เด็กได้รับความสำเร็จ จะส่งเสริมพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ และพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองมาจากวัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ โดยเฉพาะวัยรุ่นนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองจะช่วยให้อายุปรับตัวได้ดี มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และมีความสุขตามวัย (Atwater, 1979: p. 129) สรุปได้ว่า แนวทางในการเสริมสร้างและพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับบุคคลที่มีสามารถทำได้โดยให้การยอมรับจากบุคคลรอบข้าง หรือโดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคคลที่มีความสำคัญ ถ้าหากต้องมีการเปลี่ยนแปลงควรค่อยปรับความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมอย่างค่อยเป็นค่อยไป ให้เห็นแบบอย่างที่เปิดโอกาสให้ได้สร้างสรรค์ในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง ให้น้ำหนัก ยกย่องในโอกาสที่

เหมาะสม เปิดโอกาสให้บุคคลใกล้ชิดได้ร่วมมือในการเสริมสร้างความภาคภูมิใจ ได้ดำเนินชีวิตตามแบบแผน ค่านิยม วัฒนธรรมของสังคมที่ตนเองศรัทธา และการเป็นบุคคลที่มีความหนักแน่นไม่หวั่นไหวต่อการถูก วิพากษ์วิจารณ์ ทุกคนมีการเห็นคุณค่าในตนเอง คนสามารถตระหนักถึงศักยภาพและความสามารถที่ตนเองมี ได้ถ้าได้รับประสบการณ์ อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการเรียนรู้ การปรับเจตคติของตนเองมองเห็นตนเองใหม่ด้วยการมี ปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมสอดคล้องกับแนวคิดของ Branden (1981) นำเสนอว่า ความมั่นใจใน ตนเองและความเคารพนับถือตนเอง ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเป็นความเชื่อมั่นว่า ตนเองมีคุณสมบัติในการ ทำงานอย่างเพียงพอ และมีคุณสมบัติเพียงพอในการดำรงชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกที่บุคคลมี ต่อตนเอง เป็นความรู้สึกชื่นชม และการเห็นคุณค่าในตนเองเกิดจากการรับรู้ว่าคุณค่าตนเองเป็นเช่นไร เป็นการ ผสมผสานระหว่างลักษณะทางกายภาพ จิตใจ ความเชื่อ เจตคติ ค่านิยม ความสามารถ รวมทั้งการมี ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม (Jersild, 1965: p. 210) ซึ่ง Norem-Hebeisen (1976: 566) กล่าวว่า บุคคลที่ รู้สึกว่า ตนเองมีคุณค่า มีคนรัก ชื่นชมจะประเมินตนเองในด้านดี ส่งผลให้เกิดความมั่นใจในตนเอง กล้าพูด กล้า คิด กล้าทำมีความกระตือรือร้น และทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ ความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็น องค์ประกอบที่สำคัญของพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพ ตรงกันข้ามกับบุคคลที่ประสบความล้มเหลวทางด้าน การศึกษา การทำงานและด้านสังคมจะมีความผิดปกติทางจิต และพฤติกรรม เช่น พวกอาชญากรทั้งหลาย เป็นต้น จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่ำมาก

4. ปัจจัยทำนายที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ปัจจัยทำนายที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครคือ เกรดเฉลี่ย นักศึกษาที่มีผลการเรียนดีจะมองเห็นคุณค่าในตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ Thawiwattanapreecha (2006) ที่ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตคณะ เกษตรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยพบว่า นิสิตหญิงมีค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านิสิต ชาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Bloom (1977 cited in Wong-Asa, 2013) พบว่า ผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนสูง จะเป็นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โดยปัจจัยที่ส่งเสริมให้ ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีปัจจัยสำคัญหลายประการได้แก่ การสอนของครูอาจารย์ผู้สอน ความ พร้อมของวัสดุอุปกรณ์การเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งพ่อแม่และเพื่อนมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้เรียนมี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้วยเช่นกัน ส่วนปัจจัยทำนายที่มีผลต่อการปรับตัวในสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัย ราชภัฏพระนครคือ ความสัมพันธ์กับมารดา นักศึกษาที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับมารดาแบบใกล้ชิดสนิทสนมกัน ตามปกติ จะมีการปรับตัวในสังคมได้ดี ทั้งนี้จากการศึกษาของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1967: p. 236) พบว่า สภาพครอบครัวและความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและบุตรหรือการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กได้รับในเรื่อง ต่อไปนี้คือ 1) บิดามารดายอมรับการกระทำของบุตร 2) บิดามารดากำหนดขอบเขตการกระทำของบุตร และ

บอกให้บุตรทราบอย่างชัดเจน และดูแลให้เป็นไปตามขอบเขตของการกระทำนั้น 3) บิดามารดาให้ความนับถือบุตรเลี้ยงผู้ใหญ่นคนหนึ่ง และให้เสรีภาพในการกระทำ ถ้าหากการกระทำนั้นอยู่ในขอบเขต การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นการพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนเอง ซึ่งแสดงถึงเจตคติที่บุคคลมีต่อตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความพึงพอใจในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นเจตคติและความเชื่อส่วนบุคคลที่มีต่อตนเองในการกระทำในสิ่งที่คาดหวังเพื่อให้ประสบความสำเร็จ

6. ข้อเสนอแนะ

1) โดยที่พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างนักศึกษาหญิงและนักศึกษาชาย เกรดเฉลี่ยระดับชั้นปี และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวและสภาพของบิดามารดา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น จึงควรจัดแนวทางส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองโดยกระตุ้นและจัดการเรียนการสอนที่สามารถเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยจัดสิ่งแวดล้อมให้นักศึกษาเรียนรู้ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน และช่วยสร้างแรงจูงใจในการเรียน ช่วยเตรียมการแนะแนวทางอาชีพเพื่อสร้างความตระหนักและเรียนรู้ในความรับผิดชอบต่อตนเองและครอบครัว

2) ในด้านการปรับตัวในสังคมพบว่า ด้านครอบครัวและด้านการเงินมีผลต่อการปรับตัวในสังคมของนักศึกษา นักศึกษาต้องทำงานระหว่างเรียนเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ทำให้โอกาสในการศึกษาเล่าเรียนในมหาวิทยาลัยไม่เต็มที่ มหาวิทยาลัยควรมีแนวทางในการช่วยเหลือ ได้แก่ ทุนการศึกษาแบบให้เปล่า ทุนเรียนดีสำหรับผู้ขาดแคลน หรือทุนทำงานในมหาวิทยาลัย เพื่อให้ให้นักศึกษาได้เรียนรู้จากการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ได้อย่างเต็มที่ อันจะทำให้นักศึกษาได้ปรับตัวในสังคมได้อย่างชัดเจน

7. กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการอุดหนุนทุนวิจัยจากกองทุนวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ปีงบประมาณ 2561 ขอขอบคุณสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร คณะบดีทุกคณะที่เอื้ออำนวยความสะดวกเก็บข้อมูล ผู้เชี่ยวชาญที่กรุณาตรวจเครื่องมือ ผู้ทรงคุณวุฒิที่กรุณาให้คำแนะนำตรวจสอบร่างวิจัยเพื่อความสำเร็จของรายงานการวิจัย และขอขอบคุณนักศึกษาทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยในครั้งนี้

8. เอกสารอ้างอิง

- Atwater. E. (1979). *Psychology of Adjustment: Personal Growth in a Changing World*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bandura. A. (1977). *A Social Learning Theory*. N.J. Englewood Cliffs Prentice Hall.
- Branden. N. (1969). *The Psychology of Self-esteem*. Los Angeles: Nash Publishing.
- Branden. N. (1994). *The Six Pillars of Self-esteem*. New York. Bantam Book Inc.

- Branden, N. (1981). **The psychology of self-esteem**. (15th^{ed}). New York: Bantam Books Inc.
- Coopersmith. S. (1981). **SEI: Self-esteem Inventories**. California: Psychologist Press Inc.
- Coopersmith. S. (1967). **The Antecedents of Self-esteem Inventories**. San Francisco: Freeman.
- Jersild. A. T. (1965). **Social and Individual Origins of the Self. In the Self: In Growth.. Teaching and Learning**. Edited by Hamacheck Don F. Preentice-Hall. Inc. Englewood Cliffs N.J.
- Lonhlam S. (2007). **Relations Among Trait Anxiety, Optimism, and Self-esteem of University Students**. Thesis of Master Degree of Arts Program in Department Psychology, Faculty of Psychology, Chulalongkorn University.
- McCandles. B.R. (1967). **Children Behavior and Development**. 2nd ed. New York: Holt Rinehart and Winston. Inc.
- Norem-Hebeisen. A.A. (1976). A Multidimentsional Construct of Self-esteem. **Journal of Educational Psychology**. 68 (5) 559-565.
- Roghanchi. M.. et al. (2013). The effect of integrating rational emotive behavior therapy and art therapy on self-esteem and resilience. **The Arts in Psychotherapy** 40 179–184. **The Arts in Psychotherapy**. Volume 40. Issue 2. April 2013. Pages 179–184.
- Ruangpermpoon K., Rongmuang S. and Ninachan P. (2011). Social adjustment characteristics of nursing students. **Journal of Ramathibodi Nursing Message** Vol. 17 No. 3 (Oct.-Dec. 2011) p. 478-492.
- Sinlarat P. (2015). **Higher education and Thai society**. Bangkok: Chulalongkorn University Press.
- Sirathatnararajana, T. (2017). **Enhancing Self-esteem and Resilience of Undergraduate Students Through Intergrative Group Counseling**. Ph.D. thesis of Ph.D. Research and Development on Human Potentials: Psychology of Human Development and Counseling Concentration Area. Department of Guidance and Educational psychology, Faculty of Education, Sinakharinwirot University.
- Thawiwattanapreecha S. (2006). **Self-Esteem And the relationship between self-esteem With the adjustment in the student's society** Faculty of Pharmacy Chulalongkorn

University. Department of Mental Health Department of Psychiatry Faculty of Medicine Chulalongkorn University.

Wong-Asa C. (2013). Self-Esteem. Bangkok: Mahidol University.

Weirangkon J. (2010). "Summary of the issue of the seminar on the direction of student development under crisis." Analysis of learning outcomes. Learning Outcome. On September 10-11, 2010 at Uthong Inn Hotel. Phra Nakhon Si Ayutthaya Province (Document not published)

Yamane T. (1973). **Statistics: An Introductory Analysis.** (3rd^{ed}). New York. Harper and Row Publications.