

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาการปรับตัว

##### ความหมาย "การปรับตัว"

การที่มนุษย์อยู่ตามสังคมได้ทุกวันนี้ต้องมีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมของสังคมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา และต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ รอบด้านเพื่อความอยู่รอด และความเป็นสุขในชีวิตตามที่ตนเองต้องการ ดังนั้นได้มีผู้สันักคิดได้ให้ความหมายการปรับตัวว่าแตกต่างกันต่าง ๆ ดังนี้

ดาร์วิน (Darwin) นักชีววิทยาชาวอังกฤษเป็นผู้เริ่มใช้คำว่า การปรับตัว เป็นคนแรก เขากล่าวไว้ในทฤษฎีวิวัฒนาการว่า สิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมของโลกที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายได้เท่านั้นที่จะดำรงอยู่ได้ การปรับตัวทางชีววิทยาเป็นการปรับตัวที่เป็นไปตามความต้องการของร่างกาย และในแง่ทางจิตวิทยา หมายถึง การปรับตัวที่เป็นไปตามสภาพความต้องการของจิตใจ

ลาซาคัส (Lazakus. 1969 : 17 - 21) กล่าวถึงการปรับตัวของมนุษย์ว่าเป็นไปตามแรงผลักดันสองอย่างคือ (1) แรงผลักดันจากภายนอก (External Demands) เกิดจากการที่มนุษย์ต้องอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม การที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกัน และต้องผูกพันกับผู้อื่น ดังนั้นคนเราจึงต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมซึ่ง เริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ (2) แรงผลักดันจากภายใน (Internal Demands) คือความต้องการอาหาร น้ำและความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีพอยู่ได้ด้วยความสุขสบาย และอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิตใจซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้ เช่นความต้องการความอบอุ่นทางใจต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคม และความต้องการความสำเร็จ

กิลเมอร์ และคนอื่น (Gilmer and others. 1971 : 73) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาโต้ตอบสิ่งแวดล้อมรอบตัว เป็นการปรับตัวเข้ากับปัญหา รวมถึงการปรับสภาพปัญหาที่เป็นอยู่ให้เข้ากับความต้องการด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ

โคลแมน และแฮมเมน (ฟองพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 69 ; อ้างอิงมาจาก Coleman and Hemen. 1964 : 69) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า หมายถึงผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อม จะเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ

สุชา จันทน์เอม และสุรางค์ จันทน์เอม (2518 : 142 - 143) อธิบายว่า การปรับตัวคือลักษณะการกระทำในเรื่องความต้องการของมนุษย์คือ ความต้องการทางกายและความต้องการตำแหน่งทางสังคม ดังนั้นการที่มนุษย์พยายามตอบสนองความต้องการของตน จึงเป็นความพยายามที่ต้องการให้การกระทำของตนเองสอดคล้องกับสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เขาอาศัยอยู่ จึงจะทำให้เขาสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

อรรถัย ชื่นมนุษย์ (2527 : 11) กล่าวว่า การปรับตัว คือปฏิกิริยาของคนที่มีต่อสิ่งแวดล้อมนั่นเอง คนแต่ละคนพยายามค้นหาให้ได้ในสิ่งที่ตนต้องการให้สำเร็จถึงจุดหมาย แต่ละอย่างที่ตนวางไว้พยายามให้ความหวังลุส่งไปสมความปรารถนา แต่ขณะเดียวกัน คนก็จะอยู่ได้อิทธิพลและความกดดันของสิ่งแวดล้อมมากระทบปฏิบัติในแนวใดแนวหนึ่งแล้วแต่สภาพการณ์ กาลเทศะหนึ่ง ๆ ไป ดังนั้นการปรับตัวจะรวมถึงการปรองดองไกล่เกลี่ยความต้องการส่วนตนให้สอดคล้องกับความต้องการของสิ่งแวดล้อมด้วย

\* จากคำจำกัดความดังกล่าว พอสรุปได้ว่า การปรับตัวคือการที่มนุษย์พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้กับสิ่งแวดล้อมและสังคมของตนเองอย่างสงบสุข

## สาเหตุการปรับตัว

มนุษย์เมื่อเกิดความคับข้องใจ เกิดความวิตกกังวลหรือเกิดความไม่สบายใจและเกิดความเครียดขึ้นกับตนเองก็จะพยายามแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่แตกต่างกันออกไปซึ่ง วารินทร์ สายโอบเอื้อ (2522. 159 - 160) กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัวว่าอาจเกิดจากสิ่งต่อไปนี้

1. ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรคที่เนื่องมาจากตนเองหรือผู้อื่น มีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ และความคับข้องใจ นักจิตวิทยาได้แปรความต้องการพื้นฐานของบุคคลไว้หลายอย่างด้วยกัน โดยเฉพาะมาสโลว์ (MasLow) ได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็นชั้นต่าง ๆ ดังนี้

1.1 ความต้องการด้านร่างกาย

1.2 ความต้องการความปลอดภัย

1.3 ความต้องการความรัก และความเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ เช่น ต้องการความรักความอบอุ่น การมีส่วนร่วมรับผิดชอบในกิจการต่าง ๆ ตลอดจนการเข้าร่วมเป็นสมาชิกในหมู่คณะ

1.4 ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือ เช่น ต้องการชื่อเสียง เกียรติยศ ความร่ำรวย ฐานะทางสังคม การยอมรับนับถือตนเองและการยอมรับจากสังคม

1.5 ความต้องการสัจแห่งตนหรือต้องการเข้าใจในตนเองอย่างต้องแท้ เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและสรรพสิ่งทั้งหลายต้องการใช้พลังความสามารถของตนเองให้เต็มที่เพื่ออุทิศตนให้เป็นประโยชน์แก่วิทยาการและมวลมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการที่อยู่เหนือความต้องการเกี่ยวกับชื่อเสียง เกียรติยศ ความร่ำรวย หรือการกระทำเพื่อตนเอง

2. เกิดจากความขัดแย้ง ความขัดแย้งหมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถจะตัดสินใจเลือกกระทำทั้งสองได้ในขณะเดียวกันแต่จะต้องเลือกกระทำเพียงอย่างเดียวนั้นมี 3 ลักษณะ

2.1 ความขัดแย้งในทางบวก เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่จะต้องเลือกเพียงอย่างเดียวนั้นสิ่งที่ตัวเองชอบเท่า ๆ กันตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป ยิ่งชอบมากทุกอย่างยิ่งเลือกยากกว่าจะทำให้เลือกได้ก็ต้องใช้เวลา แม้จะเลือกแล้วก็ยังเสียดายสิ่งที่ไม่สามารถเลือกได้

2.2 ความขัดแย้งในทางลบ เกิดจากการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งต้องเลือก สิ่งที่ไม่ชอบตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ได้ เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจเพราะ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ตนเองไม่ชอบเลย แต่ก็ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.3 ความขัดแย้งในทางบวกและลบ เกิดขึ้นในกรณีต่าง ๆ หรือบุคคล หรือ สัตว์ที่ต้องเลือกนั้นมีทั้งถูกใจและไม่ถูกใจในระดับที่เท่า ๆ กันทั้งหมดตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่ก็ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

#### วิธีการปรับตัว

บุคคลเมื่อเกิดปัญหากับตนเองไม่สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ก็จะทำให้เกิดภาวะ ทางอารมณ์ขึ้นคือ เกิดความคับข้องใจ เกิดความเครียด เมื่อเป็นดังนั้นย่อมหาทางที่จะ ผ่อนคลายและปรับตัวด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสบายใจ

บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2521 : 44)กล่าวว่า ขบวนการปรับตัวเมื่อประสบ ความเครียดนั้น จะมีทั้งระดับจิตสำนึกและระดับจิตใต้สำนึก การปรับตัวในระดับจิตสำนึก ได้แก่การเพิ่มความพยายามเอาชนะอุปสรรค หรือการลดระดับเป้าหมายหรือการประเมิน สถานการณ์ต่าง ๆ โดยรอบเพื่อหาแนวทางแก้ปัญหาโดยตรง ส่วนการปรับตัวในระดับจิตใต้ สำนึกนั้น เป็นทางออกอย่างหนึ่งที่ทดแทนการแก้ปัญหาโดยตรงเป็นการกระทำของจิตที่จะ บรรเทาความเคร่งเครียดลงด้วยวิธีการต่าง ๆ

#### กลวิธีป้องกันตนเอง

บุคคลเมื่อเกิดปัญหาย่อมหาแนวทางที่จะผ่อนคลายนความเครียด และหาวิธีการ ปรับตัวด้วยวิธีการต่าง ๆ ซึ่งแล้วแต่สถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเรียกว่า ขบวนการปรับตัว การปรับตัวในระดับจิตสำนึกเรียกว่ากลวิธีป้องกันตนเอง บุคคลที่รู้จักกลวิธีป้องกัน ตนเองในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้ชีวิตเป็นสุข และปรับตัวได้ดี แต่ตรงกันข้ามถ้าหาก บุคคลใช้กลวิธีป้องกันตนเองในการปรับตัวบ่อยเกินไปก็จะก่อให้เกิดปัญหาการปรับตัวที่จะ เป็นผลเสียต่อตนเอง

## ประเภทกลวิธีอันป้องกันตัวที่สำคัญ

### มีดังนี้

1. การปรับตัวแบบสู้ (Attack) แสดงออกมาด้วยการพยายามเอาชนะ  
 อุปสรรค จะพบมากในวัยรุ่นเพราะเป็นช่วงที่ต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับโดยจะแสดงออก  
 ทุกวิถีทาง เพื่อต่อสู้กับอุปสรรคที่ขัดขวาง เป็นลักษณะของการก้าวร้าว ทั้งทางกาย  
 (Physical aggression) ได้แก่ การชกทะเลาะ ชกต่อย อาละวาด ลักขโมย เป็นการ  
 แสดงออกโดยเป็นผลมาจากความเครียด ความกดดันรุนแรงที่ได้รับมานาน เช่น ถูกทอดทิ้ง  
 จากครอบครัว มีเมตตายน้อยไม่สมหวังในสิ่งที่คิด และการก้าวร้าวทางวาจา (Verbal  
 aggression) ได้แก่ การตำหนิตูดยุยาคาย นินทาว่าร้าย มีสาเหตุเช่นเดียวกับการ  
 ก้าวร้าวทางกาย
2. พิจารณาของเป้าหมายใหม่ เป็นการรวมชอบแก้ความเครียดด้วยการไม่  
 หักโทษ และไม่หนีปัญหา ได้แก่
  - 2.1. การทดแทน (Compensation) เป็นการตั้งความมุ่งหมายใหม่  
 มาแทนความมุ่งหมายเดิม
  - 2.2. การทดเทิด (Sublimation) เป็นการทดแทนพฤติกรรมอาจไม่  
 เป็นที่ยอมรับ
  - 2.3. การเลียนแบบ (Identification) คือ การเลียนแบบบุคคลที่น่านิยม
3. การบิดเบือนความจริง เป็นการแก้ความเครียดด้วยการแสวงหา อารมณ์ความ  
 ต้องการของตนโดยการ
  - 3.1. หาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Rationalization)
  - 3.2. การกล่าวโทษผู้อื่น (Projection)
  - 3.3. บิดเบือนความจริง โดยการลดคุณค่าสิ่งที่ตนต้องการ หรือ พฤติกรรม  
 อ่อนเปรี้ยว (Sourgrape)
  - 3.4. บิดเบือนความจริงโดยการเพิ่มคุณค่าสิ่งที่ตนเห็นว่าเป็นข้อบกพร่องของ  
 ตนหรือพฤติกรรมมะนาวหวาน (Sweet lemon)

3.5. การทำสิ่งดีเพื่อชดเชยการทำเลวของตนเอง (Segregation)

3.6. การลดความกังวลใจ โดยการเปลี่ยนเป้าหมายจากสิ่งกังวลเป็น  
สิ่งอื่นแทน (Displacement)

4. การถดถอยความจริง เมื่อเกิดปัญหาที่พยายามหาทางหนีโดยการแสดงดังนี้  
คือ

1. พฤติกรรมย้อนหลัง (Regression)

2. การเพ้อฝัน (Fantasy)

ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

กอร์โลว์ (Gorlow. 1968 : 75 - 76) ได้กล่าวถึงบุคคลที่ปรับตัวได้ดีไว้ว่า  
บุคคลที่ปรับตัวดีจะเป็นบุคคลที่มีลักษณะดังนี้ คือ

1. รักษาบูรณาการแห่งบุคลิกภาพไว้ได้ (Maintaining an integrated  
personality) ซึ่งเกี่ยวข้องกับ การประสานสัมพันธ์กันระหว่างความต้องการของบุคคลและ  
พฤติกรรมที่จะ ไปสู่จุดมุ่งหมายนั้น โดยการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างราบรื่น

2. ปฏิบัติตามความต้องการของสังคม (Conforming to social demands)  
หมายถึง การปฏิบัติตนให้กลมกลืนกับมาตรฐานที่สังคมวางไว้ด้วยความรับผิดชอบของตนเอง

3. ปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง (Adaption to reality condition)  
หมายถึง ความสามารถในการที่จะเผชิญกับความยากลำบาก เพื่อที่จะนำตนเองไปสู่  
จุดมุ่งหมายที่วางไว้

4. มีความมั่นคง (Maintaining consistency) สามารถทำนายพฤติกรรม  
และมีความหวังว่าจะปรับตัวได้

5. มีวุฒิภาวะสมกับวัย (Maturing with age) วุฒิภาวะและพัฒนาการของบุคคล  
กับกระบวนการปรับตัวจะเจริญเติบโตไปพร้อม ๆ กัน

6. รักษาอารมณ์ให้อยู่ในภาวะปกติเสมอ (Maintaining and optimal  
emotional tone) ผู้ที่ปรับตัวได้ดีต้องไม่เป็นผู้ที่ใจดี หรือสลดหดหู่จนเกินไปในการกระทำ  
ของตน

7. มองสังคมในทัศนะที่ดีและช่วยเหลือสังคมให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น

(Contributing optimally to society through an increasing efficiency)

พฤติกรรมที่แสดงถึงการปรับตัวได้ดีนั้นจะต้องไม่เพียงแต่ยึดจุดมุ่งหมายของตนเป็นศูนย์กลางแต่ควรคำนึงถึงสังคมด้วย

นอกจากนี้ รัตนา ยัญทิพย์ (2522 : 32 - 33 ) ได้กล่าวว่า การปรับตัวได้ดีนั้นมีการแสดงออกดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง มีความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่มีมด้อย ไม่เกรงกลัวตาแห่งหรือความยิ่งใหญ่ ไม่ก้าวร้าว ขณะเดียวกันก็ยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้ที่เหนือกว่าตน
2. ยอมรับสภาพความจริง มีความกล้าที่จะเผชิญกับชีวิตแม้ว่าจะมีเหตุร้ายบางขณะก็ไม่ท้อแท้ กล้าที่จะต่อสู้เต็มกำลังความสามารถ
3. มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น เป็นผู้ที่มองบุคคลอื่นในแง่ที่ดี ปราศจากอคติใด ๆ
4. ไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม หมายความว่า ไม่เป็นผู้ที่มีแต่ความเบียดเบียนไม่มีการทะเลาะวิวาทบ่อย ๆ และไม่ยุติธรรมต่อบุคคลอื่น
5. ไม่เป็นผู้ที่มีความประพฤติด้อยหน่า เป็นบุคคลที่สามารถนำเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้วมาช่วยให้เป็นประโยชน์ ไม่เป็นคนเก็บตัว
6. สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี มีใจกว้างพอที่จะรับฟังความคิดเห็น และข้อโต้แย้งของผู้อื่น
7. ปราศจากนิสัยทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ
8. มีความเข้าใจและยอมรับสภาพของตนเอง รู้จุดเด่นและบด้อยของตนเอง
9. ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม นั่นคือ ทำตนให้สอดคล้องกับมาตรฐานของสังคม
10. มีความรู้สึกเป็นอิสระ รู้สึกว่าตนไม่ถูกบังคับ

มณูญ ตนะวัฒนา (2526 : 141 - 143) ยังได้กล่าวถึงลักษณะของคนที่ปรับตัวได้ดีไว้ดังนี้

1. มีความรู้เกี่ยวกับตัวเอง (Self- knowledge) ผู้ที่ปรับตัวได้ดี คือ ผู้ที่รู้ถึงพลังจิตใจ แรงจูงใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถ และอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง นั่นคือ จะต้องเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับตัวเองได้หมด ทั้งพฤติกรรม และความรู้สึกของตัวเอง
2. ความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีค่า (Self - esteem) ประกอบด้วยรู้สึกที่ดีต่อตัวเองและความสามารถที่จะทำหน้าที่ให้แก่สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น (Feeling of security) คนที่ปรับตัวได้ดีที่มีความรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับว่า เป็นส่วนหนึ่งของสังคมและที่สำคัญที่สุด คือ มีอิสระงานการแสดง ออกต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน
4. ความสามารถในการรับและให้ความรัก (Ability to accept and give affection) การปรับตัว หมายถึง ความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ นั่นคือ สามารถส่งผ่านรู้ถึงความรู้สึกของคนอื่น ๆ และรักษาความสัมพันธ์ที่มีทั้งการให้การรับไว้ได้
5. ความพอใจต่อความปรารถนาทางกาย (Satisfaction of bodily desires) คนที่ปรับตัวได้ดีจะมีทัศนคติต่อการทำงานของร่างกายของตนอย่างสมบูรณ์ ไม่หมกมุ่นครุ่นคิดวิตกกังวล
6. ความสามารถที่จะเป็นผู้ผลิตและมีความสุข (Ability to be productive and happy) สามารถใช้ความสามารถต่าง ๆ ในการทำงานหรือความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ได้อย่างดี และกว้างขวาง มีความสนุกและความกระตือรือร้น
7. ปราศจากความตึงเครียดและความรู้ที่เกินขีด (Absence oftension and happysensitivity) คนที่ปรับตัวไม่ได้จะมีความทุกข์ ที่เกิดจากความวิตกกังวลและความตึงเครียดซึ่งมีผลสะท้อนทำให้เกิดอาการอื่น ๆ ตามมาเกี่ยวกับลักษณะของวัยรุ่นที่มีการปรับตัวดี มีสุขภาพจิตดี นิภา นิธยานน (2530 : 155 - 157) กล่าวไว้สรุปได้ดังนี้
  1. มีความเชื่อมั่นและความรู้สึกมั่นคง มีความภูมิใจในตนเอง
  2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร มีลักษณะนิสัยนำคนมีเมตตากรุณา



3. รู้สึกตระหนักรู้คุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ
4. พร้อมที่จะรับประสบการณ์ใหม่ ๆ และสนใจเข้ากิจกรรมรอบตัว
5. รู้จักรักษาสุขภาพอนามัยสม่ำเสมอ
6. มีความกล้าที่จะเผชิญกับความจริงในชีวิต
7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่ทอดถอนใจหวาดหวั่น พร้อมจะแก้ปัญหา และอุปสรรคที่เกิดขึ้น อย่างเต็มความสามารถ
8. มีความสามารถปรับตัวได้ดี
9. ไม่มีอารมณ์เกลียดเคียดแค้น รู้จักยับยั้งและควบคุมอารมณ์ได้ดี
10. ไม่เคร่งเครียดหรือวิตกกังวลจนเกินเหตุ ปราศจากนิสัยทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ

\* จากลักษณะบุคคลที่ปรับตัวได้ดีที่กล่าวมาข้างต้นพอสรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่สามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น ยอมรับสภาพความเป็นจริงของชีวิตได้มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นปฏิบัติตน ให้เป็นไปตามมาตรฐานของสังคมและสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้ด้วยความสงบสุข

#### ลักษณะการปรับตัวไม่ดี

โรเจอร์ส (Rogers. 1962 : 360 - 361) ได้แบ่งลักษณะของเด็กที่ปรับตัวไม่ดีไว้ 3 พวก คือ

1. พวกที่ไม่ค่อยยินดีที่จะร่วมอยู่ในกลุ่ม เช่น เด็กที่มีวุฒิภาวะเร็ว กิจกรรมของเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน ไม่ค่อยเป็นที่สนใจหรือมีความหมายต่อบุคคลเหล่านี้มัก บางคนมีความรู้สึกแค้นและมักจะกล่าวความตรงไปตรงมาของเพื่อน ๆ จึงทำให้ต้องหลีกเลี่ยงไปเสีย บางคนมีความรู้สึกที่ว่า ตนได้รับความชิงชังจากเพื่อน ๆ เมื่อตอนเป็นเด็กก็ไม่รู้ว่าจะหาตัวให้เข้ากับเพื่อนฝูงได้อย่างไร และมักจะชดเชยความเบส่าเปลี่ยวโดยหันไปชื่นชมกับสิ่งที่ตนเองกระทำ

เด็กเหล่านี้ไม่มีความสุขในสภาพแวดล้อมของตัวเอง มีความทุกข์ใจในการขาดความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2. พวกที่สังคมเมินเฉย พวกนี้จะขาดแรงกระตุ้นที่จะเข้าให้มีส่วนร่วมในกลุ่มการสังคมอาจเพิ่มขึ้นถ้าได้ทำงานร่วมกันกลุ่มเล็ก ๆ ให้มีตำแหน่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ในการรับผิดชอบงานและทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ค่อย ๆ เพิ่มทักษะทางสังคมจนเพียงพอที่จะเข้ากับสภาพการณ์ได้

3. พวกที่สังคมชิงชัง พวกนี้ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มแต่ก็ถูกขัดขวางไม่ทราบวิธีที่จะเกี่ยวข้องกับผู้อื่นเพราะขาดคุณสมบัติที่จำเป็น หรือขาดทักษะในทางสังคมที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ

นอกจากนี้ วรรณภา บุรณโชติ (2518 : 49 - 53) ได้ศึกษาเด็กที่มีการปรับตัวไม่ดีพบว่า มักจะเป็นเด็กที่มีความขัดแย้งทางอารมณ์ ปัญหาการปรับตัวจะเกิดขึ้น ซึ่งจะมีลักษณะที่แสดงว่า ปรับตัวไม่ดีดังนี้

1. เรียนไม่ดี ซึ่งไม่เกี่ยวกับสาเหตุทางร่างกายหรือสติปัญญาของเด็ก
2. ขาดเรียนหรือมาสายประจำ ซึ่งไม่เกี่ยวกับการเจ็บป่วย
3. ก่อความสงบภายนอกและภายในห้องเรียนเป็นประจำ
4. แสดงอาการเศร้าซึมและไม่มีความสุขอยู่เสมอ
5. ไม่สามารถทำงานร่วมกับพวกเพื่อน ๆ ง่ายด้วยกัน
6. แสดงอาการกระวนกระวาย ก้าวและมีอารมณ์ตึงเครียดจนเกินไป
7. แสดงให้เห็นว่าชอบทำงานและเล่นลำพังอยู่คนเดียว
8. หลีกเสี่ยงและหลบหน้าคนอื่นอยู่เสมอ
9. ใจลอยขาดสมาธิในการเรียน
10. มักทำลายสิ่งของ สมบัติของผู้อื่น
11. มักพูดโกหกและอวดอ้างคุยโว
12. ชอบลักขโมยอยู่เสมอ ๆ
13. แสดงอารมณ์โกรธต่อคำพูดและคำวิจารณ์ของคนอื่นมากเกินไป
14. เกร็งครัดกับระเบียบจนเกินไปและไม่ยอมให้มีการเปลี่ยนแปลง

15. แสดงอาการไม่รู้จักโต และไม่มีความรับผิดชอบในการทำงานร่วมกับคนอื่น
16. แสดงความรู้สึกว่าตนเองมีปัญหามากและขาดความเชื่อมั่นในตนเอง
17. พยายามชิงดีชิงเด่น เพื่อจะเอาชนะคนอื่นมากเกินไป
18. แสดงอารมณ์กลัวและรังเกียจสิ่งของสกปรกจนเกินไป
19. ชอบคบหาสมาคมกับเด็กที่เล็กกว่าเท่านั้น
20. แสดงอาการอิจฉาริษยาคนอื่นอยู่เสมอ ๆ
21. แสดงอารมณ์ร้ายแรง เอะอะฮือที่กอดอยู่เสมอ
22. ท้าการชกต่อย กลั่นเกล้างหรือข่มขู่เด็กอื่น ๆ
23. ปั่นถึงเรื่องปวดหัว ปวดท้องและอื่น ๆ อยู่เสมอ
24. ไม่สามารถแสดงความสนุกร่วมกับบุคคลอื่น
25. เบื่อง่ายและง่วงเหงาหาวนอนเป็นประจำ
26. ปั่นอยู่เสมอว่าไม่ชอบโรงเรียน
27. พยายามเอาใจคนอื่นจนเกินไป
28. แสดงอาการตื่นนอนอยู่เสมอ
29. แสดงพฤติกรรมที่ผิดปกติอยู่เสมอ ๆ
30. มักพูดและใช้ภาษาหยาบคายเสมอ

ซึ่งเด็กธรรมดาโดยทั่วไป บางครั้งก็มีพฤติกรรมบางอย่างเหมือนดังที่กล่าวมาแล้วก็ตามแต่เด็กที่มีการปรับตัวไม่ดีนั้น มักจะแสดงพฤติกรรมเหล่านี้มากและบ่อยกว่าธรรมดา  
 ราชศรี ธรรมนิยม (ม.ป.ป. : 185) ได้กล่าวถึงบุคลิภาพที่แสดงออกของเด็กที่ปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ว่า อาจมีได้ 2 ลักษณะ คือ

1. ก้าวร้าว คุยโว ใช้อวดเกี่ยวกับความสามารถของตน
2. ถอยหนี เก็บตัว เสียใจดัง ไม่พูด ไม่สังคมกับใคร

ลักษณะอื่น ๆ โดยทั่วไป คือ การไม่ได้รับความนิยมจากเพื่อน จากครู เวลาทำงาน  
 งานบางคนมักชอบเบียดเบียนผู้อื่น ทั้ง ๆ ที่ตนเองไม่มีความสามารถช่วยทำงานกลุ่มดำเนินงานได้  
 อย่างดี

จากลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดีดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวไม่ดีเป็นบุคคลที่ไม่ให้ความร่วมมือกับกลุ่ม เข้ากลุ่มเพื่อนไม่ได้ทำงานร่วมกับกลุ่มเพื่อนไม่ได้ ควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่ได้มีอารมณ์รุนแรง ไม่เข้าใจผู้อื่น ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้เป็นพวกชอบใช้อวดหรือไม่ก็ไม่ชอบกับบุคคลอื่น ขาดทักษะในการที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นด้วยความสุขได้ ความสุขได้

#### องค์ประกอบที่เกี่ยวกับการปรับตัว

#### ผลงานการวิจัยต่างประเทศ

เฮอร์ลอค (Hurlock. 1949 : 260 - 261) ได้สรุปไว้ว่า ถ้าเด็กมีการปรับตัวดีจะมีลักษณะการปรับสภาพของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ มีความเป็นประชาธิปไตย มีวิธีสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี และสนใจเพื่อน

แซนเดอร์สัน (Sandersen. 1954 : 290) ได้จำแนกปัญหาของนักเรียนที่ผู้ให้คำปรึกษาแนะแนวในแคลิฟอร์เนียสกูล (California School) ได้เปิดเผยออกมา โดยจัดอันดับปัญหาของนักเรียน ตามความมากน้อย คือปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับการเรียน ปัญหาเกี่ยวกับอนาคตด้านการศึกษา ปัญหาเกี่ยวกับอาชีพและการหางานปัญหาเกี่ยวกับหลักสูตรและการสอน

สเตรง (Strang. 1956 : 14 - 15) ศึกษานิสัยระหว่างกลุ่มที่ปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ดีและกลุ่มที่ประสบความล้มเหลว ในการปรับตัว กลุ่มนิสัยกลุ่มละ 26 คน พบว่า กลุ่มที่เข้าสังคมได้ดีจะมีอารมณ์ดีขึ้น มีความรู้สึกอบอุ่น เข้าใจผู้อื่น รู้จักแก้ไขสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ ปรับตัวเหมาะกับสิ่งแวดล้อม

นิเคลลี (Nikeelly. 1966 : 122) กล่าวว่าจากประสบการณ์การให้บริการด้านสุขภาพจิตในวิทยาลัย พบว่ามีอาการใหญ่ ๆ 3 ประการที่ทำให้นักเรียนปรับตัวไม่ได้คือ ความวิตกกังวล ความเศร้า และอาการที่เนื่องมาจากจิตใจ ซึ่งความเครียดนี้เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่นักเรียนไม่สามารถแก้ไขได้ จึงทำให้เกิดอาการทางจิตขึ้นมา ซึ่งสอดคล้องกับริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 270) กล่าวว่าคนเมื่อมีความคับข้องใจ ความขัดแย้งเนื่องจากบุคคล

ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ก็จะมีผลทำให้เกิดความเครียดทางอารมณ์ และ  
 วนที่สุดจะทำให้สุขภาพจิตเสื่อมได้

คาเพลน (Kaplan. 1959 : 56) ได้กล่าวว่า จากการศึกษาสุขภาพจิตของเด็ก  
 ไฮสคูลจำนวน 810 คน ในแมริแลนด์ โดย Prince Geonte country mental Healty  
 Clinic) พบว่า พวกที่ปรับตัวได้ดี คือพวกที่มีความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีเหตุผลดีเหมาะ  
 สมกับอายุ มีประมาณ 69.6 เปอร์เซนต์ ส่วนพวกที่ปรับตัวไม่ได้ปานกลาง คือพวกที่ไม่มี  
 ความสุขเท่าที่ควร มีความยุ่งยากในการที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่น และต่อสู้บางอย่างมีประมาณ  
 24.2 เปอร์เซนต์ และพวกที่ปรับตัวไม่ได้อย่างรุนแรง คือพวกที่มีปัญหาการปรับตัวอย่างรุนแรง  
 และต้องการความช่วยเหลือ มีประมาณ 18 เปอร์เซนต์

#### เอกสารและงานวิจัยในประเทศ

สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 22 - 25) กล่าวว่า ปัญหาสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่น  
 ที่พบบ่อย คือ ปัญหาทางเพศ โรคจิต โรคประสาท ทั้งนี้ เนื่องจากเด็กวัยรุ่นมีความวิตก  
 กังวลสูง และมีปัญหาหลายอย่างที่ต้องเผชิญ อาการต่าง ๆ ที่แสดงออกมา เป็นเครื่องบ่งชี้ให้  
 รู้ว่า เด็กไม่สามารถปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้ และสาเหตุความผิดปกติที่สำคัญ ๆ อาจเนื่อง  
 มาจากความบกพร่องในตัวเด็กเอง ทั้งทางร่างกายและจิตใจ หรือมาจากความสัมพันธ์และ  
 ทำที่ในการอบรมเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสมของพ่อแม่เด็ก รวมทั้งทำที่ของครูที่มีต่อเด็ก และสภาพ  
 แวดล้อมที่โรงเรียนด้วย

ดวงมัลย์ เริงสารานู (2519 : 97 - 117) ศึกษาความสนใจของเด็กวัยรุ่นต่อ  
 ปัญหาสุขภาพจิต ศึกษากับเด็กนักเรียนในโรงเรียนมัธยมสาธิตจุฬาลงกรณ์ ระดับ ม.ศ.1 - 3  
 อายุตั้งแต่ 12 - 17 ปี โดยรวบรวมข้อมูลจากข้อคำถามทั้งหมดของนักเรียน และแยกคำถาม  
 ซึ่งเกี่ยวข้องกับปัญหาทางสุขภาพจิตออกเป็น 5 หัวข้อ คือ

1. ปัญหาการเรียนและความรู้ทั่วไป
2. ปัญหาภายในครอบครัว

3. ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศ
4. ปัญหาเรื่องการปรับตัว
5. ปัญหาเกี่ยวกับความเชื่อ-ศรัทธา

ซึ่งพบว่าปัญหาที่นักเรียนพบมากที่สุด คือ ปัญหาด้านการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม แสดงว่า สาเหตุสำคัญอย่างหนึ่งที่มีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กคือ โครงสร้างของครอบครัว พ่อแม่ที่เข้มงวดดองกัน พ่อแม่ที่ไม่เข้าใจลูก พี่น้องที่คอยเบียดเบียนแข่งขันกันขาดการสื่อสารสัมพันธ์ทางวาจา ทำให้บางครั้งปัญหาที่เด็กมีความอยากรู้อยากเห็นต้องถูกเก็บกดเพราะไม่กล้า ไข่มแนใจ นอกจากนี้พบว่า เด็กทุกระดับชั้นมีความอยากรู้อยากเห็นถึงปัญหาเรื่องการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและมองดูพฤติกรรมต่าง ๆ ของเพื่อนว่า เป็นปัญหาหรือไม่ อยากรู้อะไรมีเบอร์เซ็นต์สูงกว่าด้านอื่น ๆ

ศรีธรรม ธนะภูมิ (2520 : 12 - 21) ได้ศึกษาปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาที่มารับบริการจากศูนย์สุขภาพจิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 83 คน เป็นชาย 66 คนและหญิง 17 คน พบว่า ปัญหาด้านจิตใจส่วนใหญ่มักจะมีอาการทางร่างกาย เช่น ที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พบสูงสุดร้อยละ 31.35 ส่วนมหาวิทยาลัยมหิดล อาการทำเป็นอาการด้านจิตใจ ร้อยละ 47.62 และสิ่งที่นักศึกษาต้องการมากที่สุดคือความช่วยเหลือจากอาจารย์ประจำคณะ อาจารย์ที่ปรึกษาและจิตแพทย์

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 65 - 67) ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน พบว่า นักเรียนมีปัญหาในด้านการปรับตัวกับบรรยากาศด้านการเรียนการสอน เพื่อน สภาพภายในครอบครัว และกับครูอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัญหาด้านการปรับตัวกับเพื่อนและครูมาก

วรพุดิ จรัสตระกูล (2514 : 46 - 47) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3,4,5 สายสามัญศึกษา และสายอาชีวศึกษา พบว่า ปัญหาทั่ว ๆ ไปของ

นักเรียนทั้งสองสายประสบมากที่สุดคือ การปรับตัวให้เข้ากับงานของโรงเรียน ปัญหา รองลงมา คือ ปัญหาสุขภาพ และปัญหากิจกรรมทางสังคม

จรรยา สุวรรณสิทธิ์ (2523 : 36 - 38) ได้แบ่งปัญหาส่วนตัวของเด็กวัยรุ่น คือ ปัญหาเกี่ยวกับร่างกาย ได้แก่ ปัญหาเกี่ยวกับน้ำหนัก ส่วนสูง ใบหน้า และส่วนอื่น ๆ ปัญหาที่เกิดจากที่บ้าน ได้แก่ พ่อแม่บังคับ พ่อแม่ไม่ลงรอยกัน สภาพครอบครัวไม่สงบสุข พี่น้องแข่งขันกัน ใช้งานเด็กมากเกินไป การโต้แย้งระหว่างพ่อแม่ และปัญหาที่เกิดจากโรงเรียน ได้แก่ ขาดการยอมรับจากเพื่อนฝูง เปลี่ยนโรงเรียนบ่อย ๆ ครูลาเอียง มีทัศนคติไม่ดีต่อครู ต่อชั้นวินัยที่เคร่งเครียดของครู ของโรงเรียนและการแข่งขันกันระหว่างนักเรียน

#### ผลงานวิจัยที่เกี่ยวกับสภาพปัญหาการปรับตัวกับเพศ

เด็กวัยรุ่นที่เป็นวัยที่เป็นช่วงคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยรุ่น ในด้านของอารมณ์ และสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมวัย ร่วมเพศ ต่างวัย ต่างเพศ จึงแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เด่นชัด ต่างจากวัยอื่น ดังนั้นตัวแปรเพศเพศจึงนับว่ามีความสำคัญมากในการศึกษาค้นคว้าแมนกัส และวูดเวอร์ด์ (Oberteuffer. 1954 : 292 ; citing Mangus and Woodward. 1949 : 154) ศึกษาเรื่องธรรมชาติของจิตใจและภาวะทางอารมณ์ของเด็กจำนวน 805 คน โดยใช้ California Mental Health analysis แสดงให้เห็นว่า เด็กชายมีความแตกต่างจากเด็กหญิงในด้าน

ความคงที่ของอารมณ์ และเด็กชายในชนบทก็มีความแตกต่างเด็กชายในเมืองอย่างชัดเจนในเรื่องความรู้สึกเกี่ยวกับความมั่นคง และความอบอุ่นด้านส่วนตัว และความคงที่ของอารมณ์ คาเพลน (Kaplan. 1959 : 293) สรุปได้ว่า เด็กหญิงมีปัญหาความคับข้องใจและการปรับตัวมากกว่าชาย เนื่องจากเด็กหญิงได้รับการปกป้องมาก แต่มีอิสระน้อยกว่าเด็กชาย ต้องทำตามความต้องการของพ่อแม่อย่างใกล้ชิดจึงทำให้เกิดความคับข้องใจ และแสดงออกมาในด้านปัญหาการปรับตัวไม่ได้

ฟาร์แรก (นิภา พงศ์วิรัตน์. 2520 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Farrag. 1960 : 1173) ได้ทำการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนักเรียนอียิปต์กับปัญหาของนักเรียน

อเมริกัน ในระดับเกรด 10,11,12 แล้วแปลเป็นปัญหาชุดเดียวกันเป็นภาษาอาหรับ สำหรับนักเรียนระดับเดียวกันในอียิปต์

ผลคือ นักเรียนอเมริกันมีปัญหาน้อยกว่าอียิปต์ และนักเรียนหญิงอียิปต์มีปัญหามากกว่านักเรียนชายในอียิปต์

แคคคาร์ (Kakkar. 1968 : 706) ศึกษาการปรับตัวกับการยอมรับตนเองระหว่างเด็กหญิงกับเด็กชาย พบว่าเด็กหญิงมีการปรับตัวและการยอมรับตนเองดีกว่าเด็กผู้ชาย

สำหรับการศึกษาวิจัยภายในประเทศที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอิทธิพลของเพศต่อปัญหาของนักเรียนนั้น

\* ไพบูลย์ อินทวิชา (2511 : 181 - 183) ได้ศึกษาวิจัยถึงความต้องการ และปัญหาการปรับตัวของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมสาธิตวิทยาลัยวิชาการศึกษาประสาธมิตร ปีการศึกษา 2510 จำนวน 490 คน แบ่งเป็นชาย 250 คน หญิง 240 คน จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า นักเรียนชายและหญิงประสบปัญหาด้านการปรับตัวพอ ๆ กัน แต่นักเรียนชายมีปัญหาการเรียนมากกว่านักเรียนหญิง ส่วนนักเรียนหญิงมีปัญหาทางการคบเพื่อนมากกว่านักเรียนชาย

\* สรุปผลการวิจัย ปรากฏว่า เด็กหญิงและชายมีปัญหาแตกต่างกัน ในด้านต่าง ๆ โดยที่นักเรียนชายมีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนการสอนมากกว่านักเรียนหญิง ส่วนนักเรียนหญิงมีปัญหาทางการคบเพื่อนมากกว่านักเรียนชาย ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้หยิบยกความแตกต่างเรื่องเพศมาศึกษา

ผลงานวิจัยเกี่ยวกับสภาพปัญหาการปรับตัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

กิลล์ (Gill. 1962 : 144 - 149) ศึกษาพบว่าเด็กที่เรียนดี มีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่าเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และเด็กที่เรียนที่สามารถแก้ปัญหาด้านการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มีผลการเรียนต่ำซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของกรอนสันด์ (Gronlund. 1959 : 176) พบว่า นักเรียนที่ประสบปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสภาพสิ่งแวดล้อม มีปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความขัดแย้งในกลุ่มเป็นเหตุให้การ



เรียนไม่มีประสิทธิภาพ เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ และไม่มีความสุข มีนักเรียนจำนวนหนึ่งที่ต้องออกจากโรงเรียนก่อนสำเร็จอันเนื่องมาจากการปรับตัวให้เข้ากับสังคมไม่ได้

ริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 131) กล่าวว่า เด็กที่ประสบความสำเร็จในโรงเรียน มีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง ช่วยตัวเองได้เมื่อเผชิญกับภาวะความตึงเครียด และในที่สุดสามารถปรับตัวได้ และมีสุขภาพจิตดี ส่วนคนที่ไม่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำสุขภาพจิตไม่ดี ดังที่ ดีเซนา (Desena. 1964 : 145 - 149) ศึกษาเกี่ยวกับนิสิตปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยเพนซิลวาเนีย จำนวน 1,061 คน ปรากฏว่า นิสิตที่มีผลการเรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัวได้ดี และรวดเร็วกว่านิสิตที่เรียนได้ปานกลาง และต่ำอย่างเห็นได้ชัด

โอนาดา (Onoda. 1975 : 7726 - A) ได้ศึกษาพบว่า เด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง จะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบควบคุมตัวเองได้ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครู ส่วนคนที่ไม่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำเป็นคนขี้เกียจ มีความสัมพันธ์กับคนอื่นไม่ดี มีความสับสนวุ่นวาย

สำหรับในประเทศไทยนั้น วัฒนา พุ่มเล็ก (2513 : 97) ได้ศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนโดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะมีปัญหาเรื่องการเงินปัญหาครอบครัว การวางแผนอนาคต การคบเพื่อนและเพื่อนต่างเพศมากกว่าพวกที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คมเพชร จิตรศุภกุล (2515 : 90) ได้ทำการศึกษาองค์ประกอบทางด้านเศรษฐกิจ การปรับตัว และกิจกรรมในวิทยาลัยครูของนักศึกษาชั้นปีที่สอง ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำโดยใช้กลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาวิทยาลัยครูในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ การวิจัยปรากฏว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจะมีปัญหาต่อนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

✦ จากคำกล่าวของงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ พอจะสรุปได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีผลต่อการปรับตัวของนักเรียน ผู้วิจัยจึงได้หยิบยกผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมาศึกษาในครั้งนี้

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวกับสภาพปัญหาการปรับตัวกับฐานะทางเศรษฐกิจ

สปริงเกอร์ (พวงสร้อย วรกุล. 2522 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Springer. 1938 : 321 - 328) ศึกษาพบว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ของเด็ก มีความสัมพันธ์อย่างมาก กับฐานะความเป็นอยู่ของครอบครัว กล่าวคือ เด็กที่มาจากบ้านที่ยากจนมีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ จะเป็นคนที่ปรับตัวไม่ดีและมีอารมณ์ไม่มั่นคง มีปริมาณมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงและสังคมระดับปานกลาง

การ์ริสัน และคนอื่น ๆ (Garrison and others. 1964 : 403 - 407) ได้ศึกษาถึงองค์ประกอบอันมีผลต่อผลการเรียนของนักเรียน พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อการเรียนของนักเรียนมาก เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำย่อมขาดประสบการณ์ต่าง ๆ ในอันที่จะส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้อาจทำให้เด็กเกิดปัญหาอันเป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้ ผลจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะเห็นได้ว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีอิทธิพลต่อปัญหาด้านต่าง ๆ ของเด็กมาก

สำหรับการวิจัยภายในประเทศนั้น ทิพวรรณ จันทรพิบูลย์ (2510 : 54 - 56) ได้ศึกษาถึงปัญหาที่เป็นอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนรัฐบาลจังหวัดจันทบุรี จำนวน 129 คน ผลการศึกษาปรากฏว่าปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนนั้นได้แก่สภาพแวดล้อมทางบ้าน ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในบ้าน และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและพบว่าฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่แตกต่างกันทำให้อิทธิพลของปัญหาที่เด็กประสบแตกต่างกันด้วย

นอกจากนี้โสภา ชูพิกุลชัย และคนอื่น ๆ (2513 : 108) กล่าวว่า สาเหตุที่ฐานะทางเศรษฐกิจมีส่วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตนี้ อาจเป็นเพราะฐานะทางเศรษฐกิจที่ย่อมหมายถึง การมีความรู้สึกมั่นคงในตัวเอง จึงทำให้ความกดดันมีน้อย บุคคลไม่ต้องทนทุกข์อยู่กับภาวะ เศรษฐกิจหรือมีข้อขัดแย้งอยู่ในใจมากมายนัก

จากผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศเกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว มีผลต่อการปรับตัวของนักเรียน นักเรียนที่มีฐานะ เศรษฐกิจต่างกันจะมีสภาพปัญหาด้านการปรับตัวต่างกัน จากผลสรุปดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้หยิบยกฐานะทาง เศรษฐกิจมาศึกษาในครั้งนี้



ผลงานวิจัยที่เกี่ยวกับสภาพปัญหาการปรับตัวในด้านที่เกี่ยวกับการเรียนการสอน

โอเบอร์ทัพเพอร์ (Oberteuffer. 1954 : 296 - 297) กล่าวว่าอิทธิพลของชั้นเรียนก็เป็นสิ่งแวดล้อมอย่างหนึ่งทีนอกเหนือจากบ้าน โรงเรียน และเพื่อนที่จะมีผลต่อสุขภาพจิตของเด็ก และมีส่วนช่วยให้เด็กปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี เช่น บรรยากาศของโรงเรียนและห้องเรียน งานด้านการเรียนการสอนส่วนใหญ่เกิดขึ้นในโรงเรียน ดังนั้นจึงควรคำนึงถึงบรรยากาศของชั้นเรียนและกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนจะมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตมาก เช่น นักเรียนระดับใดก็ต้องจัดบรรยากาศของกิจกรรมให้เหมาะสมกับชั้นนั้น ๆ เพราะงานแต่ละอย่างย่อมมีความเหมาะสมแตกต่างกัน และมีความหมายแตกต่างกันสำหรับนักเรียนแต่ละคน

มูลี (Mouly. 1965 : 478) ได้กล่าวว่า องค์ประกอบอื่น ๆ ในชั้นเรียนที่มีผลต่อการปรับตัวและสุขภาพจิตเช่น หลักสูตร ระเบียบวินัย อาหารของครูและนักเรียน การสอน ฯลฯ และสเตรง (Strang. 1956 : 248) กล่าวถึงปัญหาด้านการเรียนของเด็กวัยรุ่นในเรื่องพลัง และประเภทของปัญหาด้านวิชาการว่า เด็กแสดงความกลัวและไม่สบายใจออกมาในเรื่องการสอบการพูดหน้าชั้น การประสบความสำเร็จในการเล่นการเรียน เด็กมีความวิตกกังวลในเรื่องสอบได้คะแนนน้อยกว่าเพื่อน นอกจากนี้ยังประสบปัญหาด้านขาดความสนใจบางวิชา ต้องเรียนวิชาที่ตนไม่ชอบ ห้องเรียน ตาราไม่กระตุ้นให้เกิดการอยากเรียน การสอนไม่ดี มีเสีรภาพน้อยเกินไป ในห้องเรียนหุนววย เวลาที่ใช้ในการอภิปรายในห้องเรียนไม่เพียงพอและตระหนักในความสัมพันธ์

นัตต์ (Nutt. 1972 : 650 A) ได้ศึกษาปัญหาวัยรุ่น โดยการศึกษาวิเคราะห์จากบันทึกของครูและนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาวัยรุ่น จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 7 ปีที่ 12 จำนวน 607 คน ครู 33 คน จากโรงเรียนมัธยมเวลด์ เซนทรัล (Weld Central Junior-Senior High School) รัฐโคโรลาโด ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนประสบปัญหาต่าง ๆ เช่น ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับงานของโรงเรียน ปัญหาความสัมพันธ์ทางจิตวิทยาสังคมและได้ศึกษาเพิ่มเติมและพบว่า ระดับชั้นเรียนมีอิทธิพล

อย่างสำคัญต่อปัญหาของนักเรียน จากการศึกษาดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้นำตัวแปรระดับชั้นเรียน มาทำการศึกษาโดยตั้งสมมุติฐานว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ศึกษาระบบการศึกษาแบบกึ่งระบบโรงเรียน มีสภาพปัญหาในการปรับตัวทั้ง 3 ด้าน แตกต่างกัน

ในประเทศไทยนั้น สมทรง สุวรรณเลิศ (2514 : 1 - 4) ได้ศึกษาเด็กที่มีปัญหาทางการเรียน เด็กที่เรียนไม่ดี ผลการเรียนต่ำกว่าความสามารถในเกณฑ์เฉลี่ยหรืออันเด็กฉลาดมาก แต่เรียนไม่ดีเท่าที่ควร ทั้งนี้เนื่องจากปัญหาทางอารมณ์และความคับข้องใจ ซึ่งมีสาเหตุหลายอย่าง เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวไม่ดี พ่อแม่ไม่ลงรอยกันทำให้เด็กพลอยวิตกกังวล ขาดความสุข หรือบางทีพ่อแม่ไม่เข้าใจไม่สนใจเด็กเลยทำให้เด็กรู้สึกว่าเขาตกค้างใจ

✱ พวงสร้อย วรกุล (2522 : 80 - 83) ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัวกับบรรยากาศด้านการเรียนการสอน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนในสังกัดมัธยมศึกษา ในกรุงเทพฯ และจังหวัดสงขลาจำนวน 678 คน พบว่านักเรียนชายมีปัญหาในการเรียนการสอนมากกว่านักเรียนหญิง และนักเรียนชายมีความต้องการช่วยเหลือจากฝ่ายแนะแนวมากกว่า

✱ จากผลงานวิจัยดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้หยิบยกสภาพปัญหาการปรับตัวในด้านที่เกี่ยวกับการเรียนการสอนมาศึกษาในครั้งนี้

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาการปรับตัวในด้านที่เกี่ยวกับครู

เนื่องจากครูเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเรียนการสอนของเด็ก ได้มีผู้กล่าวไว้เกี่ยวกับปัญหาการปรับตัวของเด็กในด้านต่าง ๆ ดังเช่น

คาเพลน (Kaplan. 1959 : 340) กล่าวว่า อิทธิพลของโรงเรียนที่มีผลต่อสุขภาพจิตของเด็กนั้นขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ทางอารมณ์ระหว่างครูและนักเรียนในห้องเรียน ครูต้องมีความสัมพันธ์ที่ดี จะทำให้เด็กรู้สึกเป็นกันเอง และปรับตัวเข้ากับครูได้ ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการพัฒนาสุขภาพจิตของเด็กด้วย นอกจากนี้ครูยังต้องสร้างบรรยากาศที่ทำให้เด็กรู้สึกอบอุ่น ผ่อนคลาย พร้อมทั้งจะเรียนบทเรียน ซึ่งจะทำให้เด็กมีสติปัญญาดี และมีความมั่นคงทางอารมณ์ ดังที่

โอเบอส์ตัพเพอร์ (Oberteuffer. 1954 : 296 - 297) กล่าวว่า ครูเป็นศูนย์กลางที่สำคัญในห้องเรียนเพราะครูจะต้องสังเกตดูเด็กนักเรียนเรื่องความคืบหน้า ความสำเร็จ การขาดความรัก ความอบอุ่น และไม่สามารถเผชิญกับความจริง เมื่อเด็กมีปัญหาทางสุขภาพจิตครูจะต้องช่วยทำให้เด็กมีพัฒนาการทางสังคมและจิตใจ ให้เข้ากับเพื่อนในห้องเรียน

ยี (Yee. 1971 : 22 - 23) กล่าวว่า โรงเรียนเป็นองค์ประกอบทางสังคมอย่างหนึ่ง เมื่อเป็นองค์ประกอบทางสังคมก็เป็นระบบการปฏิสัมพันธ์ของคนในองค์การนั้น นั่นคือในโรงเรียนจะมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างครูกับนักเรียน นักเรียนกับนักเรียน นักเรียนกับตัวแทนอื่น ๆ โดยเฉพาะการปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนนั้น มีอิทธิพลมาก ถ้าปฏิสัมพันธ์ในทางบวกก็จะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และการปรับตัวที่ดี แต่ถ้ามีปฏิสัมพันธ์ในทางลบ ก็จะทำให้นักเรียนเกิดความคับข้องใจ วิตกกังวลปรับตัวไม่ได้

ในประเทศไทยนั้น พวงสร้อย วรกุล (2522 : 84 - 85) ได้ศึกษาเปรียบเทียบปัญหาในการปรับตัวของนักเรียนกับครู ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดสงขลามีสภาพปัญหาในการปรับตัวกับครูแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

✪ จากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศทำให้ผู้วิจัยได้หยิบยกสภาพปัญหาการปรับตัวในด้านที่เกี่ยวกับครูมาศึกษาในครั้งนี้

#### ผลงานวิจัยที่เกี่ยวกับสภาพการปรับตัวในด้านที่เกี่ยวกับเพื่อน

ไรอัน (Ryan. 1958 : 31) กล่าวว่า มิตรภาพในชั้นเรียนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งในสภาพการณ์ทั้งหลายที่สามารถสร้างขึ้นได้ง่าย ๆ และน่าพึงปรารถนาสำหรับผู้ที่ต้องการให้มีสุขภาพจิตดี แต่มีโรงเรียนน้อยแห่งที่มีบรรยากาศแห่งมิตรภาพซึ่งบรรยากาศนี้ไม่เพียงแต่แสดงกับทัศนคติกับครูเท่านั้น ยังแสดงให้เห็นถึงการปกครองชั้นหรือการควบคุมชั้นด้วย กล่าวคือ บรรยากาศในชั้นต้องมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันอย่างอิสระ มีการให้ความร่วมมือ และรับผิดชอบร่วมกันในกิจกรรมทุกอย่าง และรู้สึกในควมมีคุณค่าส่วนบุคคลมีน้ำใจ เป็นมิตรภาพเกิดขึ้น

กรอนสัน (Gronlund. 1959 : 232) ได้กล่าวว่า เมื่อเด็กเข้าโรงเรียนจน สู้วัยผู้ใหญ่ ประสบการณ์เข้าสังคมย่อมกว้างขวางออกไปตามลำดับ หากทุกสิ่งทุกอย่างได้พัฒนา ไปตามปกติ กล่าวคือ เมื่อถึงวัยเข้าเรียนเด็กได้มีโอกาสมีความสัมพันธ์กับเพื่อนในวัยเดียวกัน ได้รับการยอมรับนับถือจากเพื่อน เด็กจะรับรู้บทบาทของตนว่าควรจะปฏิบัติตนอย่างไร เมื่อต้อง การอยู่กับเพื่อน การที่เด็กอยู่ร่วมกับเพื่อนได้จะทำให้รู้สึกอบอุ่นใจ มีความมั่นใจเกิดความเชื่อ มั่นานตนเอง เมื่อเขาสามารถอยู่กับเพื่อนฝูงได้อย่างมีความสุข ย่อมมีความปรารถนาที่จะมี ความสัมพันธ์กับคนอื่นเพิ่มขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่นได้ด้วยดี

ริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 271) ได้กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อ สุขภาพจิต ปัญหาในด้านการปรับตัว การพัฒนาการด้านบุคลิกภาพ เช่น ทำให้เด็กรู้ว่าเป็นที่ ยอมรับจากเพื่อนคนอื่น มีความสัมพันธ์กับคนอื่นที่ดี และทำให้มีประสบการณ์ในการปะทะ สัมผัสกับสังคมด้วย

ไพบูลย์ อินทรวินชา (2511 : 181 - 183) ได้ศึกษาวิจัยถึงความต้องการและ ปัญหาการปรับตัวของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมสาธิตวิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร ปีการศึกษา 2510 จำนวน 490 คน แบ่งเป็นชาย 250 คน หญิง 240 คน จากการศึกษา ครั้งนี้พบว่า นักเรียนชายและหญิงประสบปัญหาด้านการปรับตัวพอ ๆ กัน แต่นักเรียนหญิง มีปัญหาการคบเพื่อนมากกว่านักเรียนชาย

วิมล ราชไรรระ (2513 : 23 ) กล่าวว่า ถ้าในวัยเด็กถูกเพื่อนฝูงรังเกียจจนไม่มี ใครแยแสเด็กจะรู้สึกอับอาย ขมขื่นขาดความอบอุ่น เกิดความสงสัยตัวเอง มองบุคคลอื่นใน เบื้องหน้าและเกิดความคับข้องใจอยู่เสมอเมื่อโตขึ้นความรู้สึกเช่นนี้จะติดตัวไปทำให้ไม่ เคยรักใคร่ใคร่ปรารถนาหาความสุขมิได้ ซึ่งในประเทศสหรัฐอเมริกา บิดามารดา ครูอาจารย์ จึงให้ความสนใจ และเอาใจใส่ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนฝูงของเด็กมากกว่า ครูเชื่อว่า ถ้าหากศิษย์ของตนสามารถ เข้ากับเพื่อนฝูงได้ดีจะช่วยทำให้สุขภาพจิตดีและเรียนดี

เลิศพร ภารานกุล (2516 : 21) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อน สรุปได้ความว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากในเรื่องค่านิยม ความไม่เคร่งเครียด และความ ต้องการที่จะแสดงออก และเกี่ยวกับเรื่องนี้ พวงสร้อย วรกุล (2522 : 81, 84) ได้ศึกษา

เปรียบเทียบสภาพปัญหาในการปรับตัวกับเพื่อน กลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการศึกษาคือ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษามณฑลกรุงเทพมหานคร และในจังหวัดสงขลาจำนวน 678 คน โดยเปรียบเทียบระหว่างนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนหญิงมีสภาพปัญหาการปรับตัวด้านที่เกี่ยวกับเพื่อนมากกว่านักเรียนชาย

จากผลการวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ พอสรุปได้ว่า เพื่อนมีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักเรียนถ้านักเรียนถูกปฏิเสธจากเพื่อนจะทำให้เขาเป็นคนที่ปรับตัวไม่ได้ ทำให้ผู้วิจัยได้นำมาศึกษาในครั้งนี้

ผลงานวิจัยเกี่ยวกับสภาพปัญหาการปรับตัวด้านที่เกี่ยวกับสภาพภายในครอบครัว  
วิทเมอร์ (ประคอง ประสิทธิ์พร. 2519 : 14 ; อ้างอิงมาจาก Witmer. 1937 : 756 - 763) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก พบว่า เด็กที่ปรับตัวได้ดี มีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับกับพ่อแม่น้อยกว่าเด็กที่มีปัญหา เด็กเกเร หรือเด็กประเภทที่ส่ออาการค่อนข้างไปทางโรคจิตและเศร้าซึม ซึ่งสอดคล้องกับ ออร์ (เอื้ออาวี แจ่มผล. 2533 : 32 ; อ้างอิงมาจาก Orr. 1949) ได้ศึกษาเด็กที่เรียนชั้น 8 - 10 จำนวน 10 คน พบว่า เด็กวัยรุ่นในครอบครัวที่มีสัมพันธภาพดี จะมีการปรับตัวได้ดี และมีความมั่นคงทางอารมณ์

เฮอร์ลอค (Hurlock. 1949 : 3) กล่าวว่าสังคมเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดความวุ่นวาย สับสนไม่แน่นอนในการปฏิบัติตนหรือปฏิบัติตนผิดพลาดไป เช่นที่โรงเรียน ดิฉันเสพติดาให้โทษ ฯลฯ องค์การที่มีส่วนช่วยให้เยาวชนเหล่านี้ปฏิบัติตนให้ถูกต้อง เป็นแห่งแรกก็คือ สถาบันครอบครัว ภาวการณ์ครอบครัวบิดามารดาเห็นว่า มีบทบาทสำคัญอันที่จะหล่อหลอมบุคลิกภาพของเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งโต เด็กที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาดี และได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสมย่อมเติบโตเป็นผู้ใหญ่บุคลิกภาพที่ดี และเหมาะสมด้วย นอกจากนี้ยังพบว่า พ่อแม่ที่ยอมรับเด็กคือทำให้ความรักความสนใจ และสร้างความอบอุ่นให้เกิดขึ้นในบ้าน ผลตามมาคือทำให้เด็กสามารถปรับตัวได้ดี มีอารมณ์มั่นคง ช่างสามารถเผชิญชีวิตด้วยความมั่นใจ

ในประเทศไทยนั้น กุลวรรณ วิทยาวงศรุจิ (2526 : 25) กล่าวว่า ขนาดของครอบครัวของวัยรุ่นที่แตกต่างกัน ก็มีผลให้วัยรุ่นมีความสามารถในการปรับตัวแตกต่างกัน โดยเฉพาะวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีขนาดเล็ก จะมีการปรับตัวได้ดีกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีขนาดใหญ่

นอกจากนี้ จรรยา สุวรรณทัต (2529 : 408) กล่าวถึงการปรับตัวและสัมพันธภาพในครอบครัวสรุปได้ว่า เด็กวัยรุ่นจะมีความสุขและปรับตัวได้ดี เมื่ออยู่ในครอบครัวที่พ่อแม่ให้ความอบอุ่นให้มืออิสระเสรี และความเป็นตัวของตัวเองภายในขอบเขตที่สมควรและมีเหตุผลในทางตรงกันข้ามถ้าต้องอยู่กับครอบครัวที่พ่อแม่เป็นผู้ที่เข้มงวดและควบคุมมากเกินไป เด็กวัยรุ่นจะขาดความสุข และปรับตัวได้ยาก ในฐานะที่เป็นพ่อแม่ของเด็กวัยรุ่น ควรจะรู้สึกถึงความรับผิดชอบในการที่จะแนะนำและรู้จักยับยั้งลูกวัยรุ่นของตน ความยากลำบากที่สุดที่พ่อแม่ของวัยรุ่นทุกคนตระหนักก็คือ ทว่าอย่างไรจะรักษาความสมดุลระหว่างการควบคุม กับการทำให้ความเป็นอิสระเสรีแก่เด็กอย่างสมเหตุสมผลและกลมกลืนกัน

กล่าวโดยสรุปได้ว่า ครอบครัวมีความสำคัญมากในการปรับตัวของวัยรุ่น โดยเฉพาะสัมพันธภาพในครอบครัวมีผลต่อการปรับตัวของวัยรุ่นเป็นอย่างดี ถ้าสัมพันธภาพในครอบครัวดี วัยรุ่นจะสามารถปรับตัวได้ดี แต่ถ้าสัมพันธภาพในครอบครัว รวมทั้งสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไม่ดี ก็จะทำให้วัยรุ่นปรับตัวได้ยาก นอกจากนี้การปรับตัวของวัยรุ่นยังขึ้นอยู่กับฐานะทางเศรษฐกิจ และขนาดของครอบครัว เป็นสำคัญ

#### สมมุติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนเพศหญิงและชายจะมีสภาพปัญหาในการปรับตัวด้านต่าง ๆ แตกต่างกัน
2. นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน จะมีสภาพปัญหาในการปรับตัวด้านต่าง ๆ แตกต่างกัน
3. นักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันจะมีสภาพปัญหาในการปรับตัวด้านต่าง ๆ แตกต่างกัน