

บทที่ 1

บทนำ



## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กระบวนการสังคมประกิตแรกเริ่มของมนุษย์ที่เกิดขึ้นจากครอบครัว คือ การอบรมเลี้ยงดู ซึ่งพ่อแม่หรือบุคคลในครอบครัว ถ่ายทอดค่านิยม ความเชื่อ ตลอดจนทัศนคติ ให้ทารกจนเติบโต เป็นผู้ใหญ่ พ่อแม่ผู้ให้การอบรมเลี้ยงดูแต่ละคนอาจมีวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน เพราะมี ปัจจัยพื้นฐานหลายด้านที่แตกต่างกันนั่นเอง ดังนั้นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่สื่อสารถึงลูกจึงแตกต่างกันด้วย ต่อมาเมื่อเริ่มมีการศึกษาพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่แยกเป็นด้าน ๆ (Baumrind, 1971) จึงได้แยกพฤติกรรมที่พ่อแม่หรือผู้ปกครองปฏิบัติสัมพันธ์กับเด็กทั้งทางตรงและทางอ้อม ทั้งวาจาและการกระทำที่แตกต่างกัน ออกเป็นรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบต่างๆ (parenting styles)

แม้ว่าพ่อแม่หรือผู้ปกครองจะอบรมเลี้ยงดูลูกด้วยความรัก ความเอาใจใส่ แต่ลูกอาจรับรู้ถึงพฤติกรรม การอบรมเลี้ยงดูเหล่านั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของพ่อแม่ โดยเฉพาะในวัยซึ่งสามารถรายงานการรับรู้ทั้งความรู้สึกและการกระทำดังกล่าวของพ่อแม่ได้ด้วยตนเอง เช่น พ่อแม่ควบคุมพฤติกรรมของวัยรุ่นเพื่อให้ประพฤติดีตามมาตรฐานของสังคม แต่ลูกซึ่งเป็นวัยรุ่นอาจจะรับรู้และรายงานว่าพ่อแม่เข้มงวดบังคับก็ได้ และผลจากการที่ลูกรับรู้ถึงพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่แสดงออก เด็กจะเกิดการเรียนรู้และตีความการแสดงออกของพ่อแม่ว่าเป็นพฤติกรรมด้านบวกหรือด้านลบ ดังที่ Gecas และ Schwalbe (1986) ได้ทำการวิจัยเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่พ่อแม่รายงานว่าได้ปฏิบัติต่อลูก กับพฤติกรรมเดียวกันที่ลูกรายงานว่าได้รับการปฏิบัติจากพ่อแม่ ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมที่พ่อแม่รายงานกับพฤติกรรมเดียวกันที่ลูกรายงานตามการรับรู้ของตนเองมีความสัมพันธ์กันน้อย ในเรื่องการให้อิสระหรือการควบคุม การให้การสนับสนุนและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของลูก ผลจากการอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบ ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้และเก็บจำ

ประสบการณ์ตามการรับรู้ของตนเอง และสิ่งสมกลายเป็นบุคลิกภาพหรือพฤติกรรมที่มีลักษณะเฉพาะบุคคล ที่แตกต่างกันออกไปตามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน (Maccoby & Matin, 1983) จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงเห็นว่าการประเมินว่าเด็กวัยรุ่นได้รับการอบรมเลี้ยงดูรูปแบบใด ต้องประเมินรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของวัยรุ่นเอง (self-perceived parenting style)

จากนิยามและกระบวนการเกิดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู จะเห็นว่าพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ ล้วนเกี่ยวเนื่องและเป็นผลมาจากการอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่วัยทารก วัยเด็ก จนย่างเข้าวัยรุ่น เติบโตเป็นผู้ใหญ่ และความวิตกกังวลก็เป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นควบคู่มากับพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยผ่านรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ดังที่Baumrind (1971,1991) ศึกษาพบว่า พ่อแม่ที่อบรมเลี้ยงดูลูกแบบใช้อำนาจควบคุม (authoritarian) และแบบรักตามใจ (permissive) ก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ในเด็กวัยก่อนเรียนต่อเนื่องมาจนถึงวัยรุ่น ดังนั้น รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและความวิตกกังวลในวัยรุ่น จึงมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน

ความวิตกกังวล เป็นสภาวะหนึ่งของอารมณ์ ซึ่งหมายถึง ความรู้สึกอึดอัดไม่สุขสบาย จากการคาดการณ์ล่วงหน้าถึงอันตรายที่เกินจริง ที่จะเกิดขึ้นในสถานการณ์ใดๆ (APA, 1994) โดยทั่วไปแบ่งความวิตกกังวลออกเป็นสองประเภท คือความวิตกกังวลประเภทที่ไม่เป็นความเจ็บป่วย ดังที่ Cain (1970) ได้กล่าวว่า ความวิตกกังวล คือ การตื่นตัวตอบสนองต่ออันตรายซึ่งยังมาไม่ถึงที่จะเกิดขึ้นต่อร่างกายและจิตใจ โดยสภาวะนี้ยังไม่ได้จัดเป็นความเจ็บป่วย ความวิตกกังวลที่ไม่รุนแรงถึงขั้นเป็นความเจ็บป่วยทางจิตใจแต่เกิดขึ้นซ้ำๆ ก็สามารถก่อให้เกิดบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลหรือความวิตกกังวลแบบลักษณะ (trait anxiety) แล้วรื้อให้เกิดความวิตกกังวลแบบภาวะ (state anxiety) ได้ง่ายขึ้น (Spierberger, 1979) โดยความวิตกกังวลเป็นการเรียนรู้ผ่านกระบวนการคิดการเข้าใจ ส่วนอีกประเภทหนึ่ง คือ ความวิตกกังวลประเภทที่เป็นความเจ็บป่วย (APA, 1994) ซึ่งเป็นความวิตกกังวลที่เพิ่มขึ้นจนเกินความเป็นจริงไปมาก และเกาะติดเป็นลักษณะนิสัยที่รบกวนการทำหน้าที่ตามปกติของระบบประสาทอัตโนมัติ ประสบการณ์ความวิตกกังวลเกินจริงมากๆ และเกิดขึ้นซ้ำๆแบบนี้จึงกลายเป็นโรคทางประสาทที่เรียกว่า โรคประสาทวิตกกังวล (anxiety neurosis) โดยผู้ป่วยจะมีความวิตกกังวลเกิดขึ้น แม้ในสถานการณ์แวดล้อมที่เป็นปกติธรรมดาในชีวิต

จากผลการวิจัยที่พบว่า การอบรมเลี้ยงดูบางแบบก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ และจากการศึกษาของ Epstein (1972) ได้สรุปสาเหตุของความวิตกกังวลไว้ 3 ประการ คือ

1. มีสิ่งเร้าทางกายภาพมากระตุ้น เร้าบุคคลจนเกินขีดความสามารถที่จะทนได้ของบุคคลนั้น บุคคลนั้นจึงแสดงออกถึงความเจ็บปวด แล้วทำให้เกิดความกลัวและความวิตกกังวลตามมา
2. ความไม่สอดคล้องกันของความคิด ระหว่างความคิดที่เป็นความคาดหวังและความเป็นจริงตามประสบการณ์ของตน บุคคลนั้นจึงรู้สึกว่ามันถูกคุกคามอันนำไปสู่อาการวิตกกังวล
3. การไม่สามารถตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้ อาจเนื่องจากไม่ทราบว่าสิ่งใดที่เป็นตัวเร้าให้เกิดความวิตกกังวล หรือเกิดการขัดแย้งในการเลือกวิธีตอบสนองสิ่งเร้า ภาวะดังกล่าวจึงทำให้เกิดความวิตกกังวล

จากสาเหตุการเกิดความวิตกกังวลดังกล่าว จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลจะเกิดขึ้นได้ต้องมีสถานการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าเข้ามาก่อน ดังนั้นสถานการณ์ซึ่งเร้าให้เกิดความวิตกกังวลในวัยรุ่นที่กำลังศึกษาเล่าเรียนก็คือการสอบ อันก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการสอบ (test anxiety) ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นกลุ่มที่จบการศึกษาในระดับประถมศึกษา แล้วเข้าเรียนในระดับมัธยมศึกษาต่อเนื่องไปจนถึงระดับอุดมศึกษา โดยเฉพาะวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมักเกิดความวิตกกังวลในการสอบบ่อย เพราะระบบการศึกษาของไทยเน้นการวัดและประเมินผลการเรียนโดยวิธีการสอบ ประกอบกับสภาพสังคมไทยปัจจุบันนี้ มีค่านิยมในการศึกษาเล่าเรียนที่ต้องมีผลการเรียนดี เพื่อจะได้สอบเรียนต่อในสถานศึกษาระดับอุดมศึกษาที่มีชื่อเสียง เป็นการประกันการประกอบอาชีพในวัยทำงานด้วย นอกจากนี้พ่อแม่ยังคาดหวังต่อผลการสอบของลูกในระดับสูง และพยายามให้ลูกเรียนดีที่สุด เรียนสูงที่สุดด้วย (ธนู ชาติธนานนท์, 2539) ดังนั้นพ่อแม่หรือผู้ปกครองต่างก็มีวิธีปฏิบัติต่อเด็กในสถานการณ์การสอบ แตกต่างกันไปตามแนวการอบรมเลี้ยงดูของตน จึงมักได้ยินเสมอว่าการสอบแต่ละครั้ง ไม่ว่าจะเป็นการสอบเพื่อประเมินผลการเรียน การสอบเข้าเรียนต่อทั้งระดับมัธยมและอุดมศึกษา ก่อให้เกิดความวิตกกังวลในวัยรุ่นที่จะต้องเข้าสอบ บางครั้งรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายเนื่องจากเกิดความเครียดสูง หรือความล้มเหลวภายหลังการประกาศผลการสอบ ซึ่งเป็นผลที่ตามมาจากความวิตกกังวล (Kamphaus & Frick, 1996)

การศึกษาความวิตกกังวลในวัยรุ่น โดยเฉพาะความวิตกกังวลในการสอบ (test anxiety) แยกตามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของวัยรุ่นเอง เพื่อเปรียบเทียบว่าการอบรมเลี้ยงดูแต่

ละแบบ ทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลในการสอบแตกต่างกันหรือไม่ จึงเป็นประเด็นการศึกษาวิจัยที่น่าสนใจ เพื่อประโยชน์ในการหาแนวทางป้องกัน และแก้ไขความวิตกกังวลในวัยรุ่นต่อไป

## แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

### แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู

#### ความหมายและพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดู

การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่พ่อแม่หรือผู้ปกครองมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กทั้งทางตรงและทางอ้อม ทั้งทางวาจาและการกระทำ ทำให้เด็กรับรู้ทั้งความรู้สึก และการกระทำดังกล่าวของพ่อแม่ (สมพร สุทัศนีย์, 2530 ) แนวคิดเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู เริ่มต้นจากการศึกษาของ Schaefer (1959) ซึ่งได้สร้างแบบจำลองเพื่ออธิบายพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดูบุตรของพ่อแม่ โดยพัฒนามาจากการวิเคราะห์องค์ประกอบรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 14 ประเภท ออกเป็น 2 มิติที่เป็นอิสระต่อกัน คือ มิตรรัก-เกลียดชัง (love versus hostility) และมิติควบคุม-เป็นตัวของตัวเอง (control versus autonomy) ต่อมา Becker (1964) ได้ศึกษาจากการวิเคราะห์องค์ประกอบรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู เพื่อแยกพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ออกเป็นมิติทั่วไป 3 มิติ คือ ได้แยกย่อยจากมิติควบคุม-เป็นตัวของตัวเอง (control versus autonomy) ออกเป็นมิติเข้มงวดกวดขัน - รักตามใจ (restrictiveness versus permissiveness) และมิติใช้อารมณ์-สงบเยือกเย็น (anxious-emotional involvement versus calm-detachment) ส่วนอีกมิติหนึ่งคือ มิตรรัก-เกลียดชัง (love versus hostility) นั้นแทนที่ด้วยมิติอบอุ่น-เกลียดชัง (warmth versus hostility) การที่ Becker ได้เพิ่มมิติที่ 3 เข้ามาก็เพื่ออธิบายรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบได้ชัดเจนขึ้น เช่น ทั้งการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (democratic) และแบบตามใจ (indulgent) อยู่ในมิติอบอุ่นและเป็นตัวของตัวเอง เพียงแต่การอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่นั้น พ่อแม่จะมีความสงบเยือกเย็นกว่า

จากแนวความคิดของ Schaefer (1959) และ Becker (1964) ต่อมาได้มีผู้ศึกษาวิจัยและจัดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู โดยยึดมิติหลัก 2 มิติในการพิจารณาว่าเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบใด คือ มิตรรักหรือมิติอบอุ่นกับมิติเข้มงวดกวดขันหรือมิติควบคุม แล้วนิยามออกเป็นรูปแบบการ

อบรมเลี้ยงดูแบบต่างๆ ตามแนวความคิดของผู้วิจัยแต่ละคน นั่นคือรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูทั้งหมดยังคงจัดตามแนวคิดในการแบ่งการอบรมเลี้ยงดูของ Schaefer และ Becker เป็นหลัก แต่ได้มีวิวัฒนาการในการศึกษามาอย่างต่อเนื่อง เช่น Eleanor Maccoby เริ่มศึกษาในปี ค.ศ.1965 Diana Baumrind เริ่มศึกษาในปี ค.ศ.1967 และ Dorothy Rogers เริ่มศึกษาในปี ค.ศ.1972 เป็นต้น

เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจนว่าพฤติกรรมกรรมการอบรมเลี้ยงดู ประกอบด้วยพฤติกรรมในเรื่องใดบ้าง และเด็กที่เจริญเติบโตในกระบวนการสังคมประภคตินั้นต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูในเรื่องใดบ้าง ผู้วิจัยจึงได้นำเสนอความต้องการพื้นฐานและบริการสำหรับเด็ก ที่องค์การสหประชาชาติได้จัดทำขึ้นในอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ค.ศ. 1989 ( พ.ศ. 2532 ) ซึ่งต่อมาสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ ( 2536 ) โดยคณะอนุกรรมการเฉพาะกิจกำหนดสภาวะพื้นฐานและบริการสำหรับเด็ก ได้กำหนดสภาวะพื้นฐานและบริการสำหรับเด็ก ( สพด. ) หรือ Basic minimum needs and services for children ขึ้นตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ค.ศ. 1989 โดยได้ให้ความหมายของคำว่าเด็กว่า “เด็กในที่นี้ หมายถึง ผู้ที่มีอายุต่ำกว่าสิบแปดปีตามความหมายในอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก พ.ศ. 2532 ของสหประชาชาติ” โดยได้กำหนดความต้องการพื้นฐานและทิศทางในการพัฒนาเด็กดังนี้

ความต้องการพื้นฐานและบริการพื้นฐานสำหรับเด็ก

การพัฒนาเด็กในที่นี้จะอาศัยสภาวะความต้องการพื้นฐานของเด็กเป็นตัวกำหนดทิศทางในการพัฒนาเด็ก เด็กทุกคนต้องได้รับการสนองตอบขั้นพื้นฐาน เพื่อให้การพัฒนาเป็นไปอย่างรอบด้าน เพื่อให้การพัฒนาบรรลุถึงศักยภาพของความเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ และเพื่อให้เด็กสามารถใช้ชีวิตอย่างมีประโยชน์ต่อตนเองและต่อสังคม โดยเด็กมีความต้องการพื้นฐานในเรื่องต่อไปนี้

1. ความต้องการด้านโภชนาการและสุขภาพอนามัย
2. ความต้องการด้านความแข็งแรงของร่างกาย การพักผ่อน และนันทนาการ
3. ความต้องการเกี่ยวกับพัฒนาการด้านสติปัญญา จิตใจ อารมณ์ และสังคม
4. ความต้องการด้านการศึกษา
5. ความต้องการด้านวัฒนธรรม และหังจริยธรรม

6. ความต้องการในการเตรียมเข้าสู่อาชีพ
7. ความต้องการด้านสิทธิหน้าที่พื้นฐาน

### ทิศทางในการพัฒนาเด็กตามความต้องการพื้นฐานของเด็ก

1. เด็กต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากบิดามารดา บุคคล หรือครอบครัวที่ให้ความรักและความเข้าใจ เพื่อเป็นฐานในการสร้างเสริมพัฒนาการทุกด้าน อันได้แก่ การพัฒนาทางกาย จิตใจ สติปัญญา สังคม อารมณ์ ค่านิยมและเจตคติ โดยเฉพาะในระยะตั้งแต่อยู่ในครรภ์จนถึงอายุ 6 ปีแรกของชีวิต ซึ่งเป็นระยะสำคัญที่สุดในการวางฐานและสร้างเสริมคุณภาพของคน

2. เด็กต้องได้รับสารอาหารอย่างน้อยที่สุดตามความต้องการของร่างกายที่ได้กำหนดไว้ตามวัยเริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงในช่วงอายุต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่และแข็งแรงสมบูรณ์ตามปกติในวัยของตน

3. เด็กต้องได้รับการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาการ และได้รับการป้องกันจากโรคและภัยที่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เด็กต้องได้รับการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคด้วยวัคซีนตามที่ได้กำหนดไว้ตลอดจนได้รับการป้องกันโรคติดต่อและไม่ติดต่อ รวมทั้งต้องได้รับการรักษาพยาบาลขั้นพื้นฐานในกรณีเจ็บป่วยและได้รับการฟื้นฟูสภาพ

4. เด็กต้องมีที่อยู่อาศัยที่ถูกต้องเหมาะสม ไม่คับแคบจนเกินไป และอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่เป็นพิษเป็นภัย ต่อสุขภาพทั้งทางกายและจิต เด็กต้องมีโอกาสและมีสถานที่วิ่งเล่น ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา รวมทั้งมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการตามวัย

5. เด็กต้องได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นอย่างน้อย เพื่อพัฒนาให้มีปัญญา มีคุณธรรมตามหลักศาสนาของตน และมีจริยธรรมพื้นฐาน เด็กต้องได้รับการฝึกอบรมให้มีความรู้และทักษะในการดำรงชีวิต มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีเจตคติที่จะใฝ่เรียนรู้ต่อเนื่องจนตลอดชีวิต มีเจตคติที่ดีต่อครอบครัว สังคมและการดำเนินชีวิต มีความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองอย่างถูกต้องเป็นจริง เข้าใจและยอมรับความต้องการ สิทธิ และบทบาทของตนเองและผู้อื่น เพื่อให้เป็นพลเมืองไทยที่รับผิดชอบ มีคุณภาพ และรู้จักอยู่ร่วมกันโดยสันติ

6. เด็กต้องได้รับการพัฒนาให้มีสุนทรียภาพ ชาบซึ่งในความงาม รู้จักรัก เข้าใจ และอนุรักษ์มรดกและเอกลักษณ์ของชาติ ด้วยการมีส่วนร่วม สร้างสรรค์และพัฒนาในกิจกรรมด้านศิลปะ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

7. เด็กต้องได้รับการฝึกอบรม พัฒนาความรู้และทักษะสำหรับการเตรียมการประกอบอาชีพตามความถนัด ความสามารถและความสนใจของตน เพื่อให้พึ่งตนเองได้ในเชิงเศรษฐกิจ รวมทั้งมีค่านิยมที่พึงประสงค์ในการทำงานที่สุจริตและเหมาะสมกับวัย

8. เด็กต้องมีโอกาสและสามารถแสดงความคิดเห็นของตนได้ ด้วยจิตสำนึกต่อสังคมส่วนรวมและสาธารณสมบัติ มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม รวมทั้งการยึดถือเรื่องความมีวินัยในตนเองและความยุติธรรมในสังคม เพื่อเป็นพื้นฐานของวิถีทางในการดำเนินชีวิตตามครรลองในระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

9. เด็กต้องมีโอกาสเข้าถึงบริการขั้นพื้นฐานต่าง ๆ ในสังคม ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน อันหมายรวมถึงสิทธิในการใช้บริการด้านการป้องกัน การคุ้มครองและแก้ไข การฟื้นฟูและการพัฒนา

10. เด็กต้องได้รับโอกาสในการรับรู้และการพิทักษ์สิทธิและผลประโยชน์พื้นฐานจากรัฐ สถาบันสังคมและองค์การธุรกิจ พร้อมทั้งการมีตัวแทนในการพิทักษ์สิทธิและผลประโยชน์ ดังกล่าวตามความเหมาะสม เด็กต้องได้รับการพิทักษ์คุ้มครองต่อการถูกกล่าวหาว่ากระทำความผิด โดยไม่นำมาเปิดเผยต่อสาธารณชนหรือประชาชน และต้องได้รับการปฏิบัติที่แตกต่างไปจากผู้ใหญ่

จากการที่องค์การอนามัยโลกได้ให้ความสำคัญในเรื่องการอบรมเลี้ยงดูมีเด็กจะต้องได้รับตามที่กำหนดไว้ดังกล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยจึงได้นำสภาวะพื้นฐานและบริการสำหรับเด็ก ( สผด. ) หรือ Basic minimum needs and services for children ที่จัดทำขึ้นขึ้นตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ค.ศ. 1989 มาเป็นเกณฑ์ในการสร้างข้อกระทงของมาตรวัดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งจะได้กล่าวถึงต่อไปในเรื่องเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

### รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ( parenting styles )

Darling และ Steinberg (1993) ได้ศึกษาเรื่องการอบรมเลี้ยงดูว่า ประกอบด้วยองค์ประกอบหลัก 2 ประการ คือ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู (parenting styles) และการประพฤติปฏิบัติของพ่อแม่ (parenting practices) โดยได้นิยามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูว่า หมายถึง กลุ่มของทัศนคติที่พ่อแม่แสดงออกผ่านทาง การสื่อสารไปสู่ลูก จนก่อให้เกิดเป็นนิสัยทางอารมณ์ ในเรื่อง การประพฤติปฏิบัติของพ่อแม่ต่อเด็ก ส่วนการประพฤติปฏิบัติของพ่อแม่ หมายถึง รายละเอียดของพฤติกรรมกรอบรมเลี้ยงดูในแต่ละรูปแบบ

รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่นิยมใช้ในการศึกษาพัฒนาการทางด้านต่างๆ ในวัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ ก็คือรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามแนวคิดของ Diana Baumrind (Baumrind, 1967 cited in Baumrind, 1971) โดยได้ศึกษารวบรวมข้อมูล จากการประพฤติปฏิบัติของพ่อแม่ในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ด้วยการสังเกตการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับบุตรวัยก่อนเรียน ที่บ้านและในห้องทดลอง แล้ววิเคราะห์องค์ประกอบของพฤติกรรมของพ่อแม่ ออกเป็น 2 มิติกว้างๆ คือ

1. มิติข้อเรียกร้องของพ่อแม่ (demandingness) โดยพิจารณาระดับข้อเรียกร้อง ที่พ่อแม่ต้องการให้เด็กทำตามมาตรฐานที่วางไว้ แสดงให้เห็นถึงระดับการควบคุมพฤติกรรมเด็กของพ่อแม่ โดยยึดตัวพ่อแม่เป็นศูนย์กลาง ซึ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูในมิติเข้มงวดกวดขันหรือควบคุมนั่นเอง รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูบางแบบ พ่อแม่วางมาตรฐานและควบคุมให้เด็กทำตามในระดับสูง ในขณะที่บางรูปแบบพ่อแม่เรียกร้องให้เด็กทำตามเล็กน้อย และไม่พยายามที่จะใช้อิทธิพลในการควบคุมพฤติกรรมของเด็กเลย

2. มิติการตอบสนองของพ่อแม่ (responsiveness) โดยพิจารณาระดับการตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก โดยยึดตัวเด็กเป็นจุดศูนย์กลาง ซึ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูในมิติรักหรืออบอุ่นนั่นเอง การอบรมเลี้ยงดูบางแบบพ่อแม่มีการยอมรับ และตอบสนองความต้องการของเด็ก ไม่มีการประเมินพฤติกรรมเด็กทั้งทางคำพูดและการกระทำ ในขณะที่การอบรมเลี้ยงดูบางแบบพ่อแม่ปฏิเสธและไม่ตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก

จากการพิจารณาพฤติกรรมในการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่รวมกันทั้ง 2 มิติ Baumrind (1971) จึงได้แบ่งรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 3 รูปแบบคือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม (authoritarian) คือการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ใช้อำนาจควบคุม ออกคำสั่งให้เด็กทำตามที่พ่อแม่ต้องการ โดยไม่เปิดโอกาสให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง ไม่สนใจอารมณ์ความรู้สึกของเด็ก ไม่ยอมรับความคิดเห็นของเด็ก ห้างเหิน และอบอุ่นน้อย

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ (authoritative) คือ การอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่สนับสนุนให้ลูกมีพัฒนาการตามวุฒิภาวะ โดยกำหนดขอบเขตของพฤติกรรม พร้อมทั้งมุ่งหวังให้เด็กเชื่อฟัง แต่ขณะเดียวกันก็ยังให้เด็กได้เป็นตัวของตัวเอง โดยพ่อแม่แสดงการยอมรับความคิดเห็นของเด็ก สนใจอารมณ์ความรู้สึกของเด็ก ให้ความอบอุ่นและอธิบายเหตุผล ซึ่งเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่สมดุลกันระหว่างการควบคุม และการปล่อยให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง



3. การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ (permissive) คือการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ยึดตัวเด็กเป็นศูนย์กลาง สนับสนุนและยอมรับเด็ก ปล่อยให้เด็กทำตามความต้องการของตัวเองโดยไม่มีขอบเขต โดยไม่เรียกร้องให้เด็กทำตามที่พ่อแม่ต้องการ ไม่มีการประเมินเด็ก ตอบสนองต่อความต้องการของเด็กในระดับสูง ให้ความรักโดยไม่มีการควบคุมพฤติกรรมเด็ก

Eleanor Maccoby และ John Martin (1983) ได้ศึกษาวิธีการจำแนกรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามแนวของ Baumrind และวิเคราะห์แยกมิติการอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบ โดยยึดมิติการตอบสนองความต้องการของลูกและมิติควบคุมเป็นหลักโดยทั้งคู่มีทัศนคติว่าการอบรมเลี้ยงดู เป็นการปฏิสัมพันธ์ ระหว่างพ่อแม่กับลูก นั่นคือมีการตอบสนองและมีการรับรู้ระหว่างพ่อแม่กับลูก เด็กจะมีการรับรู้เพิ่มขึ้นพร้อมๆ กับพัฒนาการทางพุทธิปัญญา ในวัยทารกปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกนั้น เด็กจะรับรู้ในมิติของการตอบสนองความต้องการ โดยรับรู้ว่าคุณแม่จะตอบสนองความต้องการของตน ซึ่งถือเป็นการให้ความรักความอบอุ่นก่อให้เกิดความไว้วางใจ แต่เมื่อเด็กเติบโตขึ้นนอกจากพ่อแม่จะตอบสนองความต้องการแล้ว พ่อแม่ยังมีข้อเรียกร้องหรือเข้มงวดกวดขันให้เด็กทำตาม ซึ่งเด็กจะรับรู้ในมิติควบคุม โดยเด็กจะรับรู้ว่าคุณแม่ควบคุมในระดับสูงหรือต่ำ ฉะนั้นผลจากการอบรมเลี้ยงดู จึงขึ้นอยู่กับ การรับรู้และแปลเจตนาพ่อแม่ของเด็ก ดังนั้นเมื่อพิจารณาร่วมกันทั้ง 2 มิติตามแนวคิดของ Baumrind แล้ว Maccoby และ Martin จึงได้ข้อสรุปว่า แม้จะเป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่เข้มงวดกวดขัน เรียกร้องและควบคุมให้เด็กทำตามในระดับสูงเหมือนกัน แต่ผลตามการรับรู้ของเด็กแตกต่างกัน เนื่องจากเด็กรับรู้ร่วมกับมิติรัก ถึงการยอมรับและตอบสนองความต้องการที่พ่อแม่ปฏิบัติ วิเคราะห์องค์ประกอบในมิติการอบรมเลี้ยงดูทั้ง 2 มิติ จึงทำให้แบ่งรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูได้ 4 แบบ โดยมีแบบที่ 4 เพิ่มเข้ามาจากแบบที่ Baumrind เคยจัดไว้ คือพ่อแม่ที่ไม่เรียกร้องและไม่ตอบสนองความต้องการของเด็ก โดยพ่อแม่อาจคิดว่าจะทำให้เด็กเป็นตัวของตัวเองสูง กลับกลายเป็นว่าเด็กรับรู้ว่าคุณแม่อบรมเลี้ยงดูแบบเฉยเมย ไม่แยแส ไม่สนใจ (indifferent or negligent or uninvolved) ดังสรุป การแบ่งรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูทั้ง 4 แบบ แยกตามมิติ 2 มิติในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 4 แบบ จำแนกตามมิติ 2 มิติ

( Maccoby & Martin ,1983 )

	การยอมรับ, การตอบสนอง เด็กเป็นศูนย์กลาง	การปฏิเสธ, การไม่ตอบสนอง พ่อแม่เป็นศูนย์กลาง
การเรียกร้อง,การควบคุม	<u>พ่อแม่แบบดูแลเอาใจใส่</u>	<u>พ่อแม่แบบใช้อำนาจควบคุม</u>
การไม่เรียกร้อง,การไม่ควบคุม	<u>พ่อแม่แบบรักตามใจ</u>	<u>พ่อแม่แบบปล่อยปละละเลย</u>

จากหลักในการจัดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของ Maccoby และ Martin (1983) ทำให้อธิบายรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสมกับเด็กทุกวัย ตั้งแต่วัยทารกจนถึงวัยรุ่น โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดูในวัยรุ่น ที่จัดวิธีการประพฤติปฏิบัติของพ่อแม่ว่าเป็นรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบใด ตามการรับรู้ของวัยรุ่นเอง ซึ่งต่อมา Baumrind (1991) ได้ศึกษาเรื่องรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูกับพัฒนาการของวัยรุ่น และได้นิยามการอบรมเลี้ยงดูในวัยรุ่นทั้ง 3 แบบไว้ ส่วนการ อบรมเลี้ยงดูแบบที่ 4 นั้นเป็นนิยามของ Maccoby และ Martin (1983) ดังต่อไปนี้คือ

1.การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม (authoritarian parenting style) หมายถึง พ่อแม่ที่พยายามควบคุมพฤติกรรมของเด็ก ให้เป็นไปตามมาตรฐานที่พ่อแม่ต้องการอย่างสมบูรณ์แบบ โดยพยายามปลูกฝังให้เด็กทำตาม ด้วยคาดหวังว่าเด็กจะต้องกลายเป็นบุคคลที่ได้รับการยอมรับและมีคุณค่า แต่ไม่มีการปรึกษาหารือกับเด็ก ยอมรับเด็กน้อย ไม่ไว้วางใจ ไม่ตอบสนองความต้องการของเด็ก และแสดงความไม่พอใจถ้าเด็กขัดขืนไม่ทำตาม เด็กจึงต้องทำตามพ่อแม่ทุกอย่างโดยไม่มีข้อโต้แย้ง

2.การอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ (authoritative parenting style) หมายถึง พ่อแม่ที่ยังคงมีการควบคุมความประพฤติของเด็ก แต่ขณะเดียวกันก็พยายามอธิบายเหตุผลประกอบการกระทำ ด้วยการอธิบายกฎเกณฑ์ที่เด็กจะต้องประพฤติ และมีการยอมรับเด็กในระดับสูง ตอบสนองความต้องการของเด็ก เด็กได้เป็นตัวของตัวเองตามสมควร พ่อแม่ทำให้เด็กรู้สึกที่ไม่ถูกควบคุมและไม่เป็นอิสระมากเกินไป

3.การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ (permissive parenting style) หมายถึง พ่อแม่ที่ไม่มีความต้องการที่จะควบคุมพฤติกรรมเด็ก และเห็นว่าตัวพ่อแม่เองไม่มีสิทธิที่จะไปควบคุมเด็ก ให้การยอมรับและตอบสนองความต้องการของเด็กสูง ไม่มีการประเมินเด็ก ไม่สร้างกฎเกณฑ์ในบ้านที่เด็กต้องทำตาม ไม่มีการเรียกร้องหรือการสั่งให้เด็กทำตามพ่อแม่ ปล่อยให้ไปทำตามความต้องการของเด็กทุกอย่างโดยไม่จำกัดขอบเขต

4.การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (indifferent and uninvolved parenting style) หมายถึง พ่อแม่ที่ห่างเหินกับลูก ขาดการสื่อสารซึ่งกันและกันระหว่างพ่อแม่กับลูก พ่อแม่สนใจความประพฤติของลูกน้อย และไม่ตระหนักถึงความต้องการของเด็ก ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางโดยสนใจความสุขสบายและความสะดวกของตนเป็นเบื้องต้น ไม่แก้ไขพฤติกรรมที่ไม่ดีหรือไม่ถูกต้องของเด็ก เพราะรู้สึกว่าเป็นการยุ่งยากและเสียเวลา นั่นคือไม่ตอบสนองความต้องการของเด็ก ขณะเดียวกันก็ไม่สนใจควบคุมเรียกร้องให้เด็กประพฤติปฏิบัติสิ่งใดๆ

### อิทธิพลของรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่อพัฒนาการของวัยรุ่น

การอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบส่งผลต่อพัฒนาการของวัยรุ่นด้านต่างๆ และเมื่อเปรียบเทียบผลของพัฒนาการในเรื่องเดียวกันแล้ว วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูต่างกันมีพัฒนาการแตกต่างกัน ดังจะเห็นได้จากผลการวิจัยซึ่งแยกอธิบายตามการอบรมเลี้ยงดูทั้ง 4 แบบ คือ

1.การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม ทำให้เด็กวัยรุ่นมีความกังวล มีลักษณะพึ่งพิงสูง ขาดความมั่นใจในตนเองและไม่มีความสุข (Baumrind, 1971, 1991) โดย Frick (1994) พบว่าเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุมนั้น สัมพันธ์เชื่อมโยงกับพฤติกรรมอันเนื่องมาจากปัญหาสุขภาพจิตไม่ดี นอกจากนี้เด็กวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม ประสบผลสำเร็จในการเรียนน้อยกว่าวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ แต่ผลการเรียนดีกว่า และมีพฤติกรรมต่อต้านสังคมน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ (Steinberg, Lamborn, Dornbusch, & Darling, 1992; Steinberg, Lamborn, Darling, Mounts, & Dornbusch, 1994; Baumrind, 1991; Kurdek & Fine, 1994; Lamborn, Mounts, Steinberg, & Dornbusch, 1991)

2.การอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ ได้มีผู้วิจัยเพื่ออธิบายระดับความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่กับพฤติกรรมในวัยรุ่น พบว่าสัมพันธ์กับหลายองค์ประกอบ ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตัวเองสูง มีวุฒิภาวะทางสังคมและจริยธรรม ประสบความสำเร็จในการเรียน และมีผลการเรียนในระดับมัธยมปลายและระดับอุดมศึกษา สูงกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบอื่น (Kurdek & Fine,1994; Lamborn et al., 1991; Luster & McAdoo, 1996; Steinberg et al.,1992,1994) ส่วน Baumrind (1991) ศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ จะมีบุคลิกภาพที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าสังคมได้ดี มีความสามารถในการปรับตัวสูงสุด ควบคุมตัวเองได้ดี มีลักษณะเป็นมิตร นอกจากนี้ Frick (1994) ยังศึกษาพบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ สัมพันธ์กับการมีสุขภาพจิตดีในวัยรุ่น

3.การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ มีการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจมีการควบคุมตัวเองได้ต่ำ ประสบผลสำเร็จในการเรียนน้อย ผลการเรียนต่ำกว่าการอบรมเลี้ยงดู 2 แบบแรก มีการใช้สารเสพติดทั้งแอลกอฮอล์และยาเสพติดสูง และมีความก้าวร้าวสูง (Baumrind , 1991; Kurdek & Fine ,1994; Lamborn et al.,1991)

4.การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ผลการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมทางลบทั้งต่อตนเองและการปฏิสัมพันธ์ในสังคม ทั้งนี้เนื่องจากพ่อแม่เห็นห่างจากเด็ก ไม่มีการสื่อสารถึงกัน ทำให้เด็กสนใจการเรียนน้อย เบื่อการใช้ชีวิตในสังคมโรงเรียน ขาดความอดทนต่อปัญหา สับสนและควบคุมอารมณ์ไม่ได้ ขาดจุดมุ่งหมายในชีวิต และมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนสูงกว่าวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดู 3 แบบแรก (Baumrind ,1991; Kurdek & Fine ,1994 ; Lamborn et al.,1991)

## แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความวิตกกังวล (Anxiety)

### ความหมายของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวล หรือคำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า anxiety มาจากรากศัพท์ภาษาลาตินว่า angere แปลว่า ถูกบีบรัด อึดอัด หายใจไม่ออก หรือสาเหตุที่ทำให้รู้สึกไม่สบายทั้งกายและใจ ความรู้สึกไม่สบายอันเนื่องมาจากความวิตกกังวลนี้หมายรวมถึง ความรู้สึกหวาดกลัว กังวลใจ ที่ก่อให้เกิดอารมณ์ซึ่งสัมพันธ์กับความรู้สึกอึดอัด (Stavrakaki, 1989) ส่วนความวิตกกังวลตามหลักเกณฑ์การวินิจฉัยโรคของสมาคมจิตแพทย์อเมริกันฉบับที่ 4 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fourth Edition or DMS-IV) ได้แก่ อาการที่ไม่สบาย อึดอัด กระวนกระวาย หรือหวาดกลัวอันตรายซึ่งคิดว่าอาจเกิดขึ้น (APA, 1994) เป็นความรู้สึกที่ไม่ได้สัดส่วนกับอันตรายที่จะเกิดขึ้นจริง หรือรู้สึกมากเกินไป และมีการแสดงอันเป็นผลเนื่องมาจากการที่ระบบประสาทอัตโนมัติทำงานมากขึ้น ซึ่งมีอาการและอาการแสดงแตกต่างกันไปตามชนิดย่อยของความวิตกกังวลคือ

- ความวิตกกังวลเรื้อรัง (generalized anxiety disorder)
- ความวิตกกังวลจากการพลัดพราก (separation anxiety disorder)
- กลัว กังวล ไม่กล้าออกจากบ้าน (agoraphobia)
- กลัวการพูดหรือทำอะไรในที่สาธารณะ (social phobia)
- กลัววัตถุหรือสถานการณ์เฉพาะ และพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งที่กลัว (simple phobia)
- ย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive disorder)
- กังวลหลังจากเกิดความเครียดที่รุนแรงมาก (post traumatic stress disorder)
- ความวิตกกังวลสุดขีด (panic disorder)

ส่วน Spielberger (1979) ได้กล่าวว่า ความวิตกกังวลคือความรู้สึกที่ก่อให้เกิดพฤติกรรม อารมณ์ รวมทั้งลักษณะทางสรีระวิทยา ซึ่งเป็นการตอบสนองของกระบวนการทางการคิดการเข้าใจ ซึ่งบุคคลรับรู้และประเมินสถานการณ์ว่าจะทำให้เกิดอันตรายคุกคามตัวเอง ดังนั้นความวิตกกังวล จึงไม่ได้เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นโดยตรง จากสถานการณ์ที่เข้ามากระทบ แต่เป็นกระบวนการที่เกิดจากการที่บุคคลประเมินความน่าจะเป็นของเหตุการณ์ในอนาคต ด้วยการเรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตว่าจะเป็นสถานการณ์ที่จะก่ออันตรายคุกคามตนเอง

## ความวิตกกังวลแบบ trait และแบบ state

Spielberger (Spielberger, Gorsuch, & Lushene, 1970) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. ความวิตกกังวลแบบ trait (trait anxiety) หมายถึง ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะคงที่ซึ่งแตกต่างกันระหว่างบุคคล เนื่องจากความโน้มเอียงของความเครียด ในการตอบสนองต่อสถานการณ์อันตรายที่คุกคามอย่างซ้ำๆ จนกลายเป็นบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล ความวิตกกังวลแบบ trait จึงเกิดขึ้นโดยไม่เจาะจงสถานการณ์ ไม่ถูกกระทบจากสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมความวิตกกังวลแบบ state เมื่อมีสิ่งเร้าให้บุคคลเกิดความวิตกกังวล ดังนั้นบุคคลจึงมีความวิตกกังวลแบบ trait โดยไม่รู้สึกรู้ตัว

2. ความวิตกกังวลแบบ state (state anxiety) หมายถึง ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น ความแตกต่างในการตอบสนองความเครียดของแต่ละคน จึงขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่คุกคาม โดยเมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้นแล้วบุคคลตีความว่ามีความโน้มเอียงที่จะทำให้เกิดอันตราย บุคคลจะเกิดความตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย และจะแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบที่สังเกตเห็นได้ เพราะการตื่นตัวทำหน้าที่ของระบบประสาทอัตโนมัติ ความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดความวิตกกังวลแบบ state ขึ้นอยู่กับความวิตกกังวลแบบ trait ของบุคคลนั้น ประสบการณ์ในอดีต และความเข้มของสิ่งเร้าด้วย

Spielberger (1979) ได้อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลแบบ trait และความวิตกกังวลแบบ state ว่า เมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบ กระบวนการคิดการเข้าใจของบุคคลจะทำหน้าที่ประเมินความโน้มเอียงที่จะก่ออันตรายคุกคามตนเอง ระบบประสาทอัตโนมัติจะถูกเร้าให้ทำหน้าที่โดยแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบต่อสถานการณ์นั้น ซึ่งเรียกว่าความวิตกกังวลแบบ state ถ้าบุคคลมีความวิตกกังวลแบบ trait สูงก็จะเป็นตัวเสริมให้ความวิตกกังวลแบบ state เกิดขึ้นรุนแรงและนานขึ้นกว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลแบบ trait ต่ำ ในทางกลับกันบุคคลที่เกิดความวิตกกังวลแบบ state บ่อยครั้ง โดยแต่ละครั้งจะเกิดขึ้นรุนแรงหรือไม่ก็ตาม ก็จะช่วยย้อนกลับไปมีผลต่อการสร้างความวิตกกังวลแบบ trait ขึ้นในบุคคล โดยผ่านกระบวนการคิดการเข้าใจเช่นกัน ในสถานการณ์

ทุกๆไปที่มีสิ่งเร้าเข้ามาคุกคามให้เกิดความวิตกกังวลรบกวนจิตใจ ความวิตกกังวลแบบ trait และ ความวิตกกังวลแบบ state จะมีความสัมพันธ์กันประมาณ .44 - .67 แต่ในสถานการณ์ที่สิ่งเร้า คุกคามร่างกายเช่นการถูกจี้ด้วยกระแสไฟฟ้า พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลแบบ trait และแบบ state น้อยหรือแทบไม่มีความสัมพันธ์กันเลย นั่นคือไม่ว่าบุคคลนั้นจะมีความ วิตกกังวลแบบ trait สูงหรือต่ำ ถ้าบุคคลนั้นรับรู้ว่าคุณสถานการณ์นั้นจะทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย แล้ว ก็จะเกิดความวิตกกังวลแบบ state สูงขึ้นทันที

### ความวิตกกังวลในการสอบ

Spielberger (Spielberger, Gonzalez & Fletcher, 1979) ได้นิยามความวิตกกังวลใน การสอบ (test anxiety) ว่าหมายถึงลักษณะของบุคลิกภาพที่มีความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์ที่ จำเพาะเจาะจงในการสอบ โดยกระบวนการเกิดความวิตกกังวลในการสอบ ประกอบด้วยปัจจัย หลัก 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยทางด้านการคิดการเข้าใจ (cognitive factors) ได้แก่ กระบวนการเข้ารหัส การเก็บจำ และการส่งกลับข้อมูล และปัจจัยด้านผลกระทบทางจิตใจ (affective factors) ซึ่ง หมายถึง แรงจูงใจและสภาวะอารมณ์ที่มีผลต่อความตั้งใจ ได้แก่ แรงขับภายใน ความพยายาม ความเพียร พลังใจ เป็นต้น Spielberger ได้สรุปแนวคิดในการศึกษาความวิตกกังวลในการสอบ จากผู้วิจัยหลายๆคนว่า การศึกษาความวิตกกังวลในการสอบต้องอ้างอิงความแตกต่างระหว่าง บุคคล ในเรื่องความโน้มเอียงในการตอบสนองต่อความเครียดในการสอบ การศึกษาส่วนใหญ่ พบว่า ผู้ที่มีความวิตกกังวลในการสอบส่วนใหญ่มักมีประสบการณ์เหมือนกัน ในเรื่องต่อไปนี้

- ก. ลักษณะการแสดงออกถึงปฏิกิริยาทางอารมณ์ด้วยความรู้สึกตึงเครียด (tension)
- ข. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจของตนเองซึ่งแสดงถึงความตั้งใจ (attention)
- ค. การกระตุ้นหรือการเร้าของระบบประสาทอัตโนมัติ

ดังนั้นความวิตกกังวลในการสอบตามแนวคิดของ Spielberger จึงเป็นกระบวนการที่ สัมพันธ์กันทั้งความวิตกกังวลแบบ trait และแบบ state โดยบุคคลที่มีความวิตกกังวลแบบ trait ซึ่งเป็นบุคลิกเฉพาะบุคคลที่แตกต่างกัน เมื่อประเมินความคิดความเข้าใจ หรือความสามารถทาง สติปัญญาของตนเองจากประสบการณ์ในอดีต ซึ่งเป็นกระบวนการประมวลผลข้อมูลที่เกี่ยวข้อง เชื่อมโยงกับสภาวะอารมณ์ เช่นแรงจูงใจ ซึ่งจะไปกระตุ้นให้ระบบประสาทอัตโนมัติทำงานเพิ่มขึ้น

จึงแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อความวิตกกังวลในการสอบ ทั้งทางด้านจิตสรีระ และชีวเคมี แล้ว การเกิดความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในการสอบก็จะย้อนกลับมาสร้างลักษณะความวิตกกังวล การศึกษาความวิตกกังวลในการสอบ จึงมีทั้งการศึกษาจากการใช้มาตรวัดความวิตกกังวลในการสอบให้บุคคลประเมินตนเอง การตรวจการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาที่แสดงถึงความวิตกกังวล ไม่มั่นใจจากการพูดและการเคลื่อนไหวที่ไม่ประสานกัน การตรวจน้ำตาลในกระแสเลือดที่ร่วผ่านปัสสาวะ (Sarason & Mandler,1952; Luria,1932; Cannon,1929 cited in Spielberger,1979)

### ผลของความวิตกกังวล

การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านจิตสรีระและชีวเคมีเนื่องจากความวิตกกังวล มีผลต่อความสามารถในการรับรู้ การเรียนรู้ และพฤติกรรมที่แสดงออกหลายประการ ในที่นี้จะกล่าวถึงผลของความวิตกกังวลในการสอบ ซึ่งจากการศึกษาของ Deffenbacher (Deffenbacher, 1980 cited in Williams, Watts, MacLeod, & Mathews, 1997) สรุปผลของความวิตกกังวลได้ 4 ประการคือ

#### 1. ผลการเปลี่ยนแปลงด้านความสามารถในการสังเกต

การสังเกตได้แก่การรับรู้โดยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนัง ความสามารถในการสังเกตจะเพิ่มมากขึ้นหรือลดลงนั้น ขึ้นอยู่กับระดับของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลในระดับเล็กน้อย (mild level) จะช่วยทำให้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ตื่นตัวดีขึ้น สามารถรับรู้ได้ดีขึ้น การเก็บข้อมูลจะทำได้มากกว่าปกติ

ความวิตกกังวลระดับปานกลาง (moderate level) ยังคงทำให้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ตื่นตัวอยู่ และขอบเขตการรับรู้จะแคบลงจะพุ่งไปยังจุดที่สนใจเท่านั้น จะรับรู้เฉพาะสิ่งที่เลือกสรรแล้ว

ความวิตกกังวลในระดับรุนแรง (severe level) ทำให้บุคคลตื่นตัวมากขึ้นแต่ความสามารถในการรับรู้จะแคบลง ขอบเขตความสนใจน้อยลง จะสนใจเฉพาะเหตุการณ์เฉพาะหน้าขณะนั้น และยังสามารถบอกความสัมพันธ์ของเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้

ภาวะตื่นกลัวสุดขีด (panic level) การสังเกตจะแคบลงมากและไม่สามารถบอกความสัมพันธ์ของเหตุการณ์เฉพาะหน้าที่เกิดขึ้นได้



## 2. ผลการเปลี่ยนแปลงด้านสมาธิและความจำ

ความวิตกกังวลในระดับเล็กน้อยและระดับปานกลางจะทำให้สมาธิดีขึ้น ส่วนความวิตกกังวลระดับรุนแรงและภาวะตื่นกลัวสุดขีดนั้น จะทำให้สมาธิลดลง บุคคลในภาวะนี้จะกระสับกระส่ายไม่อยู่นิ่ง

ส่วนด้านความจำนั้น ความวิตกกังวลในระดับเล็กน้อยให้การจดจำได้มากขึ้น ทั้งนี้เนื่องมาจากความจำประกอบด้วย 3 ส่วนคือ การจดจำ (registration) การเก็บจำ (retention) และการจำได้ (recall) เมื่อมีความวิตกกังวลเล็กน้อยประสาทรับรู้ทั้ง 5 ตื่นตัวจึงรับข้อมูลมากขึ้น จดจำไว้มาก เก็บจำได้มาก และจำได้ ได้มากด้วย ดังนั้นถ้าการรับรู้ต่ำ ความจำก็เกิดน้อยและในบุคคลที่มีความวิตกกังวลรุนแรง มีภาวะตื่นกลัวสุดขีด ความจำจะเกิดได้น้อยมาก เพราะการรับรู้ต่ำนั่นเอง ดังนั้นถ้าให้บุคคลที่ตื่นกลัวสุดขีดเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จะเล่าได้ไม่ดีหรือเล่าไม่ได้เลย เพราะอาจไม่รู้สึกรู้ว่าทำอะไรลงไปบ้าง

## 3. ผลการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะในการเรียนรู้และการปรับตัว

ถ้าบุคคลมีความวิตกกังวลในระดับเล็กน้อย ถึงระดับปานกลาง และมีทักษะอยู่แล้ว บุคคลนั้นก็สามารถใช้ทักษะที่มีอยู่ในการเรียนรู้ ทำให้สังเกตวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ตรวจสอบความคิดเห็นกับบุคคลอื่น และสามารถทดสอบเหตุการณ์โดยใช้ประสบการณ์เก่าได้ดี

สำหรับบุคคลที่มีความวิตกกังวลในระดับรุนแรง ถึงระดับรุนแรงสุดขีด ไม่ว่าจะมีความรู้หรือไม่มีก็ตาม ก็ไม่สามารถใช้ทักษะในการเรียนรู้และการปรับตัว ในช่วงที่มีภาวะดังกล่าวได้ เพราะพฤติกรรมที่ออกมาอยู่ในรูปของพฤติกรรมอัตโนมัติ

## 4. ผลการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมที่แสดงออก

เมื่อเกิดความวิตกกังวลขึ้น พฤติกรรมที่แสดงออกส่วนมากเป็นพฤติกรรมแบบอัตโนมัติ ที่พบเห็นได้บ่อยๆ เช่น หงุดหงิด โกรธ โกรธาบ่น จู้จี้ บุคคลจะมีการปรับและเปลี่ยนพฤติกรรมที่แสดงออก ก็เพื่อลดหรือขจัดความกังวลที่เกิดขึ้น พฤติกรรมที่แสดงออกดังกล่าวจำแนกได้ 4 กลุ่มใหญ่คือ

4.1 พฤติกรรมที่แสดงถึงความรู้สึกภายใน (acting-out behavior) แบ่งออกได้ดังนี้ พฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้จากภายนอก (overt behavior) ได้แก่ ความหงุดหงิด โมโหง่าย โกรธ พุดจาชวนทะเลาะ กระสับกระส่ายไม่อยู่นิ่ง และพฤติกรรมที่อยู่ภายในไม่สามารถสังเกตเห็นได้ (covert behavior) เช่น ความรู้สึกขุ่นเคืองไม่เป็นมิตร และอาจมีพฤติกรรมที่แสดงออกในรูปแบบอื่น เช่น อาการและอาการแสดงของโรคจิตและโรคประสาท

4.2 พฤติกรรมเบี่ยงเบนความสนใจจากความวิตกกังวลไปสู่อาการเจ็บป่วยทางร่างกาย (somatizing) ได้แก่ ผู้ป่วยด้วยโรค psychosomatic ซึ่งทำให้ความสามารถในการทำสิ่งใดๆ ลดน้อยลง และเกิดพฤติกรรมหลีกเลี่ยงแบบต่างๆ ตามมาเพื่อนำตนเองออกจากสถานการณ์ ที่ไม่พึงพอใจนั้น

4.3 การชะงักงันอยู่ในภาวะที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล (freezing to the spot) ได้แก่ การถอนตัวหนีจากเหตุการณ์ (withdrawal) การเก็บกดความรู้สึกแล้วกลายเป็นอาการซึมเศร้า (depression) พฤติกรรมถดถอยไปสู่พัฒนาการในวัยต้นๆ (regression)

4.4 พฤติกรรมในรูปแบบความพยายามที่จะเข้าใจสาเหตุของความวิตกกังวล (using the anxiety in the service of learning) ด้วยการทำความเข้าใจวิธีการที่ตนเองใช้เพื่อขจัดความวิตกกังวล แล้วหาสาเหตุว่าอะไรทำให้ตนเองอึดอัดไม่สบาย และเรียนรู้จากประสบการณ์นี้ เช่น เมื่อไม่ได้อ่านหนังสือแล้วเข้าสอบ จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกหวาดหวั่นไม่มั่นใจ รู้สึกอึดอัดไม่สบายใจภายหลังสอบ ครั้งต่อมาถ้าบุคคลนั้นไม่ยอมมีประสบการณ์เช่นนั้นอีก บุคคลก็จะหาทางป้องกันโดยการอ่านหนังสือเตรียมตัวให้พร้อมก่อนสอบ

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### งานวิจัยเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูและความวิตกกังวลในวัยรุ่น

เนื่องจากไม่มีงานวิจัยโดยตรง ที่เป็นการศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการสอบ ในวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูทั้ง 4 แบบดังกล่าวข้างต้น แต่มีผลการศึกษาที่พบว่าการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกันทำให้วัยรุ่นมีพัฒนาการทางด้านจิตใจแตกต่างกัน โดยเฉพาะความแตกต่างด้านอารมณ์และบุคลิกภาพคือ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูบางแบบก่อให้เกิดความวิตกกังวลในวัยรุ่นดังนี้

Maccoby และ Martin (1983) ได้ศึกษากระบวนการสังคมประกิดในครอบครัว ซึ่งแสดงถึงการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยได้วิเคราะห์ผลการอบรมเลี้ยงดูพบว่า เมื่อพิจารณาเฉพาะมิติรัก โดยพ่อแม่แสดงการยอมรับและตอบสนองความต้องการของเด็ก จะทำให้เด็กมีสุขภาพจิตดีกว่าการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กรับรู้ว่ามีทั้งที่เข้มงวดกับเด็ก ด้วยการไม่ยอมรับและไม่ตอบสนองความต้องการของเด็ก แต่เมื่อร่วมกับพิจารณามิติเข้มงวดกวดขัน โดยพ่อแม่ควบคุมและเรียกร้องให้เด็กทำตาม และพบว่า พ่อแม่ที่รักเด็กนั้นมีทั้งที่เข้มงวดให้เด็กทำตามกฎ และพ่อแม่ที่ยึดหยุ่นมากกว่าควบคุมบังคับเด็กน้อยไม่ควบคุมเลย ซึ่งผลจากการที่พ่อแม่ควบคุมจะทำให้เด็กมีสุขภาพจิตที่ดีกว่า ที่สำคัญคือวิธีการควบคุมนั้นมี 2 วิธี คือ การควบคุมทางจิตและการควบคุมพฤติกรรมที่แสดงออก ผลพบว่าการควบคุมทางจิตจะทำให้เด็กมีสุขภาพจิตดีกว่า จึงทำให้เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่มีสุขภาพจิตที่ดีกว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบอำนาจควบคุม โดยทั้งการอบรมเลี้ยงดูดูแลเอาใจใส่ และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุมก่อให้เกิดความวิตกกังวลในเด็กได้ แต่การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุมนั้น พ่อแม่วางกฎเข้มงวดอย่างเป็นรูปธรรมว่าถ้าไม่ทำตามจะถูกลงโทษทางกายและหรือการลงโทษทางจิตด้วยเด็กจึงเกิดความวิตกกังวลว่าถ้าขัดขืนไม่ทำหรือทำผิดกฎนั้นก็จะถูกลงโทษให้ได้รับความเจ็บปวดทั้งกายและใจ ในขณะที่การอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ พ่อแม่จะปลุกฝังโดยใช้การควบคุมทางจิตใจให้เด็กเกิดความรู้สึกผิดขึ้นในใจและจะเกิดความวิตกกังวลขึ้นเมื่อตนจะทำพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง หรือไม่ทำตามคำแนะนำของพ่อแม่เด็กจึงเกิดความวิตกกังวลต่ำกว่า นอกจากนี้เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่จะมีความมั่นใจในตนเองสูง แต่เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุมจะขาดความมั่นใจในตนเอง มีลักษณะพึ่งพิงสูง จึงเกิดความวิตกกังวลสูงและไม่ค่อยมีความสุข (Baumrind, 1971)

Baumrind (1991) ได้ศึกษารูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 4 แบบ คือ แบบดูแลเอาใจใส่ แบบใช้อำนาจควบคุม แบบรักตามใจ และแบบปล่อยปละละเลย กับพัฒนาการของวัยรุ่น ผลพบว่ารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่นั้น จะทำให้วัยรุ่นมีพัฒนาการที่ดีที่สุด คือ เด็กจะมีความมั่นใจในตนเองมากที่สุด มีพฤติกรรมที่สังคมพึงประสงค์ที่สุด และแสดงให้เห็นว่ามีความสามารถทางพุทธิปัญญาดีที่สุดใน โดยเฉพาะพัฒนาการทางสังคมและบุคลิกภาพนั้น วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ สามารถปรับตัวตามสถานการณ์ได้ดี ควบคุมตนเองได้ดี มีลักษณะเป็นมิตร และแม้ว่าวัยรุ่นมักมีปัญหาพฤติกรรมเบี่ยงเบนหลายอย่าง แต่วัยรุ่นที่ได้รับการอบรม

เลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ มีปัญหาพฤติกรรมเบี่ยงเบนน้อยที่สุด ตรงกันข้ามกับวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ หรือแบบใช้อำนาจควบคุมเด็กจะมีความวิตกกังวลและมีลักษณะพึ่งพิงสูง ขาดความมั่นใจในตนเองตัดสินใจเองไม่ได้ นอกจากนี้ผลของการอบรมเลี้ยงดูทำให้วัยรุ่นมีพัฒนาการแตกต่างกัน ในเรื่องความสามารถในการใช้เหตุผล วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ทำให้เด็กรู้จักคิดพิจารณาเหตุการณ์โดยใช้เหตุผล สามารถประเมินได้ว่าจะตอบสนองต่อสถานการณ์นั้นอย่างไร จึงสามารถปรับตัวและใช้ชีวิตทั้งด้านส่วนตัวและสังคมได้ดี เพราะการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ เป็นพื้นฐานสอนให้วัยรุ่นเป็นผู้ที่มีลักษณะการใช้เหตุผลในการคิด ในขณะที่เด็กซึ่งขาดลักษณะการใช้เหตุผลในการคิดเนื่องจากได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ นอกจากจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงแล้วยังขาดความสามารถในการประเมินสถานการณ์ ทำให้ไม่สามารถกำหนดการตอบสนองได้โดยพิจารณาเหตุผล จึงมักมีความวิตกกังวลและรู้สึกผิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ขาดโครงสร้างที่มั่นคงทางบุคลิกภาพ ส่วนวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย จะมีปัญหาพฤติกรรมเบี่ยงเบนมากที่สุด รวมทั้งมีความวิตกกังวลสูงด้วย ทั้งนี้เนื่องจากเด็กขาดที่พึ่งทางด้านจิตใจ ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่ใดๆแม้แต่ในเรื่องสำคัญ จึงกดดันทำให้เด็กกลุ่มนี้มีความวิตกกังวลสูงด้วย

จากการศึกษารูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 4 แบบที่ประกอบด้วยมิติการอบรมเลี้ยงดู 2 มิติที่แตกต่างกันดังตารางในหน้าที่ 10 (Maccoby & Martin, 1983) และผลการวิจัยพฤติกรรมของวัยรุ่นแยกตามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ของผู้วิจัยดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูมีอิทธิพลหล่อหลอมบุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกันไปตามมิติการอบรมเลี้ยงดู ถ้าเป็นการอบรมที่อยู่ในมิติดีทั้งสองมิติ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ จะทำให้เด็กมีบุคลิกภาพที่ดี ส่วนการอบรมเลี้ยงดูอีก 3 รูปแบบ คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม แบบรักตามใจ และแบบปล่อยปละละเลยนั้น ซึ่งประกอบด้วยมิติการอบรมเลี้ยงดูทั้งด้านดีกับด้านด้อยหรือมิติด้านด้อยทั้ง 2 ด้านนั้นจะทำให้เด็กเกิดปัญหาทางบุคลิกภาพได้ทั้ง 3 แบบ โดยเฉพาะบุคลิกภาพแบบวิตกกังวล (trait anxiety) ทั้งสอดคล้องการศึกษาของ Spielberger พบว่าบุคลิกภาพแบบวิตกกังวลนั้นเป็นความวิตกกังวลแบบลักษณะ (trait anxiety) ที่มีลักษณะเฉพาะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล และความวิตกกังวลแบบ trait สูงก็จะเป็นตัวทำให้เกิดความวิตกกังวลแบบ state ซึ่งเป็นความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงด้วย ในขณะที่เดียวกันถ้าบุคคลเกิดความวิตกกังวลแบบ state ขึ้นๆกันก็จะทำให้เกิดความวิตกกังวลแบบ trait สูงด้วย เมื่อประกอบกับสาเหตุการเกิดความวิตก

กังวลของ Epstein (1972) แล้วจะเห็นได้ว่าการเกิดความวิตกกังวลแบบ trait แตกต่างกันตามบุคลิกภาพของบุคคลและสิ่งที่หลอหลอมให้บุคคลมีบุคลิกภาพแตกต่างกันมาตั้งแต่วัยทารก ก็คือการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน

ผลงานการวิจัยที่กล่าวไว้เบื้องต้น แสดงให้เห็นว่าการอบรมเลี้ยงดูมีความสำคัญในฐานะที่เป็นกระบวนการสังคมประกิดเบื้องต้น ที่จะส่งผลต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กนับแต่วัยทารกจนเติบโตเป็นผู้ใหญ่ โดยเฉพาะพัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ ความวิตกกังวลแบบ state ที่สำคัญคือความวิตกกังวลในการสอบ เป็นส่วนหนึ่งของปัญหาพัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ ที่พบได้บ่อยในวัยรุ่น เพราะว่าการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของวัยรุ่นนั้นก็เพื่อเป็นพื้นฐานในการศึกษาต่อระดับอุดมศึกษา และยังเกี่ยวข้องกับค่านิยมตามคาดหวังของครอบครัวที่มีต่อวัยรุ่นเพราะหมายรวมไปถึงอนาคตในการประกอบอาชีพ การสอบแต่ละครั้งจึงก่อให้เกิดความวิตกกังวลในวัยรุ่นได้ โดยเฉพาะนักเรียนที่เริ่มเข้าศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2541 ที่ประสงค์จะศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ซึ่งจะเป็นรุ่นแรกที่ต้องเผชิญกับความวิตกกังวลในการสอบทุกครั้ง ตลอดช่วง 3 ปี จนกว่าจะจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อทำแต้มเฉลี่ยสะสมในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายให้ดีที่สุด เนื่องจาก ตั้งแต่ปีการศึกษา 2542 กระทรวงศึกษาธิการโดยทบวงมหาวิทยาลัย ได้เปลี่ยนระบบการสอบเข้ามหาวิทยาลัย มาใช้การคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาระดับใหม่ ซึ่งคะแนนที่ใช้ตัดสินผลการสอบคัดเลือก ประกอบด้วยคะแนนผลการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 10 ร่วมกับคะแนนสอบวิชาหลักและวิชาเฉพาะ ร้อยละ 90 ซึ่งวิธีนำผลการเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมาใช้นั้น จะใช้ผลการเรียนที่ได้รับจากโรงเรียนที่สำเร็จการศึกษา และนำผลการเรียนไปแปลงเป็นคะแนนโดยวิธีทางสถิติ (ทบวงมหาวิทยาลัย, 2540) ดังนั้น จึงควรศึกษาความวิตกกังวลในการสอบ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งต้องทำคะแนนการสอบทุกครั้งให้ดีที่สุด นับตั้งแต่เริ่มเข้าเรียนและสอบกลางภาคต้นปีการศึกษา 2541 ซึ่งถ้าวัยรุ่นดังกล่าว เกิดความวิตกกังวลในการสอบแต่ละครั้งเกินกว่าระดับปกติย่อมส่งผลให้ประสิทธิภาพในการรับรู้และการเรียนรู้ลดต่ำลง และย่อมกระทบต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ทำคะแนนสอบได้น้อยกว่าที่ควรจะเป็น นอกจากนั้นยังมีผลเสียด้านอื่น ๆ ดังได้กล่าวมาแล้วในเรื่องผลของความวิตกกังวล ทำให้สุขภาพจิตของวัยรุ่นกลุ่มนี้ไม่ดีตามไปด้วย

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับอิทธิพลของรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูทั้ง 4 แบบคือรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ที่มีต่อพัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพของวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกัน จะเห็นได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลแบบ trait ได้ เพียงแต่ยังไม่มีการศึกษาความวิตกกังวลในการสอบซึ่งเป็นความวิตกกังวลแบบ state เปรียบเทียบกันระหว่างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของตัววัยรุ่นเอง จะทำให้วัยรุ่นมีความวิตกกังวลในการสอบแตกต่างกันหรือไม่

### วัตถุประสงค์การวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการสอบของวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกัน โดยวัดรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของตัววัยรุ่นเอง

### คำจำกัดความในการวิจัย

1. ความวิตกกังวลในการสอบ (Test Anxiety) หมายถึง ความรู้สึกอึดอัดไม่สบาย อันเนื่องจากการประเมินความน่าจะเป็นที่จะเกิดผลอันไม่พึงประสงค์ล่วงหน้า จากการคุกคามของสถานการณ์ในการสอบ ซึ่งประเมินได้จากมาตรวัดความวิตกกังวลแบบ state (State-Anxiety) ของ Spielberger (1983) ซึ่งจะประเมินความวิตกกังวลแบบtrait (Trait-Anxiety)ร่วมด้วยเพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

2. รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้ของตนเอง(Self-Perceived Parenting Styles) หมายถึง การที่เด็กรับรู้ถึงพฤติกรรมที่พ่อแม่ หรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อเด็กทั้งด้านคำพูดและการกระทำ ซึ่งเป็นการสื่อถึงความรู้สึก และอารมณ์ของผู้กระทำที่มีต่อเด็ก ในงานวิจัยนี้ประเมินรูป

แบบการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 4 แบบตามแนวคิดของ Baumrind (1971,1991) กับ Maccoby และMartin (1983)

2.1 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่ (Authoritative Parenting Style) หมายถึง การที่เด็กได้รับรู้ว่าพ่อแม่อบรมเลี้ยงดูโดยมีการควบคุม และเรียกร้องให้เด็กทำตามความต้องการของพ่อแม่ ในขณะที่เดียวกันพ่อแม่ก็ยึดตัวเด็กเป็นศูนย์กลาง ด้วยการยอมรับและตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก

2.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม (Authoritarian Parenting Style) หมายถึง การที่เด็กได้รับรู้ว่าพ่อแม่อบรมเลี้ยงดูโดยมีการควบคุม และเรียกร้องให้เด็กทำตามความต้องการของพ่อแม่ ในขณะที่เดียวกันพ่อแม่ก็ยึดตนเองเป็นจุดศูนย์กลาง ด้วยการปฏิเสธและไม่ตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก

2.3 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ (Permissive Parenting Style) หมายถึง การที่เด็กได้รับรู้ว่าพ่อแม่อบรมเลี้ยงดูโดยไม่มีการควบคุม และไม่เรียกร้องให้เด็กทำตามความต้องการของพ่อแม่ ในขณะที่เดียวกันพ่อแม่ก็ยึดตัวเด็กเป็นศูนย์กลาง ด้วยการยอมรับและตอบสนองต่อความต้องการทุกอย่างของเด็ก

2.4 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (Uninvolved Parenting Style) หมายถึง การที่เด็กได้รับรู้ว่าพ่อแม่อบรมเลี้ยงดูโดยไม่มีการควบคุม และไม่เรียกร้องให้เด็กทำตามความต้องการของพ่อแม่ ในขณะที่เดียวกันพ่อแม่ก็ยึดตนเองเป็นจุดศูนย์กลาง ด้วยการปฏิเสธและไม่ตอบสนองต่อความต้องการของเด็ก

3.วัยรุ่น หมายถึง นักเรียนที่กำลังชั้นมัธยมศึกษาปีที่4ในปีการศึกษา2541ทั้งชายและหญิง

## ขอบเขตการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการสอบของวัยรุ่น ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง โดยใช้มาตรวัดความวิตกกังวลของ Spielberg(1983) และประเมินรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 4 แบบ โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ตามแนวคิดของ Baumrind (1971,1991) กับ Maccoby และ Martin (1983)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย การวิจัยนี้ศึกษาเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาแบบสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตจังหวัด นครศรีธรรมราช จำนวน 120 คน เป็นเพศชายและเพศหญิงจำนวนเท่ากัน

### 3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 4 แบบ ได้แก่

-แบบดูแลเอาใจใส่

-แบบใช้อำนาจควบคุม

-แบบรักและตามใจ

-แบบเป็นปล่อยปละละเลย

3.2 ตัวแปรตาม คือ ความวิตกกังวลในการสอบ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบว่าการอบรมเลี้ยงดูแต่ละแบบ ทำให้เด็กวัยรุ่นมีความวิตกกังวลในการสอบ และ ความวิตกกังวลแบบ trait แตกต่างกันหรือไม่อย่างไร

2. ประโยชน์ทางด้านการประยุกต์ผลการวิจัย เพื่อเป็นแนวทางสำหรับนักจิตวิทยาการ และผู้ที่เกี่ยวข้องสนใจ นำไปใช้ทำความเข้าใจวัยรุ่น และพิจารณาวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสม เพื่อป้องกันหรือลดความวิตกกังวลในการสอบของวัยรุ่น