

การจูงใจภายใน (intrinsic motivation) เป็นการทำกิจกรรมที่มีจุดมุ่งหมาย ปลายทางอยู่ที่ตัวกิจกรรมนั้น บุคคลจะทำกิจกรรมนั้น ๆ เพราะอยากทำโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน นอกจากความพอใจของตนเท่านั้น เช่น การขับรถเล่นเพื่อความเพลิดเพลิน

ในชีวิตประจำวันนั้น คนเราจะทำกิจกรรมหรือแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ โดยการจูงใจทั้ง 2 ลักษณะนี้ประกอบกันเสมอ ไม่มีกิจกรรมใดที่เกิดจากการจูงใจภายในหรือการจูงใจภายนอก เพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่งโดยแท้จริง กิจกรรมบางอย่างอาจเกิดจากการจูงใจภายในมากกว่าการจูงใจภายนอก และกิจกรรมบางอย่างจะเกิดจากการจูงใจภายนอกมากกว่าการจูงใจภายใน ในบางครั้งเราอาจจะสังเกตเห็นพฤติกรรมบางอย่างที่ผู้กระทำมิได้หวังผลประโยชน์อื่นใดตอบแทนเลย นอกจากความพอใจที่ได้แสดงพฤติกรรมเท่านั้น ความพอใจที่ได้รับเป็นแรงเสริมกำลังใจตัวเอง แต่ความรู้สึกพอใจดังกล่าวนี้จะมีรากฐานมาจากประสบการณ์เดิม เป็นการเสริมสร้างที่เกิดจากสภาพแวดล้อมภายนอก ดังนั้น แรงเสริมกำลังใจในตัวเองก็ยังคงอาจกล่าวได้ว่ามีการจูงใจภายนอกรวมอยู่ด้วย

สิ่งสำคัญที่สุดประการหนึ่งในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ได้แก่ การส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการจูงใจภายใน แต่การเริ่มต้นให้เด็กเรียนโดยการจูงใจภายในโดยทันทีย่อมทำได้โดยยาก จำเป็นต้องอาศัยการจูงใจภายนอกเข้าช่วย เพื่อยุ้มนักเรียนให้เกิดความสนใจในการเรียนมีความรู้สึกพอใจที่ได้เรียนรู้ ต่อไปจึงค่อยลดแรงเสริมกำลังใจภายนอกลงทีละน้อย พยายามให้เด็กเรียนโดยการจูงใจภายในให้มากขึ้น

ตามแนวความคิดของการเรียนรู้โดยผลการกระทำ (Operant Conditioning) เชื่อว่าเด็กที่มีแรงจูงใจในการเรียนไม่จำเป็นจะต้องเป็นเด็กที่มีความใฝ่สูง หรือมีแรงกระตุ้นทางกายและแรงกระตุ้นทางสังคมอย่างมากเท่านั้น เพราะการจูงใจในการเรียนจะเกิดขึ้นจากแรงเสริมกำลังใจเกิดจากอัตราส่วน ระหว่างแรงเสริมกำลังใจกับการตอบสนองที่ถูกต้อง และเกิดจากการได้รับแรงเสริมกำลังใจในเวลาอันสมควรหากครูค่อย ๆ ลดอัตราส่วนระหว่างแรงเสริมกำลังใจกับการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องลงไปที่ละน้อย จะทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพอใจที่ได้ทำกิจกรรมนั้น ๆ มากขึ้นอันเป็นลักษณะของแรงเสริมกำลังใจในตัวเอง การเสริมสร้างการจูงใจการเรียนของเด็กตามหลักการของการเรียนรู้ โดยผลการกระทำมีสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึง ดังนี้

สิ่งเร้าควบคุมพฤติกรรม (Stimulus control) เราทราบที่อยู่แล้วว่าความสนใจของเด็กจะมีอิทธิพลต่อผลการเรียนรู้ หากเราสามารถส่งเสริมให้เด็กสนใจวิชาคณิตศาสตร์ได้แล้ว จะทำให้เด็กเรียนวิชาคณิตศาสตร์ได้ดีขึ้น แต่เราจะส่งเสริมหรือช่วยยั่วยุให้เด็กเกิดความสนใจขึ้นได้อย่างไร วิธีการอย่างหนึ่งในการสร้างเสริมความสนใจคือ การใช้สิ่งเร้าควบคุมพฤติกรรมหมายถึง การกำหนดเงื่อนไขบางอย่างให้เป็นสิ่งเร้าสำหรับพฤติกรรมที่ต้องการ เช่น ครูที่ต้องการให้นักเรียนทำการบ้านคณิตศาสตร์เสมอ เพื่อให้ผลการเรียนวิชานี้ดีขึ้น อาจกำหนดเงื่อนไขในการเรียนวิชานี้ว่า ผลการเรียนวิชาคณิตศาสตร์จะถือคะแนนจากการบ้าน 50% และคะแนนจากการสอบไล่ 50% การกำหนดเงื่อนไขดังนี้จะเป็นสิ่งเร้าที่ทำให้นักเรียนทำการบ้านสม่ำเสมอมากขึ้น

สิ่งเร้าควบคุมพฤติกรรมอาจจะเป็นสิ่งชวนใจ (incentive) ก็ได้ แรงเสริมกำลังและสิ่งชวนใจมีความแตกต่างกันอยู่เล็กน้อย คือ สิ่งชวนใจจะหมายถึงสัญญาหรือความหวังเกี่ยวกับแรงเสริมกำลัง เช่น การชมเชยเป็นแรงเสริมกำลัง แต่ความหวังว่าจะได้รับคำชมเชยเป็นสิ่งชวนใจ ครูอาจใช้สิ่งชวนใจ เป็นสิ่งเร้าควบคุมพฤติกรรมของนักเรียนได้หลายลักษณะ

การจูงใจและความคับข้องใจ (Frustration)

ความคับข้องใจหมายถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นเนื่องจากความผิดหวัง ไม่สมหวัง ไม่สามารถสนองความต้องการที่เกิดขึ้น ความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้เกิดปฏิกิริยาต่อความผิดหวังที่เรียกว่า พฤติกรรมแสดงความคับข้องใจ (frustrated behavior) สถานการณ์ในโรงเรียนอาจจะทำให้นักเรียนเกิดความคับข้องใจได้ โดยการที่ครูเข้ามาเป็นอุปสรรคขัดขวางการแสดงพฤติกรรมอันเกิดจากสิ่งชวนใจ หรืออาจเกิดจากการไม่ได้รับแรงเสริมกำลังภายหลังการแสดงพฤติกรรมก็ได้

พฤติกรรมที่เกิดจากความคับข้องใจมักจะเป็นพฤติกรรมที่สังคมไม่ยอมรับ เป็นพฤติกรรมที่ขัดต่อระเบียบแบบแผนหรือประเพณีนิยมในสังคม ผลที่เกิดจากความคับข้องใจอาจเกิดขึ้นในทันทีทันใด หรือเกิดผลในระยะหลังก็ได้ กล่าวคือ

1. ความกระวนกระวายและความเครียดทางอารมณ์ (Restlessness and Tension) เป็นผลของความคับข้องใจที่เกิดขึ้นในทันทีทันใด ความกระวนกระวายจะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่แสดงความไม่พึงพอใจ เช่น การบ่นว่า หรือการถอนหายใจแรง ๆ พฤติกรรมที่แสดงถึงความเครียดทางอารมณ์ ได้แก่ การกำหนด อាកการขวยเขิน ตัวสั่น เป็นต้น เด็กที่มีความเครียดทางอารมณ์อาจจะดูคิ้วหรือกั้ตเล็บเพื่อระบายอารมณ์ ผู้ใหญ๋บางคนอาจใช้บุหรี่หรือหมากฝรั่งเป็นเครื่องช่วยลดความหงุดหงิดและความเครียดก็ได้

2. ความเฉยเมยเชื่องซึม (Apathy) ความคับข้องใจอาจทำให้คนบางคนมีปฏิกิริยาตอบสนองที่รุนแรง ก้าวร้าว แต่บางคนก็มีอาการตรงกันข้าม คือ ทำให้เกิดอาการเชื่องซึมเฉยเมย เฉื่อยชา หรือหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์นั้น เราไม่อาจทราบได้แน่นอนว่าเหตุใดสิ่งเร้าอย่างเดียวกันจึงทำให้เกิดพฤติกรรมที่แตกต่างกัน แต่เราอาจอนุมานได้ว่าการเรียนรู้ส่วนเกี่ยวข้องด้วย หากเด็กแสดงอาการก้าวร้าวแล้วได้รับผลตามความมุ่งหมาย สามารถสนองความต้องการของตนได้ ในโอกาสต่อไปหากเขาประสบกับความคับข้องใจอีก เขาก็จะแสดงอาการก้าวร้าวอีก เพื่อให้สามารถสนองความต้องการของเขา ส่วนเด็กที่ใช้การก้าวร้าวแล้วไม่เกิดผล ไม่สามารถสนองความต้องการของตนได้ ก็อาจจะเกิดความรู้สึกเฉยเมย ยอมรับสภาพการณ์นั้น ๆ โดยคุณิยภาพ หากอุปสรรคที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่เด็กรู้สึกว่ไร้สาระ เด็กก็อาจจะใช้วิธีการวางเฉยเมยหรือหลีกเลี่ยงมากกว่าการแสดงความโกรธหรือการดื้อดึงเอาชนะ

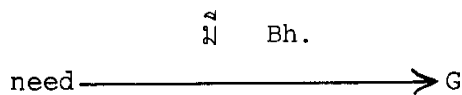
3. ความเพ้อฝัน (Fantasy) หากเผชิญกับปัญหาที่ยุ่งยากจนเกินไป คนเราอาจจะใช้วิธีเลี่ยงไปสู่ตลกแห่งความฝัน เพื่อให้สามารถสนองความต้องการได้ตามจินตนาการที่สร้างขึ้น ซึ่งไม่ใช้การแก้ปัญหาตามสภาพความเป็นจริง เช่น เมื่อประสบปัญหายุ่งยากทางการเงินก็อาจจะใช้วิธีเพ้อฝันว่าได้รับรางวัลจากการประกวดร้องเพลง มีผู้ว่าจ้างให้ไปทำงานพิเศษที่มีรายได้สูงชุกพบทรัพย์สมบัติที่ซ่อนอยู่ เป็นต้น การเพ้อฝันไม่สามารถแก้ปัญหายุ่งยากได้ เพราะเมื่อเลิกฝันปัญหาเดิมก็จะกลับปรากฏขึ้นมาอีก บุคคลทั่วไปยอมเคยแก้ปัญหาวันวายได้โดยวิธีการเช่นนี้บ้างเป็นบางครั้ง แต่ถ้าใช้วิธีนี้เพื่อหลีกเลี่ยงสภาพการณ์อันแท้จริงในชีวิตอยู่ตลอดเวลา ย่อมแสดงถึงความผิดปกติ

4. การยึดทำ (Stereotype) ความคับข้องใจอาจจะทำให้เกิดพฤติกรรมประเภท ยึดทำขึ้นได้ การแก้ไขปัญหาคืออาศัยการเปลี่ยนแปลงวิธีการ ค้นหาแนวทางใหม่แทนวิธีการเดิม ที่ไม่เกิดผล แต่หากบุคคลประสบกับความผิดหวังอยู่เสมอ มีความคับข้องใจอยู่ตลอดเวลาการ เปลี่ยนแปลงวิธีการเพื่อแก้ไขปัญหาก็จะลดลงอย่างเห็นได้ชัด และหากความคับข้องใจรุนแรงขึ้น เขาอาจจะไม่ยอมเปลี่ยนแปลงวิธีการใหม่อีกต่อไป แต่จะพยายามทำซ้ำ ๆ อยู่เช่นนี้เรื่อยไปทั้ง ๆ ที่มองเห็นแล้วว่าไม่มีทางจะประสบผลสำเร็จได้เลย

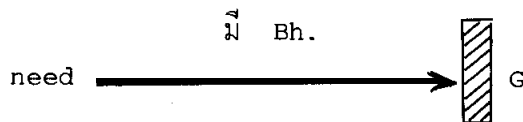
ความสัมพันธ์ระหว่าง "การปรับตัว" กับ "ความคับข้องใจ" และ "ความขัดแย้งในใจ"

ความคับข้องใจคือ Frustration ในขณะที่ความขัดแย้งในใจคือ Conflict ทั้ง 2 เรื่องนี้มีความเกี่ยวข้องกับการปรับตัวเป็นอย่างยิ่ง

เนื่องจากการปรับตัวเป็นเรื่องของการทำให้เกิดความสมดุลย์ขึ้นภายในอินทรีย์ วิธีการ ทำให้เกิดความสมดุลย์ประการหนึ่งก็คือ การสนองตอบความต้องการที่เกิดขึ้น



จากภาพ แสดงให้เห็นว่า เมื่ออินทรีย์มีความต้องการเกิดขึ้น อินทรีย์จะแสดงพฤติกรรม เพื่อไปสู่เป้าหมาย (Goal) ที่ประสงค์ การถึงเป้าหมายเหล่านั้นทำให้เกิดความสมดุลย์ขึ้น ลด ความกระวนกระวายลง จากสภาพความจริงที่ปรากฏ เราทราบได้ว่าอินทรีย์มีอาจสนองความ พ้อใจหรือไปถึงเป้าหมายที่ประสงค์ไว้ทุกครั้งเสมอไป เพราะมีอุปสรรคหรือเหตุจำเป็นบาง ประการมาขวางกั้นไว้ ซึ่งอาจแสดงได้จากภาพ



อุปสรรคที่มาขวางกั้นมีหลายรูปแบบ แต่ละรูปแบบมีลักษณะเฉพาะตัว ดังนี้คือ

1. **Physical Obstacles** อุปสรรคทางกายภาพ ได้แก่ความเป็นไปของสิ่งแวดล้อม รอบตัว ที่ขัดขวางมิให้อินทรีย์มีพฤติกรรมไปถึงเป้าหมายที่ต้องการ เช่น ต้องการเสื้อผ้ามาสวมใส่ แต่ยากจน ไม่มีเงินซื้อเสื้อผ้า ต้องการอาหาร แต่ไม่มีอาหารขาย เนื่องจากสังคมอยู่ในสภาพที่

ขาดแคลนดังเช่นในประเทศโปแลนด์ เป็นต้น

2. Social Obstacles อุปสรรคทางสังคม ได้แก่ข้อกำหนดต่าง ๆ ทางสังคม ซึ่งทุกคนจะต้องยึดถือและปฏิบัติร่วมกัน ฝ่าฝืนมิได้ เช่น กฎหมาย ระเบียบ ข้อตกลงทางสังคมที่สมาชิกส่วนใหญ่มีความเห็นพ้องต้องกันและยึดถือปฏิบัติร่วมกันมา ขนบธรรมเนียมประเพณี ความเชื่อ ค่านิยม เป็นต้น สิ่งเหล่านี้บางครั้งเป็นอุปสรรคซึ่งขัดขวางมิให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อสนองความต้องการของตน

3. Personal Obstacles อุปสรรคอันเนื่องมาจากบุคคลผู้นั้นโดยตรง เช่น ความสามารถ ความถนัด ความพร้อมที่ย่อหย่อน หรือล้าหลัง ทำให้บุคคลดังกล่าวไม่สามารถสนองความต้องการของตนได้อย่างเต็มที่ สุขภาพไม่ดี มีโรคประจำตัวหลายชนิด แต่อยากเป็นนักกีฬาที่มีชื่อเสียง จากที่กล่าวมานั้นจะพบว่า อุปสรรคที่ทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายได้ มีสาเหตุมาจากคุณสมบัติส่วนตัวของผู้นั้นเป็นสำคัญ

สภาพการณ์ที่มีอุปสรรคมาขัดขวางไม่ให้ไปถึง Goal ได้นั้นทำให้เกิดความกระวนกระวาย ขาดความสมดุลย์ทางอารมณ์ ความรู้สึก เราเรียกลักษณะนี้ว่า "Frustration" จำเป็นต้องมีการปรับตัวในลักษณะใดลักษณะหนึ่งขึ้น เช่น เปลี่ยนเป้าหมาย (Goal) ใหม่ หรือเปลี่ยนความต้องการ (need) หรือเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะไปสู่เป้าหมายนั้น ๆ ทำให้การสนองตอบความต้องการเป็นจริงได้มากขึ้น ซึ่งจะทำให้เกิดความสมดุลย์ตามมา

มีการทดลองหลายครั้งที่ยืนยันว่า คนและสัตว์เมื่อประสบความล้มเหลวในการบรรลุเป้าหมายครั้งแรก คนหรือสัตว์เหล่านั้นจะทำพฤติกรรมเดิมซ้ำสอง เช่น การหมุนโทรศัพท์ใหม่อีกครั้งหนึ่ง หลังจากที่ไม่ประสบความสำเร็จในการหมุนครั้งแรก ลองสอบอีกครั้ง หลังจากที่เคยสอบตกมาแล้ว กตบาริอีกครั้งหลังจากที่ไม่ประสบความสำเร็จจากการกระทำครั้งแรก เป็นต้น และยิ่ง Goal อยู่ใกล้มากเท่าใด ความรุนแรงของพฤติกรรมที่มุ่งสู่ goal นั้นจะมากขึ้นด้วย

ประสบการณ์ประจำวันของเราอาจเกิด Frustration ได้หลายครั้งแต่อาจไม่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตมากนัก เว้นแต่ Frustration นั้นเกิดขึ้นจากความต้องการอันวิกฤต (critical need) ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีความต้องการดังกล่าวนั้นแตกต่างกันไป

เราจะพบความจริงอีกประการหนึ่งคือ บางครั้งเรามีความต้องการตั้งแต่ 2 ชนิดขึ้นไป ความต้องการเหล่านั้นไปด้วยกันไม่ได้ แต่ต้องการการสนองตอบในเวลาเดียวกัน สภาพการณ์ดังกล่าวนี้ทำให้เรามีความขัดแย้งในใจ (Conflict) เกิดขึ้น Conflict มี 3 ประเภท ดังนี้

1. **Approach-Approach Conflict** คือสภาพที่เรามีความต้องการ 2 ชนิดเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน แต่เรามีอาจสนองตอบความต้องการนั้นได้ครบถ้วน ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว เช่น ต้องการเป็นคาราที่มีชื่อเสียงกับต้องการเป็นนักศึกษาที่คงแก่เรียนในลักษณะเช่นนี้ ความต้องการที่มีพลังมากกว่าจะเป็นฝ่ายชนะในที่สุด

2. **Avoidance-Avoidance Conflict** เกิดในสภาพการณ์ที่เราต้องเข้าใกล้สิ่งอันเราไม่พึงประสงค์ตั้งแต่ 2 ชนิดขึ้นไป และเราต้องการหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น เช่น ไม่ต้องการลาออกจากงาน แต่ขณะเดียวกันก็ไม่ต้องการเป็นลูกน้องของนายคนเดิม เป็นต้น

3. **Approach-Avoidance Conflict** เกิดในสภาพการณ์ที่เป้าหมายอันพึงประสงค์นั้น มีทั้งสิ่งที่เราต้องการและไม่ต้องการควบคู่กันอยู่ เช่น ต้องการเรียนวิชาจิตวิทยาเป็นวิชาเอก แต่ไม่ต้องการเรียนวิชาจิตวิทยาบางรายวิชาซึ่งเป็นวิชาบังคับเอกนั้น เป็นต้น

สภาพ Conflict ที่เกิดขึ้นทั้ง 3 ประการ มีผลกระทบต่อการปรับตัวทำให้บุคคลหนึ่ง ๆ มีการลังเลใจ ตัดสินใจไม่ได้ แก้ปัญหาไม่ตรงจุด และมีผลต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมของอินทรีย์ ทำให้เกิดการใช้กลวิธีป้องกันตัวต่าง ๆ มีผลกระทบต่อสุขภาพจิต และความสมดุลทางจิตใจของคนเรา

การปรับตัวในวัยเด็ก

เนื่องจากวัยเด็กเป็นรากฐานของชีวิต การปรับตัวในวัยเด็กจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญต่อบุคคลหนึ่ง ๆ มิใช่น้อย ในที่นี้จะแยกกล่าวเป็นเรื่อง ๆ คือ

1. **การปรับตัวทางกายภาพ** การปรับตัวทางกายภาพเกิดขึ้นอย่างชัดเจน ตั้งแต่ภายหลังการคลอดใหม่ ๆ เด็กจะปรับตัวในเรื่องของการกินอาหาร การขับถ่าย การปรับอุณหภูมิในร่างกาย และการหายใจ เมื่อเติบโตไประยะหนึ่ง เด็กจะมีการปรับตัวในด้านประสาทสัมผัส

การเคลื่อนไหว การรับประทานอาหารแข็ง นอนน้อยลง เคลื่อนไหวมากขึ้น ปรับตัวในเรื่องของการพูด (โดยเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการออกเสียง) มีความอยากรู้อยากเห็น มีการลองผิดลองถูก เกิดการเรียนรู้ต่างๆ ทางกายภาพหลายประการ เช่น การเรียนรู้ต่อสิ่งที่เป็นอันตราย ซึ่งทำให้เด็กปรับตัวโดยการหลีกเลี่ยงจากสิ่งทำให้เกิดอันตรายเหล่านั้น

2. การปรับตัวทางจิตวิทยา แต่ละวัยของเด็กมีกิจกรรมพัฒนาการแตกต่างกันออกไป ช่วง 1 ขวบแรก มีการเจริญเติบโตทางกายภาพและมีการปรับตัวหลายด้าน เด็กเริ่มให้ความสนใจและมีการสนองตอบต่อสิ่งเร้า มีการโต้ตอบและกระทำต่อผู้อื่น เรียนรู้ที่จะรักและผูกพันกับผู้อื่น โดยเฉพาะแม่ซึ่งเป็นผู้สนองตอบความต้องการและเกี่ยวข้องกับเด็กมากกว่าผู้อื่น ในช่วงที่ 2 เด็กเริ่มแสดงความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เริ่มสำรวจและกระทำต่อสิ่งแวดล้อมพฤติกรรมเริ่มมีจุดมุ่งหมายชัดเจน ลดการพึ่งพิงผู้อื่น มีการเรียนรู้ถึงความเป็นไปของโลกภายนอกมากขึ้น ในวัยก่อนเข้าเรียน (3-5 ขวบ) การปรับตัวทางจิตวิทยาจะปรากฏในลักษณะของการแสดงความสามารถต่างๆ ด้วยตนเอง เนื่องจากวุฒิภาวะทางสติปัญญา และทางกายภาพมีมากขึ้น มีการสำรวจ ลองทำพฤติกรรมต่างๆ และสร้างความมั่นใจแก่ตนเอง จากการเรียนรู้ในสภาพการณ์จริงที่เกิดขึ้นรอบตัว พัฒนารูปแบบของพฤติกรรมเฉพาะเพศของตน ลดการยึดตนเองลง เริ่มมีเหตุผลมากขึ้น ก่อตั้งความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ให้ความสนใจต่อผู้อื่นและเริ่มแสดงท่าทีที่จะมีความสัมพันธ์เชิงกลุ่ม แต่พฤติกรรมระหว่างสมาชิกในกลุ่มยังเป็นไปตามยถากรรม ขาดกฎเกณฑ์ และการร่วมมือกันอย่างแท้จริง

เมื่อเด็กเริ่มเข้าสู่โรงเรียน (อายุประมาณ 6 ขวบเป็นต้นไป) จะแสดงลักษณะของการเอาจริงเอาจัง มุ่งมั่น ประกอบกับมีวุฒิภาวะเกิดขึ้นหลายด้าน ดังนั้น พฤติกรรมและการแสดงออกจึงเริ่มมีระบบ มีการทำตามกฎเกณฑ์ให้ความสนใจต่อผู้อื่นร่วมกันทำกิจกรรมเป็นกลุ่ม ปรับตัวต่อผู้อื่นที่มาเกี่ยวข้องกับตน ปรับตัวต่อระเบียบวินัยและบรรทัดฐานของสังคม เด็กที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะเติบโตเป็นผู้ที่ทำอะไรจริงจัง ไม่รู้สึกด้อย และไม่รู้สึกว่าตนไร้ความสามารถ

เนื่องจากเด็กมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับสถาบันครอบครัว และโรงเรียน ดังนั้น

ในการพิจารณาถึงการปรับตัวของเด็กจะต้องเกี่ยวข้องกับสถาบันดังกล่าวตลอดเวลา เพื่อให้
เกิดความกระจำจืด จึงขอกล่าวถึงการปรับตัวที่เกิดขึ้นในสถาบันทั้ง 2 ดังนี้

1. การปรับตัวในครอบครัว การปรับตัวเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับอินทรีย์ตลอดเวลา ครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่เกี่ยวข้องใกล้ชิดกับเด็ก จึงมีอิทธิพลต่อการก่อตั้งและปลูกฝังคุณลักษณะต่าง ๆ ในตัวเด็ก เด็กแต่ละคนต้องปรับตัวต่อการให้อาหาร การให้ความรักความอบอุ่น จำนวนพี่น้อง ลำดับการเกิด วิธีการอบรมเลี้ยงดู การสนองตอบความต้องการ การให้รางวัลและการลงโทษ การควบคุมพฤติกรรมต่าง ๆ ตลอดจนความคาดหวังที่บิดามารดามีต่อตน เด็กจะสังเกตและเรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกต่าง ๆ ในครอบครัว และปรับตัวให้สอดคล้องกับสภาพการณ์นั้น ๆ เช่น เรียนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงการลงโทษจากพ่อ โดยการพยายามทำดีเพื่อชดเชยความผิด เป็นต้น

2. การปรับตัวในโรงเรียน โรงเรียนและบ้านมีความแตกต่างกันระยะแรกที่เด็กไปโรงเรียน ต้องเผชิญกับสิ่งแปลกใหม่หลายประการ มีคนแปลกหน้าวัยเดียวและต่างวัยกับตน ต้องงดเว้นซึ่งพฤติกรรมบางชนิดและต้องกระทำพฤติกรรมบางอย่าง สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กสับสน ขาดความสุข ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อเวลาผ่านไปเด็กจะปรับตัวต่อสิ่งแปลกใหม่เหล่านี้ได้ สามารถแสวงหาความสุขและความพอใจจากการร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ กับผู้อื่น การปรับตัวในโรงเรียน เน้นหนักไปในเรื่องใหญ่ ๆ 2 ด้านคือ

- **การปรับตัวต่อการเรียนการสอน** ได้แก่ การปรับตัวต่อบทเรียน กิจกรรมการเรียน ความสามารถในการปรับตัวนี้สังเกตได้จากการติดตามบทเรียนได้ทัน รับรู้ เข้าใจและเกิดการเรียนรู้ แสดงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้ประจักษ์ความสามารถในการปรับตัวที่กล่าวนี้ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาวะ ลักษณะทางอารมณ์ และบุคลิกภาพของเด็กแต่ละคน

- **การปรับตัวทางสังคม** ได้แก่ การปรับตัวต่อเพื่อนวัยเดียวกัน เพื่อนต่างวัย การทำตามกฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของโรงเรียน เป็นต้น ความสามารถในการปรับตัวนี้สังเกตได้จากการเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม เป็นที่รักของเพื่อน ร่วมมือและร่วมกิจกรรมต่าง ๆ กับผู้อื่น แสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับบรรทัดฐานของสังคม สามารถสนองตอบความต้องการของกลุ่ม โดยที่ยังคงความเป็นตัวของตัวเองไว้ได้ การปรับตัวดังกล่าวนี้จะนำไปด้วยดีหากเด็กได้รับการชี้แนะและช่วยเหลืออย่างทันท่วงที ความเข้าใจ การยอมรับ การให้รางวัลหรือคำชมเชย การ

สนองตอบความต้องการของเด็กอย่างเหมาะสม จะช่วยให้เด็กมีการปรับตัวได้ดียิ่งขึ้น

การปรับตัวในสถานการณ์ตึงเครียด

เนื่องจากการปรับตัวเกิดขึ้นตลอดเวลา จึงอาจแบ่งการปรับตัวไปตามสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นได้ 2 ประเภท คือ การปรับตัวในสถานการณ์ปกติ และการปรับตัวในสถานการณ์ตึงเครียด การปรับตัวประการแรกมุ่งถึงการปรับตัวอันเกิดขึ้นในสถานการณ์ที่ไม่ซับซ้อน และสร้างความตึงเครียดแก่นักรียนมากนัก เช่น นักศึกษาไม่สามารถฟังคำบรรยายได้ชัดเจน จึงเปลี่ยนที่นั่ง โดยเข้าใกล้อาจารย์ผู้สอนมากขึ้น เพื่อนร่วมห้องเปิดวิทยุขณะที่เราทำงาน เราก็ยังทำงานมีประสิทธิภาพเช่นเดิม เป็นต้น บางครั้งการปรับตัวอาจเกิดในสถานการณ์ที่อันตรัยถูกคุกคามซับซ้อน เรา มีความคับข้องใจ ไม่สามารถสนองความต้องการของตนได้ การปรับตัวที่เกิดขึ้นเช่นนี้ เรียกว่าการปรับตัวในสถานการณ์ตึงเครียด เช่น ช่วงของการเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยของนักเรียน ม.ศ.ปลาย ช่วงของการเตรียมตัวเพื่อเข้าชิงเหรียญทองของนักกีฬา ช่วงเวลาที่เด็กถูกทอดทิ้งไม่ได้รับการดูแล เอาใจใส่จากบิดามารดา เป็นต้น วิธีการปรับตัวในสถานการณ์ตึงเครียดเหล่านี้มีดังนี้ คือ

1. **แสดงพฤติกรรมทางตรง (Direct-Action)** เป็นการแสดงพฤติกรรมตรงไปตรงมา เพื่อจัดสิ่งที่ยอมรับและทำให้เราขาดความมั่นใจ พฤติกรรมนี้มุ่งไปยังสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความตึงเครียด และเกิดขึ้นเพื่อลดความคับข้องใจของอันตรัยนั้น ๆ

ลักษณะของพฤติกรรมทางตรงได้แก่

ก. การเผชิญกับสถานการณ์นั้นตรง ๆ เช่น สู้เมื่อถูกทำร้าย ตอบโต้เมื่อถูกรุกราน อีกรูปแบบหนึ่งของการเผชิญต่อสถานการณ์นั้นก็คือ การเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น วางแผนในการอ่านหนังสือ เพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย วางแผนในการฝึกซ้อมอย่างจริงจังก่อนการชิงเหรียญทอง เป็นต้น การเตรียมตัวเกิดขึ้นได้หลาย ๆ รูปแบบ ใอย่างใรก็ตาม แต่ละรูปแบบเป็นไปเพื่อให้อันตรัยนั้น ๆ สามารถก้าวล่วงอุปสรรคต่าง ๆ ไปถึง Goal ใต้นั้นเอง

ข. การหลีกเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงหนี บางครั้งเราอาจหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เราเกิดความตึงเครียดได้ เช่น ปฏิเสธที่จะเป็นผู้พูดหน้าเวที เนื่องจากทราบดีว่าตนพูดได้ไม่ดีนัก และมีความประหม่า หลีกเลี่ยงในการสอบเข้ามหาวิทยาลัย โดยไปสมัครเรียนในมหาวิทยาลัยเปิด เป็นต้น

ค. การหมดสติ หมดความสามารถในการตอบโต้ เมื่อสถานการณ์ทำให้เกิดความตึงเครียดมีความรุนแรง บุคคลอาจเผชิญสถานการณ์นั้นในลักษณะหมดสติ หมดความสามารถในการตอบโต้ เช่น ทหารในสมรภูมิ ถูกข้าศึกกรูกลงนวม ไม่อาจตอบโต้ใด ๆ ได้ ต้องยอมจำนนนักเรียนทุจริตในการสอบ ครูจับได้พร้อมหลักฐานชัดเจน นักเรียนตกตะลึง และรับผิออย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ เป็นต้น

2. การแสดงพฤติกรรมทางอ้อม เกิดขึ้นโดยอาศัยกลวิธานป้องกันตัว (Defense Mechanism) ซึ่งเป็นกระบวนการที่ทำให้อินทรีย์คงความเคารพต่อตนเองไว้ รักษาหน้าของตน และทำให้ผู้อื่นยังคงยอมรับในตัวเรา กระบวนการเหล่านี้เป็นไปเพื่อลดความคับข้องใจ และความตึงเครียดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับอินทรีย์นั้น ๆ กลวิธานป้องกันตัวที่เกิดขึ้นกับเด็กอยู่เสมอ ๆ ได้แก่

ก. การเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบ (Identification) เกิดขึ้นจากการที่เด็กรับเอาพฤติกรรมของใครบางคนมาเป็นของตน และประพฤติปฏิบัติพฤติกรรมนั้นเสมอ ๆ บุคคลที่เด็กเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบ มักจะเป็นที่รักของเด็ก บางครั้งอาจเป็นบุคคลที่เด็กเคยมุ่งร้ายมาก่อน เช่น เด็กชายเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบจากบิดาของเขาในขั้น Phallic Stage ของ Freud

ข. การย้ายแหล่ง (Displacement) บางครั้งเราไม่อาจสนองความต้องการ/แรงขับ ของตนได้เสมอไป เนื่องจากเงื่อนไขของสังคม และสิ่งแวดล้อมแรงขับเหล่านั้นจึงถูกแสดงออกไปในทิศทางอื่น ที่ทำให้เรามีความสบายใจเกิดขึ้น เช่น โกรธพ่อแต่ไม่อาจเตะพ่อได้ จึงเตะสุนัขแทน เป็นต้น สิ่งเร้าใหม่ที่ทดแทนสิ่งเร้าเดิมอาจมีความสัมพันธ์หรือไม่มีความสัมพันธ์ต่อกันก็ได้

ค. การถดถอย (Regression) เป็นการแสดงพฤติกรรมย้อนกลับไปยังอดีต เช่น คุณนิว กัดเล็บ บัสสาวะรดที่นอน พุดไม่ซัด พฤติกรรมดังกล่าวเคยประพฤติปฏิบัติในวัยเด็กเล็ก ๆ และมีการตีตราฝังอยู่ในใจของบุคคลผู้นั้น เมื่อเขาเติบโตขึ้น และต้องเผชิญกับความตึงเครียด จะแสดงพฤติกรรมดังกล่าวมานั้น อีกครั้งหนึ่ง การถดถอยนี้มักจะปรากฏอย่างชัดเจนในเด็ก

ง. การชดเชย (Compensation) เมื่อบุคคลมีข้อจำกัดบางประการจะพยายามชดเชยข้อจำกัดนั้นด้วยสิ่งอื่นที่เขาทำอยู่เช่น เรียนไม่เก่ง แต่เอาดีทางการกีฬา หน้าตาไม่สวย แต่มีมนุษยสัมพันธ์ดี เป็นต้น การชดเชยนี้ปรากฏอย่างชัดเจนทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

จ. การถอยหนี (Withdrawal) เป็นการถอยหนี หลีกหนี จากสถานการณ์ที่อาจเป็นอันตรายหรือข่มขู่ ตัวเรา เช่น หลีกหนีการพบปะผู้คน เนื่องจากเกรงว่าบุคคลเหล่านั้นจะมองเห็นปมด้อยของตน การถอยหนีอีกประเภทหนึ่ง เป็นการถอยหนีทางอารมณ์ พยายามขึ้นอารมณ์ของตนไม่ให้คล้อยตามสิ่งแวดล้อมรอบตัว กลวิธานนี้พบได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

ฉ. การแกล้งเจ็บป่วย (Malingering) เป็นรูปแบบหนึ่งของการพยายามหลีกหนีสถานการณ์อันไม่พึงประสงค์ เด็กชอบใช้วิธีการนี้มาก กล่าวคือ แกล้งเจ็บป่วย ไม่สบาย เพื่อจะได้หยุดเรียนนอกเหนือจากวันหยุดตามปกติ หรือเพื่อหลีกหนีการทำงานในบ้าน เป็นต้น

ช. การคิดฝัน (Fantasy) เป็นการวาดมโนภาพ และจินตนาการเพื่อเติมความต้องการ มักจะเกิดขึ้นกับเด็กที่ขาดแคลน โดยเฉพาะทางด้านจิตใจเช่น ความรักความอบอุ่น การคิดฝันนี้ทำให้เด็กขาดสมาธิในการเรียน ขาดความสนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว

กลวิธานป้องกันตัวที่กล่าวมานี้เป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น ในที่นี้เลือกกล่าวเฉพาะส่วนที่เด็กใช้เสมอ ๆ การใช้กลวิธานป้องกันตัวมาก หรือบ่อยจนเกินไปย่อมแสดงถึงความไม่สมดุลย์ ความคับข้องใจ และความเครียดซึ่งเกิดขึ้นมากหรือบ่อยในเด็กคนนั้น ๆ ซึ่งควรได้รับการพิจารณาเอาใจใส่เป็นพิเศษ

พฤติกรรมที่แสดงถึงการปรับตัวไม่ดีของเด็ก

เมื่อบุคคลหนึ่ง ๆ ประสบความล้มเหลวในการปรับตัว ความล้มเหลวนั้นย่อมมีผลกระทบต่อพฤติกรรม อารมณ์ และบุคลิกภาพของบุคคลผู้นั้น การปรับตัวไม่ได้ทำให้บุคคลขาดความสุข

เกิดความไม่สมดุล มีความกระวนกระวาย สุขภาพจิตเสื่อม พฤติกรรมที่แสดงถึงความล้มเหลวในการปรับตัวของเด็ก ได้แก่

1. **การถอยหนี (Withdrawal)** เด็กจะแยกตัวเองออกจากกลุ่มหลีกเลี่ยงการพบปะและงตทำกิจกรรมต่าง ๆ กับผู้อื่น ปรากฏการณ์เช่นนี้เกิดขึ้นชัดเจนในเด็กวัยเข้าโรงเรียน ซึ่งตามปกติควรจะสนใจกลุ่ม ร่วมทำกิจกรรมกับกลุ่ม สาเหตุของการถอยหนีมีหลายประการ เช่น ไม่สามารถสนองตอบความพอใจ ความต้องการของตนได้ ในขณะที่เป็นสมาชิกของกลุ่ม ขาดความมั่นใจในตนเอง อาย มีมมค้อยทางกายหรืออื่น ๆ

2. **ค้อคิ่งและก้าวร้าว** เด็กที่ปรับตัวไม่ได้บางคน แสดงพฤติกรรมเพื่อเรียกร้องความสนใจจากผู้อื่น โดยการรุกราน ไม่เชื่อฟัง เด็กบางคนได้รับการสนองตอบความต้องการต่าง ๆ ไม่ครบถ้วน ขาดความไว้วางใจต่อผู้อื่น จึงแสดงพฤติกรรมค้อคิ่งและก้าวร้าวขึ้น

3. **ค้อกชกหัว** เด็กบางคนเมื่อไม่สามารถเติมเต็มความต้องการถูกขัดขวาง ขัดใจ จะแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ออกมาอย่างรุนแรง ค้อกชกหัว กระแทมมือกระแทมเท้า ซึ่งเป็นอาการของผู้ที่ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ ปรากฏการณ์เหล่านี้หากเกิดขึ้นกับเด็กเล็ก ๆ เป็นเรื่องที่ไม่แปลกนัก แต่ถ้าเกิดขึ้นกับเด็กโต หรือเด็กที่อยู่ในวัยประถมศึกษา ฟิงให้การเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด

4. **ผ่นกลางวัน** เป็นการเติมเต็มความต้องการต่าง ๆ โดยใช้จินตนาการของตน เด็กที่ผ่นกลางวันจะให้ความสนใจต่อสิ่งเร้าเฉพาะหน้า น้อยลง ไม่มีสมาธิในการเรียน เหม่อลอย เด็กเหล่านี้มักจะขาดแคลนในเรื่องของความรักความอบอุ่นไม่ได้รับการยอมรับเท่าที่ควร จึงสร้างโลกในความผ่นของตนเองขึ้นมา

5. **พฤติกรรมที่ไม่ฟิงประสงค์บางชนิด** เด็กบางคนมีพฤติกรรมบางชนิดติดตัวเป็นนิสัย เช่น ดุคนัว กัดเล็บ บัสสวาระรดที่นอน ถอนผมแกล้งพูดไม่ชัด เป็นต้น สิ่งเหล่านี้มีสาเหตุมาจากการปรับตัวทั้งสิ้น เด็กที่ขาดความมั่นใจในตนเอง อาจจะแสดงอาการดุคนัว หรือกัดเล็บ เมื่อมีความคิ่งเครียดเกิดขึ้น เด็กที่ถูกละเลยจากบิดามารดาอาจจะบัสสวาระรดที่นอน เพื่อเรียกร้องความสนใจ สิ่งเหล่านี้มีสาเหตุและจะต้องแก้ไขที่สาเหตุโดยตรง

นอกจากนี้ อาจมีพฤติกรรมอื่น ๆ เกิดขึ้นด้วย เช่น Psychosomatic Disorders
หนีเรียน เกเร ผลการเรียนเลวลง ขาดความรับผิดชอบ มีพฤติกรรมสวนทางกับสังคม (Anti-
Social Behavior) ไม่เคารพระเบียบ ขาดวินัย เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จำเป็นต้องได้รับการ
เอาใจใส่ แก้ไข และให้การช่วยเหลือจากผู้ใกล้ชิดโดยด่วน

เด็กที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัวอาจแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ดังที่กล่าวมานั้น
อย่างไรก็ตาม ความล้มเหลวเกิดขึ้นบ่อย ๆ และมีความรุนแรงอาจทำให้เกิดอาการทางประสาทใน
เด็กได้ กลุ่มอาการทางประสาทที่เกิดขึ้นในเด็กมีดังนี้

1. **Phobia** เป็นความกลัวที่มากกว่าปกติ ความกลัวนี้อาจเกิดขึ้นจากสิ่งเร้าที่ไม่เป็น
อันตรายแต่อย่างใด เช่น กลัวความสูง กลัวสุนัข กลัวคนแก่ที่มีหนวด กลัวการทอดทิ้งให้อยู่คน
เดียว สิ่งเหล่านี้เป็นผลจากการมีประสบการณ์ในเชิงลบกับเหตุการณ์เหล่านั้นทั้งสิ้น แม้เวลาผ่านไป
ความกลัวเหล่านี้จะไม่ลดลง เว้นแต่จะได้รับการบำบัดอย่างถูกต้อง

2. **Obsessive-Compulsive Reactions** เป็นการย้ำคิด-ย้ำทำ มักเกิดขึ้นกับเด็ก
ที่ถูกเลี้ยงดูมาอย่างเข้มงวด เน้นระเบียบวินัย เน้นความสะอาดเมื่อเด็กเหล่านั้นออกสู่สังคม
นอกบ้าน จะปรับตัวไม่ได้ เด็กบางคนจึงแสดงออกโดยการล้างมือบ่อย ๆ หวีผมบ่อย ๆ เป็นต้น

3. **Depressive Neurosis** อาการซึมเศร้า หดหู่ใจ ห้อถอย ห้อแท้และสิ้นหวัง
อาการดังกล่าวเราพบไม่บ่อยนัก ในเด็กทั่วไป แต่อาจจะพบในเด็กที่ผ่านวิกฤตการณ์อันรุนแรง
ในชีวิต เช่นสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ถูกปฏิเสธอย่างสิ้นเชิงจากกลุ่ม เด็กจะแสดงความสนใจ
ต่อสิ่งต่าง ๆ น้อย แยกตัวเองจากกลุ่ม ปฏิเสธอาหาร ร้องไห้บ่อย ๆ เป็นต้น

นอกจากนี้ อาจมีมด้อย เกิดขึ้นในลักษณะต่าง ๆ มองโลกในแง่ร้ายอารมณ์อ่อนไหว
มากผิดปกติ สมยอม (Submissive) ขาดความกระตือรือร้นคิดแม่ตลอดเวลา เป็นต้น สิ่งเหล่านี้
จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือจากผู้ที่มีความชำนาญเฉพาะ เพื่อให้พัฒนาการด้านอื่น ๆ สามารถ
ดำเนินต่อไปมากที่สุดเท่าที่จะทำได้

บทบาทของบิดามารดาต่อการปรับตัวของเด็ก

ในฐานะที่บิดามารดาเป็นบุคคลสำคัญซึ่งทำหน้าที่สนองตอบความต้องการ อบรมเลี้ยงดู

ฝึกหัดพฤติกรรม ลักษณะนิสัย ปลูกฝังความเชื่อและค่านิยมแก่เด็ก จึงมีความสำคัญต่อการปรับตัวของเด็กโดยตรง ผู้ที่มาจากครอบครัวซึ่งบิดามารดาใช้เหตุผลเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ใกล้ชิดให้ความรักความอบอุ่นอย่างพอเพียงจะมีการปรับตัวดี มีมิตรสัมพันธ์กับผู้อื่น ประสบความสำเร็จในการเข้ากลุ่ม สามารถสนองตอบความต้องการของกลุ่มและความต้องการของตนได้อย่างเหมาะสม สิ่งเหล่านี้ได้รับการยืนยันจากผลการวิจัยเป็นจำนวนมากทั้งในต่างประเทศและภายในประเทศ อย่างไรก็ตาม เราอาจสรุปถึงบทบาทของบิดามารดาต่อการปรับตัวของเด็ก ได้ดังนี้

1. บิดามารดาเป็นบุคคลที่เด็กเลียนแบบ ยึดถือเป็นตัวอย่าง ดังนั้น บิดามารดาที่มีการปรับตัวไม่ดี มีความวิตกกังวลสูง มีอาการทางประสาททางชนิดจึงอาจเป็นต้นแบบแก่บุตรโดยตรง ทำให้บุตรมีการปรับตัวล้มเหลว และมีปัญหาทางพฤติกรรมในลักษณะอื่นได้

2. วิธีการสนองตอบความต้องการของเด็กที่บิดามารดาปฏิบัติ มีผลกระทบต่อวิธีการปรับตัวของเด็กโดยตรง เด็กที่ได้รับการสนองตอบความต้องการตลอดเวลา โดยบิดามารดาละเอียดการอธิบาย ใช้เหตุผลให้เด็กเข้าใจ อาจเติบโตกลายเป็นเด็กที่ยึดตัวเองเป็นสำคัญ ไม่ยอมปรับตัวเองไปยังสิ่งอื่น ในทางกลับกัน เด็กที่บิดามารดาละเลย ไม่เอาใจใส่เท่าที่ควร อาจเติบโตกลายเป็นคนที่หิวกระหาย มีความต้องการมากมาย ซึ่งไม่อาจสนองตอบได้อย่างหมดสิ้น เป็นต้น

เนื่องจากเด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกันในเรื่องชนิดและปริมาณของความต้องการต่าง ๆ ทางด้านกายภาพและด้านจิตใจ การสนองตอบที่เหมาะสมจึงต้องพิจารณากับเด็กเป็นรายบุคคล

3. หัสนคติของบิดามารดาต่อเด็ก หัสนคติแห่งการยอมรับที่บิดามารดามีต่อบุตร ย่อมทำให้บุตรเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง พัฒนา Self - concept ไปในทางบวกปรับตัวได้ดี หัสนคติแห่งการยอมรับจะนำไปสู่การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักความอบอุ่นให้เสรีภาพ และเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออก ได้มีโอกาสลองผิดลองถูกภายในครอบครัวก่อนที่เด็กเหล่านี้จะออกไปสู่สังคมที่กว้างขึ้น

4. การให้รางวัลและการลงโทษมีผลต่อการปรับตัวของเด็กอย่างยิ่ง กล่าวคือ การให้รางวัลจะช่วยส่งเสริมให้เด็กมีการปรับตัวดี มีความคิดสร้างสรรค์ ส่วนการลงโทษจะทำให้

เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล หวาดระแวง บิดามารดาที่ควบคุมและค้ำพิชิตกรรมของบุตรโดยใช้การให้รางวัลเป็นสำคัญ ย่อมประสบความสำเร็จกว่าบิดามารดาที่ใช้การลงโทษเป็นสำคัญ

5. ความรักความอบอุ่น เป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นต่อเด็กแต่ละคน บิดามารดาเอาใจใส่ต่อบุตร ให้ความยุติธรรม ให้ความรักและความเข้าใจ ย่อมทำให้บุตรเหล่านั้นมีการปรับตัวไปในทางที่ดี มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม มองโลกในแง่ดี และมีสุขภาพจิตดี

6. ดังได้เคยกล่าวแล้วว่า วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดาใช้กับบุตรของตน ชี้ให้เห็นถึงความสำเร็จ ล้มเหลว ในการปรับตัวของเด็กเหล่านั้นได้ Gardner ได้กล่าวถึงรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่เข้มงวดกวดขัน เนื่องจากบิดามารดาที่มีความเกลียดชังบุตร พบว่าเด็กเหล่านั้นปรับตัวได้น้อย มีอาการทางประสาท ทะเลาะเบาะแว้งเมื่อเข้ากลุ่ม ชี้อาย หลีกหนีสังคม มีการทำร้ายตนเองสูง ส่วนบิดามารดาที่ปล่อยปละละเลยบุตร ด้วยความเกลียดชังนั้น ทำให้เด็กประกอบยุทธอาชญากรรมสูง ก้าวร้าวรุนแรงผู้อื่น ขาดการประนีประนอม บิดามารดาที่เข้มงวดกวดขันบุตรด้วยความรักจะทำให้เด็กมีการฟังฟังสูง สมยอม มีการเชื่อฟังดี มีความเป็นมิตรกับผู้อื่นน้อย ขาดความคิดสร้างสรรค์ ชอบการประนีประนอม ในขณะที่บิดามารดาซึ่งเปิดโอกาสให้บุตรได้แสดงออกมีเสรีภาพ โดยที่บิดามารดาที่มีความรัก ความเข้าใจต่อบุตรเหล่านั้น จะทำให้เด็กมีการตื่นตัวสูง ชอบสังคม มีความคิดสร้างสรรค์ กล้าแสดงออก มีการฟังฟังตนเองและเป็นมิตร เป็นต้น

นอกจากนี้ ความสามารถในการปรับตัวของเด็กอาจถูกกำหนดโดยองค์ประกอบอื่นของครอบครัว เช่น จำนวนพี่น้องและจำนวนสมาชิกอื่นในครอบครัว เด็กที่มาจากครอบครัวซึ่งมีคนต่างวัย และประกอบด้วยคนทั้งสองเพศ ย่อมมีการปรับตัวดีกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวซึ่งมีเฉพาะคนในวัยใดวัยหนึ่งและเพศใดเพศหนึ่ง เด็กที่มาจากครอบครัวซึ่งมีพี่น้องมากจนเกินไป มีการปรับตัวดีกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวซึ่งมีพี่น้องไม่มากนัก เด็กที่มาจากครอบครัวซึ่งขาดแคลนทางวัตถุ มีความยากจนและแร้นแค้น อาจประสบปัญหาในการปรับตัวมากกว่าเด็กที่มีความสมบูรณ์ ทั้งนี้ เพราะ stress ที่เด็กได้รับมีมากกว่าธรรมดา เด็กที่มารดาต้องออกทำงานนอกบ้าน และงานนั้นต้องการการทุ่มเท เอาใจใส่มาก อาจทำให้มารดาต้องละเลยต่อการเอาใจใส่บุตร มีผลกระทบต่อปรับตัวของบุตร เป็นต้น