

## บทที่ 12

### วัยเตรียมเข้าสู่วัยรุ่น (PRE-ADOLESCENCE)

วัยนี้เรียกได้ว่า วัยก่อนวัยรุ่น เด็กอายุระหว่าง 10-12 ปี ร่างกายเจริญเติบโตสูงใหญ่ น้ำหนักเพิ่มสม่ำเสมอ ต่อมต่างๆ ภายในร่างกายมีการเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายและภายนอก ทำให้เด็กต้องปรับตัวให้เข้ากับวัยและธรรมชาติ ทำให้เกิดปัญหาด้านอารมณ์และสังคมขึ้นได้

1. พัฒนาการด้านร่างกาย ระยะนี้ย่างเข้าสู่วัยรุ่น เริ่มแตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาว การเปรียบเทียบทั้งสองเพศในระยะนี้เป็นสิ่งที่ไม่ควร เพราะการเจริญเติบโต บางคนโตมากทั้งด้านส่วนสูงและน้ำหนัก แต่บางคนการเจริญเติบโตซึ่งเหมือนเดิม ส่วนด้านความพร้อมในวุฒิภาวะ (MATURITY) เด็กบางคนพร้อมมีวุฒิภาวะสูง บางคนยังไม่พร้อมในด้านวุฒิภาวะ โดยทั่วไป ในระยะนี้ เด็กชายจะเจริญซ้ากว่าเด็กหญิงในด้านร่างกาย ระยะนี้เป็นระยะที่ต่อจากวัยเด็กเข้าสู่วัยรุ่น เด็กเริ่มมีจิตใจว่า วุ่นเกี่ยวกับทรวดทรงของตนเอง ถ้าร่างกายเจริญเติบโตตามแบบฉบับของเด็กวัยนี้ก็มีคามภูมิใจ แต่ถ้าร่างกายผิดไปจากแบบแผนที่เด็กต้องการก็เกิดความวุ่นวายใจ มีความกังวลใจต่าง ๆ

#### ข้อพึงสังเกตที่แสดงว่าเด็กเข้าสู่วัยรุ่น

1. ลักษณะเพศขั้นแรก (Primary Sex Characteristics) อวัยวะสืบพันธุ์ของเด็กชายจะเจริญเติบโตและเริ่มมีสุจิเป็นครั้งแรก เด็กหญิงจะมีประจำเดือนเป็นครั้งแรก สามารถเจริญพันธุ์ได้

2. ลักษณะเพศขั้นที่สอง (Secondary Sex Characteristics) เด็กชายจะเริ่มมีหนวด มีขนในที่ลับ ขนหน้าอก ขนรักแร้ เสียงแตก น้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว กรามซี่ที่ 2 ขึ้น เด็กหญิงมีขนที่อวัยวะเพศ รักแร้ สะโพกขยาย หน้าอกเจริญเติบโต และเปลี่ยนแปลงไป (นมขึ้นพาน) เสียงเริ่มเล็กแหลม กังวาน กรามซี่ที่ 2 ขึ้น เด็กวัยนี้ จะเริ่ม

เจริญเติบโตเต็มที่ ในเด็กหญิงอายุ 11 ปี เริ่มมีประจำเดือน อายุ 10-13 ปี เด็กชายจะเริ่มมีน้ำอสุจิเคลื่อนเป็นการบำบัดความใคร่ด้วยตนเอง เป็นการแสดงถึงการมีวุฒิภาวะสมบูรณ์ เมื่ออายุ 12-16 ปี สามารถสืบพันธุ์ได้เช่นเดียวกับเด็กหญิงสามารถเป็นมารดาได้

ในขณะนี้ จะพบว่าเด็กสูงแก่งก้าง ชุ่มซำม ขาแขนยาว เกะกะ ซอบทำของแตกหัก สะดุดหรือและหกล้มเป็นประจำ เพราะความเจริญเติบโตรวดเร็วจนเด็กปรับตัวได้ไม่ทัน

ระบบทำงานของต่อมไร้ท่อจะทำงานมากโดยเฉพาะต่อมเพศจะผลิตฮอร์โมนในการควบคุมอวัยวะเพศขั้นที่สองให้เติบโตสมวัยและควบคุมการทำงานของอวัยวะเพศทั้งหญิงและชาย ให้เป็นไปตามวัย

OLESON ได้พบว่า การเจริญเติบโตของเด็กทุกคนมีแบบต่างกัน บางคนเจริญเติบโตเร็ว บางคนเติบโตช้าหรือบางครั้งเจริญเติบโตสม่ำเสมอเป็นไปตามแบบแผน บางคนเติบโตแต่ร่างกาย แต่ด้านจิตใจและการแสดงออกยังเป็นเด็กอยู่ บางคนร่างกายไม่เจริญเท่าที่ควร แต่การแสดงออกเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งทั้งนี้ความพร้อมทั้งวุฒิภาวะแตกต่างกันไปด้วย สิ่งเหล่านี้ขึ้นอยู่กับความแตกต่างกันระหว่างเพศ เด็กหญิงเข้าวัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชายในอายุระดับเดียวกัน

เชื้อชาติและพันธุกรรม เด็กทางตะวันตกโตเร็วกว่าเด็กทางเอเชีย

สภาพเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สิ่งแวดล้อมและสังคมของเด็ก เด็กในย่านอุตสาหกรรมเจริญกว่าเด็กในสังคมกรรม เด็กในกรุงเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กในย่านชนบท

อาหาร เด็กที่ได้รับอาหารสมบูรณ์ครบตามหลักโภชนาการ จะเจริญเร็วกว่าเด็กที่ได้รับอาหารประเภทไม่ถูกหลักโภชนาการ

การอบรมเลี้ยงดู ขึ้นอยู่กับครอบครัวเลี้ยงเด็กแบบไหน เอาใจใส่หรือทอดทิ้งหรือเข้มงวด เด็กเหล่านี้การเจริญเติบโตเข้าสู่วัยเริ่มวัยรุ่นแตกต่างกันมาก เช่น การเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่มาก เด็กไม่สามารถช่วยตัวเอง เพราะมีคนคอยปรนนิบัติทุกอย่าง ทำให้การเจริญถึงขั้นวุฒิภาวะช้ากว่าเด็กวัยเดียวกัน

2. **พัฒนาการด้านอารมณ์** เด็กวัยนี้มีอารมณ์สับสนวุ่นวาย เปลี่ยนแปลงง่าย ไม่มั่นคง เบื่อหน่าย อิจฉา กังวล โกรธต่อต้าน มีความรู้สึกไวต่อความรู้สึกที่ผู้อื่นมีต่อเด็ก เด็กจะโกรธมากถ้านำไปเปรียบเทียบกับเด็กอื่น ในด้านร่างกาย สังคม อารมณ์และเชาวน์ปัญญา ดังนั้น เด็กวัยนี้ควรมีพ่อแม่หรือครู-อาจารย์ ตลอดจนเพื่อนฝูงที่เข้าใจ และให้ความสนใจต่อเด็ก ถ้าเด็กมีครอบครัวที่ทอดทิ้ง แต่เมื่อไปโรงเรียนเด็กมีครูและเพื่อนที่เข้าใจ ให้ความอบอุ่น เด็กก็จะลืมสิ่งแวดล้อมทางบ้าน สนุกกว่าเรื่อง แต่เมื่อกลับบ้านก็มีอารมณ์เงิบ เศร้า คิดมาก เด็กชายวัยนี้กลัวความผิดหวังหรือถูกว่าเป็น "ผู้หญิง" มากกว่า กลัวการพญกภัยหรือกลัวการเจ็บร่างกาย เด็กจะกังวลและกลัวว่าจะสอบไล่ตก กลัวรูปร่างอ้วนไป ผอมไป ไม่เป็นที่นิยมของเพื่อนฝูงหรือผู้ใกล้ชิด ส่วนเด็กหญิงก็กังวลเรื่องทรวดทรงที่แสดงออกให้เห็นชัดเจน เช่น ทรวงอกขยายใหญ่ขึ้น พยายามเดินก้มๆ หรือพยายามห่อไหล่ ใส่เสื้อชั้นในรัดไม่ให้เห็นทรวดทรง หรือเวลา มีประจำเดือนก็วางตัวไม่ถูก เพราะเกรงผู้อื่นเห็น สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กหญิงเกิดการกังวลเกี่ยวกับร่างกายมาก พ่อแม่ครูผู้ใกล้ชิดต้องพยายามเข้าใจเด็กและให้ความช่วยเหลือแนะนำในสิ่งเหล่านี้ให้ถูกต้อง ทั้งเด็กชายและหญิงต้องการความรักความอบอุ่น การยกย่องชมเชยจากผู้ใหญ่ ต้องการพักผ่อน กินอาหารที่มีคุณค่า เล่นกีฬาที่ช่วยให้เกิดการพัฒนากิจกรรมส่วนบุคคลต้องการให้กลุ่มยอมรับและได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

3. **พัฒนาการทางสังคม** เด็กเริ่มเห็นความสำคัญของกลุ่มมากขึ้น เด็กชายและเด็กหญิงไม่ค่อยเล่นด้วยกัน ชอบเล่นและอยู่ในเพศเดียวกัน แต่ก็ต้องการเป็นที่รู้จักในหมู่เพื่อนต่างเพศ เด็กวัยนี้ต้องการรวมกลุ่ม เพราะต้องการสนองความต้องการพื้นฐาน ชอบเลียนแบบและบทบาทตามเพศของตน (sex role) การเลียนแบบนี้จะเลียนแบบบุคคลที่ใกล้ชิดและเพศเดียวกับตน และต่อมาก็มาเลียนแบบเพื่อนวัยเดียวกัน บุคคลสำคัญในประวัติศาสตร์และผู้ที่ชายกย่อง เด็กชอบสร้างกฎของตัวเอง ชอบกิจกรรมพญกภัย ชอบขัดขึ้นคำสั่งผู้ใหญ่ พ่อแม่หรือครูต้องลำบากใจในการขัดแย้งหรือขัดขึ้นของเด็ก บางครั้งปล่อยให้ทำไปก่อนและแก้ไขภายหลัง เด็กได้ประสบการณ์เรียนรู้ปัญหาที่ประสบมาเอง และรู้จักการแก้ปัญหาเหล่านั้นๆ ดังนั้น พ่อแม่ควรรีความสำคัญในเด็กเข้ากลุ่ม เพราะกลุ่มจะมีอิทธิพลมากในวัยนี้

4. พัฒนาการด้านสติปัญญา วัยนี้รู้จักคิด มีเหตุผลดีขึ้น เพราะระบบประสาทเจริญเติบโตเต็มที่ เข้าใจความหมายของคำได้ดี สามารถให้คำจำกัดความด้านนามธรรมได้ดี มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ มีการตัดสินใจด้วยตนเอง ระบบความคิดมีมากขึ้นตามวัย และขึ้นอยู่กับพันธุกรรมและประสบการณ์ที่ผ่านมาของเด็ก การศึกษามีบทบาทสำคัญขึ้นจากวัยนี้ขึ้นไป เพราะการศึกษาช่วยให้มีการพัฒนาด้านสติปัญญาเจริญงอกงาม แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง เด็กที่ฉลาดจะมีความสามารถในการใช้คำพูดเป็นนามธรรมสูง ปรับตัวได้เร็ว ส่วนเด็กที่สติปัญญาไม่ค่อยดี ไม่มีสมาธิในการทำงาน และความสนใจในกิจกรรมนั้น ในวัยนี้ต้องการความร่วมมือ ความเมตตา ความกรุณา ความยุติธรรม และความรับผิดชอบพ่อแม่ต้องปลุกฝังสิ่งเหล่านี้ให้แก่เด็ก

จากผลการวิจัยสถาบันแห่งหนึ่ง ในด้านพัฒนาการความคิดสร้างสรรค์ของเด็กอายุ 12-18 ปี ได้ผลดังนี้ (อารี รังสินันท์, 2526)

อายุ 12-14 ปี ลึกลงพบว่า เด็กอายุ 12-14 ปี มีแนวโน้มชอบเกี่ยวกับกิจกรรมปัจจุบัน ไม่ชอบวางแผนในอนาคต ชอบผลงุญกว่าเหตุผล ซึ่งเป็นช่วงการผลงุญัย เริ่มแยกเพศ เด็กฉลาดจะสร้างผลงานสร้างสรรค์ทั้งด้านจินตนาการ ศิลปะ ดนตรี เครื่องจักรยนต์ เริ่มมีคำถามเกี่ยวกับเกณฑ์ ช่วงนี้เด็กเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ การเรียนรู้ความสัมพันธ์กับผู้อื่นจึงทำให้เกิดความไม่แน่ใจ หวาดกลัวว่าเพื่อนจะไม่ยอมรับเข้ากลุ่ม

เด็กอายุ 12-16 นี้ เด็กต้องการเรียนรู้และเลือกการทดลองทำอาชีพที่สนใจมีการเตรียมตัวล่วงหน้า ถึงแม้ว่าในอนาคตอาจเปลี่ยนอาชีพใหม่ เด็กควรได้รับประสบการณ์ในการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ และดำเนินการในเรื่องตัดสินใจแล้วให้ตลอด เด็กควรได้รับการฝึกงานแผนงานต่างๆ ให้ยากมากขึ้น และฝึกให้รู้จักการให้ การรับ ยอมรับ และยกย่องเพื่อนๆ เป็นช่วงระยะเวลาที่ต้องให้เด็กได้ทราบความสามารถของตนตามเป็นจริง และต้องเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะในการแก้ปัญหา

อายุ 14-16 ปี ระยะเวลาเด็กจะมีจินตนาการเกี่ยวกับอาชีพที่มุ่งหวังในอนาคต เด็กชายและเด็กหญิงชอบผลงุญัย การพัฒนาเป็นไปอย่างรวดเร็ว แต่ไม่คงที่นัก เด็กยังไม่ทราบว่า

จะนำหลักการต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มเพื่อนอย่างไร กังวลในการที่เพื่อนจะรับเข้ากลุ่มหรือไม่  
เด็กสามารถฝึกการสร้างสรรคทางอารมณ์ได้

อายุ 16-18 ปี ลิกอนบอกว่า เด็กวัยนี้ต้องการใช้จินตนาการของตนอย่างเต็มที่แต่  
ก็เป็นไปในทางดี ทะเยอทะยาน สนใจสิ่งที่ตนคาดหวังอย่างมั่นคง ระยะนี้เหมาะที่จะทดสอบ  
เลือกอาชีพ ทำงานในกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ วัยนี้สามารถแก้ปัญหาซึ่งต้องใช้การประยุกต์  
ในสิ่งที่ได้เรียนไปแล้ว มาแก้ปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ บิดามารดาครูอาจารย์ควรได้ช่วยเหลือ  
เด็ก ได้แสดงออกอย่างสร้างสรรค์ หากเกิดการขัดแย้งทางอารมณ์ ควรใช้ไปในทางสร้างสรรค์  
มากกว่าการทำลาย

## วัยรุ่น (ADOLESCENCE)

**วัยรุ่น** หมายถึง วัยที่มีการเจริญเติบโตสู่ฉีกาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ สามารถสืบพันธุ์ได้ แต่การเจริญเติบโตนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ซึ่งจะกำหนดแน่นอนลงไปไม่ได้ว่าวัยรุ่นจะเริ่มต้นและสิ้นสุดอายุเท่าไร ทัวไปแล้วแบ่งวัยรุ่นออกเป็น 2 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น และวัยรุ่นตอนหลัง

วัยรุ่นตอนต้นอายุประมาณ 17 ปี

วัยรุ่นตอนหลังอายุประมาณ 18 ปีขึ้นไป

สำหรับเด็กไทยทั่ว ๆ ไป ในเด็กหญิงมีอายุระหว่าง 13-15 ปี ส่วนเด็กชายจะเริ่มเข้าวัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 15 ปี ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับความเจริญเติบโตของแต่ละคน

บางแห่งก็แบ่งวัยรุ่นเป็น 3 ระยะ (ศรีธัญย์ คำวิสุทธิ, 2525:184)

1. วัยรุ่นตอนต้น หญิง 13-15 ปี ชาย 15-17 ปี
2. วัยรุ่นตอนกลาง หญิง 15-18 ปี ชาย 17-18 ปี
3. วัยรุ่นตอนหลัง หญิง 18-21 ปี ชาย 19-21 ปี

วัยรุ่นนี้เป็นวัยที่มีปัญหา มาก นักจิตวิทยาเรียกวัยนี้ว่า วัยช่วงวิกฤติ (Critical Period) หรือ วัยพายุบูแคม (Storm and Stress Age) เพราะเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ ระหว่างการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ หรือเรียกว่า วัยครึ่งเด็กครึ่งผู้ใหญ่ (ทวีร์สมิ์ ธนาคม: 2524)

Hurlock (1975) ได้กล่าวถึง ลักษณะของเด็กวัยรุ่นไว้หลายประการ ได้แก่

1. ระยะหัวเลี้ยวหัวต่อ (Transition Period) ระยะนี้เป็นระยะที่เปลี่ยนจากวัยเด็กเป็นผู้ใหญ่ เปลี่ยนจากการต้องพึ่งผู้อื่น หรือต้องการความช่วยเหลือ การตัดสินใจเหล่านี้เปลี่ยนเป็นตัวของตัวเอง การทำงาน การเรียนรู้ก็มุ่งหวังที่จะมีลักษณะเป็นอาชีพต่อไปในอนาคต

มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น เริ่มมีบทบาทของผู้ใหญ่ มีความรับผิดชอบในการกระทำต่าง ๆ มีแรงผลักดันสูงมาก ในการแสดงพฤติกรรมตามความพอใจ

2. เป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลง (Period of Change) เป็นวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ความคิดและความรู้สึก ตอนแรก ๆ จะพบว่า การเจริญเติบโต เป็นไปอย่างรวดเร็ว จะค่อย ๆ ช้าลงในตอนหลัง

3. วัยที่รุนแรง (Dreada Age) วัยนี้มีปัญหามาก มีความรู้สึกเหมือนว่าบิดามารดา เป็นผู้ที่คอยรบกวน จู้จุกจิก มักมีการปะทะคารมกันระหว่างบิดามารดาและเด็ก เนื่องจากความเห็นไม่ตรงกัน ถ้าไม่พอใจจะหนีออกจากบ้านไปอยู่กับกลุ่มเพื่อนฝูง

4. ระยะที่มองโลกในทางไม่ดี (A time of unrealism) เด็กวัยนี้มีความคิดเห็น ในการมีความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนมากกว่าความสัมพันธ์กับครอบครัว และมีความหวังอย่างยิ่งที่จะให้ทุกคนยอมรับในความสามารถและความชำนาญของเขา มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ต้องการเด่นในบ้านและในสังคมภายนอก

## การพัฒนาการทางด้านต่าง ๆ

1. **พัฒนาการด้านร่างกาย** การเจริญเติบโตในวัยนี้จะเริ่มช้าลง ในเด็กชายเริ่มเมื่อ อายุประมาณ 14 ปี ในเด็กหญิงเริ่มอายุประมาณ 15 ปี การเจริญของส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ได้สัดส่วนกับขนาดของร่างกาย (Tonnor, 1970) น้ำหนักและส่วนสูงจะเจริญเติบโตขึ้นในเด็กหญิงที่มีประจำเดือน ส่วนสูงในเด็กหญิงจะหยุดเมื่อประมาณ 17-18 ปี จะไม่สูงขึ้นอีก แต่น้ำหนักตัว ก็ดำเนินต่อไปอย่างช้า ๆ ลักษณะเพศขั้นที่สองจะเจริญอย่างสม่ำเสมอ รังไข่จะเจริญรวดเร็ว ทรวงอกโตขึ้น ขนที่อวัยวะเพศมากขึ้น สะโพกผายออก กระดูกแข็งแรงขึ้น เด็กชายอายุ 14 ปี มีกระดูกข้อมือใหญ่กว่าเด็กหญิง แต่มีความหนาแน่นน้อยกว่าเมื่อมีวุฒิภาวะทางเพศแล้ว กระดูกข้อมือจะเท่ากัน ในเด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน เมื่ออายุ 11-16 ปี ซึ่งแล้วแต่บุคคลนั้น ๆ แต่ก็ จะอยู่ในระยะนี้ บางคนมีเร็ว บางคนมีช้า แล้วแต่ความเจริญเติบโต การมีประจำเดือนครั้งแรก อาจจะมีกะปริบะปรอย 1-2 วัน หยุดไปหรือมีเดือนเว้นเดือนจะปกติหลังจากมีประจำเดือนแล้ว 1 ปี ในระยะนี้ไข่มยังไม่เจริญสมบูรณ์พอที่จะสืบพันธุ์ได้

เด็กชายอายุ 15 ปี มีขนาดของร่างกายสูงขึ้น น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น อวัยวะเพศใหญ่ขึ้น เท่าขนาดของผู้ใหญ่ มีหนวดเครา มีขนหน้าอกและตามแขนขา ขนที่อวัยวะเพศขึ้นมาก หนา การเจริญด้านความสูงและน้ำหนักก็เป็นไปตามปกติ เด็กชายหยุดการเจริญด้านส่วนสูง เมื่ออายุ 20 ปี ส่วนเด็กหญิงการเจริญด้านความสูงจะหยุดเมื่ออายุ 18 ปี

เด็กวัยนี้จะเห็นว่ากินจุกว่าปกติ เพราะว่ากระเพาะอาหารขยายโตขึ้นมาก วัยนี้มักป่วยเกี่ยวกับระบบการย่อยอาหาร เช่น กินมากเกินไป ควรฝึกหัดกินอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ

ต่อมต่าง ๆ ในร่างกายก็เจริญเติบโตเต็มที่ ทำหน้าที่เหมือนของผู้ใหญ่ ได้แก่ ระบบต่อมไร้ท่อ (Endocrine System) มี 2 ชนิดต่อมไม่มีท่อ (Ductless gland) และต่อมมีท่อ (Duct gland)

ต่อมมีท่อ (Duct gland) คือ ต่อมที่ผลิตสารเคมีส่งไปยังส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ผ่านตามท่อ เช่น ต่อมไทรอยด์ ต่อมพาราไทรอยด์ ต่อมเหงื่อ

ต่อมไม่มีท่อ (Ductless Gland) คือ ต่อมที่ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนไปยังส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย โดยผ่านทางกระแสโลหิต ต่อมที่สำคัญ ได้แก่

1. ต่อมพิทูอิทารี หรือ ต่อมใต้สมอง (Pituitary gland) ต่อมนี้อยู่ใต้สมองแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนหน้าและส่วนหลัง ส่วนหน้ามีหน้าที่หลั่งฮอร์โมน เรียกว่า โจนาดोटโรปิคฮอร์โมน (Gonadotropic Hormone) ซึ่งมีหน้าที่บังคับการเจริญของไข่ (Ovum) ส่วนหลังมีหน้าที่หลั่งฮอร์โมนที่ทำให้มดลูกบีบตัว เรียกว่า โปสทีเรียพิทูอิทารี (Posterior Pituitary Extract) นอกจากนี้ การทำงานของต่อมนี้ เมื่อมีการหลั่งฮอร์โมนมากเกินไปปกติจะเกิดภาวะเติบโตมากเกินไป (Giantism) ถ้าต่อมนี้หลั่งฮอร์โมนน้อยกว่าปกติ จะทำให้ร่างกายไม่เจริญเติบโตตามปกติ เกิดการเตี้ยแคระ (Dwarfism) นอกจากนี้ที่กล่าวมาแล้ว ต่อมนี้จะหลั่งฮอร์โมนที่ควบคุมต่อมหมวกไต (Adrenal gland) ฮอร์โมนควบคุมต่อมน้ำนม ฮอร์โมนสำหรับการเจริญเติบโตของอวัยวะ

2. ต่อมไพเนียล (Pineal Gland) เป็นต่อมเล็ก ๆ อยู่ใกล้กับมันสมองทำหน้าที่หลั่งฮอร์โมนที่ทำหน้าที่สร้างอวัยวะเพศให้เจริญเต็มที่ เมื่อถึงระยะวุฒิภาวะแล้วต่อมนี้อาจจะหยุดการหลั่งฮอร์โมนชนิดนี้



3. ต่อมไทรอยด์ (Thyroid Gland) เป็นต่อมเล็กๆ มี 1 คู่ ด้านหน้าของลำคอ ต่อมนี้หลั่งฮอร์โมนไทรอกซิน (Thyroxin) ซึ่งทำหน้าที่เผาผลาญอาหารในร่างกายมีผลทำให้ร่างกายเจริญเติบโต ถ้าต่อมนี้หลั่งฮอร์โมนมากหรือน้อยเกินไป ทำให้เกิดอาการผิดปกติได้

4. ต่อมพาราไทรอยด์ (Parathyroid Gland) มี 2 คู่ อยู่ด้านหลังของต่อมไทรอยด์ ควบคุมการเผาผลาญอาหารของร่างกาย มีผลต่อการเจริญเติบโตของกระดูก

5. ต่อมแอดรีนัล (Adrenal Gland) หรือ ต่อมหมวกไต จะหลั่งฮอร์โมนแอดรีนาลิน (Adrenalin) ซึ่งมีผลต่อระบบหมุนเวียนของโลหิต

6. ต่อมเพศ (Sex gland or Gonad Gland) ต่อมนี้หลั่งฮอร์โมนที่ควบคุมวัยวะเพศของชายและหญิง ในเด็กชายจะเริ่มผลิตอสุจิ ในเด็กหญิงจะผลิตไข่และยังช่วยในการพัฒนาการของลักษณะเพศขั้นที่สองอีกด้วย

7. ต่อมไทมัส (Thymus gland) ช่วยในการควบคุมวัยวะเพศให้ถึงขั้นวุฒิภาวะ

ในระยณะนี้มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ในเด็กชายจะเริ่มมีเสียงแตกพร่าเพราะหลอดเสียงเจริญเติบโตเร็วมาก ลักษณะวัยวะเพศเริ่มเจริญและเปลี่ยนสี มีขนขึ้นที่หน้าอก มีขนรักแร้และอวัยวะเพศ

ในเด็กหญิงก็เช่นกัน เริ่มมีประจำเดือนกะปริบกะปรอย ไม่มีการตกไข่จนกระทั่งประจำเดือนมาเป็นปกติ เริ่มมีกลิ่นตัว เริ่มมีสิวขึ้น และก่อนมีประจำเดือนจะมีอาการปวดท้องน้อย อารมณ์หงุดหงิด

**2. พัฒนาการด้านอารมณ์** เด็กวัยนี้มีอารมณ์รุนแรง แสดงความรู้สึกออกโดยตรงไม่ซ่อนเร้น หรือปกปิด เชื้อมั่นในตนเอง ไม่ยอมใคร บางครั้งก็หุดหงิดจิตใจ เพราะการที่ต้องปรับตนเองในการรับความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เกิดความกังวลใจในการปฏิบัติต่อตนเอง มีความคิดขัดแย้งกับพ่อแม่หรือผู้ใหญ่ ทำอะไรแล้วคิดว่าตนเองถูกทุกอย่าง พ่อแม่ต้องยอมรับในการกระทำของเด็กวัยนี้ เปิดโอกาสให้เขาได้ร่วมแสดงความคิดเห็นในครอบครัวบ้าง จะทำให้เขามีความภาคภูมิใจว่าตนเองก็มีความคิดเห็นเกือบเท่าระดับผู้ใหญ่ และบางครั้งก็ยอมรับความคิดเห็นของเด็กบ้าง เพื่อเป็นกำลังใจแก่เด็ก เด็กชอบเก็บตัวอยู่คนเดียวเมื่ออยู่บ้าน แต่



เริ่มคิดว่าภาพตนเองเมื่อเป็นผู้ใหญ่



ทำตัวเป็นผู้ใหญ่โดยการสวมแว่นตา เมื่ออยู่ต่อหน้าผู้หญิงสาว

กับเพื่อนฝูงเด็กจะรู้ว่าเริงแจ่มใสต้องการเพื่อนมาก ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่บังคับในเรื่องต่าง ๆ ถึงแม้จะรู้ว่าผิดก็ยังไม่ทำ ชอบแสดงออกในทางที่ผิด ถ้าเกิดความไม่พอใจบิดามารดาต้องเข้าใจและไม่ตึงเครียด เข้มงวด ควรได้ประนีประนอมกัน พุดกันอย่างมีเหตุผล และให้ความอบอุ่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และด้วยวัตถุ

## 2.1 อารมณ์ที่พบบ่อยในวัยรุ่นได้แก่

2.1.1 อารมณ์กลัว กลัวในสิ่งที่เป็นวัตถุ เช่น กลัวสัตว์บางชนิด กลัวในสิ่งที่คล้าย ๆ กัน กลัวในสิ่งที่คาดหวังและเกี่ยวข้องกับตนเอง เช่น กลัวการสอบตก กลัวความตาย กลัวบิดามารดาไม่รัก กลัวถูกทอดทิ้งจากเพื่อนฝูง ทำให้เกิดเอาใจเพื่อนมากกว่าบิดามารดา นอกจากนี้ ยังกลัวการเข้าสังคมกับผู้ใหญ่หรือบุคคลทั่วไป การคบเพื่อนต่างเพศเกิดประหม่าอาย หรือการเข้าหาผู้ใหญ่ รู้สึกว่าตนเองเก้งก้างไม่เรียบร้อย กลัวเกรงผู้ใหญ่จะดุหรือกล่าวคำให้ต้องคิด ละอาย

2.1.2 อารมณ์โกรธ ความโกรธของวัยรุ่นนั้นรุนแรงมาก แสดงออกในรูปของการร้องไห้ ทำลายข้าวของ ทำร้ายคนที่ทำให้โกรธ บางคนเมื่อโกรธจะอยู่คนเดียว และบางครั้งอาจทำให้เกิดการฆ่าตัวตายได้ ในเด็กที่โกรธและเก็บเงียบจะมีอันตรายมากในการพัฒนาตนเอง ในวัยต่อไปทำให้เป็นคนช่างคิด เรื่องเล็กทำเป็นเรื่องใหญ่ และมีความอหิวาตพยาบาทต่อผู้ที่ทำให้เกิดความโกรธ

## สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์โกรธ

สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นเกิดอารมณ์โกรธ มีหลายอย่าง เช่น

1. ความต้องการเสรีภาพ ต้องการอิสระ ถ้าพ่อแม่กีดกันหรือขัดขวาง จะเกิดความขัดแย้ง

2. ฐานะทางสังคม เด็กวัยรุ่นบางคนไม่มีความพอใจกับสภาพความเป็นอยู่ของตนเอง ถ้าเด็กอยู่ในครอบครัวยากจน เด็กก็จะนำไปเปรียบเทียบกับครอบครัวที่มีฐานะดี ทำให้เกิดอารมณ์หงุดหงิด เกิดความโกรธได้ง่าย

3. การปรับตนเอง เด็กวัยรุ่นจำเป็นต้องปรับตนเองเข้ากับโรงเรียนใหม่ เพื่อนใหม่ถ้าปรับตนเองได้ อารมณ์โกรธก็จะไม่เกิดขึ้นบ่อย แต่ถ้าปรับไม่ได้จะเกิดความไม่พอใจไม่ได้รับสิ่งที่พึงปรารถนา

2.1.3 อารมณ์รัก วัยรุ่นมีอารมณ์รักตัวเองมาก สนใจในรูปร่างหน้าตามากที่สุด พยายามทำตนให้มีบุคลิกภาพเด่นในหมู่เพื่อน ๆ และพี่น้อง นอกจากนี้ ยังรักเพื่อน เด็กจะทุ่มเทความรักให้เพื่อนเพศเดียวกันและต่างเพศ รักวีรบุรุษ วีรสตรี ต้องการเลียนแบบเทิดทูนบูชาในความสามารถของเขาเหล่านั้น

3. พัฒนาการด้านสังคม ระยะเวลาพบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นในวัยรุ่นตอนต้นจะชอบอยู่ตามลำพัง เก็บตัว ต้องการความเป็นอิสระที่จะคิดทำงานของตนเอง เด็กจะแยกตนเองออกจากสมาชิกในบ้านซึ่งเป็นพี่น้อง แต่กับบิดามารดาเด็กยังคงต้องการความรัก ความอบอุ่นและเป็นที่ปรึกษา มีความรู้สึกไว ทนอะไรที่รบกวนไม่ได้ เช่น น้อง ๆ รบเร้าหรือกวนจุกจิกก็จะดูว่าแรง ๆ แต่จะปรับตัวเข้ากับพี่หรือผู้ที่อายุมากกว่าตน เพราะสามารถช่วยเหลือตนได้ เด็กชายชอบพี่ชายน้องชาย เด็กชอบทำตนเป็นพี่ใหญ่แก่น้องเล็ก ๆ วัยประมาณ 5-6 ปี สอนน้องให้ประพฤติตนดี เด็กชายมีความใกล้ชิดกับบิดามารดา น้อยลง ชอบอยู่กับเพื่อนสนิท เด็กหญิงสนิทสนมกับบิดามากขึ้น นิยมชมชอบบิดา แต่มีข้อขัดแย้งกับมารดาบ่อย ๆ เพราะแม่จู้จี้ขึ้นในความประพฤติและการแต่งกาย บิดามารดาควรได้จัดสถานที่ให้เด็กได้อยู่โดยลำพัง เด็กสามารถจะค้นคิดและทำสิ่งที่เขาต้องการได้อย่างมีความสุข และอิสระไม่ถูกรบกวนจากพี่น้อง

การคบเพื่อน เด็กชายและเด็กหญิงจะแตกต่างกัน ในการคบเพื่อนเพศเดียวกัน เด็กหญิงวัยรุ่นตอนต้นคบเพื่อนเป็นกลุ่มเล็กลงประมาณ 2-3 คน ซึ่งต่างกับเมื่ออายุ 12-13 ปี มีเพื่อนเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ ในจำนวนเพื่อนกลุ่มเล็กนี้จะมีเพื่อนสนิทที่จะเล่าเรื่องส่วนตัวให้ฟังได้หนึ่งคน เมื่ออายุ 15 ปี จำนวนเพื่อนเพิ่มขึ้นเป็น 6-8 คน หรือมากกว่านั้น เด็กชายก็เช่นกันมีเพื่อนเป็นกลุ่ม ทำงานร่วมกันมีความสนิทกับทุกคน เด็กหญิงเริ่มมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม แต่ต้องเป็นผู้ที่โตกว่าวัยตนเอง ถ้าวัยเดียวกันเด็กหญิงจะมีความรู้สึกที่เด็กเกินไป เด็กชายเริ่มสนใจเด็กหญิงเมื่ออายุ 14 ปี เพราะเหตุว่าเด็กหญิงมีวุฒิภาวะเร็วกว่าเด็กชาย

พฤติกรรมของวัยรุ่นที่แสดงออกมี 5 ประการ ได้แก่

1. เริ่มติดยาเสพติดชนิดต่าง ๆ เช่น บุหรี่ เหล้า เฮโรอีน ซึ่งทำในรูปของบุหรี่ สอดไส้ เด็กเริ่มทดลองไปสิ่งเหล่านี้ เหล้าและบุหรือนิยมใช้กันมากกว่ายาประเภทอื่น เพื่อการปรับตัวเข้ากับกลุ่มและสังคม

2. มีการร่วมเพศ เด็กชายและเด็กหญิงเริ่มมีความสัมพันธ์กันฐานชู้สาว เริ่มมีการร่วมเพศกัน เพราะต้องการแสดงออกถึงความเป็นผู้ใหญ่ ความสำเร็จในด้านเพศและทำเพื่อต่อต้านบิดามารดา

3. หนีออกจากบ้าน จะพบบ่อยในเด็กที่อยู่ในฐานะไม่ค่อยดี บิดามารดาทำงานหาเช้ากินค่ำ ไม่มีเวลาจะอบรมสั่งสอนหรือได้อยู่กับบุตร เด็กก็จะออกจากบ้านไปอยู่กับกลุ่มเพื่อน ในสหรัฐอเมริกา มีรายงานของปี พ.ศ. 2518 พบว่า เด็กวัยรุ่นอายุประมาณ 12-17 ปี ที่หนีออกจากบ้าน เด็กหญิงและเด็กชายหนีออกจากบ้านบ่อยๆ การหนีออกจากบ้านเป็นการประท้วงบิดามารดา และมีความรู้สึกน้อยใจที่บิดามารดาไม่สนใจในตนเองเท่าที่ควร และเมื่อกลับมาบ้านแล้วคาดหวังว่าความเป็นอยู่ภายในบ้านต้องดีกว่าเดิม

4. แต่งงานก่อนมีอายุที่สมควร การแต่งงานก่อนวัยอันสมควรนี้ มีสาเหตุมาจากการที่ต้องการออกจากสิ่งแวดล้อมในบ้านไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ ๆ หรือไม่ต้องการเรียนหนังสือเหล่านี้ แต่การแต่งงานในวัยนี้จะมีการหย่าร้างกันรวดเร็วมาก เพราะการตัดสินใจว่าไม่คำนึงถึงสิ่งที่จะตามมาในอนาคต แก้ปัญหาเฉพาะหน้าเท่านั้นเอง ซึ่งเป็นนิสัยของเด็กวัยรุ่นและต้องการที่จะแสดงออกว่าพึ่งตนเองได้

5. พยายามที่จะฆ่าตัวตาย เหตุผลเพราะว่า

5.1 พยายามหลีกเลี่ยงหนีสังคมซึ่งตนเองถูกทอดทิ้ง

5.2 มีความตึงเครียดในการที่บิดามารดามีอารมณ์ไม่คงที่ บางครั้งดูต่ำเขี้ยวตี บางครั้งก็แสดงความรัก

5.3 ซึมเศร้า ไม่เบิกบานร่าเริง

5.4 ยึดมั่นว่าการฆ่าตัวตายเป็นการหนีปัญหาได้

5.5 เด็กวัยรุ่นพยายามแสดงออกในทางที่ตื่นเต้นโลดโผน ให้ผู้อื่นยอมรับว่าตนเองเก่งที่สามารถแก้ปัญหาด้วยการทำลายชีวิตตนเอง

**4. พัฒนาการด้านเข้าวัยปัญญา** เด็กวัยรุ่นมีความกระตือรือร้น มีความสามารถเพิ่มหลายอย่าง สามารถใช้ความคิดตนเองได้อย่างมีเหตุผล แสดงออกในด้านความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่นได้ ต้องการเป็นที่ประทับใจแก่ผู้อื่น ค้นหาข้อเสียของตนเอง และพยายามแก้ไข เริ่มเข้าใจตนเองได้เหมือนกับผู้อื่นเข้าใจ สามารถเปรียบเทียบตนเองกับตัวละครจากวิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ และจากหนังสือต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้ถ้าเป็นไปในทางที่ดี สร้างสรรค์ ก็เป็นประโยชน์แก่เด็กวัยรุ่น เพราะเด็กจะปรับปรุงตนเองและเลียนแบบ ถ้าเป็นแบบที่ตนเองนิยมสรรเสริญเด็กสามารถแยกสิ่งที่ชอบและไม่ชอบได้ เช่น ในด้านการเรียน เด็กชอบครูแต่ไม่ชอบวิชาที่ครูสอนหรือชอบวิชาที่สอน แต่ไม่ชอบตัวครู เด็กก็แยกออกได้ รู้จักใช้ความคิดอย่างรอบคอบชอบทำตามกลุ่มเพื่อนหรือปรึกษาหารือกันในกลุ่มตนเอง

พัฒนาการด้านสติปัญญาพอแบ่งได้ดังนี้

4.1 มีความสามารถหลายด้าน มีความคิดและใช้อย่างมีเหตุผล พยายามแก้ไขพฤติกรรมของตนเองและเข้าใจคนอื่นและเข้าใจกลุ่มเพื่อนดีขึ้น

4.2 เป็นตัวของตัวเอง ต้องการอิสระ พัฒนาการตนเองทุกด้าน พยายามประพฤติตนเป็นผู้ใหญ่ ไม่ต้องการให้ผู้ใหญ่ปฏิบัติต่อตนเองแบบเด็ก ๆ ตั้งเป้าหมายและปฏิบัติตามเป้าหมายนั้น ๆ ด้วยตนเอง ผู้ใหญ่ติดตามarta ครูอาจารย์ก็ควรส่งเสริมการพัฒนาด้านนี้

4.3 การเรียนรู้ของวัยรุ่นเป็นการกระทำแบบการทดลองผิดถูก

เด็กลงมือทำและพบปัญหาและสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง และหาวิธีจะแก้ปัญหานั้น ๆ อย่างดีที่สุด ถ้าการกระทำนั้น ๆ ไม่เกิดอันตราย ซึ่งเป็นการช่วยให้เด็กได้เจริญเติบโตตามวัย และมีความคิดที่จะปรับปรุงแก้ไขสิ่งต่าง ๆ ให้ดีขึ้น โดยเฉพาะในวัยที่ยังไม่มีความพร้อมที่จะรับคำแนะนำจากผู้อื่น แต่การเรียนรู้แบบลองผิดลองถูกนี้ บางครั้งก็เป็นอันตรายแก่เด็ก เช่น ในการคบเพื่อนที่มีความประพฤติไม่ดีจะพากันไปในทางที่เลว ผู้ใหญ่ต้องให้ความสนใจเป็นพิเศษ

4.4 มีความคิดที่จะช่วยเหลือครอบครัวและสังคม ช่วยงานบ้านและมีความรับผิดชอบพอสมควร ชอบช่วยพี่น้องหรือบิดามารดาทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนชอบช่วยเหลือโรงเรียนในกิจกรรมพิเศษ อาสาสมัครช่วยทำงานเพื่อสาธารณประโยชน์ สามารถปรับตัวได้เมื่อเข้ากับคนแปลกหน้าหรือคนแปลกถิ่น

4.5 มีความสนใจในกิจกรรมแปลก ๆ ยาก ๆ สนใจการกีฬาที่เป็นที่สนใจเครื่องดนตรี ชอบหรือดูว่าประกอบอย่างไร เพราะอะไร บางครั้งก็นำมาประกอบกลับคืนได้ บางครั้งก็เสียไปเลย สนใจกิจกรรมในร่มทั้งเด็กชายและเด็กหญิง แต่เด็กชายชอบกิจกรรมที่ใช้แรงและกีฬากลางแจ้ง แสดงความสามารถให้เพื่อน ๆ ยกย่อง ในเด็กหญิงชอบกีฬาประเภทใช้แรงน้อยเล่นเพื่อรางวัล หรือบางคนชอบทำกิจกรรม ประติษฐ์ ประกอบอาหาร ตกแต่ง ระบายสี แต่งเรื่อง โคลง กลอน เป็นต้น

## ปัญหาของวัยรุ่น

ปัญหาที่พบของเด็กวัยนี้ แบ่งได้ 2 ประการ ได้แก่

1. ปัญหาภายในตัวของเด็กเอง ซึ่งเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ทำให้เกิดวิตกกังวล ชอบเพื่อน นอนไม่หลับ ผันรำย เกิดความกังวล ว้าวุ่นใจ ผลสุดท้ายกลายเป็นเด็กเก็บตัว ผู้ใหญ่ต้องเอาใจใส่เข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น และพยายามพูดให้เข้าใจ ให้ความรักความอบอุ่นแก่เด็กอย่างใกล้ชิด ถ้าเด็กไม่ได้รับความเอาใจใส่ระยะนี้จะทำให้ปรับตัวเข้ากับสังคมยาก ถึงวัยผู้ใหญ่ก็ไม่มีความสุข ความพึงพอใจในตนเอง เข้ากับผู้อื่นไม่ได้ อาจเกิดโรคจิตได้ พ่อแม่ ครู อาจารย์ต้องให้ความเอาใจใส่ ความรัก

ถ้าเด็กพ้นวัยนี้เข้าสู่วัยผู้ใหญ่ เริ่มมีความคิด มีเหตุผล ความสุขุม รอบคอบ เยือกเย็นตามวัยที่ผ่านมา

2. ปัญหาความประพฤติที่สังคมไม่ต้องการ เช่น ชอบทำตามใจตนเอง ตื้อดิ่ง ต่อต้าน ประท้วง ตั้งแก๊งค์ก่อความวุ่นวาย เหล่านี้อาจต้องดูจากสิ่งเหล่านี้

2.1 จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า เด็กที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ไม่จำเป็นต้องเป็นเด็กโง่ สมอไปเสียแล้ว เด็กประเภทนี้มักมีสติปัญญาปานกลางค่อนข้างต่ำและต่ำ

มาก ในกลุ่มหรือแก๊งค์ เด็กที่เป็นหัวหน้ามักมีสติปัญญาดี ปกครองเด็กคนอื่น ๆ ในคณะได้มีอำนาจ  
สั่งได้ ถ้ามีเรื่องรุนแรงถูกตำรวจจับ พวกลูกน้องที่สติปัญญาต่ำกว่า มีความสามารถน้อยกว่ามัก  
จะถูกตำรวจจับได้ แต่หัวหน้ารอดพ้นไปได้ พวกสติปัญญาดีหรือดี ๆ เชื่อว่าเป็นเรื่องของกรรมพันธุ์  
เราสามารถป้องกันไม่ให้เด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า ความเกร  
เป็นกรรมพันธุ์นั้น คงเป็นเพราะสติปัญญา เป็นกรรมพันธุ์นั่นเอง

2.2 ทางร่างกาย เด็กที่มีความพิการด้านร่างกาย หรือหน้าตาไม่น่าดู ทางกา  
เรียนก็เอาดีไม่ได้ จึงหันมาทางประพัตติไมตรี เวลาเรียนอาจส่งเสียงก่อกวนวุ่นวายให้แก่ชั้น  
เรียน ขโมยของเล็ก ๆ น้อย ๆ เป็นต้น

3. บ้าน บ้านเป็นสิ่งแรก que เด็กมองเห็นและเป็นชุมชนแรกที่เด็กได้รู้จักด้วยรุ่นมีสังคม  
ของบ้านสำคัญที่สุด แบ่งได้ดังนี้

3.1 ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ พ่อแม่รักใคร่กันดี เด็กมีความสุขทั้งร่างกาย  
อารมณ์ สังคม สติปัญญา มีสุขภาพจิตดี ส่วนบ้านที่พ่อแม่แยกกัน ทะเลาะกันทุกวัน เล่นการพนัน  
ดื่มเหล้า คำของเถื่อน เหล่านี้เด็กได้พบเห็นตลอดเวลา ทำให้บ้านขาดความสุข สุขภาพจิตเสีย  
การพัฒนาต่าง ๆ ก็ไม่เป็นตามวัย เด็กที่มีปัญหาเหล่านี้ ได้แก่

3.1.1 พ่อแม่ยากจน ไม่มีเวลาให้ลูกหาเข้ากินคำ เด็กช่วยตนเองพึ่งเพื่อน  
เป็นที่ปรึกษา ขาดความรัก ความอบอุ่น การเอาใจใส่ ทำให้กลายเป็นเด็กอันธพาลได้

3.1.2 พ่อแม่ฐานะดี พ่อแม่ให้ทุกอย่างบำรุงความสุขแก่ลูก แต่ลูกขาดความ  
อบอุ่น เด็กต้องอยู่กับคนเลี้ยง หรือพึ่งเพื่อนเช่นกัน เพราะพ่อแม่มีงานสังคมมาก ช่วยสังคมตลอด  
เวลา จนลืมนึกถึงบ้านตนเอง เกิดผลเสียแก่เด็กเช่นกัน

3.1.3 การอบรมเอาใจใส่มากเกินไปเกินต้องการ ให้ความช่วยเหลือตลอดเวลา  
เด็กช่วยตนเองไม่ได้ ต้องเป็นลูกอ่อนตลอดเวลา เกิดความเบื่อหน่าย เด็กจะทำตนเหนือผู้อื่น  
ตลอดเวลา เข้าสังคมลำบาก ทางตรงข้ามพ่อแม่ที่ดูคำตลอดเวลา ทำให้เด็กกำบังทำอะไรไม่ได้  
ทำให้ทุกอย่างไม่ดีพอ เลยไม่น่าทำอะไรเลย ทั้ง 2 พวกเข้าสังคมภายนอกลำบาก เกิดเป็นคน  
ที่มีพฤติกรรมผิดปกติไป



4. **อันดับที่ของครอบครัว** ในครอบครัวอาจมีลูกหลายคนหรือลูกคนเดียว พรอยด์เห็นว่า ตำแหน่งหรืออันดับการเกิดของเด็กมีความสำคัญมาก จากการวิจัยพบว่า ลูกคนโตเป็นเด็กที่ง่าย ส่วนคนสุดท้ายก็ค่อนข้าง

**ลูกคนโต** มักถูกประคับประคอง ความรักความอบอุ่นจากพ่อแม่ และญาติพี่น้อง เพราะสิ่งที่ทุกคนรอคอยเป็นสิ่งที่ใหม่ของคนโต รับการเลี้ยงดูโดยวิธีปกป้องมากเกินไป เด็กจะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดลักษณะการเป็นผู้นำ กลัวต่อการจะทำผิด ชอบฟังผู้อื่นตลอดเวลา อารมณ์หวั่นไหว ถ้าประสบความล้มเหลวจะผิดหวังอย่างยิ่ง เป็นคนเห็นแก่ตัวตลอดเวลา ดังนั้น อันดับลูกคนโตจึงเป็นปัญหาเช่นกัน

**ลูกคนกลาง** นักจิตวิทยาพบว่า เด็กพวกนี้มีสติปัญญาดีพอใช้ เพราะพ่อแม่รักลูกคนโตและคนเล็ก ตนเองถูกทอดทิ้ง เวลาต้องการให้แม่อุ้มหรือนั่งตักแม่ก็นั่งไม่ได้ เพราะพี่และน้องนั่ง ตนเองต้องไปหาคนเลี้ยงดูหรือญาติพี่น้องอื่น ๆ ทำให้เกิดความน้อยใจ รูปร่างหน้าตาบางครั้งพ่อแม่พาไปเปรียบเทียบกับพี่และน้อง สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กมีปัญหาอย่างมาก เท่าที่พบมักพบลูกคนกลางก่อปัญหาในวัยรุ่นมากกว่าอันดับการเกิดอื่น ๆ

**ลูกคนสุดท้าย** พวกนี้ไม่มีการศึกษาหรือเลียนแบบจากพี่น้อง ห้อยดูจากคนอื่นหรือเพื่อนฝูง ถูกเลี้ยงดูอย่างตามใจเช่นกัน ทำให้ปรับตัวเข้าสังคมยาก เอาจิตใจตนเองเป็นคนเด่นเสมอ แต่บางคนก็ปรับตัวเข้าสังคมได้ดี และคิดว่าคนอื่น ๆ ที่มีพี่น้องมากด้วย ซึ่งขึ้นอยู่กับ การเลี้ยงดูและสิ่งแวดล้อมเป็นใหญ่

5. **ฐานะของครอบครัว** พบว่า เด็กเกเรส่วนมากมาจากครอบครัวที่ร่ำรวยหรือยากจน เพราะครอบครัวที่ร่ำรวยนั้นใช้เงินฟุ่มเฟือย คบเพื่อน กินเหล้า เล่นการพนัน ทำให้เกิดปัญหาในสังคมได้ ส่วนคนจนก็พยายามดิ้นรนหาเช้ากินค่ำ พยายามยกฐานะตนเอง แต่จะทำได้ดีโดยการทุจริต แย่งชิง วิ่งราว เป็นต้น ทำให้มีปัญหาได้ ส่วนคนฐานะปานกลาง พบน้อย เพราะพยายามยกฐานะโดยการเรียนศึกษาหาความรู้ ไม่มีเวลามาเกะกะเกเรเหล่านี้ เป็นต้น

6. **โรงเรียน** โรงเรียนให้ความรู้อบรมนิสัยเยาวชนให้เป็นคนดี ปัญหาของวัยรุ่นได้แก่

6.1 โรงเรียนที่มีที่เรียนไม่พอสำหรับนักเรียน เด็กเข้าเรียนยาก บางครั้งพลาดโอกาสที่ต้องออกมาทำมาหากิน ประกอบอาชีพที่บ้างแล้วบ้าง เป็นต้น หรือโรงเรียนสอน 2 ผลัด เด็กมีเวลาว่างมากใช้เวลาเหล่านี้ออกไปหาความสุขตามสถานที่ต่าง ๆ เช่น คอฟฟี่ช็อป ลาน-สเก็ต เป็นต้น ทำให้เสียการเรียน การเรียนต่ำ ต้องออกกลางเทอม ประกอบอาชีพไม่ได้ เป็นปัญหาแก่สังคมต่อไป

6.2 โรงเรียนที่ขาดครูที่มีความรู้จิตวิทยาการศึกษาดีพอ ไม่เข้าใจเด็ก ไม่รู้การพัฒนาการของเด็ก เอาใจตนเองเป็นใหญ่ ใช้วิธีลงโทษทางร่างกายมากกว่าการอบรมสั่งสอน การสอนไม่ดี เด็กเบื่อไม่เรียน ครูคุมชั้นไม่ได้ ทำให้เด็กเบื่อการเรียน ผลเสียตกแก่เด็ก มีความประพฤติเกะกะเกรเร ขาดโรงเรียนเหล่านี้ เป็นต้น ครูต้องเข้าใจเด็กในด้านการสอนต้องจัดกิจกรรมให้มาก เพราะเด็กจะได้นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และเกิดทักษะในสิ่งที่เด็กชอบได้ เป็นต้น

### ธรรมชาติของเด็กวัยรุ่น

พ่อแม่ ครูอาจารย์ ต้องคำนึงถึงธรรมชาติของเด็กวัยรุ่น เพื่อจะได้ปฏิบัติตนต่อวัยรุ่นได้ถูกต้อง ไม่เกิดปัญหาแก่สังคมต่อไป ธรรมชาติของวัยรุ่น มีดังนี้

1. มีความรู้สึกรักความยุติธรรมอย่างมาก ถ้าตนเองไม่ได้รับจะเกิดปฏิกิริยาทันที
2. ต้องการบ้านที่อบอุ่น พ่อแม่ต้องให้ความรักความอบอุ่นพอเพียง อย่าทอดทิ้งให้ว่าเหว่ พ่อแม่แยกกันเกิดปมด้อยแก่เด็ก
3. ชอบพบปะสังสรรค์ระหว่างเพื่อนฝูง ควรให้เด็กได้จัดงานสังสรรค์บ้าง แต่ให้อยู่ในระเบียบวินัยดีงาม เป็นการฝึกให้มีมารยาทในการเข้าสังคมระหว่างเพื่อนฝูง การจัดเตรียมงาน เป็นต้น
4. ต้องการมีอาชีพ ควรได้แนะนำตามความถนัดของเด็ก
5. มักโต้เถียงโดยไม่มีเหตุผล รักเพื่อนและกลุ่มมาก เถียงแทนกันได้

## หลักในการเตรียมพร้อมของครอบครัว

ครอบครัวหรือพ่อแม่พี่น้องที่มีลูกวัยรุ่น จำเป็นต้องมีการเตรียมต้อนรับปัญหาต่างๆที่จะเกิดขึ้นระหว่างผู้ใหญ่กับวัยรุ่น การเตรียมพร้อม ได้แก่

1. **เจตคติของพ่อแม่ที่มีต่อวัยรุ่น** ต้องคำนึงถึงความเที่ยงตรงไม่มีอคติ ต้องเข้าใจความต้องการตามวัยของเด็ก รู้การเปลี่ยนแปลงของเด็ก การเลี้ยงดูเพื่อประคองให้ผ่านพ้นวัยรุ่นไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่ดีต่อไป โดยให้ความรักความอบอุ่น กระตุ้นให้เด็กมีวินัย มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองโลกในแง่ดี "การอบรมเลี้ยงดูเด็กวัยรุ่นนั้นเป็นงาน" ที่ต้องอาศัยความเข้าใจชีวิต ความที่มีการยืดหยุ่นได้ และการเป็นแบบอย่างที่ดีให้เขาเห็นเพื่อสร้างศรัทธาจึงเป็นงานที่ยากและค่อนข้างหนัก ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ความมีอคติ ความไม่เข้าใจปกติวิสัยของเขา การตั้งความหวังที่สูงเกินไป จะทำให้เกิดเป็นอุปสรรคในการอบรมเลี้ยงดูต่อไป

(นพ.วิทยา นาควัชระ มสธ, 401)

2. **การแสดงความรักให้ถูกต้องตามเพศตามวัย** การโอบกอดรัด จูบ ที่พ่อแม่เคยกระทำต่อเด็กเมื่อเขายังเล็กนั้น ควรเลิกทำหรือทำน้อยลง เพราะเด็กวัยนี้จะเกิดความอาย การเข้าใจ การยอมรับความคิดเห็น การให้อิสระ สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กพอใจ การแสดงความรักที่ไม่เหมาะสม อาจเกิดปัญหาด้านพฤติกรรมได้

3. **การแสดงความสนใจที่เหมาะสม** พ่อแม่แสดงความสนใจในสิ่งต่างๆที่เด็กบอกหรือเด็กได้กระทำ โดยการให้กำลังใจ ใต้ถามและแนะนำ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กเกิดความเชื่อใจในพ่อแม่ได้

## สิ่งที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นปัจจุบัน

สิ่งต่างๆที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นปัจจุบันนี้ ได้แก่

1. **ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี** ปัจจุบันนี้ความก้าวหน้าด้านวิทยาการต่างๆ รวดเร็วมาก การนำเครื่องมือใหม่ๆ ด้านวิทยาศาสตร์ มาใช้แทนแรงงานคนนั้นมาก เกิดปัญหาการว่างงาน ต้องมีการแข่งขันซึ่งดีซึ่งเด่นกัน ในการประกอบอาชีพ การคมนาคม การสื่อสารเจริญอย่างรวดเร็ว สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพล ทำให้วัยรุ่นสมัยปัจจุบัน ต้องมีความกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลา เพื่อ

การเปรียบเทียบความดีของวัยรุ่นปัจจุบันกับวัยรุ่นในสมัยก่อน

วัยรุ่นปัจจุบันดีกว่าในด้าน	สมัยก่อนดีกว่าในด้าน
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เกี่ยวกับความรู้รอบตัว</li> <li>2. ความคิดริเริ่มและการสร้างสรรค์</li> <li>3. การรู้จักค้นหาเหตุผล</li> <li>4. การรู้จักช่วยตนเอง</li> <li>5. การแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เผชิญ</li> <li>6. การรู้จักเลือกใช้ชีวิตสิ่งของของคน การเลือกซื้อสิ่งของ</li> <li>7. การรู้จักเลือกอาชีพที่เหมาะสม</li> <li>8. การรู้จักรักษาของอันเป็นสาธารณประโยชน์</li> <li>9. การรู้จักรักษาสุขภาพอนามัยของตน</li> <li>10. การแต่งกายให้เหมาะสมกับกาลเทศะ</li> <li>11. การรู้จักรักษาความสะอาดเครื่องแต่งกายของตน</li> <li>12. การรู้จักรักษาความสะอาดบ้านเรือนของตน</li> <li>13. การเสียสละเพื่อสาธารณประโยชน์</li> <li>14. การรู้จักใช้สิทธิเสรีภาพของตนได้เหมาะสม</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ความเอาใจใส่ในการศึกษาเล่าเรียน</li> <li>2. ความแม่นยำในการนำหลักวิชาที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาใช้</li> <li>3. การรู้จักใช้เวลาของตนให้เป็นประโยชน์</li> <li>4. ความละเอียดถี่ถ้วนหรือความประณีตในงาน</li> <li>5. ความรับผิดชอบในการทำงาน</li> <li>6. ความสามารถในการทำงาน</li> <li>7. การพูดจาของคนการใช้ถ้อยคำที่สุภาพไม่หยาบโหลน</li> <li>8. ความร่วมมือโดยทั่วไป</li> <li>9. การวางตนให้เหมาะสมกับวัย และถูกต้องกับกาลเทศะ</li> <li>10. การเคารพผู้ใหญ่</li> <li>11. การติดต่อกับบุคคลอื่น ทั้งการพูดจาและกิริยาท่าทาง</li> <li>12. การอยู่ในระเบียบวินัย</li> <li>13. ความซื่อสัตย์</li> <li>14. การตรงต่อเวลา</li> <li>15. ความกตัญญูกตเวที</li> <li>16. ความมัธยัสถ์</li> <li>17. การรู้จักยับยั้งในการกระทำใด ๆ ที่อาจชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย</li> <li>18. การรู้จักยับยั้งในด้านกามรมณ์</li> </ol>

(รายงานการวิจัยของเด็กวัยรุ่น กรมวิชาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ)

รับกับความเปลี่ยนแปลงของสังคมในปัจจุบัน

2. **สถานการณ์เปลี่ยนแปลงของชีวิตในครอบครัว** มีชีวิตครอบครัวปัจจุบันต่างกับสมัยก่อน จากครอบครัวขยายเปลี่ยนมาเป็นครอบครัวเดี่ยว ทุกคนต้องประกอบอาชีพนอกบ้านไม่มีเวลาให้ความอบอุ่นแก่ลูก ต้องมอบภาระให้ผู้อื่นดูแลแทน จากการรักษาระเบียบแบบแผนของตระกูลมาเป็นการตัดแปลงให้สอดคล้องไปตามความเหมาะสม สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีส่วนสร้างให้เด็กวัยรุ่นสมัยปัจจุบันแตกต่างไปจากวัยรุ่นในอดีต

(สุชา จันท์เอม 2528, หน้า 8-9)

### แนวทางแก้ไขปัญหาที่เกิดแก่วัยรุ่น

1. พ่อแม่ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้คบเพื่อนฝูงและพบปะกัน โดยการสังเกตอยู่ห่างๆ
2. ทำตัวเป็นเพื่อน เป็นที่ปรึกษาอย่างดีกับเด็ก
3. จัดอำนวยความสะดวกให้พอเพียง เครื่องนุ่งห่ม อาหารการกิน ห้องนอน เครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ จัดให้เหมาะสมกับฐานะของครอบครัว
4. หางานให้ทำเป็นเครื่องช่วยให้ได้รับความสนุกในงานและไม่มีเวลาเที่ยวเตร่หรือคิดในสิ่งไม่ดี เช่น ช่วยจัดบ้าน ตกแต่งบ้าน สานาญหมา หาสัตว์เลี้ยงช่วยกันดูแล ปลูกต้นไม้ เล่นเกมสนุกๆ กันระหว่างสมาชิกของครอบครัว
5. ให้ความรักความอบอุ่นเท่ากันทุกคน ดูแลสุขภาพอย่างใกล้ชิด
6. ส่งเสริมให้ประติษฐ์ของตนเอง เพื่อใช้เวลาว่างให้มีประโยชน์

### การปลูกฝังบุคลิกภาพในวัยรุ่น

เด็กวัยรุ่นควรได้รับการปลูกฝังบุคลิกภาพต่างๆ ตั้งแต่วัยเด็ก ดังนี้

1. **ความกระตือรือร้น** เด็กจะเลียนแบบความกระตือรือร้นจากพ่อแม่ หรือผู้ใกล้ชิด ควรจัดให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน หรือจัดโดยการให้เด็กได้สนุกร่วมกัน เช่น กิจกรรมส่งเสริมดนตรีไทย เป็นต้น

2. **ความร่าเริง** พ่อแม่และครู ต้องส่งเสริมและเป็นตัวแทนที่ดีแก่เด็ก โดยการมีอารมณ์ร่าเริงแจ่มใส ความเครียดต่างๆ จะลดน้อยลง แต่จะมีอารมณ์เบิกบานแจ่มใสได้ต้องมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีด้วย

3. **อารมณ์สนุก** อารมณ์สนุกช่วยแก้ความหงุดหงิด และความเครียดในชีวิตประจำวัน พ่อแม่ต้องพยายามสอนให้เด็กมองสถานการณ์ใด ๆ อย่างเป็นกลาง ไม่เครียดเกินไปหรือสนุกเกินไป

4. **ความกล้า** พ่อแม่ต้องสอนให้เด็กกล้าเผชิญปัญหาต่างๆ อย่างเปิดเผย สอนให้เด็กกล้าในสิ่งที่ถูก เมื่อเด็กได้แสดงออกควรชมเชย อย่าตีตีสอนจะทำให้เด็กเกิดการอายและไม่กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกที่ควร

5. **ความเชื่อมั่นในตนเอง** พ่อแม่ต้องส่งเสริมให้เด็กรู้จักแสดงความคิดเห็น มีเหตุผล มีความคิดรอบคอบ เยือกเย็น ต้องชมเชยทุกครั้ง ที่เด็กได้แสดงความคิดเห็นของตนเอง แสดงว่าเด็กมีความสามารถและมีความเชื่อมั่นในตนเอง จึงกล้าแสดงความคิดเห็นออกมาได้

6. **โอบอ้อมอารี** ต้องฝึกให้เด็กมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่โดยให้เด็กรู้จักการรับการให้ รู้จักแบ่งปันความรักให้พี่น้องไม่เห็นแก่ตัว มีความเมตตากรุณา แก่ผู้ที่มีทุกข์ ต้องการให้ทุกคนมีความสุข สิ่งเหล่านี้แสดงว่าเด็กมีน้ำใจโอบอ้อมอารีแก่ผู้อื่น