

บทที่ 8

วัยรุ่น

เค้าโครงเรื่อง

1. การแบ่งช่วงระยะเวลาและความสำคัญของวัยรุ่น
 - 1.1 การแบ่งช่วงระยะเวลาของวัยรุ่น
 - 1.2 ความสำคัญของวัยรุ่น
2. การเปลี่ยนแปลงอวัยวะส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกาย
3. พัฒนาการทางด้านอารมณ์
 - 3.1 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้น
 - 3.2 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นตอนปลาย
4. พัฒนาการทางด้านสังคม
 - 4.1 พัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นตอนต้น
 - 4.2 พัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นตอนปลาย

สาระสำคัญ

1. วัยรุ่น หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 12-21 ปี แบ่งออกเป็น 2 ช่วง คือ วัยรุ่นตอนต้น มีอายุ 12-18 ปี วัยรุ่นตอนปลายอายุ 18-21 ปี ลักษณะที่สำคัญของวัยนี้คือ วัยรุ่นตอนต้น มีร่างกายภายนอกเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทำให้ต้องปรับตัวต่อปัญหาทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม แต่เมื่ออยู่ในวัยรุ่นตอนปลายพบว่า พฤติกรรม ทัศนคติ ลักษณะทางร่างกาย มีวุฒิภาวะพร้อมทุกด้าน

2. การเปลี่ยนแปลงอวัยวะส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกาย ได้แก่ ระบบต่อม การย่อยอาหาร การหายใจ หัวใจ ปอด กล้ามเนื้อ กระดูก ในวัยรุ่นตอนต้นได้มีการเปลี่ยนแปลงพร้อมจะทำหน้าที่อย่างสมบูรณ์ จนกระทั่งเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายจะมีวุฒิภาวะสมบูรณ์พร้อมอย่างเต็มที่

3. พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่น มีลักษณะที่สำคัญคือ วัยรุ่นตอนต้นไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ทำให้มีอารมณ์รุนแรง ลองผิดลองถูก บางครั้งต้องขอคำแนะนำจากผู้อื่น แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายจะสามารถควบคุมอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีเหตุผลและเป็นผู้ใหญ่อย่างเต็มที่

4. พัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นมีลำดับขั้นตอน คือ ในวัยรุ่นตอนต้นจะมีเพื่อนสนิทเพศเดียวกันก่อนเพียง 1 คน และมีการรวมกลุ่มกันเพิ่มจำนวนมากขึ้นจนเป็นกลุ่มใหญ่ มีการทำกิจกรรม พุดคุย ท่องเที่ยวร่วมกัน แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายเพื่อนจะมีจำนวนน้อยลงกว่าวัยรุ่นตอนต้น บางคู่จะเริ่มแยกออกมาจากกลุ่มใหญ่ หรือจะแต่งงานต่อไป

วัตถุประสงค์ของการเรียนรู้

หลังจากที่นักศึกษาเรียนบทนี้ไปแล้ว จะสามารถ

1. บอกและอธิบายถึงการแบ่งช่วงระยะเวลาและความสำคัญของวัยรุ่นได้อย่างถูกต้อง
2. อธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกายได้อย่างถูกต้อง
3. แยกแยะและอธิบายถึงลักษณะพัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่นได้อย่างถูกต้อง
4. เรียงลำดับและอธิบายขั้นตอนของพัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นได้อย่างถูกต้อง

1. การแบ่งช่วงระยะเวลาและความสำคัญของวัยรุ่น

1.1 การแบ่งช่วงระยะเวลาของวัยรุ่น

คำว่า "วัยรุ่น" ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า Adolescence มาจากภาษาละตินว่า Adolescere ซึ่งมีความหมายว่า การเจริญเติบโต วัยรุ่นนี้อาจจะเรียกว่าเป็นวัยพายุคุกคาม (Storm and stress) ก็ย่อมได้ ซึ่งวัยดังกล่าวจะเป็นผู้ที่มีอายุประมาณ 12 ปีถึง 21 ปีโดยประมาณ ดังนั้นวัยรุ่นนี้ จึงนับว่าเป็นระยะเวลาที่อยู่ระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่หรืออาจจะมีความหมายได้อีกนัยหนึ่งคือ "เป็นวัยแห่งการที่เคยได้รับการปกป้องคุ้มครองดูแลจากผู้ใหญ่ไปสู่การปกป้องดูแลและช่วยเหลือตนเอง ตัดสินใจด้วยตนเอง" นอกจากนี้ ความหมายของวัยรุ่น อาจจะมีอีกนัยหนึ่งว่า "เป็นวัยที่มีการพัฒนาการอย่างรวดเร็ว หรือเป็นวัยที่จะมีความสามารถในการสืบพันธุ์ต่อไปได้"

ช่วงระยะเวลาของวัยรุ่นจะมีระยะเวลานานเท่าใดนั้น ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมในแต่ละสังคม กล่าวคือ สภาพแวดล้อม ประเพณี หรือวัฒนธรรมของสังคมจะเป็นตัวกำหนดว่าวัยรุ่นผู้นั้นก้าวไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่อย่างเต็มตัวเมื่อใด ในบางสังคมถือว่า วัยรุ่นจะต้องเป็นบุคคลที่มีอายุ 12-19 ปีเท่านั้น แต่ในบางสังคมถือว่า ทันทีที่วัยรุ่นทำงานก็จะเป็นผู้ใหญ่อย่างสมบูรณ์ แต่ในบางสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งสังคมไทยจะถือว่า แม้บุตรหลานของตนจะมีงานทำอย่างเป็นทางการแล้วก็ตาม ผู้เป็นบิดามารดาก็ยังคงเป็นห่วงและคิดว่าบุตรหลานของตนยังเป็นเด็กอยู่รำไป ซึ่งสังคมไทยในลักษณะดังกล่าวนี้จะเห็นได้อย่างชัดเจนจากสังคมในชนบท นั้นเอง

อย่างไรก็ตาม ช่วงระยะเวลาของวัยรุ่นสามารถจำแนกออกเป็นตามขั้นพัฒนาการของบุคคลได้เป็น 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 วัยรุ่นตอนต้น

วัยรุ่นตอนต้นจะมีอายุตั้งแต่ 12-18 ปีโดยประมาณ หรือเป็นระยะตั้งแต่ปีสุดท้ายของวัยเด็กจนกระทั่งลักษณะสรีระของเด็กมีการเปลี่ยนแปลงไป อาจกล่าวได้อีกนัยหนึ่งว่า เป็นระยะเวลาที่มีการเตรียมตัวเพื่อที่จะเข้าสู่วัยรุ่นอย่างสมบูรณ์ ระยะวัยรุ่นตอนต้นนั้นจะเห็นได้ว่าเป็นช่วงที่คาบเกี่ยวกับวัยหนุ่มสาว (The pubertal stage) ซึ่งระยะเวลาดังที่กล่าวมานี้เป็นช่วงระยะเวลาของการมีวุฒิภาวะทางเพศ ซึ่งเด็กหญิงจะมีประจำเดือนเกิดขึ้นเป็นครั้งแรก ส่วนเด็กชายก็จะมีหลังอสุจิเป็นครั้งแรก เมื่อสภาวะทางร่างกายของเด็กหญิงและเด็กชายมีการเปลี่ยนแปลงไปแล้ว เด็กคนนั้นก็จะมีพัฒนาการทางร่างกายต่อเนื่องไป จนกระทั่งเด็กได้ก้าวต่อไปในขั้นที่ 2 นั้นเอง

ขั้นที่ 2 วัยรุ่นตอนปลาย

วัยรุ่นตอนปลายนี้ เป็นช่วงระยะเวลาที่เด็กมีวุฒิภาวะทางด้านจิตใจและทางด้านสติปัญญาอย่างสมบูรณ์ แต่ช่วงเวลาที่เด็กจะมีวุฒิภาวะทางอารมณ์และสังคมได้ดีเพียงใดนั้นย่อมแตกต่างกันไป บางคนเริ่มมีวุฒิภาวะตั้งแต่เข้าสู่ระยะแรกของวัยรุ่น แต่บางคนจะยังไม่เกิดขึ้นโดยทั่วไปแล้วถือกันว่าวัยรุ่นที่มีอายุ 18-21 ปี หรือระยะวัยรุ่นตอนปลายนี้ เป็นวัยที่เริ่มเป็นผู้ใหญ่อย่างเต็มตัว แม้ว่าในบางครั้งอาจจะแสดงออกทางอารมณ์และสังคมที่ดูเหมือนว่าไม่มีวุฒิภาวะก็ตาม

นอกจากนั้น เฟรนเดนเบิร์ก (Frendenberg, 1959) ได้ให้ความหมายของคำว่า "วัยรุ่น" ไว้ว่า "วัยรุ่นเป็นระยะเวลาที่บุคคลจะมีการเรียนรู้ในสิ่งที่เขาเป็นอยู่ และต้องการรู้สิ่งที่เป็นความจริง เป็นระยะเวลาที่เขามีความรู้สึกว่าเขาเองมีความแตกต่างไปจากสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม และมีความรู้สึกว่าเขาเองได้กระทำในสิ่งที่ถูกต้อง พร้อมทั้งจะสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ รวมทั้งตนมีการรับรู้ได้อย่างถูกต้องอีกด้วย"

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้เอง จึงอาจกล่าวได้โดยสรุปว่า วัยรุ่นเป็นวัยของการต่อเนื่องระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ ซึ่งวัยรุ่นจะมีความต้องการ ความสนใจ มีทัศนคติที่แตกต่างกันออกไปอันเป็นผลเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นเอง สภาพทางจิตใจและอารมณ์ไม่แน่นอน รวมทั้งมีการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมทางสังคมทุกด้าน สิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญสำหรับการพัฒนาการของช่วงระยะวัยรุ่นมากที่สุด และคนที่จะเป็นผู้ใหญ่ได้อย่างสมบูรณ์นั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีพัฒนาการในระยะวัยรุ่นสำเร็จลุล่วงไปด้วยดีอีกด้วย

1.2 ความสำคัญของวัยรุ่น

1.2.1 วัยรุ่นตอนต้น

ลักษณะพัฒนาการของบุคคลนั้น โดยหลักการที่สำคัญแล้วจะประกอบด้วยการพัฒนาการทางด้านร่างกาย อันเป็นลักษณะที่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจนตามลักษณะสรีระของตน ในบางครั้งอาจจะเป็นการเพิ่มทางด้านน้ำหนัก ส่วนสูง ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อก็ย่อมได้ นอกจากพัฒนาการทางด้านร่างกายแล้ว ยังประกอบด้วยพัฒนาการทางด้านอารมณ์และจิตใจว่าอารมณ์ของบุคคลนั้นจะดีมีความมั่นคงได้เพียงใด หรือแม้แต่พัฒนาการทางด้านสังคมในลักษณะของการอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขนั้นจะประกอบด้วยลักษณะอย่างไรบ้าง

วัยรุ่นตอนต้น มีลักษณะที่สำคัญคือ

- สถานภาพของวัยรุ่นไม่แน่นอน

ลักษณะของวัยรุ่นตอนต้นนี้ประกอบด้วย ลักษณะของความรู้สึกที่มีความสับสน ในสภาพของความเป็นเด็กและบทบาทที่ควรจะทำในช่วงชีวิตผู้ใหญ่ ทั้งนี้ เพราะวัยรุ่นตอนต้นมักจะพยายามปฏิบัติตนให้เหมือนกับผู้ใหญ่ที่เขากระทำกัน แต่บางครั้งวัยรุ่นไม่สามารถจะกระทำได้เพราะมีความรู้สึกและความต้องการที่จะเล่นเหมือนกับเด็ก ๆ ที่เคยปฏิบัติมา จึงทำให้เด็กเกิดความรู้สึกถึงสถานภาพที่ไม่แน่นอนของตนได้อย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น

- วัยรุ่นตอนต้นเป็นช่วงระยะเวลาของการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมต่าง ๆ

การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ของวัยรุ่นตอนต้นจะมีผลต่อการเกิดทัศนคติและความรู้สึกที่รุนแรงมาก ฉะนั้น วัยรุ่นจึงพยายามที่จะแสดงความรู้สึก หรือทัศนคติของตน ต่อบิดา มารดา และครู โดยการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อเรียกร้องความสนใจจากบุคคลอื่น เช่น การส่งเสียงดัง การทำงานและการร่วมจับกลุ่มใหญ่ เป็นต้น

- วัยรุ่นตอนต้นเป็นช่วงที่มีอารมณ์ไม่มั่นคง

จากสภาพที่อารมณ์ไม่มั่นคงนี้ จี สแตนลีย์ ฮอลล์ (G. Stanley Hall) ได้กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมของวัยรุ่นนั้นมักจะเป็นพฤติกรรมที่เกินความเป็นจริง ฉะนั้น จึงทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นมีลักษณะที่ไม่คงที่ในลักษณะของอารมณ์ที่รุนแรงเกินไป หรืออาจเก็บกดเกินไป

- วัยรุ่นตอนต้นมีลักษณะการแสดงออกที่ไม่คงที่

ในช่วงระยะเวลาดังกล่าว การแสดงออกของวัยรุ่นจะมีลักษณะไม่คงที่ จากความรู้สึกกลัวเปลี่ยนเป็นการหัวเราะด้วยเสียงดัง จากความรู้สึกที่ไม่มั่นคงไปสู่ความรู้สึกที่มั่นคง จากความรู้สึกที่เห็นแก่ตัวไปสู่ความรู้สึกโอบอ้อมอารี เป็นต้น ซึ่งความรู้สึกของวัยรุ่นดังกล่าวนี้ จะมีผลทำให้วัยรุ่นมีการแสดงออกในลักษณะที่ไม่คงที่นั่นเอง

- วัยรุ่นตอนต้นเป็นช่วงเวลาของการมีปัญหา

ในวัยรุ่นตอนต้นจัดว่าเป็นช่วงที่มีปัญหาอย่างมากมาย เพราะเขาได้มีโอกาสพบเห็นสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ และปัจจุบันเขามีความรู้สึกว่า จะต้องช่วยเหลือตนเอง เพราะบิดามารดาได้ให้อิสระแก่ตนแล้ว แต่บางครั้งก็ไม่สามารถคลี่คลายปัญหาเหล่านั้นได้จึงทำให้วัยรุ่นตอนต้นได้เผชิญกับปัญหาต่าง ๆ อย่างมากมาย ลักษณะปัญหาที่วัยรุ่นเผชิญอยู่นั้นจะเป็นปัญหาในเรื่องเกี่ยวกับการเรียน อาชีพ และเพื่อน เป็นต้น

- วัยรุ่นตอนต้นเป็นช่วงระยะเวลาที่มีความสำคัญ

วัยรุ่นเป็นช่วงระยะเวลาที่มีความสำคัญยิ่ง ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นจะมีการพัฒนาการทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็วและมีระยะเวลาที่สั้น ๆ เท่านั้น เพราะถ้าผ่านพ้นช่วงนี้ไปแล้ว พัฒนาการทางด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่นจะเกิดขึ้นได้อย่างไม่เหมาะสม นอกจากนั้น ยังเป็นช่วงระยะเวลาของการพัฒนาการบุคคลให้ก้าวสู่ผู้ใหญ่ได้อย่างเต็มที่ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์อีกด้วย

1.2.2 วัยรุ่นตอนปลาย

วัยรุ่นตอนปลาย (Late adolescent) สามารถเรียกชื่อได้อีกอย่างหนึ่งว่า Youth หรือเป็นผู้ใหญ่เริ่มแรก (Youngman และ Young Woman) เป็นวัยที่มีความรักมากมาย บางครั้งแสดงความรักไม่เคารพผู้ใหญ่ ก้าวร้าว ชอบกินด้วยความเอร็ดอร่อย

วัยรุ่นตอนปลาย มีลักษณะที่สำคัญ คือ

- วัยรุ่นตอนปลายเป็นวัยที่มีวุฒิภาวะพร้อมทุกด้าน

วัยรุ่นบางคนเมื่ออายุเพียง 17-18 ปี เขาจะประกอบอาชีพซึ่งมีผลทำให้เขาต้องเรียนรู้ในบทบาทของตนและพยายามปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของงาน อันประกอบด้วยบุคคลที่มีอายุมากกว่า มีประสบการณ์ในชีวิตมากกว่า วัยรุ่นเหล่านั้นจึงมักจะมีวุฒิภาวะเร็วกว่าวัยรุ่นที่ยังศึกษาอยู่ ดังนั้น ช่วงระยะเวลาของวัยรุ่นที่เรียนหนังสืออยู่นั้นจึงดูเหมือนว่าจะเป็นช่วงระยะที่ทำให้วัยรุ่นมีช่วงชีวิตของการเป็นวัยรุ่นนานกว่าพวกที่ทำงานแล้ว

ช่วงระยะเวลาของวัยรุ่นตอนปลายมักจะเริ่มต้นเมื่อวัยรุ่นอายุได้ 17 ปีโดยประมาณ ช่วงระยะเวลาดังกล่าวนี้เป็นช่วงเวลาที่ยังคงศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือบางคนกำลังเตรียมตัวเพื่อจะสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา และในช่วงเวลาดังกล่าวนี้เองมีผลทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่สมบูรณ์มากที่สุดเพราะได้รับแรงผลักดันมาจากครอบครัวและจากโรงเรียนอีกด้วย

- วัยรุ่นตอนปลายเป็นวัยที่เกิดพฤติกรรมและทัศนคติที่ถาวร

ดังที่ได้ทราบกันคืออยู่แล้วว่า ใน 6 ปีแรกของชีวิต นักจิตวิทยาทั้งหลายต่างได้ให้ความสนใจเป็นอันมาก เพราะนักจิตวิทยาถือว่า ในระยะ 6 ปีแรกของชีวิตนั้น เป็นระยะเวลาที่เด็กได้มีการหล่อหลอมบุคลิกภาพ ทัศนคติ ลักษณะนิสัย และความสามารถในการควบคุมตนเองให้เกิดมีขึ้นได้ ขณะเดียวกัน บุคคลทั่วไปจะมีความแตกต่างกันเนื่องมาจากได้รับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมและพันธุกรรมที่ต่างกัน ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและลักษณะทางสรีระของเด็กทุกด้านจะมีผลสืบเนื่องมาสู่ระยะวัยรุ่นตอนต้น และวัยรุ่นตอนปลายตามลำดับ

ทำให้วัยรุ่นเกิดพฤติกรรมใหม่ ๆ และมีทัศนคติที่ถาวรมากยิ่งขึ้นตามสภาพแวดล้อมที่แต่ละคนจะได้รับ เช่น บางคนมีรูปร่างที่สูงใหญ่ บางคนอ้วนกลม บางคนผอมสูง ฯลฯ ลักษณะดังกล่าวนี้จะมีผลต่อเนื่องมาตั้งแต่วัยเด็กและเกิดความรู้สึกรุนแรงมากในระยะวัยรุ่นนั่นเอง

วัยรุ่นตอนปลายที่มีอายุ 17-20 ปีนี้ แม้ว่าจะอยู่ในระยะวัยรุ่นก็ตาม แต่ช่วงระยะเวลาดังกล่าวนั้นจะไม่สามารถกล่าวได้ว่า วัยรุ่นตอนปลายเป็นวัยทีนเอจ (Teen-age) ได้ ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นตอนปลายนี้จะเริ่มมีทัศนคติและแบบแผนทางพฤติกรรมที่แน่นอน สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพของปัญหาต่าง ๆ ที่วัยรุ่นเผชิญอยู่ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการทำงาน การเงิน การเรียน หรือในเรื่องของความสัมพันธ์ทางเพศ ขณะเดียวกัน วัยรุ่นตอนปลายนี้ได้รับการฟังเสียงหรือได้รับความสนใจจากผู้ใหญ่น้อยลง ซึ่งผลที่ตามมาคือ วัยรุ่นตอนปลายสามารถเผชิญกับสภาพความเป็นจริงในเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ดีมากที่สุด

ด้วยเหตุนี้เอง ลักษณะของวัยรุ่นตอนปลายจึงเป็นเรื่องของพัฒนาการที่ต่อเนื่องมาตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งผลที่วัยรุ่นได้รับการเปลี่ยนแปลงมาตลอดเวลาไม่ว่าจะเป็นเรื่องทางร่างกาย ทางอารมณ์ ทางจิตใจ หรือแม้แต่วางสังคมก็ตาม วัยรุ่นจะเริ่มมีวุฒิภาวะสมบูรณ์อย่างเต็มที่

กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1

จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. ข้อใดคือความหมายที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น

ก. วัยช่วยเหลือตนเองได้ดีที่สุด

ข. ควรได้รับการปกป้องจากผู้ใหญ่

ค. ดัดนิสัยใจด้วยตนเองได้ดี

ง. วัยพายุบุแคม

2. วัยรุ่นตอนต้นมีลักษณะเด่นที่สุดตรงกับข้อใด

ก. มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

ข. ช่วยเหลือตนเองได้ดี

ค. สืบพันธุ์ได้

ง. แก้ปัญหาได้ดี

3. ข้อความใดถูกต้องที่สุดของวัยรุ่นตอนปลาย

ก. มีวุฒิภาวะสมบูรณ์ทุกด้าน

ข. ร่างกายขาดความสมดุล

ค. อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย

ง. มีบุคลิกภาพที่มั่นคงสมบูรณ์

4. วัยรุ่นตอนต้นคือผู้ที่มีอายุระหว่าง.....ปี

ก. 11-15 ปี

ข. 12-18 ปี

ค. 11-17 ปี

ง. 12-16 ปี

5. วัยรุ่นตอนปลายคือผู้ที่มีอายุระหว่าง.....ปี.

ก. 15-20 ปี

ข. 16-21 ปี

ค. 18-21 ปี

ง. 17-21 ปี

2. การเปลี่ยนแปลงอวัยวะส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกาย

ในวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงอวัยวะของร่างกายทั้งหมด ซึ่งระยะวัยรุ่นตอนต้นจะยังไม่สมบูรณ์ จนกระทั่งเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายอวัยวะส่วนต่าง ๆ จึงทำหน้าที่อย่างมีวุฒิภาวะเต็มที่

- การเจริญเติบโตของหัวใจและเส้นโลหิต

ในช่วงระยะเวลาที่วัยรุ่นอายุได้ 12 ปี หัวใจจะมีน้ำหนักประมาณ 7 เท่าของเมื่อแรกเกิด หัวใจนับว่าเป็นส่วนที่มีความเจริญซ้ากว่าส่วนอื่น ๆ ในระยะที่มีวุฒิภาวะทางเพศ เมื่อเด็กอายุได้ 17-18 ปี น้ำหนักของหัวใจจึงเท่ากับ 12 เท่าของเมื่อแรกเกิด สำหรับเส้นโลหิตก็จะมีการขยายใหญ่ขึ้น แต่การขยายของเส้นโลหิตไม่ได้สัดส่วนกับการขยายของหัวใจเพราะเส้นโลหิตมีการขยายซ้ากว่า

จากลักษณะที่เส้นโลหิตและการขยายตัวของหัวใจที่ไม่ได้สัดส่วนกันนี้เอง จึงมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของความดันโลหิต จากการศึกษาพบว่า ในวัยเด็กระหว่างเพศชายและเพศหญิงจะไม่มี ความแตกต่างกันในเรื่องความดันโลหิตหรือจะแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย แต่เมื่อเข้าสู่ระยะวัยรุ่นอายุประมาณ 10-13 ปี เด็กชายจะมีความดันโลหิตน้อยกว่าเด็กหญิง และเมื่ออายุ 13 ปีไปแล้วจะปรากฏว่าเด็กชายจะมีความดันโลหิตมากกว่าเด็กหญิง

อย่างไรก็ตาม พัฒนาการในเรื่องการเจริญเติบโตของหัวใจและเส้นโลหิตระหว่างวัยรุ่นและวัยเด็กจะมีความแตกต่างกัน กล่าวคือ ในวัยรุ่น หัวใจขยายใหญ่แต่เส้นโลหิตเล็ก แต่ในวัยเด็กหัวใจเล็กและเส้นโลหิตใหญ่ ฉะนั้น หัวใจของวัยเด็กจึงต้องทำงานอย่างหนักในการที่จะสูบฉีดโลหิตเข้าไปในเส้นเลือด ทำให้เกิดอันตรายต่อหัวใจได้ง่าย แต่ในวัยรุ่น หัวใจฉีดโลหิตเข้าไปในเส้นเลือดซึ่งเล็ก จะทำให้การทำงานของหัวใจไม่หนักจึงมีผลทำให้เกิดอันตรายเนื่องจากการทำงานของหัวใจน้อยกว่าในวัยเด็ก

- **ปอด** เมื่อวัยรุ่นอายุ 17 ปี ความสามารถของปอดในวัยรุ่นหญิงเกือบจะมีวุฒิภาวะเต็มที่ แต่ของเด็กชายจะมีวุฒิภาวะภายหลังเพศหญิงอีกหลายปี ทั้งนี้ เพราะความแตกต่างของความสามารถของปอดทั้งสองเพศนั้นจะแตกต่างกัน กล่าวคือ ในเพศชายจะมีการเพิ่มทางด้าน

ขนาดและความสามารถ จึงทำให้ชายมีความจุของปอดมากกว่าเพศหญิง

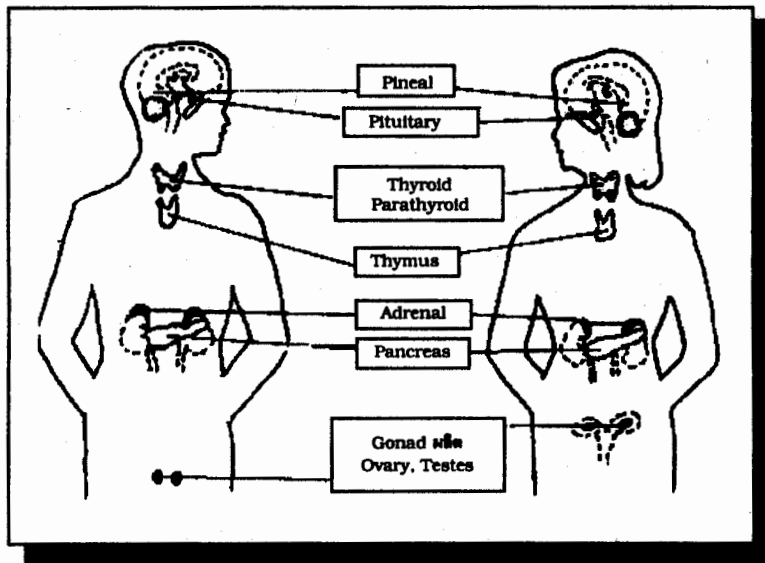
- ระบบการย่อยอาหาร ในระยะวัยรุ่นตอนต้นซึ่งร่างกายเติบโตอย่างรวดเร็วนั้น ระบบการย่อยอาหารจะทำงานเข้มข้น และจะลดลงในวัยรุ่นตอนปลาย แม้แต่ความสูงและน้ำหนักของวัยรุ่นก็จะมีอัตราที่ลดน้อยลงตามไปด้วย ยิ่งไปกว่านั้น วันรุ่นตอนปลายได้รับแรงจูงใจจากสังคมในเรื่องของความอ้วน จึงมีผลทำให้วัยรุ่นตอนปลายมีความรู้สึกอยากจะรับประทานอาหารลดน้อยลง ทำให้การย่อยอาหารทำงานน้อยลงเช่นกัน

- การเปลี่ยนแปลงกล้ามเนื้อ ลักษณะการเจริญเติบโตของกล้ามเนื้อในระยะวัยรุ่นตอนต้นจะมีความแตกต่างกันในเพศชายและหญิง แม้ว่ากล้ามเนื้อของเพศหญิงจะมีปริมาณและน้ำหนักเพิ่มมากกว่าในวัยเด็กก็ตาม แต่ความหนักและแข็งแรงของกล้ามเนื้อจะสู้ของเด็กชายไม่ได้ จากลักษณะที่เพศชายมีกล้ามเนื้อเพิ่มมากขึ้นนี้เอง จึงมีผลทำให้วัยรุ่นพยายามใช้กำลังจำนวนมากเพื่อเป็นการออกกำลังกายกล้ามเนื้อ วิธีการออกกำลังกายของเด็กชายนั้นจะสามารถทำได้โดยการเล่นกีฬา ซึ่งเมื่อเล่นกีฬาไปแล้วจะมีผลทำให้ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลง คือกล้ามเนื้อขยายกว้างขึ้น แขนยาว มือใหญ่ขึ้น

- การเปลี่ยนแปลงของต่อมไร้ท่อ

ในร่างกายของคนเรานั้นจะมีต่อมไร้ท่ออยู่ทั่วไป และต่อมไร้ท่อดังกล่าวจะมีอิทธิพลต่อร่างกายของบุคคลเป็นอันมาก ทั้งนี้ เพราะต่อมไร้ท่อจะทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมน (Hormones) ไปตามเส้นเลือดทั่วร่างกายและมีผลต่อมนุษย์เป็นอันมาก ตำแหน่งของต่อมไร้ท่อภายในร่างกายแสดงให้เห็นในภาพที่ 8.1

ภาพที่ 8.1 ตำแหน่งของต่อมไร้ท่อภายในร่างกาย



ต่อมไร้ท่อถือว่าเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญต่อร่างกายมากที่สุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งอีมัส (Emes) ได้กล่าวไว้ว่า ต่อมไร้ท่อจะมีผลต่อการเรียนรู้ของมนุษย์มากที่สุด สำหรับในระยะวัยรุ่นนี้ ต่อมไร้ท่อที่ทำหน้าที่อย่างแข็งขัน คือ

1. **ต่อมพิทูอิทารี (The Pituitary Gland)** ต่อมพิทูอิทารีแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนหน้า ส่วนกลาง และส่วนหลัง ต่อมพิทูอิทารีส่วนหน้าจะทำหน้าที่เกี่ยวกับความเจริญเติบโตของร่างกาย โดยทั่วไป และเร่งในการสร้างฮอร์โมนทางเพศ (Gonadotrophic hormone) ซึ่งจะทำหน้าที่ควบคุมการทำงานของต่อมเพศอีกทีหนึ่ง ฉะนั้น เมื่อวัยรุ่นมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและมีการเปลี่ยนแปลงทางอวัยวะเพศนี้ จึงเป็นผลมาจากการทำงานอย่างแข็งขันของต่อมพิทูอิทารีนี้เอง

2. **ต่อมไทรอยด์ (The Thyroid Gland)** ต่อมไทรอยด์จะทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนไทรอกซิน (Thyroxin hormone) การผลิตฮอร์โมนดังกล่าวได้รับอิทธิพลมาจากต่อมพิทูอิทารีส่วนหน้า ซึ่งจะทำหน้าที่ควบคุมการเผาผลาญสารอาหารของร่างกาย ลักษณะของต่อมไทรอยด์ที่มีการทำงานอย่างแข็งขันในระยะวัยรุ่นนี้เอง มีผลทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นไม่คงที่ มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอสำหรับเพศหญิงในระยะที่ใกล้จะมีประจำเดือนจะมีผลทำให้วัยรุ่นมีความผิดปกติในเรื่องการเผาผลาญอาหารของร่างกายซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากต่อมไทรอยด์มีการขยายใหญ่นั้นเอง

3. **ต่อมพาราไทรอยด์ (The Parathyroid Gland)** ต่อมพาราไทรอยด์จะเป็นส่วนที่อยู่ใกล้กับต่อมไทรอยด์มาก ซึ่งต่อมนี้จะทำหน้าที่ควบคุมการเผาผลาญอาหารของร่างกาย การที่ร่างกายของวัยรุ่นมีฮอร์โมนประเภทนี้ไม่พอเพียงผลจะทำให้วัยรุ่นมีลักษณะที่ไม่แน่นอนทางนิสัย หรือกิจกรรมที่เคยปฏิบัติมา กล้ามเนื้อกระตุก ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ ซึ่งลักษณะการที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้นี้เอง มีผลทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเก็บความรู้สึกของตนเองไว้ได้

4. **ต่อมแอดรีนัล (The Adrenal Gland)** ต่อมแอดรีนัลจะมี 2 ข้างของร่างกาย ในแต่ละข้างจะประกอบด้วย 2 ส่วน ส่วนนอกเรียกว่า คอร์เท็กซ์ (Cortex) ซึ่งทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนคอร์ติซอล (Cortin hormone) ฮอร์โมนนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับชีวิตมนุษย์เพราะจะช่วยให้บุคคลมีพัฒนาการทางเพศต่อไป ส่วนในเรียกว่า เมดดูลา (Medulla) จะทำหน้าที่ผลิตแอดรีนาลิน (Adrenalin) ฮอร์โมนนี้จะช่วยให้ร่างกายเกิดพลังงานเมื่อต้องการอย่างทันทีทันใด ในกรณีที่มีการติดเชือย่างฉับพลัน ต่อมแอดรีนัลจะผลิตฮอร์โมนคอร์ติซอลไม่พอเพียงทันที ความบกพร่องดังกล่าวนี้จะทำให้บุคคลกลายเป็นโรคที่รู้จักกันโดยทั่วไป เรียกว่า โรคแอดดิสัน (Addison's disease) ผลก็คือ เกิดความเหนื่อยล้า อ่อนแอ มีความเหนื่อยง่ายอย่างรวดเร็ว กล้ามเนื้อ เมื่อยล้า ความต้านทานโรคต่ำ ความดันโลหิตต่ำ หัวใจเต้นช้า ไม่มีสมรรถภาพทางเพศ

5. **ต่อมโกแนด (The Gonad)** ต่อมโกแนดจะเป็นต่อมที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับทางเพศ โดยตรง ในเพศชายอัณฑะ (Testes) จะทำหน้าที่ผลิตเซลล์เพศ (Sperm cell) ส่วนเพศหญิงรังไข่ (Ovary) จะทำหน้าที่ผลิตไข่สุก (Ova หรือ Egg cell) สำหรับฮอร์โมนเพศชายนั้นถูกผลิตมาจาก เซลล์อินเตอร์สทิทัล (Interstitial cell) ที่อยู่ในอัณฑะ ส่วนในเพศหญิงจะถูกผลิตมาจากคอร์ปัส ลูเทียม (Corpus luteum) ในรังไข่ ฮอร์โมนทั้งเพศหญิงและเพศชายจะไปช่วยให้พัฒนาลักษณะ ทางเพศขั้นทุติยภูมิ สำหรับฮอร์โมนอีกประเภทหนึ่งของทีลิน (Theelin) จะมีส่วนช่วยให้หน้าอก ขยาย อวัยวะสืบพันธุ์มีการเปลี่ยนแปลงเพื่อให้มีลักษณะที่สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ในวัยเด็ก ฮอร์โมนเพศที่มีชื่อว่าแอนโดรเจนและเอสโตรเจน (Androgen และ Estrogen) ได้เริ่มทำงานเพียงเล็กน้อยทั้งชายและหญิง และจะทำงานเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็วเมื่อเข้าสู่ระยะ หนุ่มสาวในลักษณะที่ว่าเอสโตรเจนจะมีอัตราการการทำงานเพิ่มมากขึ้นในเพศหญิง แต่จะมีอัตรา การผลิตเท่าเดิมในเพศชายซึ่งในเพศชายนั้นฮอร์โมนแอนโดรเจนจะทำงานเพิ่มอย่างรวดเร็ว

ดังนั้น ในระหว่างวัยรุ่น ต่อมไร้ท่อจะอยู่ในสภาวะที่เสียความสมดุล ฉะนั้น จึงควร ให้ความสนใจในสิ่งที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่นอันเป็นผลเนื่อง มาจากต่อมไร้ท่อ เพราะวัยรุ่นแต่ละคนจะมีการเจริญเติบโตในอัตราที่แตกต่างกันและมีวุฒิภาวะ ที่แตกต่างกันออกไปอีกด้วย

กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 2

จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. หัวใจจะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วเมื่ออายุเท่าใด

ก. 15-16 ปี

ข. 16-17 ปี

ค. 17-18 ปี

ง. 18-19 ปี

2. ลักษณะหัวใจและเส้นเลือดในวัยรุ่นมีลักษณะเป็นอย่างไร

ก. หัวใจเล็ก เส้นเลือดเล็ก

ข. หัวใจใหญ่ เส้นเลือดเล็ก

ค. หัวใจใหญ่ เส้นเลือดใหญ่

ง. ไม่แตกต่างกัน

3. ปอดในวัยรุ่นจะมีวุฒิภาวะเต็มที่เมื่อใด

ก. 16 ปี

ข. 17 ปี

ค. 18 ปี

ง. 19 ปี

4. ต่อมที่ช่วยกระตุ้นในด้านความสูงและลักษณะทางเพศตรงกับข้อใด
- | | |
|----------------|-------------|
| ก. พิทูเรีย | ข. ไทรอยด์ |
| ค. พาราไทรอยด์ | ง. แอดรีนัล |
5. ต่อมที่ทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นไม่คงที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาคือต่อมใด
(ใช้ตัวเลือกข้อ 4)

3. พัฒนาการทางด้านอารมณ์

พัฒนาการทางด้านอารมณ์เป็นพัฒนาการที่มีมาตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งถึงระยะวัยรุ่น ประสบการณ์แสดงออกทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่น มักจะปรากฏว่ามีรูปแบบของการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมือนกัน เพราะจะแสดงออกตามบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลและตามพฤติกรรมที่เคยกระทำมาก่อนจนกลายเป็นนิสัย

3.1 พัฒนาการทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นตอนต้น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรู้สึกรวดเร็วต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัวเขา และแต่ละบุคคลจะมีการตอบสนองที่แตกต่างกันซึ่งขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ได้รับ รวมทั้งการแสดงออกทางอารมณ์ในครั้งแรกนั้นได้มีการแสดงออกเป็นลักษณะแบบใดอีกด้วย

1) สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรง

ในเรื่องสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรงนี้ ได้มีผู้โต้แย้งเป็นอันมาก บางคนมีความเชื่อว่า สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรงเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของต่อมต่าง ๆ ภายในร่างกาย ต่อมเหล่านี้จะมีอิทธิพลต่ออารมณ์และการแสดงออกของวัยรุ่น บางคนกล่าวว่า วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรงเพราะองค์ประกอบทางสังคม ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรงเพราะ

- การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เนื่องจากสัดส่วนและรูปร่างของวัยรุ่นนี้เปลี่ยนไปจากเดิม ทำให้วัยรุ่นสนใจตนเองมากขึ้น บางครั้งจะมีการเลียนแบบพฤติกรรมผู้ใหญ่ และเมื่อผู้ใหญ่เห็นพฤติกรรมของวัยรุ่นก็คิดว่า วัยรุ่นนั้นยังเด็ก จึงก่อให้เกิดความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นและผู้ใหญ่ได้ง่าย

นอกจากนั้น การเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายที่เปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว ทำให้วัยรุ่นเกิดความหงุดหงิด บางคนที่มีรูปร่างใหญ่โตก็เกิดความกังวลใจ ขณะเดียวกัน ต่อมเพศทำงานอย่างเข้มข้นทำให้วัยรุ่นเกิดความสนใจเพศตรงข้าม ทำงานร่วมกัน จึงก่อให้เกิดความเครียดได้ง่ายถ้าผู้ใหญ่ไม่เข้าใจวัยรุ่นพอ

- **สภาวะทางร่างกาย** สภาวะทางร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ ย่อมทำให้เกิดสภาวะที่ไม่สมดุลของการทำงานภายในร่างกาย เช่นการที่วัยรุ่นขาดแคลเซียม ผลคือวัยรุ่นเกิดอาการฉุนเฉียว ไม่นั่นคงทางอารมณ์ หรือถ้าวัยรุ่นขาดธาตุเหล็กเป็นโรคโลหิตจางทำให้วัยรุ่นนั้นเชื่องซึม วิตกกังวลสูง ฉุนเฉียวง่าย

- **องค์ประกอบทางสังคม** ลักษณะสภาพทางสังคมก็ก่อให้เกิดความขัดแย้งได้ง่าย เช่นความขัดแย้งภายในครอบครัว พ่อแม่ไม่เข้าใจความต้องการของวัยรุ่น ครูไม่เข้าใจความต้องการของนักเรียน เพื่อนไม่เข้าใจกันในระหว่างวัยรุ่นย่อมก่อให้เกิดความตึงเครียดได้ง่าย ผลก็คือวัยรุ่นจะมีอารมณ์ที่รุนแรงได้

2) **ลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่น**

ในวัยเด็กเมื่อเกิดความรู้สึกสนุกสนาน เด็กจะมีการแสดงออกโดยการร้องส่งเสียงดังมีการกระโดดโลดเต้นอย่างมีความสุข แต่เมื่อเข้าสู่ระยะวัยรุ่นเด็กจะไม่เป็นเช่นนั้นอีกต่อไป วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมการแสดงออกที่แตกต่างกัน สิ่งสำคัญประการหนึ่งนั้น ทั้งเด็กและวัยรุ่นต่างแสดงออกหรือต้องการแสวงหาคือ ความสามารถเข้าอยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดีและการที่จะเข้าอยู่ร่วมในสังคมได้เป็นอย่างดีนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้

อารมณ์ที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นนั้น จะมีลักษณะคล้ายคลึงกับอารมณ์ที่เกิดในวัยเด็ก ซึ่งประกอบด้วยความกลัว ความโกรธ ความเกลียด ความรู้สึกรัก ความรู้สึกสนุกสนานร่าเริง ความยินดี ความอิจฉาริษยา ซึ่งจะได้กล่าวโดยละเอียดต่อไป

- **ความกลัว**

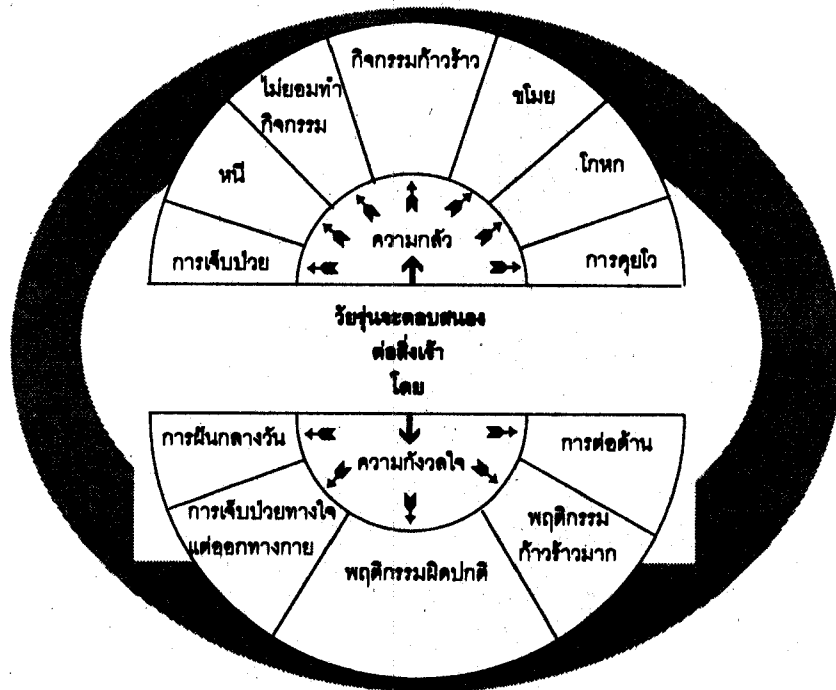
อารมณ์พื้นฐานของมนุษย์นั้น คือ กลัว โกรธ รัก โดยธรรมชาติของความกลัวนั้น ย่อมเป็นที่ทราบกันอย่างแน่นอนว่า มนุษย์จะมีความกลัวโดยที่ไม่ได้มีการวางเงื่อนไขนั้นย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก เพราะความรู้สึกกลัวนั้นจะต้องมีสาเหตุเสมอ วัตสัน (John B. Watson) พบว่าเด็กจะไม่กลัวความมืด กลัวไฟ กลัวงู กลัวสิ่งประหลาดได้เลย ถ้าเด็กนั้นไม่ได้รับการวางเงื่อนไขมาก่อน ระยะของการตอบสนองเพียงไม่กี่ครั้งก็จะมีผลทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้

ฉะนั้น ความกลัวที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นนั้น เป็นความกลัวที่สืบเนื่องมาจากความกลัวที่เกิดขึ้นในวัยเด็กอันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้นั่นเอง พฤติกรรมโดยทั่วไปของบุคคลเมื่อเกิดความกลัวคือ การหนี (flight) และลักษณะการตอบสนองทางร่างกายจะประกอบด้วยเหงื่อออก หน้าซีด หายใจขัด เหนื่อยหอบ สั่นสะท้าน เกิดอาการแข็งเกร็ง นอกจากการเกิดอาการทางด้านร่างกายดังที่ได้กล่าวมาแล้ว การแสดงออกอีกลักษณะของวัยรุ่นเมื่อเกิดความกลัวคือ การหลีกเลี่ยงไปจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความกลัว

ความกลัวเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ลักษณะวัยรุ่นเมื่อเกิดความกลัวจะมีแนวโน้มว่าจะมีการถอยหนีหรือหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความกลัวดังที่ได้กล่าวมาแล้ว แต่สำหรับวัยรุ่นบางคน เมื่อเกิดความกลัวเขาอาจจะต่อสู้กับเหตุการณ์ที่เขาสามารถจะเอาชนะได้ ครั้นเมื่อวัยรุ่นมีประสบการณ์เพิ่มมากขึ้น โอกาสที่วัยรุ่นจะถอยหนีจากเหตุการณ์ที่ทำให้เขามีความรู้สึกกลัวนั้น เป็นสิ่งที่จะสามารถทำได้ยาก จึงมีผลทำให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลขึ้นมาแทนที่ความกลัว ดังภาพที่ 8.2 ได้แสดงถึงรูปแบบการแสดงออกทางด้านความกลัวและความวิตกกังวลของวัยรุ่นในลักษณะต่าง ๆ กัน

ฉะนั้น การควบคุมในเรื่องการแสดงออกของความกลัวในวัยรุ่นนั้น จึงมี 2 ลักษณะคือ **ลักษณะแรก** จะมีการตอบสนองทางร่างกาย เช่น เกร็งตัว หน้าซีด เหงื่อออก ในวัยรุ่นมักจะมีความกลัวเสียชื่อเสียง กลัวการผิดพลาด กลัวการทำงานที่ไม่ได้ผล ซึ่งความกลัวดังกล่าวนี้ทำให้วัยรุ่นพยายามแสวงหาประสบการณ์ต่าง ๆ ให้มากที่สุด เพื่อไม่ให้ตนเองมีความผิดพลาดจนเกิดความกลัวในสิ่งต่าง ๆ ได้ **ลักษณะที่สอง** นั้น เมื่อวัยรุ่นเกิดความกลัวจะมีการหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองเกิดความกลัว แต่ผลปรากฏว่า โดยทั่วไปแล้วสังคมไม่ยอมรับในเรื่องของการหนีเพราะสังคมถือว่าเป็นสิ่งที่น่าอาย คนที่หนีคือคนขี้ขลาด ฉะนั้น ในการควบคุมอารมณ์วัยรุ่นจะพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความกลัวโดยการแสดงออกทางร่างกาย เช่น การเจ็บป่วยทางร่างกาย เป็นต้น

ภาพที่ 8.2 ลักษณะอารมณ์กลัวและวิตกกังวลของวัยรุ่น



- ความกังวล

ความกังวลใจเป็นความกลัวอย่างหนึ่งซึ่งมีสาเหตุเนื่องมาจากการใช้จินตนาการมากกว่าที่จะมีสาเหตุจริง ๆ และเมื่อเข้าสู่ระยะวัยรุ่นนี้ความกลัวจะค่อย ๆ ลดลงและมีความกังวลใจมาแทนที่ ความกังวลใจเป็นปฏิกิริยาที่สืบเนื่องมาจากจินตนาการที่เป็นสถานการณ์ที่ซับซ้อนซึ่งมักจะเป็นสิ่งที่ไม่ปรากฏอย่างแน่ชัดแต่ก็จะมีโอกาสที่เกิดขึ้นได้ด้วย

ความกังวลใจนี้เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นโดยใช้ระยะเวลายาวนานมากกว่าความกลัว และความกังวลใจอาจจะเนื่องมาจากเหตุการณ์ในอดีตที่ทำให้บุคคลเกิดความไม่พอใจ หรือเป็นความปรารถนาที่จะให้กิจกรรมนั้นสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เรื่องที่วัยรุ่นจะเกิดความกังวลใจมากที่สุด คือเรื่องเกี่ยวกับความสัมพันธ์กับเพื่อนทั้งสองเพศ จากการศึกษาของคราว (Crow 1956) ในเรื่องเกี่ยวกับความกังวลใจของวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 14-19 ปี โดยใช้นักเรียนหญิงจำนวน 120 คน นักเรียนชายจำนวน 100 คน ผลปรากฏพบว่ามีความแตกต่างกันดังนี้

นักเรียนชายจะมีความกังวลใจในเรื่องเพื่อนดังนี้ มีความกังวลในเรื่องการขัดแย้งกับเพื่อนฝูง เกรงว่าเพื่อนจะไม่ชอบ ต้องการมีเพื่อนที่ดีพอสมควร กังวลใจในเรื่องการปฏิบัติต่อเพื่อน หรือกังวลใจเกี่ยวกับความคิดเห็นของเพื่อนที่มีต่อตน

นักเรียนหญิงจะมีความกังวลใจในเรื่องเพื่อนดังนี้ กังวลใจเรื่องการมีเพื่อนแท้ มีความกังวลใจว่าเพื่อนจะไปจากตน ต้องการเป็นที่รู้จักแก่บุคคลอื่น มีความต้องการที่จะเป็นผู้นำของกลุ่ม มีความต้องการที่จะเอาชนะต่อปมด้อยของตน

สำหรับความรู้สึกกังวลใจที่มีต่อเพศตรงข้าม ผลปรากฏว่า วัยรุ่นชายจะมีความกังวลดังนี้ เกรงว่าตนจะไม่เป็นที่รู้จักแก่เพศตรงข้าม วัยรุ่นชายมีความต้องการที่จะนัดหมายกับเพื่อนต่างเพศให้มากที่สุด มีความกังวลต่อปมด้อยของตน มีความกังวลใจต่อการที่ไม่ยอมรับในการออกเที่ยวกับเพื่อนต่างเพศของบิดามารดา หรือแม้แต่วัยรุ่นชายมีเพื่อนหญิงน้อยก็จะเกิดความกังวลใจได้เช่นกัน ยิ่งไปกว่านั้น การเยาะเย้ยหรือการดูถูกของเพื่อนหญิงจะมีผลต่อความกังวลไม่น้อย สิ่งที่วัยรุ่นชายมีความกังวลไม่น้อยอีกประการหนึ่งคือ ความกังวลใจว่า ผู้ที่ตนชอบจะไม่ชอบตน

ส่วนวัยรุ่นหญิงจะมีความกังวลใจต่อเพื่อนต่างเพศในเรื่องการยอมรับจากเพื่อนต่างเพศรวมทั้งเกิดความขัดแย้งทางเพศ แม้แต่ความรู้สึกที่เกรงว่าตนจะต้องสูญเสียเพื่อนชายก็จะทำให้เกิดความกังวลได้ นอกจากนั้น ความรู้สึกที่ว่าต้องการรักษาความสัมพันธ์ระหว่างเพศให้ดำรงอยู่ต่อไปก็เป็นเรื่องที่มีความสำคัญ อีกทั้งวัยรุ่นหญิงจะรู้สึกกังวลต่อปมด้อยของตนที่มีอยู่และความรู้สึกกังวลว่าชายที่ตนชอบนั้นเขาจะไม่ชอบตน

นอกจากนั้น ความกังวลใจของนักเรียนในห้องเรียนที่มีอายุ 15-16 ปีนั้น คราวและคราว (Crow and Crow, 1956) ได้ศึกษาจากนักเรียนหญิงจำนวน 352 คน ชายจำนวน 306 คน เพื่อให้เด็กได้แสดงออกถึงความกังวลใจใน 10 ลักษณะ คือ ชีวิตในครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนหญิงและชาย กิจกรรมสันทนาการ เพื่อน การเลือกอาชีพ ศาสนา สุขภาพ เลือผ้า และเศรษฐกิจ ผลปรากฏดังนี้ หญิงจะมีความกังวลใจในเรื่องความไม่สามารถที่จะประสบผลสำเร็จถึงระดับที่ตั้งใจไว้มากกว่าชาย ส่วนชายจะมีความกังวลใจในเรื่องการไม่ได้ทำงาน อายุที่เพิ่มมากขึ้น และการมีชีวิตอยู่ในบ้านที่ซ่อมซ่อมมากกว่าเด็กหญิง

- ความโกรธ

ความโกรธของวัยรุ่นจะเกิดขึ้นเมื่อวัยรุ่นมีความรู้สึกว่าเขาและเพื่อนของเขาไม่ได้รับความยุติธรรมหรือถูกลดโทษจากครู จากบิดามารดาอย่างไม่ยุติธรรม สิ่งที่ทำให้วัยรุ่นมีความโกรธ คือสิ่งเร้าทางสังคม ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับสิ่งของต่าง ๆ และสถานการณ์ต่าง ๆ นั้นเอง และวัยรุ่นจะมีความโกรธเมื่อเขาได้รับการเยาะเย้ยถากถางในสิ่งที่เขาทำไม่ถูกต้อง หรือพ่อแม่พี่น้องได้เอาสิ่งของตนไปใช้ นอกจากนี้ วัยรุ่นจะโกรธเมื่อได้รับความกดดันจากสังคม ขณะเดียวกันความโกรธของวัยรุ่นจะเกิดขึ้นเมื่อวัยรุ่นได้รับการขัดขวางไม่ให้กระทำในบางสิ่งบางอย่างที่เขาคิดว่ากิจกรรมที่เขาต้องการจะกระทำนั้น เขาสามารถประสบผลสำเร็จก็ได้

ปฏิกิริยาความโกรธของวัยรุ่นจะมีการแสดงออกโดยการตั้งชื่อให้แก่บุคคลที่ตนมีความโกรธหรือไม่พอใจ รวมทั้งมีการสบถสาบานกับบุคคลนั้น ๆ ยิ่งไปกว่านั้น การแสดงออกถึงความโกรธของวัยรุ่นจะมีลักษณะของการทุบปา สิ่งของซึ่งทำให้เขาโกรธ ในบางครั้งอาจจะมีการขว้างปาสิ่งของ กระเทียมเท้า และอาจจะมีการร้องไห้สำหรับวัยรุ่นหญิง ความโกรธของวัยรุ่นตอนต้นจะยังไม่สามารถควบคุมได้ จนกระทั่งผ่านพ้นวัยรุ่นตอนต้นไปแล้ว ความสามารถควบคุมความโกรธจึงจะสามารถทำได้ดีเป็นลำดับ

ปฏิกิริยาแสดงออกทางด้านความโกรธของวัยรุ่นจะมีการแสดงออกตามระดับทางสังคมที่เด็กได้มีการเลียนแบบ กล่าวคือ เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำจะมีการแสดงออกของความก้าวร้าวขณะที่โกรธมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง ลักษณะดังกล่าวนี้จะเป็นความจริงมากที่สุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กชาย ทั้งนี้ เพราะเด็กชายจะไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีเท่ากับเด็กหญิง ความโกรธที่แสดงออกถึงความก้าวร้าวนั้นถือว่าเป็นลักษณะหนึ่งของผู้ชาย ขณะเดียวกัน สังคมมีการยอมรับการแสดงออกของอารมณ์โกรธในเด็กชายมากกว่าในเด็กหญิง และถ้าเด็กหญิงคนใดมีการแสดงออกถึงความโกรธแล้วจะถือว่าเด็กหญิงคนนั้นมีการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างไม่เหมาะสม

- อารมณ์ริษยา

อารมณ์ริษยานี้จะเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความรู้สึกว่าคุณไม่มีความมั่นคงในวัยรุ่นตอนต้นนี้ วัยรุ่นจะมีความสนใจเพศตรงข้าม แต่เมื่อวัยรุ่นไม่ได้รับความสนใจหรือไม่ได้รับการยอมรับจึงมีผลทำให้วัยรุ่นเกิดความริษยาขึ้นมา นอกจากนี้ ความริษยาจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลที่วัยรุ่นรักมาก ๆ ได้ให้ความสนใจแก่บุคคลอื่น ขณะเดียวกัน อารมณ์ริษยานี้มักจะเกิดกับบุคคลที่มีความรู้สึกว่าคุณกลุ่มเพื่อนมีความสามารถมากกว่า และคนอื่นสามารถประสบความสำเร็จในการทำงานของโรงเรียน เช่น เป็นนักกีฬาของโรงเรียน เป็นต้น

การแสดงออกของอารมณ์ริษยานี้จะเป็นลักษณะของพฤติกรรมถอยกลับเป็นเด็กอีกครั้งหนึ่ง กล่าวคือ ในเด็กหญิงบางครั้งเมื่อเกิดอารมณ์ที่ว่าตนถูกทำร้ายและไม่ได้รับการยอมรับจะทำให้เด็กหญิงมีการหวีดร้องและร้องไห้ ส่วนเด็กชายที่มีวุฒิภาวะไม่เต็มที่จะมีการแสดงออกโดยการใช้อวัยวะของร่างกาย ทบตีบุคคลที่ทำให้ตนเกิดความริษยา แต่เมื่อวัยรุ่นมีวุฒิภาวะการแสดงออกของเด็กจะมีการใช้วาจามากกว่าการใช้กำลังเข้าทบตี ในเรื่องของการใช้วาจาจะเป็นลักษณะของการพูดจาถากถาง พูดตำหนิติเตียนผู้อื่น และมักจะพูดลับหลังบุคคลอื่นอีกด้วย

- อารมณ์อิจฉา

อารมณ์อิจฉานี้เป็นอารมณ์ที่บุคคลเกิดขึ้นกับสิ่งของของคนอื่น ซึ่งลักษณะสิ่งของที่วัยรุ่นจะเกิดความอิจฉาได้นั้นจะต้องเป็นสิ่งที่ปรากฏออกมาให้เห็น เช่น ขนาดของบ้านเรือน รถยนต์ เสื้อผ้า การมีโอกาสได้มีการท่องเที่ยว ฯลฯ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่วัยรุ่นสามารถพบเห็นได้เสมอ แต่วัยรุ่นที่มีความรู้สึกอิจฉานั้นจะเป็นเด็กที่ไม่มีสิ่งของเหล่านี้

การแสดงออกถึงความรู้สึกอิจฉาในวัยรุ่นนี้จะมี 2 ลักษณะ คือ

1. โดยการกระทำ เช่น ทำความดี โดยการทำงาน และการทำไม่ดีโดยการลักขโมย เป็นต้น ทั้งการทำความดี และการทำในสิ่งที่ไม่ดีนี้ วัยรุ่นจะมีการกระทำเพื่อให้ได้มาในสิ่งซึ่งตนมีความปรารถนา เช่น จะทำงาน หรือขโมยสตางค์เพื่อนำเงินที่ได้มาไปซื้อของที่เพื่อนมีอยู่แต่ของตนยังไม่มี

2. โดยการใช้วาจา เช่น สนุกเห็นพวกอ้วนและไม่สามารถจะกินได้ จึงบอกว่า อ้วนเปรี้ยว หรือสิ่งของนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดี และสุนัขได้ไปเจอเอามะนาวซึ่งอยู่ใกล้มือจึงบอกว่า มะนาวนั้นดีหรือสิ่งของที่ตนมีอยู่นั้นเป็นสิ่งของที่ดี เป็นต้น ฉะนั้น ลักษณะการใช้วาจาของวัยรุ่นที่มีความรู้สึกริษยานี้จึงเป็นลักษณะของอ้วนเปรี้ยว มะนาวหวาน ซึ่งเป็นการใช้กลไกป้องกันทางจิตนั่นเอง

- อารมณ์รัก

อารมณ์รักจะเป็นอารมณ์ที่ก่อให้เกิดสภาวะของความยินดีหรือความพอใจที่วัยรุ่นมีความรู้สึกมั่นคง และมีความรู้สึกที่ตนมีความรักต่อสิ่งต่าง ๆ โดยทั่วไปแล้ว อารมณ์รักในสมาชิกครอบครัวนี้จะมีน้อยกว่าในวัยเด็ก ทั้งนี้ เพราะจำนวนบุคคลที่วัยรุ่นจะมีความรู้สึกรักได้นั้นจะมีจำนวนเพียงน้อยคน และเมื่อเกิดความรู้สึกรักในบุคคลใดบุคคลหนึ่งขึ้นมาแล้ว วัยรุ่นจะมีความรักที่รุนแรงและมีการเลียนแบบบุคลิกภาพของบุคคลที่ตนมีความรู้สึกรักอีกด้วย ครั้นบุคคลที่วัยรุ่นมีความรู้สึกรักนั้น ไม่ได้มีโอกาสพบกับวัยรุ่นจะทำให้วัยรุ่นนั้นเกิดความกระวนกระวายใจ จำเป็นต้องมีการโทรศัพท์ หรือเขียนจดหมายติดต่อกันอยู่เสมอ ยิ่งไปกว่านั้นเมื่อวัยรุ่นเกิดความรู้สึกรักต่อบุคคลใดแล้ว วัยรุ่นจะพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้คนที่ตนรักมีความสุข เช่น การช่วยทำงานในโรงเรียน การให้ของขวัญเสมอ ๆ นอกจากกระทำเพื่อให้คนที่ตนรักมีความสุขแล้ว วัยรุ่นจะมีการแสดงออกของความรักอย่างเปิดเผย โดยการเฝ้าคอยดูหรือคอยฟังบุคคลที่ตนรักกระทำในสิ่งต่าง ๆ

- อารมณ์ร่าเริง

อารมณ์ร่าเริงจะเกิดขึ้นเมื่อวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดีในการทำงานและการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ทางสังคม รวมทั้งความรู้สึกของวัยรุ่นที่สามารถคลี่คลายความรู้สึกกลัว ความกังวลใจ ความโกรธ และริษยา เป็นต้น นอกจากนี้ วัยรุ่นจะร่าเริงเมื่อวัยรุ่นมีความสามารถในการทำงานที่ยากสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

การแสดงออกของวัยรุ่นที่มีความรู้สึกร่าเริงนั้นมีความแตกต่างกันออกไป บางคนอาจจะมีการแสดงออกทางใบหน้า ทางร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะมีการแสดงออกโดยการยิ้มหรือหัวเราะ ในวัยรุ่นหญิงเมื่อมีอารมณ์ร่าเริงจะมีการแสดงออกโดยการหัวเราะคิกคัก (Giggling) แต่เด็กชายจะมีการแสดงออกโดยการหัวเราะจนตัวโยน

- ความอยากรู้อยากเห็น

วัยรุ่นแม้เป็นระยะที่มีความอยากรู้อยากเห็นเพียงเล็กน้อยซึ่งจะน้อยกว่าในวัยเด็ก แต่วัยรุ่นอาจเกิดความอยากรู้อยากเห็นได้เช่นกัน นั่นคือ เมื่อวัยรุ่นได้เผชิญกับเหตุการณ์แปลก ๆ ใหม่ ๆ เรื่องเกี่ยวกับเพศ สนใจและมีความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงร่างกายภายในความรู้สึกทางเพศ

เมื่อวัยรุ่นมีความอยากรู้อยากเห็น จะมีการพูดคุยซักถาม และมีการวิพากษ์วิจารณ์ในเรื่องที่ตนมีความอยากรู้อย่างมากมาย ในการตั้งคำถามของวัยรุ่นนั้น จะมีการตั้งคำถามกับทุก

คนที่ใกล้ชิดกับเขาไม่ว่าจะเป็นเพื่อนหรือผู้ใหญ่ก็ตาม

3) การเรียนรู้ในการควบคุมอารมณ์

ในวัยรุ่นจะค้นพบว่า ถ้าอารมณ์ของตนไม่มีการควบคุมไว้ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกในลักษณะที่มีความสุข หรืออารมณ์ที่ไม่มีความพึงพอใจก็ตามจะเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม ซึ่งวัยรุ่นจำเป็นต้องมีการเรียนรู้ในเรื่องของการควบคุมอารมณ์ของตนให้ได้ เพราะสังคมส่วนใหญ่จะมีการยอมรับหรือมีความคาดหวังว่า วัยรุ่นต้องมีความสามารถแสดงอารมณ์ออกได้อย่างเหมาะสม และเรียนรู้ว่าเมื่อใดที่ควรจะต้องแสดงอารมณ์ออกมา

จากเหตุผลดังกล่าว จึงเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งที่สำคัญซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ในบางครั้งวิธีการควบคุมอารมณ์ของวัยรุ่นนั้น อาจจะมีการลองผิดลองถูก หรือในบางครั้งวัยรุ่นอาจจะได้รับคำแนะนำแนวทางจากพ่อแม่ หรือครู ซึ่งจะมีส่วนทำให้เด็กสามารถจะเรียนรู้ในการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างง่ายดายและรวดเร็ว หรือบางครั้งอาจจะมีส่วนช่วยทำให้วัยรุ่นสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเมื่อวัยรุ่นสามารถแสดงอารมณ์ออกมาได้ก็จะมีส่วนช่วยทำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จในการแสดงออกของอารมณ์

การเรียนรู้การควบคุมอารมณ์ของวัยรุ่นนั้น จะต้องไม่ใช่เป็นการเก็บกดทางอารมณ์หรือการบังคับสกัดกั้นอารมณ์เท่านั้น แต่ต้องเป็นลักษณะที่ว่า วัยรุ่นต้องสามารถเรียนรู้ในการที่จะเผชิญกับปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม อย่างมีเหตุมีผล และสามารถที่จะได้ตอบต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ถูกต้องตามความเป็นจริง และการที่วัยรุ่นมีการควบคุมอารมณ์มากเกินไปจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้นั้นได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะมีผลต่อสภาพทางร่างกายและสภาพทางจิตใจของผู้นั้นโดยตรง

3.2 พัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนปลาย

ในช่วงระยะวัยรุ่นตอนปลายนั้น วัยรุ่นจะมีประสบการณ์ทางด้านอารมณ์เช่นเดียวกับวัยรุ่นตอนต้น แต่จะมีความแตกต่างกันในด้านอารมณ์และรูปแบบของการแสดงออกทางด้านอารมณ์ รวมทั้งสิ่งที่จะทำให้เกิดอารมณ์นั้นมีความแตกต่างกันออกไป

- อารมณ์โกรธ

ในบรรดาอารมณ์ทั้งหมดนั้น ความโกรธจะเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งที่สุดในวัยรุ่นตอนปลาย ความโกรธของวัยรุ่นตอนปลายมีสาเหตุเนื่องมาจากวัยรุ่นได้รับการสกัดกั้นในสิทธิการแสดงออกของวัยรุ่น และได้รับการสกัดกั้นในพฤติกรรมต่าง ๆ ของวัยรุ่นซึ่งวัยรุ่นเคยปฏิบัติมา การที่วัยรุ่นถูกสกัดกั้นการแสดงออกนั้น อาจจะเป็นลักษณะที่ว่า วัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวได้ตาม

คำกล่าวหา ได้รับคำตักเตือนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์และการพูดกระทบกระแทก รวมทั้งได้รับคำแนะนำที่ไม่ถูกต้อง สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะมีผลทำให้วัยรุ่นตอนปลายเกิดความรู้สึกโกรธ ส่วนการสกัดกั้นพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติมาจนเป็นนิสัยก็จะทำให้วัยรุ่นโกรธ เช่น ในช่วงระหว่างที่นักเรียนกำลังเรียนอยู่นั้น นักเรียนเคยนอนหลับเป็นประจำ แต่ปรากฏว่า ครูไม่ยอมให้นักเรียนได้ปฏิบัติเช่นนั้นอีกต่อไป ผลก็คือวัยรุ่นจะรู้สึกโกรธมาก จากการศึกษาพบว่าความโกรธของวัยรุ่นตอนปลายนั้นจะเป็นผลที่สืบเนื่องมาจากบุคคลมากกว่าสิ่งของ

นอกจากนั้น ความผิดพลาดต่าง ๆ ซึ่งมีผลทำให้วัยรุ่นไม่สามารถประสบผลสำเร็จได้ตามที่ตนคาดหวังไว้นั้น จะมีผลต่อความโกรธของบุคคลได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง วัยรุ่นหญิงจะปรารถนาในการเข้ากลุ่มสังคมตามสถานการณ์ต่าง ๆ มากกว่าเพศชาย ในขณะที่เพศชายจะมีความรู้สึกโกรธเมื่อตนกระทำบางสิ่งบางอย่างไม่ประสบผลสำเร็จ ดังนั้น เรื่องของความโกรธในวัยรุ่นตอนปลายจึงขึ้นอยู่กับบุคคลและสภาพแวดล้อมที่แต่ละคนได้รับนั่นเอง

โดยทั่วไปแล้ว วัยรุ่นตอนปลายจะมีการควบคุมอารมณ์โกรธได้ โดยมีลักษณะที่ว่าจะไม่มีการแสดงออกของความโกรธโดยการ เตะ หุบัติ หรือขว้างปาสิ่งของอีกต่อไป แต่จะมีการแสดงออกถึงความโกรธโดยการตั้งฉายาใหม่ การวิพากษ์วิจารณ์ การสบถสาบาน หรือการนินทาว่าร้าย เป็นต้น และในเรื่องการแสดงออกทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนปลายก็เช่นกัน ลักษณะของการแสดงออกจะไม่มีลักษณะที่มีความรุนแรงเช่นกับวัยรุ่นตอนต้นอีกต่อไป เพราะวัยรุ่นตอนปลายนั้นจะมีความสามารถเก็บกดอารมณ์ได้ อย่างไรก็ตาม ถ้าอารมณ์โกรธของวัยรุ่นตอนปลายระเบิดออกมาแล้วจะมีลักษณะที่รุนแรงมาก และใช้ช่วงระยะเวลาที่นานมากทีเดียวจึงจะทำให้อารมณ์นั้นสงบลงได้ ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นผลเนื่องมาจากว่า วัยรุ่นตอนปลายได้มีความพยายามเก็บกดอารมณ์ต่าง ๆ อย่างมากมาย เมื่อระเบิดออกมาแล้วจะไม่สามารถระงับได้ง่าย

- ความกลัวและความกังวลใจ

ความกลัวของวัยรุ่นตอนปลายจะเป็นลักษณะของการเกิดความกลัวที่น้อยมาก แต่จะมีความกังวลใจเพิ่มมากขึ้นซึ่งจะเริ่มมาตั้งแต่ระยะวัยรุ่นตอนต้นแล้ว เมื่อสิ้นสุดระยะวัยรุ่นตอนปลาย ขณะที่วัยรุ่นมีความรู้สึกกลัว วัยรุ่นจะมีการเรียนรู้ในการถอยหนีต่อบุคคลหรือต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความรู้สึกกลัวตามประสบการณ์ที่วัยรุ่นแต่ละคนได้รับมา อย่างไรก็ตาม ความกลัวของวัยรุ่นตอนปลายจะเป็นลักษณะความกลัวที่เกิดเนื่องมาจากการใช้จินตนาการ หรือใช้ความคิด ซึ่งไม่ได้มีสาเหตุมาจากการกลัวในวัตถุสิ่งต่าง ๆ ลักษณะดังกล่าวนี้จึงจัดได้ว่าวัยรุ่นมีความกังวลใจมากกว่าความกลัว นั่นเอง

ในระยะวัยรุ่นตอนปลายนั้น เมื่อวัยรุ่นเกิดตกใจต่อสถานการณ์ต่าง ๆ เขาจะไม่มีการวิ่งหนีอีกต่อไป แม้ว่าสถานการณ์นั้น ๆ จะก่อให้เกิดความรู้สึกกลัวอย่างรุนแรงก็ตาม ฉะนั้น การแสดงออกของวัยรุ่นมักจะมีลักษณะของการยื่นปากหลัก พุดไม่ออก และตัวสั่นสะท้าน แต่ถ้าวัยรุ่นมีการคาดหมายเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความกลัวมาก่อน ก็จะมีผลทำให้เป็นคนที่ยึดเฉย และมีการวางแผนเกี่ยวกับกิจกรรมนั้น ๆ เพื่อว่าจะสามารถเผชิญกับความเป็นจริงได้

ความกังวลใจจะเป็นเรื่องที่วัยรุ่นมีความรู้สึกเกิดขึ้นบ่อยครั้งมากกว่าความกลัว ความกังวลใจในระยะวัยรุ่นตอนปลายจะมีความคล้ายคลึงกับวัยรุ่นตอนต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความกังวลใจในเรื่องที่เกี่ยวกับโรงเรียน เช่น การใช้จ่ายเงินขณะที่อยู่ในโรงเรียน การทำงานในโรงเรียนเพื่อให้ประสบความสำเร็จ หรือความต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนฝูง นอกจากนี้ ในช่วงระยะเวลาที่วัยรุ่นตอนปลายเริ่มมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ และบางคนอาจจะมีการเตรียมตัวเพื่อการแต่งงานก็จะปรากฏว่า วัยรุ่นตอนปลายจะเกิดความกังวลใจไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศตรงข้าม ลักษณะท่าทาง การเงิน การแต่งกาย การแต่งงาน เพื่อน หรือครอบครัว รวมทั้งการกระทำต่าง ๆ ของตนเอง

จากที่ได้กล่าวมานี้ จึงจะเห็นได้ว่า ความกังวลใจของวัยรุ่นตอนปลายเป็นผลเนื่องมาจากความรู้สึกที่ไม่พอเพียงของตนเอง และอิทธิพลที่จะมีผลต่อความกังวลใจในวัยรุ่นตอนปลาย คือ ระดับสถานภาพทางสังคมของวัยรุ่น เพื่อนไขทางครอบครัว การประสบความสำเร็จจากงานที่เคยผิดพลาดไป

ผลจากการศึกษาในเรื่องความกังวลใจของวัยรุ่นตอนปลายพบว่า ถ้าวัยรุ่นตอนปลายมีความกังวลใจมากเกินไป จะทำให้วัยรุ่นคนนั้นมีอาการทางประสาท (Anxious) โดยจะจำแนกอาการทางประสาทซึ่งเป็นความวิตกกังวลออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ ลักษณะแรกนั้นจะเป็นนิวโรติก แอนไซตี้ (Neurotic anxiety) ซึ่งจะเป็นความวิตกกังวลภายในจิตใจที่เกี่ยวกับเรื่องส่วนบุคคลและลักษณะประการที่สองนั้นจะเป็นเรื่องของความกังวลจากสังคม (Socially oriented anxiety) ซึ่งเป็นความรู้สึกของบุคคลที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากสถานการณ์ทางสังคม

- ความริษยา

ในวัยรุ่นตอนปลายนี้จะให้ความสนใจในเพศตรงข้าม และความสนใจในเพศตรงข้ามนี้ จะเป็นการให้ความสนใจอย่างจริงจังและแน่นอนมากยิ่งขึ้น ฉะนั้น ประสบการณ์ที่จะก่อให้เกิดความริษยาของวัยรุ่นตอนปลายทั้งชายและหญิงจึงประกอบด้วย การมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามนั่นเอง และความรู้สึกริษยานี้มักจะเกิดขึ้นในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ทั้งนี้ เพราะ

เพศหญิงถูกกำหนดให้มีบทบาทที่จะต้องเงยบเฉยและไม่สามารถแสดงออกถึงความก้าวร้าวได้ เช่นเดียวกับเพศชาย

นอกจากนั้น วัยรุ่นตอนปลายจะเกิดความริษยาได้ต่อเมื่อบุคคลที่ตนสนใจไม่ได้ให้ความสนใจในตนเอง แต่กลับไปสนใจในบุคคลอื่นซึ่งจะมีผลทำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึกริษยา และเมื่อวัยรุ่นเกิดความรู้สึกริษยาแล้ว ลักษณะการแสดงออกถึงความรู้สึกริษยาของวัยรุ่นจะมีการแสดงออก โดยการใช้คำพูดกระทบกระทั่งต่อบุคคลที่ตนเกิดความรู้สึกริษยาขึ้นมา

- ความอิจฉา

วัยรุ่นตอนปลายจะมีการให้คุณค่าของสิ่งของต่าง ๆ เป็นอันมาก เป็นต้นว่า เรื่องเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย รถยนต์ บ้านใหญ่โต ฯลฯ วัยรุ่นจะให้ความสนใจในสิ่งเหล่านี้มาก ฉะนั้น วัยรุ่นจะเกิดความอิจฉาในสิ่งของคนอื่นซึ่งสิ่งของนั้นเป็นสิ่งที่ตนไม่มี ลักษณะสิ่งของดังที่ได้กล่าวมานี้ วัยรุ่นตอนปลายถือว่าเป็นลักษณะที่แสดงออกของสิ่งที่จะเป็นผู้นำทางสังคม ลักษณะที่วัยรุ่นเกิดความอิจฉานี้จึงขึ้นอยู่กับสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของวัยรุ่นนั่นเอง

เมื่อวัยรุ่นเกิดความอิจฉา วัยรุ่นจะพยายามทำในสิ่งที่จะช่วยให้วัยรุ่น สามารถเผชิญกับสภาพความเป็นจริงได้ ลักษณะที่จะทำให้วัยรุ่นไม่เกิดความอิจฉานั้นจะเป็นการพยายามเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งของเหล่านั้น ลักษณะดังกล่าวจึงประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือลักษณะในทางที่ดี เช่น การทำงานเพื่อให้ได้เงินมาซึ่งวัยรุ่นคิดว่าประสบความสำเร็จ และอีกลักษณะหนึ่งซึ่งเป็นการกระทำในสิ่งที่ไม่ดี เช่น การลักเล็กขโมยน้อย ขโมยสิ่งของ หรือเป็นอาชญากรรมเพื่อลดความรู้สึกอิจฉาของตนให้ได้

- อารมณ์ร่าเริง

อารมณ์ร่าเริงจะเป็นอารมณ์ที่มีความสนุกสนานเบิกบาน ซึ่งอารมณ์เบิกบานนี้จะพบได้มากขึ้นในระยะวัยรุ่นตอนปลาย ความรู้สึกร่าเริงของวัยรุ่นตอนปลายจะเกิดขึ้นต่อเมื่อมีลักษณะดังนี้คือ มีการปรับตัวที่ดีในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม นอกจากนั้น วัยรุ่นจะต้องมีความสามารถในการรับรู้สถานการณ์ที่ยาก ๆ ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นมีความสุข และประการต่อไปซึ่งจะช่วยทำให้วัยรุ่นตอนปลายมีความร่าเริงมาก คือ การที่ตนมีความรู้สึกที่ตนเองอยู่เหนือกว่าบุคคลอื่น สิ่งสุดท้ายที่มีความสำคัญไม่น้อยกว่าลักษณะอื่น ๆ ที่จะช่วยทำให้วัยรุ่นเกิดความร่าเริงได้คือ การที่วัยรุ่นมีความรู้สึกว่า ตนเองสามารถคลี่คลายปัญหาต่าง ๆ ในลักษณะของอารมณ์แต่ละแบบได้เป็นอย่างดี เช่น สามารถคลี่คลายปัญหาที่บุคคลอื่นกำลังมีความโกรธ มีความกลัว หรือมีความรู้สึกริษยา เป็นต้น

ในวัยรุ่นตอนปลาย จะมีความสามารถในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ได้ดีกว่าวัยรุ่นตอนต้น เช่น การหัวเราะคิกคัก การร้องไห้ เป็นต้น

- อารมณ์รัก

ในวัยรุ่นตอนปลายจะมีอารมณ์รักต่อเพศตรงข้ามซึ่งจะมีลักษณะของการแสดงออกทางอารมณ์ที่มีความรุนแรงมาก ไม่เพียงแต่จะมีการแสดงออกต่อความรักเพศตรงกันข้ามเท่านั้น แต่วัยรุ่นจะมีการแสดงออกทางอารมณ์รักต่อเพื่อนเพศเดียวกันอีกด้วย ในเรื่องของการปรับตัวของความรักนั้น ถ้าวัยรุ่นคนใดที่กำลังตกอยู่ในห้วงแห่งความรักจะปรากฏว่า วัยรุ่นคนนั้นสามารถปรับตัวต่อเพศตรงข้ามดีกว่าคนที่ไม่มีความรัก

กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 3
 จงเติมคำหรือข้อความลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

1. สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์รุนแรง คือ
 - 1.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้าน.....ทำให้ร่างกายขาดความสมดุล
 - 1.2 การเปลี่ยนแปลงทางด้าน.....เช่น ความขัดแย้งภายในครอบครัว
2. จงเปรียบเทียบลักษณะการแสดงออกของอารมณ์ระหว่างวัยรุ่นตอนต้นและวัยรุ่นตอนปลาย

อารมณ์	วัยรุ่นตอนต้น	วัยรุ่นตอนปลาย
กลัว	1.	1.
	2.	2.
	3.	3.
โกรธ	1.	1.
	2.	2.
	3.	3.
ริษยา	1.	1.
	2.	2.
	3.	3.
อิจฉา	1.	1.
	2.	2.

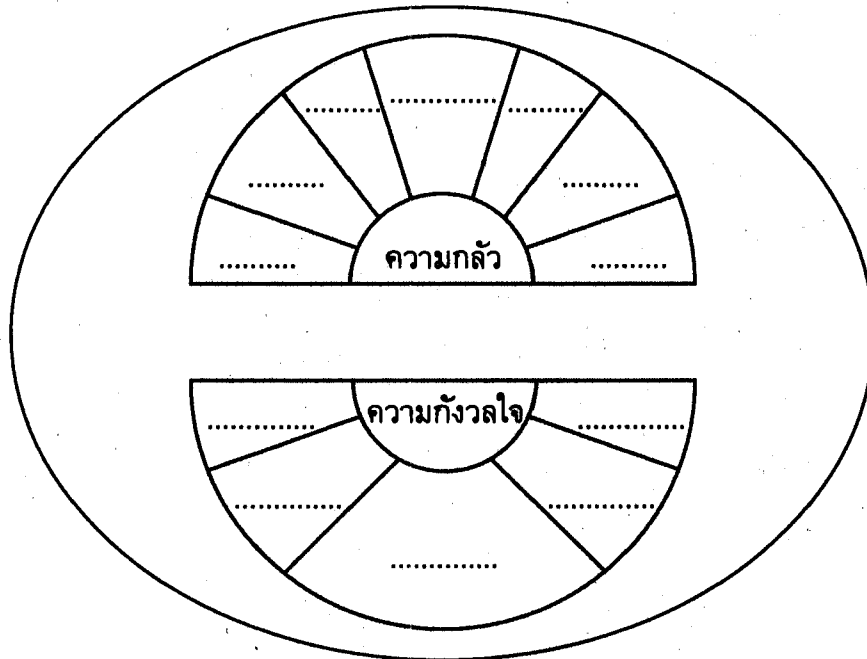
3. สาเหตุที่ทำให้เกิดความโกรธในวัยรุ่นตอนต้น คือ

3.1

3.2

3.3

4. จงใส่ชื่อลักษณะพฤติกรรมการตอบสนองต่ออารมณ์กลัวและความกังวลใจของวัยรุ่นลงในช่องว่างให้สมบูรณ์



ข้อ 5-8 จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

5. ถ้าวัยรุ่นตอนปลายมีความวิตกกังวลใจมากเกินไปจะมีผลเป็นอย่างไร

ก. อាកการทางประสาท

ข. พุดไม่ออก

ค. ก้าวร้าว

ง. ตัวสั้น

6. อารมณ์ร้ายแรงของวัยรุ่นตอนปลายจะเกิดขึ้นได้อย่างไร

ก. สนุกสนาน

ข. มีความรู้สึกตนอยู่เหนือผู้อื่น

ค. มีคนให้ความรัก

ง. มีผู้อื่นมาให้ความสนใจ

7. เมื่อวัยรุ่นเกิดความกลัวจะแสดงออกทางพฤติกรรมยกเว้นข้อใด
- | | |
|-------------|---------------|
| ก. หนี | ข. ฝันกลางวัน |
| ค. ก้าวร้าว | ง. ขโมย |
8. เมื่อวัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลใจจะแสดงพฤติกรรมยกเว้นข้อใด
- | | |
|---------------|-------------|
| ก. ฝันกลางวัน | ข. ก้าวร้าว |
| ค. ต่อต้าน | ง. ขโมย |

4. พัฒนาการทางด้านสังคม

งานพัฒนาการที่ค่อนข้างลำบากประการหนึ่งของวัยรุ่นนั้น คือ พัฒนาการทางด้านสังคม งานปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมนี้ประกอบด้วยการปรับตัวที่มีต่อเพศตรงข้าม ซึ่งวัยรุ่นอาจจะไม่เคยประสบกับเพื่อนต่างเพศมาก่อนก็ได้ ในการปรับตัวของวัยรุ่นนั้นจะต้องอาศัยการปรับตัวที่ผ่านมามาตั้งแต่ในระยะตอนต้นของชีวิต กล่าวคือ ถ้าวัยรุ่นคนใดได้รับการพัฒนาทางสังคมที่ประสบผลสำเร็จมาก่อน ก็จะมีแนวโน้มว่า งานพัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นตอนต้นก็จะสามารถประสบผลสำเร็จได้ดี ไม่ว่าวัยรุ่นจะเผชิญกับสถานการณ์อย่างไรก็ตาม

4.1 พัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นตอนต้น

ลักษณะการเข้าสังคมของวัยรุ่นตอนต้นจะประกอบด้วย

- วัยรุ่นจะมีกลุ่มเพื่อนเพิ่มมากขึ้น

ในวัยเด็กตอนปลาย เด็กเริ่มมีกลุ่มเพื่อนแล้ว ครั้นมาถึงวัยรุ่นปรากฏว่าเด็กจะมีกลุ่มเพื่อนจำนวนมากขึ้น กลุ่มเพื่อนของวัยรุ่นจะมีอิทธิพลต่อเพื่อนในกลุ่มเป็นอันมาก ต่างได้รับอิทธิพลซึ่งกันและกันไม่ว่าจะเป็นเรื่องของทัศนคติ ความสนใจ ค่านิยม และพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งกลุ่มเพื่อนดังที่ได้กล่าวมานี้จะมีอิทธิพลมากกว่าครอบครัวเสียอีก ดังนั้น กลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางด้านสังคม นอกจากกลุ่มเพื่อน ครอบครัวของวัยรุ่นแล้ว สิ่งที่จะมีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางด้านสังคมของวัยรุ่นนั้นยังประกอบด้วย สภาพแวดล้อมทางสังคม กล่าวคือ ถ้าเด็กมาจากครอบครัวในเมืองจะมีกลุ่มเพื่อนมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวในชนบท

- การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในสังคม

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางด้านความสนใจและกิจกรรมของวัยรุ่นจะเกิดขึ้นในช่วงอายุ 12-14 ปีมากที่สุด การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมดังกล่าวนี้จะเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เนื่องมาจาก

ความสนใจหรือการพูดคุย ซึ่งอาจจะมีการส่งเสียงดัง การแสดงพฤติกรรม หรือจากการเลียนแบบ แม้แต่สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมก็จะมีผลต่อการเลือกคบเพื่อนหรือเลือกกิจกรรมทางสังคมทั้งที่มีแบบแผนและกิจกรรมที่ไม่มีแบบแผน

การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญของวัยรุ่นนั้นเป็นผลเนื่องมาจากสภาพที่เด็กเปลี่ยนจากเด็กมาสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งวัยรุ่นจะมีการเลียนแบบผู้ใหญ่ ทั้งนี้ เพราะวัยรุ่นต้องกระทำพฤติกรรม ต่าง ๆ เช่นเดียวกับที่ผู้ใหญ่ได้กระทำกัน เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า การขับรถยนต์ หรือการมีกิจกรรมทางเพศ

- กลุ่มสังคมของวัยรุ่น

ลักษณะของกลุ่ม (Gang) ในวัยเด็กตอนปลายจะมีการเปลี่ยนแปลงไปในลักษณะ ที่ว่าเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นแล้วจะไม่มีการเล่นเหมือนกับวัยเด็กอีกต่อไป แต่จะมีกิจกรรมทางสังคมที่มีแบบแผนมากยิ่งขึ้น โดยทั่วไปแล้ว กลุ่มสังคมของวัยรุ่นจะใหญ่และมีความวุ่นวายมากกว่าเด็ก และกลุ่มสังคมของเด็กหญิงจะเล็กกว่ากลุ่มสังคมของเด็กชาย

กลุ่มสังคมของวัยรุ่นจะประกอบด้วยกลุ่มที่สำคัญ ดังนี้

เพื่อนสนิท (Chum) จะเป็นกลุ่มเพื่อนที่เล็กที่สุด เป็นเพื่อนที่ดีที่สุด มีความไว้วางใจมากที่สุดของวัยรุ่น โดยปกติแล้ว หลังจากพ้นระยะวัยหนุ่มสาวไปเพียงเล็กน้อย ทั้งเด็กชายและเด็กหญิงจะเลือกเพื่อนเพศเดียวกันกับตนเพียง 1 คนเท่านั้น เพื่อสร้างความมั่นคงให้แก่ตนเอง และจำนวนของเพื่อนที่จะค่อย ๆ เพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ โดยทั่วไปเพื่อนสนิทจะประกอบด้วยเพื่อนเพศเดียวกัน มีความสนใจและมีความสามารถคล้ายคลึงกัน มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน และจะพยายามอยู่ร่วมกันตลอดเวลาให้มากที่สุด

กลุ่มสังคมเล็ก ๆ (Cliques) เป็นกลุ่มทางสังคมเล็ก ๆ ประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 3-4 คน ซึ่งมีความสนใจและความสามารถคล้ายกัน กลุ่มสังคมเล็ก ๆ นี้ ในบางครั้งจะประกอบด้วยเพื่อนสนิทหลาย ๆ คน โดยทั่วไปแล้วกลุ่มเพื่อนของวัยรุ่นนี้จะประกอบด้วยเพศชายและเพศหญิงซึ่งมีลักษณะดังที่ได้กล่าวมา เพราะเด็กหญิงที่มีเพื่อนสนิทเป็นของตนเองต่างมารวมกันเข้ากับเพื่อนสนิทของเด็กชาย อย่างไรก็ตาม ในระยะแรกของการเป็นกลุ่มสังคมเล็ก ๆ นี้จะประกอบด้วยสมาชิกที่เป็นเพศเดียวกันก่อน

การใช้เวลาของกลุ่มสังคมเล็ก ๆ นี้ จะประกอบด้วยลักษณะต่าง ๆ ที่สมาชิกของกลุ่มส่วนใหญ่ยอมรับ เป็นต้นว่า ชมภาพยนตร์ งานเลี้ยง การพูดคุย การทดสอบความสามารถของร่างกาย

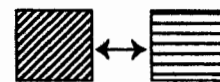
กลุ่มสังคมใหญ่ (Crowd) จะเป็นกลุ่มสังคมที่ใหญ่ที่สุดของวัยรุ่น จึงมีจำนวนที่ไม่จำกัด การที่จะเกิดเพื่อนกลุ่มใหญ่ได้นั้นจะประกอบด้วยกลุ่มเพื่อนเล็ก ๆ หลาย ๆ กลุ่มที่มารวมกัน ในครั้งแรกของการเป็นกลุ่มเพื่อนกลุ่มใหญ่ได้นั้น จะประกอบด้วยกลุ่มเพื่อนเล็ก ๆ เพียงเดียว ก่อนมารวมเป็นกลุ่มใหญ่ขึ้นมา จนกระทั่งกลุ่มเพื่อนกลุ่มใหญ่นี้จะประกอบด้วยทั้ง 2 เพศ ดังภาพที่ 8.3 ซึ่งในภาพนี้ได้แสดงถึงการรวมตัวของเพื่อนกลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่ จนในที่สุดสามารถจะถึงขั้นการแต่งงานได้

ภาพที่ 8.3 รูปแบบของพัฒนาการกลุ่มสังคมของวัยรุ่น

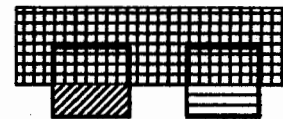
ขั้นที่ 1 มีการแยกตัวออกเป็นเด็กหญิงและเด็กชาย



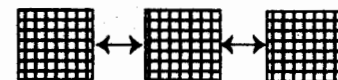
ขั้นที่ 2 เริ่มสนใจซึ่งกันและกัน โดยการเล่นกีฬา เล่นดนตรี ร่วมกัน เป็นต้น



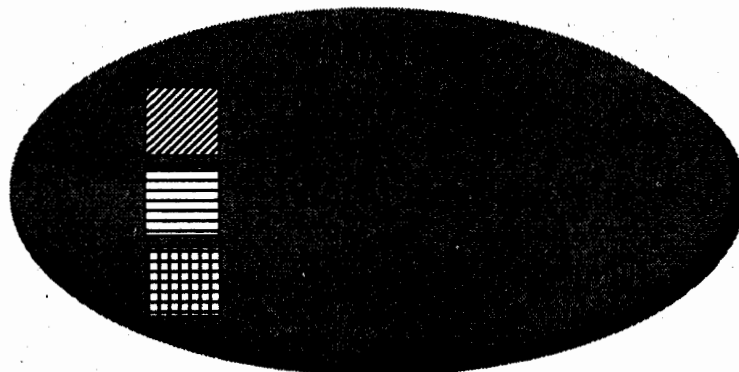
ขั้นที่ 3 แต่ละเพศของเด็กชายและเด็กหญิงจะมีเด็กบางคนที่เด่นในกลุ่ม และเริ่มมีความสนใจกับเพศตรงข้าม เช่นมีการนัดพบ เป็นต้น



ขั้นที่ 4 จะเป็นความพึงพอใจในเพื่อนต่างเพศ ซึ่งจะมีความสนใจกันในลักษณะของเด็กชายและเด็กหญิงเป็นคู่ ๆ และแต่ละคู่จะมีการรวมกันเป็นกลุ่มใหญ่



ขั้นที่ 5 ในขั้นนี้เด็กชายและเด็กหญิงบางคู่จะเริ่มแยกตัวออกไป ซึ่งการแยกไปเป็นคู่ ๆ นี้บางคู่อาจแต่งงานกันได้



ขณะเดียวกัน วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมในลักษณะที่สามารถแยกแยะสังคมตามสภาพความเป็นจริงได้ ลักษณะดังกล่าวนี้เอง จะทำให้วัยรุ่นชายและหญิงสามารถพิจารณาถึงปมด้อยหรือพิจารณาถึงสิ่งต่าง ๆ ที่จะก่อให้เกิดปมด้อยขึ้นมา เช่น เชื่อชาติ สีผิว สีผม ศาสนา และสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว

ลักษณะพัฒนาการทางสังคมที่สำคัญของวัยรุ่น ประกอบด้วย

- **กลุ่มสังคม**

ในวัยรุ่นตอนปลายจะมีลักษณะของกลุ่มสังคมเช่นเดียวกับวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งจะเป็นการคบเพื่อนในกลุ่มที่มีระดับทางสังคมใกล้เคียงกัน ซึ่งเพื่อนที่วัยรุ่นมีความคุ้นเคยนั้นจะเป็นเพื่อนสนิทของตนเองจะมีจำนวนจำกัด และวัยรุ่นตอนปลายจะมีการใช้เวลาดังกล่าวกับเพื่อนสนิทของตนเองให้มากที่สุด ส่วนกลุ่มสังคมเล็ก ๆ ที่ได้สร้างขึ้นมาจากเพื่อนสนิทนั้นจะประกอบด้วยเพื่อนที่เป็นเพศเดียวกันก่อน หลังจากนั้นจึงจะมีการนัดหมายกับเพื่อนต่างเพศ และหลังจากที่กลุ่มสังคมเล็ก ๆ ได้มีการรวมกลุ่มจนกลายเป็นกลุ่มสังคมใหญ่แล้ว เด็กจะมีความสนใจที่คล้ายคลึงกันและมีระดับฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมมีความใกล้เคียงกัน เพราะจะช่วยทำให้การรวมตัวของกลุ่มได้สะดวกมากที่สุด เช่น การจัดงานเลี้ยง เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม กลุ่มวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ และกลุ่มวัยรุ่นที่ทำงานแล้ว ย่อมจะมีความแตกต่างกันออกไปในเรื่องของการรวมกลุ่ม นั่นคือ วัยรุ่นที่ประกอบอาชีพจะมีเพื่อนตามกลุ่มที่ตนได้ประกอบอาชีพอยู่ แต่วัยรุ่นที่ไม่ได้ประกอบอาชีพจะมีโอกาสที่จะคบเพื่อนฝูงที่อยู่ในโรงเรียนเดียวกัน ซึ่งจะมีกลุ่มที่ใหญ่กว่าวัยรุ่นที่ประกอบอาชีพแล้ว

เพื่อนของวัยรุ่นตอนปลายนั้น จำนวนสมาชิกจะมีความสำคัญเพียงเล็กน้อย ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นจะคำนึงถึงตัวเพื่อนเป็นสำคัญ นั่นคือ เพื่อนมีจำนวนน้อยไม่เป็นไร แต่ขอให้มีความรัก ความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจมากกว่า แต่ลักษณะของเพื่อนที่วัยรุ่นให้ความสนใจมากเป็นพิเศษ คือ เพื่อนต่างเพศมากกว่าเพื่อนเพศเดียวกัน ด้วยเหตุนี้เอง วัยรุ่นจึงใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับเพื่อนต่างเพศไม่ว่าจะเป็นความสนใจ การท่องเที่ยว หรือการนัดหมายต่าง ๆ

ส่วนเพื่อนเพศเดียวกันนั้น วัยรุ่นจะให้การยอมรับต่อเมื่อวัยรุ่นได้มีการกระทำหรือมีความคิดเช่นเดียวกับกลุ่ม มีลักษณะการกระทำเป็นแบบเดียวกัน มีความสนใจและมีค่านิยมเช่นเดียวกับกลุ่ม กลุ่มจึงจะมีการยอมรับ

โดยทั่วไปแล้ว เพื่อนของวัยรุ่นตอนปลายมักจะเป็นเพื่อนที่มีสภาพสังคมแตกต่างกันออกไป แต่ลักษณะอคติที่เกิดขึ้นมาตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้นไม่ว่าจะเป็นเรื่องเชื้อชาติ ศาสนา หรือสีผิวก็ตาม จะยังคงมีผลมาถึงวัยรุ่นตอนปลายอีกด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งอคติที่เกี่ยวกับความ

รู้สึกที่ไม่ยอมรับบุคคลบางคนจะยังปรากฏอยู่ อย่างไรก็ตาม เมื่อวัยรุ่นมีโอกาสพบปะกับเพื่อนที่มีลักษณะต่าง ๆ กันออกไปจะมีผลทำให้อคติที่มีต่อเพื่อนต่างระดับทางสังคมนั้นจะค่อยลดลงไปตามลำดับ

ในระหว่างช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ทั้งเด็กชายและเด็กหญิงจะมีลักษณะการมองเพศตรงข้ามแตกต่างกันออกไป ลักษณะการมองนั้นจะมองตามประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ นั่นคือ จะมีการมองเพื่อนเพศตรงข้ามตามลักษณะคุณสมบัติส่วนบุคคลมากกว่าลักษณะท่าทางที่มองดูดี คุณสมบัตินี้จะประกอบด้วยความสามารถ และความสามารถดังกล่าวนี้จะเป็นที่ยอมรับตามมาตรฐานของกลุ่ม อย่างไรก็ตาม มาตรฐานของกลุ่มนี้ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพแวดล้อมของบุคคลและอายุของวัยรุ่นอีกด้วย ตัวอย่างเช่น ในระยะวัยรุ่นตอนต้นนั้น ชายจะมีความชอบหญิงที่มีความเจียบขริม แต่เมื่อมาอยู่ในระยะวัยรุ่นตอนปลายจะปรากฏว่าชอบหญิงที่มีอารมณ์ขัน เป็นต้น ส่วนหญิงเคยชอบชายที่มีความเจียบขริม แต่ครั้นมาถึงระยะวัยรุ่นตอนปลายจะปรากฏว่าชอบชายที่มีลักษณะท่าทางมองดูดีและมีอารมณ์ขัน

- ผู้นำ

ในวัยรุ่นตอนปลายจะชอบผู้นำที่มีความสามารถในการที่จะเป็นหูเป็นตาแทนกลุ่มได้ และผู้นำจะต้องประกอบด้วยบุคคลที่มีความสามารถ ทั้งนี้เพราะในระยะวัยรุ่นมีกลุ่มเป็นจำนวนมาก ฉะนั้น ผู้นำจึงสมควรอย่างยิ่งที่จะต้องเป็นตัวแทนของกลุ่มได้

วัยรุ่นที่จะสามารถเป็นผู้นำได้นั้นจะต้องประกอบด้วยลักษณะทางร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพแข็งแรง เพราะผู้นำจะต้องมีการใช้พลังงานต่าง ๆ อย่างมากมาย แม้แต่ลักษณะของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย จะต้องเหมาะสมมองดูดี เพราะเสื้อผ้าที่เหมาะสมจะช่วยให้ร่างกายมองดูดีมากยิ่งขึ้น ยิ่งไปกว่านั้น ลักษณะอื่น ๆ เช่น ระดับสติปัญญา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หรือระดับของการมีวุฒิภาวะจะมีผลต่อสภาวะการเป็นผู้นำทั้งสิ้น

- การยอมรับทางสังคม

วัยรุ่นตอนปลายจะมีการยอมรับทางสังคมเช่นเดียวกับวัยรุ่นตอนต้น กล่าวคือ เมื่อวัยรุ่นได้กระทำให้ใดก็ตามที่ประสบผลสำเร็จจะมีผลทำให้สังคมมีการยอมรับมากยิ่งขึ้น ประสบการณ์ที่วัยรุ่นได้รับการประสบผลสำเร็จเป็นครั้งแรกจะเป็นแรงผลักดันให้เกิดพฤติกรรมในครั้งต่อไปสำหรับวัยรุ่นโดยตรง

วัยรุ่นที่สังคมยอมรับจะมีลักษณะของการปรับตัวที่ดีในสังคมต่อไป กล่าวคือ จะมีความจริงใจต่อบุคคลอื่น มีความสนใจในวัตถุสิ่งของรอบตัว มีความสามารถในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ มีความสามารถที่จะคาดหวังในความสามารถของตนเอง มีกิจกรรมการแสดงออกต่าง ๆ

สอดคล้องกับกลุ่มสังคม มีความเชื่อมั่นในตนเอง และที่สำคัญที่สุดคือ มีความสามารถในการปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองได้ดี สำหรับวัยรุ่นที่ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคมอาจจะเป็นบุคคลที่มีลักษณะของพัฒนาการที่บกพร่อง นั่นคือ มีการปรับตัวที่ไม่ดี พฤติกรรมต่าง ๆ จะมีการกระทำด้วยความไม่เต็มใจ บางครั้งอาจจะมีการแสดงออกของพฤติกรรมที่มากเกินไปหรืออาจจะมีการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ทางสังคม รวมทั้งจะมีการต่อต้านสังคม สิ่งเหล่านี้จะมีผลต่อวัยรุ่น คือ ทำให้วัยรุ่นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความสามารถในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรมการเรียนรู้ที่ 4

จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. พัฒนาการทางสังคมของกลุ่มวัยรุ่นจะเริ่มมาจากข้อใด

ก. เพื่อนเพศเดียวกัน	ข. เพื่อนต่างเพศ
ค. เพื่อนจำนวนมาก ๆ	ง. เพื่อนเพศเดียวกัน 1 คน
2. กลุ่มสังคมของวัยรุ่นกลุ่มแรก คือข้อใด

ก. Chum	ข. Cliques
ค. Crowd	ง. Organized Group
3. กลุ่มเพื่อนที่เล็กที่สุดและดีที่สุดคือข้อใด
(ใช้ตัวเลือกข้อ 2)
4. กลุ่มเพื่อนที่มีสมาชิก 3-4 คน เรียกว่าอะไร
(ใช้ตัวเลือกข้อ 2)
5. กลุ่มใหญ่ที่สุดของวัยรุ่นที่วัยรุ่นยินยอมพร้อมใจเข้าร่วมกันโดยไม่มีผู้ใหญ่มาดำเนินการให้ เรียกว่าอะไร
(ใช้ตัวเลือกข้อ 2)
6. วัยรุ่นสนใจในตนเอง เพราะ.....มีการเปลี่ยนแปลงทำให้วัยรุ่นสนใจในเรื่องเครื่องแต่งกาย รูปทรง ใบหน้า

ก. ร่างกาย	ข. ความคิด
ค. ความเข้าใจ	ง. สติปัญญา

7. วัยที่สามารถแยกแยะถึงปมด้อยของตนเอง เมื่อเปรียบเทียบกับความสามารถของผู้อื่น คือข้อใด

ก. วัยเด็ก

ข. วัยรุ่น

ค. วัยรุ่นตอนต้น

ง. วัยรุ่นตอนปลาย

ข้อ 8-9 จงเติมคำหรือข้อความลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

8. ลักษณะของผู้นำที่วัยรุ่นตอนปลายชอบคือ.....

.....

9. ลักษณะการปรับตัวที่ดีในสังคมของวัยรุ่นตอนปลาย จนทำให้สังคมยอมรับ จะมีพฤติกรรม ดังนี้.....

.....

สรุป

1. วัยรุ่นตอนต้น คือ ผู้ที่มีอายุ 12-18 ปี เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็วมาก จนทำให้เกิดปัญหาทางด้านพฤติกรรม อารมณ์ สังคมได้ แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย (อายุ 18-21 ปี) จะสามารถปรับตัวได้ดีตามลำดับ

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายภายในของวัยรุ่นตอนต้น ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและหน้าที่การทำงานของอวัยวะภายในร่างกายคือ ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบการย่อยอาหาร การหายใจ การทำงานของปอด กระดูกและกล้ามเนื้อ และจะทำหน้าที่สมบูรณ์อย่างเต็มที่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย

3. การแสดงออกทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นแต่ละคนย่อมมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพ และพฤติกรรมที่เคยกระทำมาจนกลายเป็นลักษณะนิสัย

4. สาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นตอนต้นมีอารมณ์รุนแรง คือ ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ฮอร์โมนภายในร่างกายทำงานอย่างเข้มข้น และมีความขัดแย้งกันในสังคมที่วัยรุ่นเผชิญอยู่ ทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นมีการแสดงออกอย่างเต็มที่ ไม่สามารถปิดกั้นอารมณ์ของตนไว้ได้เลย

5. ความกลัวของวัยรุ่นตอนต้นต่อเนื่องมาจากวัยเด็ก ความกลัวของวัยรุ่นตอนปลายจะน้อยลงแต่มีความกังวลใจเพิ่มมากขึ้น ในวัยตอนต้นเมื่อเกิดความกลัวจะหนี หนี้ออก หน้าซีด หายใจขัด เหงื่อไหลหรือเกิดความเจ็บป่วยทางร่างกาย แต่ในวัยรุ่นตอนปลายจะมีการแสดงที่ดีกว่าคือ รู้จักวางแผน หนีบเฉย เตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ดีขึ้น

6. ความกังวลใจของวัยรุ่นตอนต้นจะเพิ่มมากขึ้นตามอายุมักจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับเพื่อน การใช้ชีวิตประจำวันต่าง ๆ ซึ่งเกิดจากความคิดและจินตนาการของวัยรุ่นโดยตรง ส่วนวัยรุ่นตอนปลายเกิดจากความไม่พอเพียงของตนเอง มีความกังวลใจ จนทำให้เกิดอาการทางประสาทได้

7. ความโกรธของวัยรุ่นตอนต้นเกิดจากความรู้สึกว่าไม่ได้รับความยุติธรรมจากบุคคลวัตถุ เหตุการณ์ สิ่งของ และไม่ได้รับการสนับสนุนในสิ่งที่เขาต้องการจะทำ ทำให้เกิดพฤติกรรมหุบปากของ กระตืบเท้า ร้องไห้ สาบาน แต่ในวัยรุ่นตอนปลายจะโกรธเนื่องมาจากสาเหตุที่ตัวบุคคลมากกว่า ทำให้วัยรุ่นตอนปลายแสดงออกโดยการตั้งฉายาใหม่ วิพากษ์วิจารณ์ สบถสาบาน นินทาว่าร้าย ควบคุมอารมณ์อารมณ์โกรธได้ดี

8. ความริษยาของวัยรุ่นตอนต้นเกิดขึ้น เนื่องจากมีความรู้สึกว่าตนขาดความมั่นคง เพราะคนที่ตนสนใจไม่ให้ความสนใจตอบ การแสดงออกคือ มีพฤติกรรมถอยหลังกลับเป็นเด็ก ร้องหวีด ร้องไห้ หุบตี ถากถาง ตำหนิติเตียน นินทา ซึ่งแตกต่างจากอารมณ์ริษยาวัยรุ่นตอนปลาย คือ เกิดจากเพศตรงข้ามที่ตนสนใจ ไม่สนใจตอบ เกิดขึ้นในเพศหญิงมากกว่าชาย ทำให้มีการพูดจากระแทกกระแทก

9. ความอิจฉาของวัยรุ่นตอนต้นและตอนปลายมีลักษณะที่ใกล้เคียงกัน เกิดขึ้นเนื่องจากตนไม่มีในสิ่งของที่คนอื่นไม่มี ทำให้มีการแสดงออกเป็น 2 ลักษณะ คือทำดี เช่น ทำงาน เพื่อให้ได้มาในสิ่งนั้น และการทำไม่ดี เช่น การลักขโมย อาชญากรรมต่าง ๆ บางครั้งอาจใช้วาจาหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง

10. อารมณ์รัก เป็นภาวะของความยินดี พอใจที่วัยรุ่นมีความรู้สึกว่าตนมีความมั่นคง ความรักของวัยรุ่นทั้งตอนต้นและตอนปลายค่อนข้างจะรุนแรงและเปิดเผย มักจะเลียนแบบบุคลิกภาพของผู้ที่ตนรักโดยเฉพาะเพื่อนต่างเพศ เมื่อรักใคร่ก็ตาม วัยรุ่นจะพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้คนที่ตนรักมีความสุขมากที่สุด

11. อารมณ์รำเริง พบได้บ่อยมากในวัยรุ่นที่สามารถปรับตัวได้ดีในสถานการณ์ต่าง ๆ ทำงานประสบผลสำเร็จ มีความรู้สึกว่าตนอยู่เหนือกว่าบุคคลอื่น โดยมีการแสดงออกทางใบหน้าที่ ยิ้ม การหัวเราะ

12. พัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นตอนต้น มีพัฒนาการที่ต่อเนื่องมาจากในวัยเด็ก สังคมของวัยรุ่นจะเป็นแบบโตขึ้นอยู่กับกลุ่มเพื่อนเป็นสำคัญ กลุ่มสังคมของวัยรุ่นจะเริ่มมาจากการมีเพื่อนสนิทเพียง 1 คน (Chum) ต่อมาจะมีสมาชิกเพิ่มขึ้น (Cliques) จนกระทั่งเป็นกลุ่มใหญ่ (Crowd) โดยสมาชิกทั้งหมดจะทำงานร่วมกัน พูดคุย เกี่ยวทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ในช่วงนี้เองจะมีเพียงบางคู่เท่านั้นที่จะเริ่มแยกตัวเองออกไป พร้อมทั้งจะใช้ชีวิตแบบคู่แต่งงานได้

13. วัยรุ่นตอนปลายเป็นช่วงที่มีเพื่อนน้อยกว่าวัยรุ่นตอนต้น รู้จักเลือกคบเพื่อน มีเพื่อนต่างเพศมากขึ้น มีความสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีมากขึ้น ทำให้วัยรุ่นตอนปลาย รู้จักเลือกผู้นำ ซึ่งมีลักษณะเป็นหูเป็นตาเป็นตัวแทนกลุ่ม มีความสามารถ มีร่างกายแข็งแรง แต่งกายดูดี

การประเมินผล

จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. เมื่อวัยรุ่นเกิดความวิตกกังวลใจ วัยรุ่นจะไม่มีพฤติกรรมแสดงออกในข้อใด

ก. ผื่นกลางวัน	ข. การเจ็บป่วยทางใจแต่ออกทางกาย
ค. คุยโว	ง. ก้าวร้าว
2. เมื่อวัยรุ่นเกิดความกลัวจะแสดงพฤติกรรมออกมา ยกเว้น ข้อใด

ก. หนี	ข. ขโมย
ค. โทกทก	ง. ยอมรับ
3. ลักษณะของกลุ่มที่มักจะต่อต้านสังคม และสังคมไม่ยอมรับจะตรงกับข้อใด

ก. Chum	ข. Cliques
ค. Crowd	ง. Gang
4. ถ้าวัยรุ่นคนใดก็ตามไม่สามารถอยู่ในสังคมได้จะทำให้เขามีพฤติกรรมอย่างไร

ก. เชื่อมั่นตนเองมากขึ้น	ข. ขาดความสุข
ค. มีความพยายามมากขึ้น	ง. ขาดความไว้วางใจ
5. ความโกรธของวัยรุ่นมักจะมีสาเหตุมาจากข้อใด

ก. ผิดหวัง	ข. ถูกบังคับ
ค. ได้รับการนิินทา	ง. ขาดอาหาร
6. อาการบักหลัก ตัวสั่นสะท้าน พุดไม่ออก ตรงกับอารมณ์ใด

ก. โกรธ, กลัว	ข. อิจฉา ริษยา
ค. กลัว, วิตกกังวล	ง. ขึ้นอยู่กับบุคคล

7. ข้อใดที่ไม่ถูกต้อง

- ก. วัยรุ่นตอนปลายจะมีความรักต่อเพศตรงข้ามได้
- ข. วัยรุ่นตอนปลายจะมีการแสดงออกของอารมณ์รักต่อเพศเดียวกันได้
- ค. วัยรุ่นตอนปลายจะปรับตัวได้ดีเมื่อมีความรัก
- ง. คนที่ตกอยู่ในห้วงรักมักจะมีปัญหาทางด้านอารมณ์

8. ความคิดเห็นของวัยรุ่นตอนปลายที่มีต่อเพื่อนต่างเพศคือข้อใด

- ก. เป็นผู้นำได้
- ข. มีความสามารถ
- ค. พุดเก่ง
- ง. ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของแต่ละคน

บรรณานุกรม

- Crow and Crow. **Adolescent Development and Adjustment**. 2nd.ed. New York : McGraw-Hill, 1965.
- Helen Bee. **The developing Child**. New York : Harper and Row, 1975.
- Horrocks. **The Psychology of Adolescent : Behavior and Development**. 2nd.ed. Boston : Houghton, Mifflin, 1962.
- Hurlock. **Developmental Psychology**. 3rd.nd. New York : McGraw-Hill, 1968.
- Johnson and Medinnus. **Child Psychology : Behavior and Development**. 2nd.ed. New York : John Wiley & Sons, 1969.
- Kagan and Coles. **Twelve to Sixteen : Early Adolescence**. New York : Norton & Company, 1971.
- Kuhlen. **The Psychology of Adolescent Development**. New York : Harper and Row, 1952.
- Marvin Powell. **The Psychology of Adolescence**. New York : The Books-Merrill Company, 1963.
- Miles. "Helping Parents Help their Children" **The Education Digest** . December 1977.
- Mussen, Conger and Kagan. **Child Development and Personality** .2nd.ed. New York : Harper and Row, 1963.
- Rogers. **Adolescence : A Psychological Perspective**. 2nd.ed. California : Brooks/Cole, 1978.