

จิตวิทยาสำหรับครู

(PSYCHOLOGY FOR TEACHERS)



— รัญญภาสร์ ศิริธรรารโจน —

ธัญญภัทร์ ศิริธัชชนราโรจน์.

จิตวิทยาสำหรับครู.-- กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย,

2568. 651 หน้า.

1. จิตวิทยาการศึกษา. 2. การเรียนรู้ 3. การให้คำปรึกษา 4. พัฒนาการ

Electronic Book

ราคา 299 บาท

370.15

ISBN 978-616-59-3176-2

จัดพิมพ์โดย : รองศาสตราจารย์ ดร.ธัญญภัทร์ ศิริธัชชนราโรจน์

ออกแบบปก : ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พระบรมราโชวาท

.....ในขณะนี้รู้สึกกันทั่วไปว่า มีปัญหาเยาวชนในบ้านเมืองมากขึ้นเนื่องจากเหตุหลายกระแส ความจริงเยาวชนมิได้ต้องการจะทำตัวให้ยุ่งยากแต่อย่างใด แต่โดยเหตุที่ไม่ได้รับความเอาใจใส่ดูแลเท่าที่ควรและขาดที่พึ่งขาดผู้ที่ จะให้ความรู้ให้คำแนะนำที่ถูกต้องเหมาะสม เขาจึงกลายเป็นบุคคลที่เป็นปัญหาแก่สังคม

เป็นหน้าที่ของท่านทั้งหลาย ผู้เป็นครู เป็นอาจารย์ เป็นผู้บริหารการศึกษาที่ต้องช่วยเหลือเขาด้วยหลักวิชาและความสามารถ ทุกคนได้ เรียนวิชาการแนะนำมาแล้ว ควรจะได้นำหลักการปฏิบัติเพื่อให้เยาวชนได้รับประโยชน์อันแท้จริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแนะแนวทางความประพฤติและจิตใจซึ่งสำคัญมาก ขอให้เพียรพยายามปลูกฝังความรู้ ความคิดที่ปราศจากโทษให้แก่เขาโดยเสมอหน้า แนะนำ อบรมด้วยเหตุผลและด้วยความจริงใจ ประกอบด้วยความเมตตาปราณี สงเคราะห์ อนุเคราะห์ และนำพาไปสู่ทาง ที่ถูก ที่เจริญ เยาวชนก็จะเกิดมีความมั่นใจและมีกำลังใจที่จะทำความดีเพื่อจักได้มีอนาคตที่มั่นคงแจ่มใสในวันข้างหน้า.....

ที่มา คู่มือการบริหารจัดการแนะแนว 2544 กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ
โดยนายประพัฒน์พงศ์ เสนาฤทธิ์ อธิบดีกรมวิชาการ



◆ ❁❁❁ ❁◆

คุณค่าของหนังสือจิตวิทยาสำหรับครูเล่มนี้

ลูกศิษย์ขอมอบแด่

ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.ไพฑูรย์ สินลารัตน์

ด้วยความเคารพรักยิ่ง

* * * *

คำนำครั้งที่ 2

หนังสือ e-book จิตวิทยาสำหรับครู เล่มนี้เป็นฉบับปรับปรุง 2568 เนื่องจากการปรับปรุงหลักสูตร โดยได้เพิ่มเนื้อหา 2 บท คือ ทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์ และปัจจัยพื้นฐานด้านชีววิทยา ปรับปรุงรายละเอียด การยกตัวอย่างให้เข้าใจง่ายขึ้นจากประสบการณ์ในการจัดการเรียนการสอนในวิชาจิตวิทยาสำหรับครู และการสะท้อนคิดจากนักศึกษาในระดับปริญญาตรี และ นักศึกษาในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพครูที่เรียนวิชานี้ โดยผู้สอนแบ่งเนื้อหาเป็น 13 บท

เป้าหมายให้ผู้ศึกษาเกิดความรู้ความเข้าใจในองค์ความรู้ มีทักษะกระบวนการประยุกต์องค์ความรู้สู่งานในหน้าที่ครู และมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์แห่งความเป็นครูตามขอบข่ายสาระหลัก โดยเน้นเนื้อหาที่ครูควรต้องรู้ เป้าหมายที่สำคัญอีกส่วนหนึ่งของการจัดทำเอกสารเนื้อหาโดยเน้นสาระหลัก คือ เพื่อให้เหมาะสมสอดคล้องกับการจัดการการเรียนรู้ในยุคปฏิรูปการเรียนรู้ ที่เน้นการสืบค้นความรู้จากสื่อหลายรูปแบบและเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และ มุ่งให้ผู้เรียนขยายขอบเขตการเรียนรู้ในแต่ละเรื่องตามความสนใจและแรงจูงใจส่วนบุคคล ผสมกับดุลยพินิจของผู้สอน ในการเสริมเพิ่มเติมการเรียนรู้ตามบริบทของผู้เรียน นำสู่การพัฒนาต่อยอดองค์ความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะของผู้เรียนได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น

ด้วยรักและขอบคุณทุกคนในครอบครัว ครู อาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิประสาทวิชา รวมถึงเจ้าของเอกสารอ้างอิงทุกท่านที่ได้เอื้อประโยชน์ให้ได้ศึกษาค้นคว้าตลอดมา ขอขอบคุณสำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้เรียบเรียงยินดีต้อนรับคำแนะนำเพื่อเพิ่มเติม พัฒนาหนังสือเล่มนี้ในโอกาสต่อไป

ฉัญญภัทร์ ศิริธรรารोजना

มีนาคม 2568

คำนำครั้งที่ 1

หนังสือ E-book วิชาจิตวิทยาสำหรับครู เกิดจากการรวบรวมเนื้อหาที่ทำสรุปแก่นักศึกษาในการจัดการเรียนการสอนแต่ละครั้ง ในปี พ.ศ. 2565 นักศึกษาขอให้จัดทำขึ้นเป็นเล่มในช่วงโควิดระบาด และเพื่อสะดวกกับนักศึกษา โดยเรียบเรียงขึ้นมาจากประสบการณ์ การศึกษาค้นคว้าและการทำงานเพื่อประโยชน์ในการให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา เหมาะกับนักศึกษาที่เรียนครู และบุคคลทั่วไปที่สนใจอ่านหนังสือสอบในเนื้อหาของจิตวิทยา โดยมีเนื้อหาที่อ่านเข้าใจง่าย ประกอบด้วย 1) ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา 2) ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการ 3) การส่งเสริมพัฒนาการแต่ละช่วงวัย 4) สรีระวิทยา พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม 5) การเรียนรู้ 6) ทฤษฎีการเรียนรู้ 7) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ 8) การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ และเพิ่มเติมคือ 9) ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการแนะแนว 10) การจัดบริการแนะแนวในสถานศึกษา 11) หลักการเบื้องต้นและวิธีการให้คำปรึกษา และ 12) เทคนิคและทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้นสำหรับครู

โดยเน้นเนื้อหาที่ครูควรต้องรู้ มีเป้าหมายให้ผู้ศึกษาเกิดความรู้ความเข้าใจในองค์ความรู้ มีทักษะกระบวนการประยุกต์องค์ความรู้สู่งานในหน้าที่ครู และมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์แห่งความเป็นครูตามขอบข่ายสาระหลัก เป้าหมายที่สำคัญอีกส่วนหนึ่งของการจัดทำเอกสารเนื้อหาโดยเน้นสาระหลัก คือ เพื่อให้เหมาะสมสอดคล้องกับการจัดการการเรียนรู้ในยุคปฏิรูปการเรียนรู้ ที่เน้นการสืบค้นความรู้จากสื่อหลายรูปแบบและเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และมุ่งให้ผู้เรียนขยายขอบเขตการเรียนรู้ในแต่ละเรื่องตามความสนใจและแรงจูงใจส่วนบุคคล ผนวกกับดุลยพินิจของผู้สอน ในการเสริมเพิ่มเติมการเรียนรู้ตามบริบทของผู้เรียน นำสู่การพัฒนาต่อยอดองค์ความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะของผู้เรียนได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น

ด้วยรักและขอบคุณทุกคนในครอบครัว ครู อาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชา รวมถึงเจ้าของเอกสารอ้างอิงทุกท่านที่ได้เอื้อประโยชน์ให้ได้ศึกษาค้นคว้าตลอดมา ขอขอบคุณสำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ธัญญภัทร์ ศิริธรรารोजना

มิถุนายน 2565

สารบัญ

หน้า

บทที่ 1 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา.....1

ความหมายและคำอธิบายของจิตวิทยา	1
ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์.....	2
ความเป็นมาและพัฒนาการของการศึกษาจิตวิทยา	3
พัฒนาการของการศึกษาพฤติกรรม.....	7
องค์ประกอบของพฤติกรรมและความเป็นมนุษย์	8
จุดมุ่งหมายและความสำคัญของการศึกษาจิตวิทยา.....	12
ความสำคัญของจิตวิทยา.....	13
แนวความคิดของกลุ่มจิตวิทยา.....	14
สาขาวิชาจิตวิทยา	30
สรุป	32

บทที่ 2 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการ..... 33

ความหมายของพัฒนาการ	33
หลักพัฒนาการ	33
ธรรมชาติและพัฒนาการของมนุษย์	37
ขอบข่ายของจิตวิทยาพัฒนาการ	38
เป้าหมายของจิตวิทยาพัฒนาการ.....	40
การเจริญเติบโตของร่างกาย.....	40
พัฒนาการตามวัยของมนุษย์	45
ประเภทของพัฒนาการ	49
การประยุกต์ใช้ในชั้นเรียน.....	50
สรุป.....	50

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 3 ทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์.....	51
ความหมายและความสำคัญของทฤษฎีพัฒนาการ.....	51
ทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการ.....	53
ทฤษฎีพัฒนาการทางสังคมของอีริคสัน.....	53
ทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพของ فروยด์.....	60
ทฤษฎีงานตามขั้นพัฒนาการของฮาวิกเฮอส์.....	86
ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบิร์ก.....	69
ทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาของเพียเจท์.....	72
ทฤษฎีพัฒนาการทางความคิดของวิกอทสกี.....	75
ทฤษฎีชีวิสังคมของแคดเทล.....	78
การประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีพัฒนาการ.....	82
สรุป.....	84
บทที่ 4 ปัจจัยพื้นฐานด้านชีววิทยา.....	87
ความสำคัญของปัจจัยพื้นฐานด้านชีววิทยาที่มีต่อพฤติกรรม.....	87
ปัจจัยพื้นฐานด้านชีววิทยาที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม.....	90
การรับสัมผัสของมนุษย์.....	91
ระบบประสาทที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม.....	94
ระบบประสาทส่วนกลาง.....	99
ระบบเอนโดไครนกับพฤติกรรม.....	116
ระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อพฤติกรรมมนุษย์.....	120
การพัฒนาตนจากความเข้าใจการทำงานของระบบประสาท กล้ามเนื้อ และต่อม.....	130
สรุป.....	132

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 5 การส่งเสริมพัฒนาการแต่ละช่วงวัย.....	133
วัยเด็ก.....	133
วัยเด็กตอนต้น (early childhood).....	133
การส่งเสริมพัฒนาการของวัยเด็กตอนต้น.....	134
วัยเด็กตอนปลาย (late childhood).....	142
การส่งเสริมพัฒนาการวัยเด็กตอนปลาย.....	146
ปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาของวัยเด็ก	147
วัยรุ่น (adolescence).....	151
ลักษณะที่สำคัญของวัยรุ่น.....	152
สภาพปัญหาการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่น.....	160
แนวทางการให้ความช่วยเหลือเพื่อการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่น.....	161
การส่งเสริมพัฒนาการของวัยรุ่น	166
ปัญหาและวิธีการแก้ปัญหาของวัยรุ่น.....	169
งานแนะแนวกับการพัฒนาศักยภาพของวัยรุ่น.....	174
วัยผู้ใหญ่ (adulthood).....	178
วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (early adulthood).....	178
การส่งเสริมพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น.....	185
การปรับตัวกับบทบาทใหม่ของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น.....	180
การส่งเสริมพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น.....	185
วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (middle adulthood).....	186
การปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงในวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง.....	188
การส่งเสริมพัฒนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง.....	189
เด็กพิเศษ.....	190
ประเภทของเด็กพิเศษ.....	190

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 6 การเรียนรู้.....	195
ความหมายของการเรียนรู้.....	195
นโยบายการศึกษาของชาติ และทักษะการเรียนรู้ ในศตวรรษที่ 21.....	198
กระบวนการห้าขั้นตอน QSCCS	201
สมรรถนะหลักสืบสอบด้านการสืบสอบทางวิทยาศาสตร์ และจิตวิทยาศาสตร์	203
แนวคิดการเรียนรู้ภายใต้บริบทการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21	204
ธรรมชาติของการเรียนรู้.....	207
เป้าหมายของการเรียนรู้.....	208
องค์ประกอบของการเรียนรู้.....	209
กระบวนการเรียนรู้	215
สรุป.....	241
7 ทฤษฎีการเรียนรู้.....	243
1. ทฤษฎีการต่อเนื่อง (associative theories).....	243
1.1 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบอัตโนมัติของพาฟลอฟและวัตสัน	243
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของพาฟลอฟและวัตสัน	257
1.2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบจงใจกระทำของสกินเนอร์	260
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของสกินเนอร์	269
1.3 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบต่อเนื่องของกัทธรี.....	270
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของกัทธรี	272
1.4 ทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์.....	273
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของธอร์นไดค์	279
1.5 ทฤษฎีการเรียนรู้ของฮัลล์.....	281
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของฮัลล์.....	283

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

2. ทฤษฎีกลุ่มการใช้ความเข้าใจ (cognitive theories).....	284
2.1 ทฤษฎีการรับรู้ของเวอร์ไฮเมอร์.....	256
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของเวอร์ไฮเมอร์	287
2.2 ทฤษฎีการหยั่งเห็นของโคห์เลอร์.....	288
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของโคห์เลอร์	290
2.3 ทฤษฎีสถานะของเลอวิน.....	292
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของเลอวิน.....	293
2.4 ทฤษฎีการเรียนรู้ของคอฟฟ์กา.....	294
2.5 ทฤษฎีการใช้เครื่องหมายของทอลแมน.....	294
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของทอลแมน.....	296
3. ทฤษฎีกลุ่มมนุษยนิยม (humanism theories)	296
3.1 ลำดับความต้องการของอับราฮัม มาสโลว์.....	297
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของมาสโลว์ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา.....	302
3.2 ทฤษฎีของคาร์ล รอเจอร์ส.....	303
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของรอเจอร์ส.....	303
3.3 ทฤษฎีของอาร์เธอร์ คอมส์.....	306
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของคอมส์.....	307
4. ทฤษฎีปัญญาทางสังคม (social learning theory)	309
4.1 ทฤษฎีปัญญาทางสังคมของแบนดูรา.....	309
การประยุกต์ใช้ทฤษฎีของแบนดูรา.....	312
สรุป.....	313

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

8 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้.....	315
ความพร้อม (readiness)	315
แรงจูงใจ (motivation)	317
การรับรู้ (perception).....	320
เชาวนปัญญา (intelligence).....	330
ความถนัด (aptitude)	337
เจตคติ (attitude).....	339
การจำ (memory).....	340
สุขภาพจิต (mental health)	342
การจัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้	346
สรุป	354
บทที่ 9 การวัดและประเมินผลการเรียนรู้.....	355
ความหมายของการวัดผลและประเมินผลการเรียนรู้	355
ความสำคัญของการวัดและประเมินผลการเรียนรู้	358
การวัดและประเมินก่อนเรียน ระหว่างเรียน และหลังเรียน	362
องค์ประกอบของการประเมินผลการเรียนรู้	364
ขั้นตอนในการประเมินผลการเรียนรู้.....	366
หลักในการวัดผลเพื่อประเมินผลการเรียนรู้.....	368
ประเภทของการประเมินผลการเรียนรู้.....	368
จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้.....	369
ประโยชน์ของการประเมินผลการเรียนรู้.....	374
เครื่องมือและเทคนิคการประเมินผลการเรียนรู้.....	376
ตัวอย่างการพัฒนาเครื่องมือทางจิตวิทยา.....	386

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 10 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการแนะแนว	407
ประเภทของบริการแนะแนวในสถานศึกษา.....	407
คุณสมบัติและจรรยาบรรณของครูแนะแนวและผู้ให้คำปรึกษา.....	412
จรรยาบรรณของครูแนะแนวและผู้ให้คำปรึกษา.....	413
กระบวนการแนะแนวในสถานศึกษา	419
เป้าหมายของกระบวนการแนะแนวในสถานศึกษา.....	423
กิจกรรมแนะแนว กิจกรรมผู้เรียน กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	430
หลักการสำคัญของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน.....	431
บทบาทของบุคลากรผู้เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานแนะแนว	440
การจัดกิจกรรมแนะแนวในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตร	440
การประเมินกิจกรรมแนะแนว	441
สรุป.....	442
บทที่ 11 การจัดบริการแนะแนวในสถานศึกษา.....	445
บริการสำรวจข้อมูลรายบุคคล	445
เทคนิคและเครื่องมือที่ไม่ใช่แบบทดสอบ.....	448
เทคนิคและเครื่องมือที่เป็นแบบทดสอบ.....	477
บริการสนเทศ.....	486
บริการให้คำปรึกษา.....	490
บริการจัดวางตัวบุคคล	491
บริการติดตามผล.....	492
สรุป	496

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 12 หลักการเบื้องต้นและวิธีการให้คำปรึกษา..... 499

ความหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคลและการให้คำปรึกษากลุ่ม	499
ความสำคัญและประโยชน์ของการให้คำปรึกษา	502
ความสำคัญและประโยชน์ของการให้คำปรึกษารายบุคคล.....	502
ความสำคัญและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	504
จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคลและรายกลุ่ม.....	522
วิธีการและขั้นตอนของการให้คำปรึกษา.....	526
ทฤษฎีการให้คำปรึกษาและการนำไปประยุกต์ใช้	541
ตัวอย่างการออกแบบและวางแผนการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	544
สรุป	586

บทที่ 13 เทคนิคและทักษะการให้คำปรึกษาเบื้องต้นสำหรับครู 587

เทคนิคและทักษะของการให้คำปรึกษาระดับพื้นฐาน	587
ขั้นตอนการให้คำปรึกษาและการใช้เทคนิคตามขั้นตอน.....	610
ตัวอย่างการให้คำปรึกษาที่แสดงขั้นตอนและทักษะการให้คำปรึกษา.....	613
สรุป	619

บรรณานุกรม621

ประวัติผู้แต่ง..... 643

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1.1 ลำดับการเกิดทฤษฎีทางจิตวิทยาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1880- 1990	6
ภาพที่ 1.2 คำร้อยละการนำจิตวิทยาไปใช้	7
ภาพที่ 1.3 ห้องทดลองทางจิตวิทยาแห่งแรกของโลกในปี ค.ศ. 1879	8
ภาพที่ 1.4 วิลเฮล์ม วุนท์	15
ภาพที่ 1.5 วิลเลียม เจมส์	16
ภาพที่ 1.6 จอห์น บี. วัตสัน	17
ภาพที่ 1.7 แมกซ์ เวอร์ไทเมอร์	21
ภาพที่ 1.8 ซิกมันด์ ฟรอยด์	18
ภาพที่ 1.9 โซฟาในห้องให้คำปรึกษาของฟรอยด์ที่กรุงเวียนนาประเทศออสเตรีย	20
ภาพที่ 1.10 ก้อนน้ำแข็ง (iceberg) เปรียบกับโครงสร้างบุคลิกภาพของฟรอยด์	21
ภาพที่ 1.11 การอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองช่วยพัฒนาซูเปอร์อีโก้ของเด็ก	22
ภาพที่ 1.12 การฝึกขับถ่ายของเด็กชั้นที่ 2 ขึ้นทวารหนักอยู่ในช่วงอายุ 2 ปี ถึง 3 ปี	24
ภาพที่ 1.13 ลำดับขั้นพัฒนาการทางบุคลิกภาพ 5 ขั้นของฟรอยด์	25
ภาพที่ 1.14 คาร์ล อาร์. รोजерส	27
ภาพที่ 1.15 รोजерสขณะให้คำปรึกษากลุ่ม	28
ภาพที่ 2.1 ลำดับต่อเนื่องของพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย	34
ภาพที่ 2.2 แสดงพัฒนาการตามทิศทางโดยเฉพาะ	35
ภาพที่ 2.3 แสดงอัตราส่วนของศีรษะ ลำตัว และแขนขาในวัยต่างๆ	35
ภาพที่ 2.4 แสดงลำดับขั้นตอนของพัฒนาการวัยทารก	36
ภาพที่ 2.5 ขอบข่ายของพัฒนาการ	39
ภาพที่ 3.1 อีริก เอช. อีริกสัน	53

สารบัญภาพ (ต่อ)

หน้า

ภาพที่ 3.2 ความขัดแย้งทางสังคม-จิตใจที่มีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพที่เข้มแข็งหรืออ่อนแอหรือพัฒนาการที่พึงประสงค์-ไม่พึงประสงค์ตามแนวคิดของอีริคสัน...	59
ภาพที่ 3.3 โรเบิร์ต เจ. ฮาวิกเฮอร์ส.....	68
ภาพที่ 3.4 ลอเรนส์ โคลเบิร์ก.....	69
ภาพที่ 3.5 ฌอง เพียเจต์.....	72
ภาพที่ 3.6 เลฟ เซมานโนวิช วิกือทสกี.....	75
ภาพที่ 3.7 เรมอน เบอนาด แคตเทล.....	78
ภาพที่ 4.1 กลไกของพฤติกรรมจากการทำงานทางสรีระ.....	90
ภาพที่ 4.2 ลิ้นและบริเวณปุ่มรับรสเปรี้ยว เค็ม หวาน มัน และขม.....	92
ภาพที่ 4.3 โครงสร้างของระบบประสาทที่เป็นกลไกสำคัญของพฤติกรรม.....	94
ภาพที่ 4.4 ตัวอย่างระบบประสาทที่สัมผัสแสดงความเจ็บปวด และอุณหภูมิ.....	96
ภาพที่ 4.5 การทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ.....	97
ภาพที่ 4.6 สมอส์ส่วนและโครงสร้างการทำงานของซีรีบรัลคอร์เทกซ์	100
ภาพที่ 4.7 การทำงานของนิวโรทรานสมิตเตอร์	102
ภาพที่ 4.8 การทำงานของนิวโรนขณะกำลังเดินและนอนหลับ.....	104
ภาพที่ 4.9 สมอส์ส่วนกลาง และสมอส์ส่วนหลัง.....	108
ภาพที่ 4.10 สมอส์ส่วนหน้า.....	111
ภาพที่ 4.11 สมอส์ส่วนทาลามัส ไฮโปทาลามัส และระบบลิมบิก.....	112
ภาพที่ 4.12 การทำงานของสมอส์ซีกซ้ายและซีกขวา.....	115
ภาพที่ 4.13 ระบบกล้ามเนื้อ.....	117
ภาพที่ 4.14 กล้ามเนื้อลาย.....	118

สารบัญภาพ (ต่อ)

หน้า

ภาพที่ 4.15 กล้ามเนื้อเรียบ.....	118
ภาพที่ 4.16 กล้ามเนื้อหัวใจ.....	119
ภาพที่ 4.17 ร่างกายสูงใหญ่และเล็กแคะจากความผิดปกติของต่อมพิทูอิทารี.....	122
ภาพที่ 4.18 ที่ตั้งของต่อมไร้ท่อ.....	123
ภาพที่ 6.1 แสดงแผนผังการเรียนรู้จากพฤติกรรมเดิมเป็นพฤติกรรมใหม่.....	197
ภาพที่ 6.2 ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21.....	200
ภาพที่ 6.3 กระบวนการ 5 ขั้นตอนของ QSCCS.....	202
ภาพที่ 6.4 แบบฟอร์มพื้นฐานในการสอน (basic teaching model).....	219
ภาพที่ 6.5 กระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดของบลูม Bloom's Digital Taxonomy....	223
ภาพที่ 7.1 การเรียนรู้ที่เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง.....	245
ภาพที่ 7.2 การทดลองของพาฟลอฟ.....	246
ภาพที่ 7.3 สุนัขในการทดลองของพาฟลอฟ.....	251
ภาพที่ 7.4 การทดลองขั้นการวางเงื่อนไขของวัตสัน.....	253
ภาพที่ 7.5 กระบวนการเรียนรู้ตามทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบจงใจกระทำ.....	262
ภาพที่ 7.6 การทดลองการวางเงื่อนไขโดยการลงมือกระทำของหนู.....	263
ภาพที่ 7.7 การทดลองการวางเงื่อนไขนกพิราบจิกแป้นสี.....	264
ภาพที่ 7.8 ไดอะแกรมการเสริมแรงและการลงโทษ.....	265
ภาพที่ 7.9 กล้องหีบกลของธอร์นไดค์.....	275
ภาพที่ 7.10 กระบวนการเรียนรู้ของธอร์นไดค์.....	276
ภาพที่ 7.11 การทดลองของโคเลอร์.....	290
ภาพที่ 7.12 ลำดับแรงจูงใจและความต้องการของมนุษย์ตามแนวคิดของมาสโลว์.....	298
ภาพที่ 7.13 นักศึกษาร่วมกันทำงานร่วมกันเป็นสมาชิกกลุ่มซึ่งยอมรับซึ่งกันและกัน.....	300

สารบัญภาพ (ต่อ)

หน้า

ภาพที่ 7.14 George Ancona อุตกิจชีวิตเพื่อผู้อื่นมีชีวิตอยู่ขั้นที่ 8 ของมาสโลว์.....	271
ภาพที่ 7.15 โครงสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสามองค์ประกอบ.....	280
ภาพที่ 8.1 ปีศาจและนางฟ้าจัดเป็นภาพและพื้นแบบสลับกัน.....	321
ภาพที่ 8.2 การรับรู้ภาพและพื้น.....	322
ภาพที่ 8.3 การจัดวางตัวของสิ่งเร้า 4 แบบตามหลักของเกสตัลท์	323
ภาพที่ 8.4 ภาพลวงตาของมุลเลอร์).....	324
ภาพที่ 8.5 การรับรู้ระยะทาง.....	325
ภาพที่ 8.6 การรับรู้ผิดพลาดเนื่องมาจากการเติมสิ่งใดสิ่งหนึ่งลงในสิ่งเร้า.....	328
ภาพที่ 8.7 การรับรู้ผิดพลาดเนื่องมาจากขนาดสัมผัส.....	328
ภาพที่ 8.8 การรับรู้ผิดพลาดเนื่องมาจากการเกิดมุมที่ตัดกันของเส้นตรง	329
ภาพที่ 9.1 ขั้นตอนการประเมินผลการเรียนรู้.....	367
ภาพที่ 10.1 งานบริการแนะแนวที่จัดในสถานศึกษา.....	419
ภาพที่ 10.2 กระบวนการของการแนะแนวในสถานศึกษา.....	420
ภาพที่ 10.3 แนวปฏิบัติ การบริหารจัดการแนะแนวในสถานศึกษา.....	421
ภาพที่ 10.4 แนวปฏิบัติของคณะอนุกรรมการแนะแนวในสถานศึกษา	422
ภาพที่ 11.1 ตัวอย่างตัวแปรต้นและตัวแปรตามในการทดลอง	475
ภาพที่ 13.1 สาธิตการนั่งของสมาชิกกลุ่ม และผู้ให้คำปรึกษา.....	598
ภาพที่ 13.2 สาธิตลักษณะการนั่งของผู้ให้คำปรึกษารายบุคคล	598
ภาพที่ 13.3 การฝึกปฏิบัติในการใช้เทคนิคการเงียบ	601

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 2.1	ขอบข่ายของพัฒนาการ	39
ตารางที่ 2.2	กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย อายุ 5-18 ปี	41
ตารางที่ 2.3	กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย อายุ 5-18 ปี	42
ตารางที่ 2.4	กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี	43
ตารางที่ 2.5	กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี	44
ตารางที่ 2.6	พัฒนาการที่เด่นและสำคัญในแต่ละช่วงวัย	46
ตารางที่ 3.1	แสดงลักษณะ Trait 16 ประการของ Cattell.....	81
ตารางที่ 4.1	สรุปจำแนกสารนิเวศวิทยาที่สัมพันธ์ที่สำคัญและหน้าที่.....	104
ตารางที่ 5.1	ตารางเปรียบเทียบลักษณะเพื่อนต่างเพศที่วัยรุ่นคบ	159
ตารางที่ 5.2	เปรียบเทียบลักษณะเพื่อนต่างเพศที่วัยรุ่นไม่ชอบเลย.....	159
ตารางที่ 5.3	ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของวัยรุ่น.....	165
ตารางที่ 5.4	ปัญหา สาเหตุ และแนวทางการแก้ไขปัญหาของวัยรุ่น.....	169
ตารางที่ 5.5	การดำเนินงานแนะแนวในสถานศึกษา	178
ตารางที่ 5.6	ดัชนีมวลกายหรือเกณฑ์การตัดสินในการประเมินภาวะโภชนาการ	182
ตารางที่ 6.1	แสดงกระบวนการในการสร้างความตระหนัก.....	230
ตารางที่ 6.2	แสดงกระบวนการในการสร้างความคิดรวบยอด	231
ตารางที่ 6.3	แสดงกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ.....	232
ตารางที่ 6.4	แสดงการสร้างกระบวนการกลุ่ม.....	233
ตารางที่ 6.5	แสดงกระบวนการแก้ปัญหา	234
ตารางที่ 6.6	แสดงกระบวนการปฏิบัติ	235
ตารางที่ 6.7	แสดงกระบวนการทางคณิตศาสตร์.....	326

สารบัญตาราง (ต่อ)

หน้า

ตารางที่ 6.8 แสดงกระบวนการเรียนภาษา	237
ตารางที่ 6.9 แสดงกระบวนการสร้างเจตคติ.....	238
ตารางที่ 6.10 แสดงกระบวนการสร้างค่านิยม.....	239
ตารางที่ 6.11 แสดงกระบวนการเรียน ความรู้ ความเข้าใจ.....	240
ตารางที่ 8.1 ค่าสหสัมพันธ์ของคะแนน IQ ของผู้มีความสัมพันธ์ทางสายโลหิตกับ สิ่งแวดล้อมในระดับต่าง ๆ.....	333
ตารางที่ 9.1 ตัวอย่างองค์ประกอบของการประเมินผลการเรียนรู้	365
ตารางที่ 9.2 การเปรียบเทียบระหว่างแบบทดสอบมาตรฐานและแบบทดสอบที่ผู้สอน สร้างขึ้น.....	378
ตารางที่ 9.3 ตัวอย่าง แบบวัดความรับผิดชอบ.....	380
ตารางที่ 9.4 ตัวอย่าง แบบวัดเจตคติต่อบรรยากาศในการเรียนการสอน.....	380
ตารางที่ 9.5 ตัวอย่างเกณฑ์การประเมินในภาพรวม.....	385
ตารางที่ 10.1 สรุปการดำเนินงานแนะแนวในสถานศึกษาต้องจัดให้มีทั้ง 5 บริการ.....	411
ตารางที่ 10.2 ลักษณะของกิจกรรมที่อาจเลือกใช้เพื่อการพัฒนาผู้เรียน.....	425
ตารางที่ 12.1 ระดับปัญหาพฤติกรรมของมนุษย์และแนวทางช่วยเหลือตามหลักการ แนะแนวให้คำปรึกษา.....	527
ตารางที่ 12.2 กลุ่มทฤษฎีการให้คำปรึกษา ผู้นำทฤษฎี เทคนิควิธีและจุดเน้นการ ให้คำปรึกษา.....	542
ตารางที่ 13.1 ตัวอย่างขั้นตอนการให้คำปรึกษา แนวปฏิบัติ และเทคนิคที่มักใช้ใน แต่ละขั้นตอน.....	611

บทที่ 1

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา

โลกในศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อันเนื่องมาจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์แขนงหนึ่ง ในบทนี้จะกล่าวถึง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา ประกอบด้วย ความหมายและคำอธิบายของจิตวิทยา ความหมาย ของพฤติกรรมมนุษย์ ความเป็นมาและพัฒนาการของการศึกษาจิตวิทยา องค์ประกอบของพฤติกรรมและความเป็นมนุษย์ จุดมุ่งหมาย และความสำคัญของการศึกษาจิตวิทยา แนวคิดของกลุ่มจิตวิทยา และสาขาวิชาจิตวิทยา พอสังเขป

ความหมายและคำอธิบายของจิตวิทยา

ความหมายของจิตวิทยา

นักจิตวิทยาได้ให้ความหมายของจิตวิทยา ดังนี้

เฟลด์แมน (Feldman, 2011, p. 5) กล่าวว่า จิตวิทยา หมายถึง วิทยาศาสตร์แขนงหนึ่งที่มุ่งศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ (behavior) และกระบวนการทำงานของจิต (mental processes) เพื่อให้เข้าใจ ความสามารถในการคิด (thoughts) อารมณ์ (emotions) การรับรู้ (perceptions) กระบวนการให้เหตุผล (reasoning processes) การจำ (memories) และกระบวนการและโครงสร้างการทำงานของระบบชีววิทยาในร่างกาย (biological activities)

คำอธิบายของจิตวิทยา

เวด และ ทาวริส (Wade & Tavis, 1998 อ้างถึงใน สุวรี ศิวะแพทย์ 2549, หน้า 1) อธิบายว่า “จิตวิทยา” มาจากภาษาอังกฤษว่า Psychology ก่อนคริสต์ศตวรรษที่ 19 วิญญาณหรือจิตใจของสิ่งมีชีวิต (psychology is the study of soul or mind) ซึ่งตั้งแต่คริสต์ศตวรรษ ที่ 20 มาถึงปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่าจิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์ (scientific method) ในปัจจุบันเป็นที่ เป็นวิชาที่ว่าด้วยการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องยอมรับว่า “จิตวิทยา” เป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม และกระบวนการทางจิต (behavior and mental processes) โดยศึกษาว่าสิ่งเหล่านี้ ได้รับอิทธิพลอย่างไร จากสภาวะทางกาย (organism's physical state) สภาพจิตใจ (mental state) และสิ่งแวดล้อมภายนอก (external environment)

ลาเฮย์ (Lahey, 2004, p. 4-5) อธิบายว่า จิตวิทยา มาจากคำว่า Psyche + Science = Psychology ดังนั้น จิตวิทยา คือ วิทยาศาสตร์ที่มุ่งศึกษาพฤติกรรมและกระบวนการทางจิตของ

มนุษย์ (the science of behavior and mental processes) ซึ่งมาจาก 4 ส่วนหลัก คือความคิดเห็น (private thoughts) อารมณ์ (emotions) ความรู้สึก (feelings) และแรงจูงใจ (motives) ซึ่งบุคคลอื่นสามารถสังเกตได้โดยตรง

สรุปได้ว่า จิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์ที่มุ่งศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ และกระบวนการทำงานของจิตเพื่อทำความเข้าใจ การคิด อารมณ์ การรับรู้ การเรียนรู้ กระบวนการให้เหตุผล การจำ ความรู้สึก และแรงจูงใจ กระบวนการและโครงสร้าง การทำงานของระบบชีววิทยาในร่างกาย

ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์

นักศึกษาคควรครูทำความเข้าใจความหมายของ “พฤติกรรม” เพราะพฤติกรรมมีขอบเขตกว้างขวางและซับซ้อน เพื่อให้เกิดความกระจ่างในความหมายของพฤติกรรม ดังนี้

เฟลด์แมน (Feldman, 2011, p. 5) อธิบายว่า พฤติกรรมคือการกระทำที่แสดงออกโดยสังเกตและประเมินได้จากความสามารถในการคิด (thoughts) อารมณ์ (emotions) การรับรู้ (perceptions) กระบวนการให้เหตุผล (reasoning processes) การจำ (memories) และกระบวนการและโครงสร้างการทำงานของระบบชีววิทยาในร่างกาย

ลาเฮย์ (Lahey, 2004, p. 5) อธิบายว่า พฤติกรรมเป็นการกระทำของบุคคลที่สามารถสังเกตได้โดยตรง และการกระทำที่สามารถวัดได้ (behavior: directly observable and measurable actions)

กมลรัตน์ กริทอง (2546, หน้า 5) อธิบายว่า คำว่า “พฤติกรรม” (behavior) หมายถึง การกระทำทุกอย่างที่เกิดขึ้นในสิ่งมีชีวิต ไม่ว่าจะรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว และไม่ว่าบุคคลอื่นจะสังเกต การกระทำนั้นได้หรือไม่ก็ถือว่าเป็นพฤติกรรมทั้งสิ้น แบ่งได้ 2 ประเภท ดังนี้

1. พฤติกรรมภายนอก (overt behavior) เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นแล้ว บุคคลอื่นสามารถสังเกตเห็นได้ชัดเจน แยกได้อีกเป็น 2 ชนิด คือ

1.1 พฤติกรรมแบบโมลา (molar behavior) หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลอื่นสังเกตได้โดยไม่ต้องอาศัยเครื่องมืออุปกรณ์ทางวิทยาศาสตร์ สามารถรับรู้ได้โดยตรงจากประสาทสัมผัสได้แก่ การอ่านหนังสือ การเคลื่อนไหวของร่างกาย เป็นต้น

1.2 พฤติกรรมแบบโมเลกุล (molecular behavior) หมายถึง พฤติกรรมที่ต้องอาศัยเครื่องมืออุปกรณ์ หรือการวิเคราะห์ทางวิทยาศาสตร์ช่วย ในการสังเกต ไม่สามารถรับรู้จากประสาทสัมผัสได้โดยตรง เช่น การทำงานของกล้ามเนื้อ การทำงานของคลื่นสมอง และการทำงานของคลื่นหัวใจ การเปลี่ยนแปลงของเคมี หรือปริมาณน้ำตาลในกระแสโลหิต การทำงานของกระเพาะอาหารและลำไส้ปฏิกิริยาชีวเคมีภายในร่างกาย เป็นต้น

2. พฤติกรรมภายใน (covert behavior) เป็นพฤติกรรมที่บุคคลเท่านั้นที่จะรู้ดีที่สุด บุคคลอื่นต้องอาศัยการคาดเดา มี 4 ประเภท ดังนี้

2.1 การรู้สึก (sensing) หมายถึง การตอบสนอง (response) ต่อสิ่งเร้า (stimulus) ด้วยอวัยวะรับสัมผัสเพียงส่วนใดส่วนหนึ่ง ซึ่งเป็นกระบวนการแรกที่เกิดขึ้นในร่างกายของสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ เช่น การได้กลิ่น การรู้สึกขม การได้ยินเสียงเพลง เป็นต้น

2.2 การรับรู้ (perceiving) หมายถึง การตีความที่ได้จากการสัมผัสเพื่อให้เกิดความหมาย ซึ่งมีความจำเป็นเพราะจะทำให้เข้าใจสิ่งเร้า นั้น เช่น การได้ยินเสียงแตรสัญญาณรถไฟที่กำลังจะผ่านมา การเห็นสัญญาณไฟแดง เป็นต้น

2.3 การจำ (remembering) หมายถึง ความสามารถในการเก็บรวบรวมประสบการณ์ หรือ สิ่งเร้าที่เคยผ่านมา ทั้งความคิด ภาพความทรงจำต่าง ๆ แล้วสามารถดึงออกมาใช้ในเวลาที่ต้องการ เช่น การจำหน้าคนที่เก็บกระเป๋าของเราแล้วเอามาคืน เป็นต้น

2.4 การคิด (thinking) และ การตัดสินใจ (decision making) หมายถึง การเก็บข้อมูลหรือสิ่งเร้าต่าง ๆ มาวิเคราะห์ สังเคราะห์ การจินตนาการ เช่น การคิดข้อดี ข้อเสียในการเรียนต่อปริญญาโทสาขาจิตวิทยา การคิดถึงข้อดีของการพัก ที่หอพักของมหาวิทยาลัยจัดให้การตัดสินใจไปอยู่หอพักที่บางคล้า หรือ การตัดสินใจแต่งงานเมื่อเกิดการตั้งครรภ์ เป็นต้น

เรียบ ศรีทอง (2542, หน้า 5) อธิบายว่า พฤติกรรมคือการกระทำของมนุษย์อาจสังเกตเห็นได้ชัดเจน ได้แก่ การกระทำทางกาย เช่น การยืน เดิน นั่ง นอน การทำงาน หรือ การใช้ร่างกายดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เป็นต้น เรียกว่า “กายกรรม” และการกระทำทางวาจา ได้แก่ การพูดสนทนา การทักทาย การติดต่อสื่อสาร หรือ การใช้ภาษาด้านอื่น ๆ เรียกว่า “วจีกรรม” ส่วนการกระทำที่ซับซ้อนมากขึ้นยากต่อความเข้าใจ ต้องติดตามสังเกต วิเคราะห์ ตีความ และประเมินค่าเป็นการกระทำทางใจ เช่น การคิด การเรียนรู้ เป็นต้น

สรุปได้ว่า พฤติกรรม คือ การกระทำของบุคคลในทุกลักษณะทั้งที่เป็นโดยธรรมชาติทางสรีระและที่จงใจกระทำ การกระทำทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัวเป็นการกระทำที่สังเกต ประเมิน หรือวัดได้ โดยใช้ประสาทสัมผัสธรรมดาหรือใช้เครื่องมือช่วยในการสังเกต เช่น การคิด อารมณ์ กระบวนการใช้เหตุผล การจำ เป็นต้น

ความเป็นมาและพัฒนาการของการศึกษาจิตวิทยา

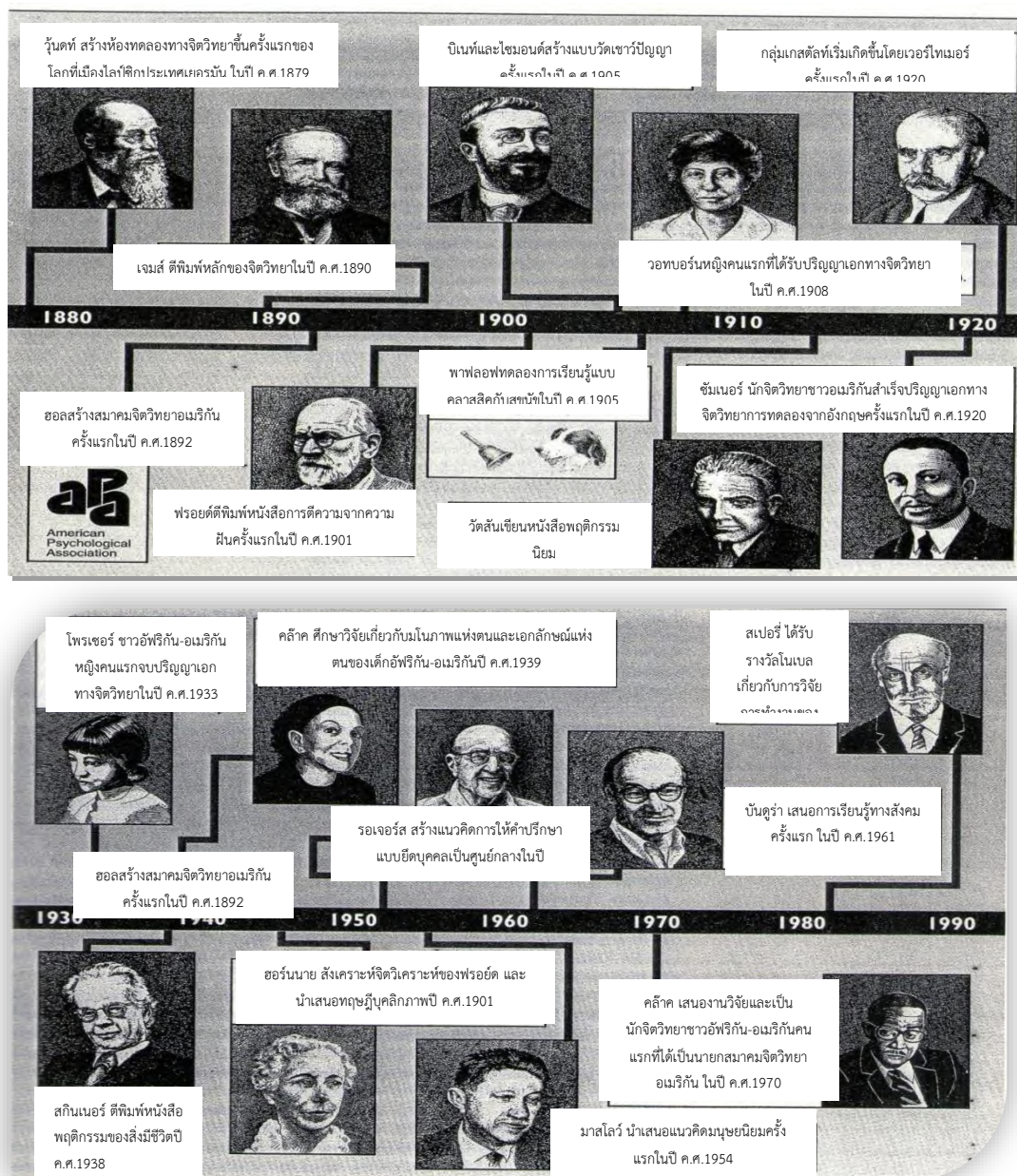
ความเป็นมาของการศึกษาจิตวิทยา

การศึกษาจิตวิทยาหรือพฤติกรรม มีประวัติความเป็นมาอันยาวนานนับแต่สมัยก่อนคริสต์ศตวรรษ โดยเป็นเนื้อหาส่วนหนึ่งของวิชาปรัชญา ยังมิได้แตกตัวเป็นรายวิชาหนึ่งต่างหากเช่นปัจจุบัน ดังที่ แฟรงค์ เจ.บรูโน (Bruno, 1980, p. 17 อ้างถึงใน ปรานี รามสูตร, 2545, หน้า 11)

ได้กล่าวถึงนักปรัชญาโบราณหลายท่านที่มีบทบาทต่อการบุกเบิกจิตวิทยา แนวทัศน์ของปราชญ์หลายท่านเหล่านั้นยังเป็นที่กล่าวถึงและ มีส่วนเกี่ยวข้องกับเนื้อหาจิตวิทยาในปัจจุบันนี้ ไม่ว่าจะเป็นเพลโต (Plato) อริสโตเติล (Aristotle) โทมัส อาควินัส (Thomas Aquinas) เซนต์ ออกัสติน (St. Augustine) เรเน่ เดส์คาร์ตส์ (Rene Descartes) หรือแม้กระทั่ง จอห์น ลอค (John Locke) ได้กล่าวถึงความหมายของ “จิตวิทยา” แล้วว่า จิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์สาขาหนึ่งที่มุ่งศึกษาเรื่องราวทั้งหมดที่เกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลคำจำกัดความนี้เป็นคำจำกัดความที่สมัยใหม่ใช้กันมากที่สุดในปัจจุบัน โดยเริ่มใช้เมื่อปลายคริสต์ศตวรรษที่ 19 นี้เอง การทราบความหมายของจิตวิทยาแต่ละสมัยจะช่วยให้เข้าใจความเป็นมาของจิตวิทยาในแต่ละสมัยได้ดีขึ้น

จิตวิทยา เป็นคำที่แปลมาจากภาษาอังกฤษว่า psychology คำนี้เริ่มใช้ครั้งแรกเมื่อ ค.ศ. 1590 โดยรากศัพท์มาจากภาษากรีก 2 คำคือ ไซคี (psyche) แปลว่า วิญญาณ หรือจิต และ โลโกส (logos) แปลว่า ศึกษาหรือความรู้ หรือศาสตร์ เมื่อรวมกัน คำว่าจิตวิทยาจึงหมายถึง ศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับวิญญาณ (psychology is a science of soul) ที่ใช้ชื่อดังนี้ เพราะมีการศึกษาเริ่มแรกในหมู่นักปรัชญาชาวกรีก คือ เพลโต (427-347 ก่อนคริสต์ศักราช) และ อริสโตเติล (384-322 ก่อนคริสต์ศักราช) เน้นศึกษาเรื่องจิตและวิญญาณได้แต่งตำราเกี่ยวกับวิญญาณขึ้น ชื่อ เดอ อานีมา (De Anima) จัดว่าเป็นตำราจิตวิทยาเล่มแรกของโลก

ผลงานอื่น ๆ ที่เป็นตำราจิตวิทยาของ ได้แก่ หนังสือชื่อจิตวิญญาณ (concerning the soul) และความทรงจำ (concerning memory) โดยเน้นศึกษาที่เรื่องวิญญาณ ชาวกรีกโบราณเชื่อว่าวิญญาณมีจริงต่อมา จอห์น ลอค (John Locke, 1632-1704) นักปราชญ์ชาวอังกฤษ เป็นผู้บุกเบิกที่สำคัญอีกคนหนึ่ง เน้นศึกษาเรื่องจิตสำนึก (conscious mind) ซึ่งเป็นสภาพที่บุคคลรู้ตัวว่าเป็นใครกำลังคิดอะไรกำลังทำอะไร ฯลฯ มีคำอธิบายพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างทันสมัย และมีความเชื่อว่ากายและจิตแยกกันไม่ออก และจิตของมนุษย์จะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม สิ่งแวดล้อมส่งผลให้บุคคลคิด แสดงออก หรือมีคุณสมบัติใดๆ แตกต่างกันไป และเชื่อว่าหากบุคคลอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีก็จะเสริมสร้างบุคคลให้ได้ดี ถ้าบุคคล อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดีก็จะทำให้ทำสิ่งที่ไม่ดีได้ง่าย โดยสรุปลำดับการเกิดทฤษฎีทางจิตวิทยา ดังภาพ 1.1 ดังนี้



ภาพที่ 1.1 ลำดับการเกิดทฤษฎีทางจิตวิทยาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1880- 1990
ที่มา (Baron, 1996, p. 6-7)

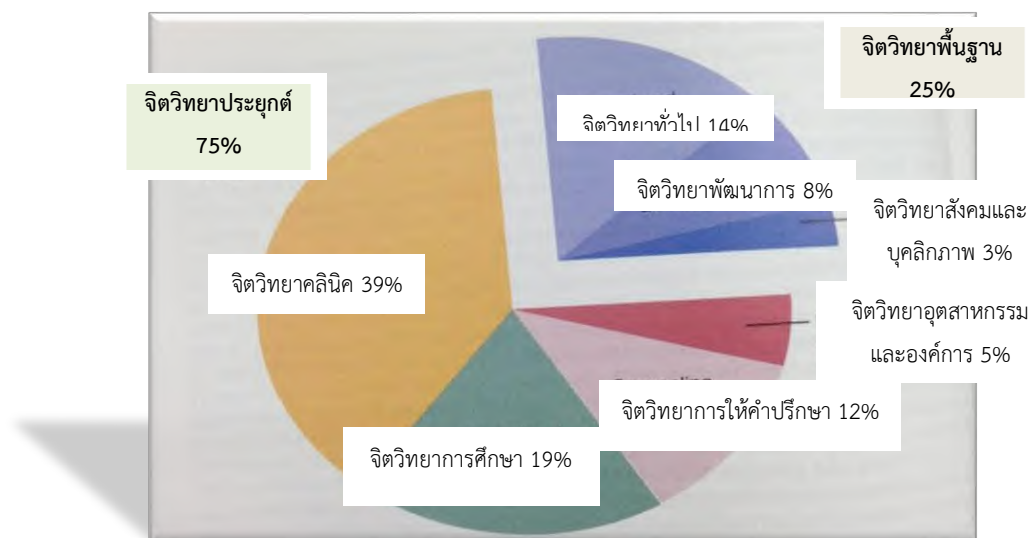
การศึกษาค้นคว้าทางจิตวิทยายุคหลัง ๆ รวมทั้งการให้คำจำกัดความของจิตวิทยาที่เปลี่ยนไป โดยการบุกเบิกของนักจิตวิทยายุคใหม่สำหรับสมัยนั้น เช่น จอห์น บี วัตสัน (John B. Watson, 1878-1958) กุสตาฟ เฟชเนอร์ (Gustav Fechner, 1801-1887) วิลเฮล์ม วันด์ท์ (Wilhelm Wundt 1872-1920) และจี.สแตนเลย์ ฮอล (G. Stanley Hall) ทิชเชนเนอร์ (B.E. Titchener 1867-1927) แคทเทล (James Cattell) และวิลเลียม เจมส์ (William James) ซึ่งจะ

ได้กล่าวถึงผลงานบางประการของท่านเหล่านี้ ที่มีอิทธิพลต่อศาสตร์ทางจิตวิทยาในปัจจุบันพอสมควร ดังนี้

กุสตาฟ เฟชเนอร์ (ค.ศ. 1801-1887) นักฟิสิกส์และนักปรัชญาชาวเยอรมัน ผู้บุกเบิกที่สำคัญอีกคนหนึ่งของจิตวิทยาได้ทำการศึกษาทดลองเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและการสัมผัส เฟชเนอร์ อธิบายว่าจิตใจของมนุษย์จะเปลี่ยนแปลงได้ก็ต่อเมื่อมีสิ่งเร้าภายนอกมากระตุ้นให้มีความสำคัญกับสิ่งเร้าภายนอกตัว ปฏิกริยาทางร่างกายอันมีผลต่อจิตใจ

จอห์น บี วัตสัน (ค.ศ. 1878-1958) เป็นนักจิตวิทยาชาวอเมริกันที่ได้ชื่อว่าเป็น “บิดาจิตวิทยาแนวใหม่” เป็นผู้ที่ทำให้คำจำกัดความของจิตวิทยาว่าเป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม (psychology is a science of behavior) วัตสันเป็นผู้นำของนักจิตวิทยาในกลุ่มพฤติกรรมนิยม เชื่อว่าจิตไม่มีตัวตน ถ้าอยากทราบจิตของใครก็ต้องศึกษาจากพฤติกรรมของคนนั้น ๆ เพราะพฤติกรรมก็คือการแสดงออกของจิตซึ่งเราสามารถสังเกตหรือใช้เครื่องมือวัดได้จากแนวคิดที่เกี่ยวกับวิธีศึกษาเช่นนี้ จึงบุกเบิกให้วิชาจิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์ โดยเลิกวิธีศึกษาแบบนั่งคิดนั่งเขียนอยู่กับที่ (armchair method) เป็นการศึกษาโดยมีการเก็บข้อมูลจากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก แล้วนำข้อมูลนั้น ๆ มาแปลความหมายอย่างมีระเบียบโดยใช้วิธีการทางสถิติเข้าช่วย

วิลเฮล์ม วุนด์ท์ (ค.ศ. 1832-1920) นักชีววิทยาและนักจิตวิทยาชาวอเมริกัน เป็นอีกผู้หนึ่งที่สนใจเรื่องการสำรวจตนเองและโครงสร้างการทำงานของจิตเมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์ และได้รับการยกย่องว่าเป็น “บิดาแห่งจิตวิทยาการทดลอง” ซึ่งตั้งห้องทดลองทางจิตวิทยาขึ้นเป็นแห่งแรกของโลกที่ประเทศเยอรมันเมื่อ ค.ศ. 1879 โดยทำการทดลองเกี่ยวกับเรื่องจิตสำนึก การรับสัมผัสทางตา ความจำ และความตั้งใจ ผู้ร่วมงานมีหลายคนที่มีชื่อเสียง เช่น จี. แสตนเลย์ ฮอลล์ (G. Stanley Hall) กุสตาฟ เฟชเนอร์ (Gustav Fechner 1801-1887) และ เจมส์ เอ็ม. แคทเทล (James M. Cattell) และเนื่องจากปี ค.ศ. 1879 เป็นปีแรกที่มีห้องทดลองทางจิตวิทยา จึงถือกันว่าเป็นปี ค.ศ. 1879 นี้เป็นปีแรกเริ่มของจิตวิทยาในฐานะเป็นวิทยาศาสตร์ แขนงหนึ่งซึ่งช่วยให้ความรู้ด้านพฤติกรรมอย่างกว้างขวาง และมีความเป็นวิทยาศาสตร์มากขึ้น ช่วยให้คำอธิบายพฤติกรรมมีเหตุมีผลและขยายตัวก้าวหน้าในวงการต่าง ๆ มากขึ้น โดยมีคำร้อยละของจิตวิทยาพื้นฐานร้อยละ ดังภาพที่ 1.2 ดังนี้



ภาพที่ 1.2 คำร้อยละการนำจิตวิทยาไปใช้
ที่มา (Lahey, 2002, p. 16)

จากที่กล่าวมาและภาพที่ 1.2 สรุปได้ว่า คำร้อยละของจิตวิทยาพื้นฐาน ร้อยละ 25 และจิตวิทยาประยุกต์มากถึงร้อยละ 75 และมีแนวโน้มมากขึ้นเรื่อย ๆ จะเห็นได้ว่าจิตวิทยาถูกนำมาประยุกต์ใช้มากขึ้นในการรักษาทางคลินิก ด้านการจัดการศึกษา ด้านการให้คำปรึกษา และด้านอุตสาหกรรมจะเห็นว่าแนวโน้มนำจิตวิทยามาประยุกต์ใช้จะเพิ่มมากขึ้น กล่าวได้ว่าเป็นยุคทองของการศึกษาพฤติกรรมทำให้ศาสตร์ทางพฤติกรรมก้าวหน้ามาถึงปัจจุบัน ซึ่งได้มีการศึกษาค้นคว้ากันอย่างแพร่หลาย ที่กล่าวมาเป็นการแสดงความเป็นมาของจิตวิทยาโดยนำแนวคิดบางส่วน ของนักจิตวิทยาที่สำคัญเกี่ยวกับให้ความหมายของจิตวิทยาและจุดเน้นในการศึกษาของแต่ละยุคมาเรียงไว้โดยมีเป้าหมายเพื่อให้นักศึกษาเกิดความเข้าใจความเป็นมาของการศึกษาพฤติกรรมในภาพรวมโดยสังเขป

พัฒนาการของการศึกษาพฤติกรรม

พัฒนาการความเป็นมาของจิตวิทยา สามารถแบ่งยุคแห่งการพัฒนาทางจิตวิทยาได้ 2 ยุค เฟลด์แมน (Feldman, 1994, p. 13) สรุปดังนี้

1. ยุคก่อนที่จิตวิทยาจะเป็นวิทยาศาสตร์ (prescientific) คือ เป็นยุคปรัชญาเริ่มตั้งแต่สมัยแนวคิดของนักปรัชญาชาวกรีก ได้แก่ เฟลโต (Plato) หรือ อริสโตเติล (Aristotle) ที่ได้กล่าวถึงปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์เป็นต้นมา จนถึงกลางคริสต์ศตวรรษที่ 19

2. ยุคที่จิตวิทยาได้รับการยอมรับว่าเป็นวิทยาศาสตร์ (scientific) คือ เริ่มตั้งแต่ วิลเฮล์ม วุนท์ (Wilhelm Wundt) ได้สร้างห้องทดลองหรือห้องปฏิบัติการทางจิตวิทยาขึ้นเป็นครั้งแรกของโลก ที่เมืองไลพ์ซิก (Leipzig) ประเทศเยอรมัน ในปี ค.ศ.1879 ดังภาพที่ 1.3 ดังนี้



ภาพที่ 1.3 ห้องทดลองทางจิตวิทยาแห่งแรกของโลกในปี ค.ศ. 1879
ที่มา (Feldman, 1994, p. 13)

สรุปได้ว่า ก่อนคริสต์ศตวรรษที่ 19 จิตวิทยาคือวิชาที่ว่าด้วยการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องวิญญาณหรือ ความในใจของสิ่งมีชีวิต แต่หลังคริสต์ศตวรรษที่ 19 จิตวิทยานั้นเป็นวิชาที่ว่าด้วยการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับพฤติกรรมต่าง ๆ ของสิ่งมีชีวิต โดยในปัจจุบันมีนักวิชาการหลายท่านกล่าวตรงกันว่าจิตวิทยา เน้นศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์เป็นหลักและได้รับการยอมรับว่าเป็นศาสตร์ที่มีประโยชน์ต่อสังคมในทุกสาขาอาชีพ รวมถึงการจัดการเรียนรู้ในปัจจุบัน

องค์ประกอบของพฤติกรรมและความเป็นมนุษย์

องค์ประกอบของพฤติกรรม

ครอนบาค (Cronbach, 1963, p. 68-70 อ้างถึงใน เรียม ศรีทอง, 2542, หน้า 6) กล่าวว่า องค์ประกอบสำคัญของพฤติกรรมมนุษย์ประกอบด้วย 7 ประการ ได้แก่

1. มีเป้าหมายหรือความต้องการ (goal) เป็นจุดเริ่มต้นของพฤติกรรม
2. มีความพร้อม (readiness) เป็นความสามารถที่จำเป็นในการกระทำ
3. สถานการณ์ (situation) เป็นเหตุการณ์หรือโอกาสการกระทำกิจกรรม
4. การตีความ (interpretation) เป็นการพิจารณาวิธีการตอบสนอง
5. การตอบสนอง (response) เป็นการกระทำตามที่พิจารณาตัดสินใจ

6. ผลที่เกิดขึ้น (consequence) สิ่ง que ประจักษ์อาจสอดคล้อง หรือ ไม่สอดคล้องกับ ความคาดหวังก็ได้

7. ปฏิกริยาต่อความผิดหวัง (reaction to thwarting) เป็นกริยาที่เกิดขึ้นหลังจากไม่ สอดคล้องกับความประสงค์ จึงต้องกลับไปตีความใหม่เพื่อเลือกวิธีตอบสนองความต้องการให้ ประสบผลสำเร็จ อาจยอมรับผลที่เกิดขึ้น หรืออาจล้มเลิก หรือเปลี่ยนความต้องการเดิมไป

สรุปได้ว่า ทั้งพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายในมีความสัมพันธ์กัน โดยมีพฤติกรรมภายในเป็นตัวควบคุม หรือกำหนดพฤติกรรมภายนอกเป็นส่วนใหญ่ เช่น บุคคลมัก พูดหรือแสดงพฤติกรรมโดยสอดคล้องกับความรู้สึกนึกคิดภายใน ดังนั้น ถ้าต้องการศึกษาพฤติกรรม ภายในซึ่งเป็นเรื่องของจิตใจจะไม่สามารถศึกษาพฤติกรรมภายในได้โดยตรงต้องศึกษาจาก พฤติกรรมภายนอก เพื่อเป็นแนวทางไปสู่ความเข้าใจพฤติกรรมภายใน

องค์ประกอบของความป็นมนุษย์

แนวความคิดทางพุทธศาสตร์ มนุษย์มีองค์ประกอบสำคัญ สรุปดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2542, หน้า 16 อ้างถึงใน ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2545, หน้า 108-109) กล่าวว่า สำหรับชีวิตมนุษย์นั้น พุทธศาสตร์มองเห็นชีวิตและสิ่งทั้งหลายใน รูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มารวมกันเป็นตัวตนแท้ ๆ เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ที่มาประกอบกันเข้า ออกไปให้หมดก็จะได้ไม่พบตัวตนของสิ่งนั้นเหลืออยู่ ส่วนประกอบต่าง ๆ ของชีวิตอธิบายไว้หลาย แบบสุดแต่วัตถุประสงค์จำเพาะของความต้องการจะอธิบาย เช่น นามและรูป หรือนามธรรมกับ รูปธรรม ที่นิยมแบ่งในพระสูตรแบ่งแบบขั้น 5 (the five aggregates) ส่วนประกอบ 5 อย่างของ ชีวิตเรียกว่า เบญจขันธ์ ดังนี้

1. รูป (corporeality) ได้แก่ ส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรมทั้งหมด ร่างกายและพฤติกรรม ทั้งหมดของร่างกาย หรือสสารและพลังงานฝ่ายวัตถุ พร้อมทั้งคุณสมบัติ และพฤติกรรมต่าง ๆ ของ สสารพลังงานเหล่านั้น

2. เวทนา (feeling หรือ sensation) ได้แก่ ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจาก ผัสสะทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 และทางใจ

3. สัญญา (perception) ได้แก่ ความกำหนดได้ หรือหมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการ เครื่องหมายลักษณะต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำารมณ (object) นั้น ๆ ได้

4. สังขาร (mental formations หรือ volitional activities) ได้แก่ องค์ประกอบหรือ คุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งแต่จิตให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลาง ๆ ประจุแต่งตาม ความคิด และการแสดงออกทางกาย วาจา ให้เป็นไป เป็นที่มาของกรรม เช่น ศรัทธา สติ

หิริโอตตปปะ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ปัญญา โมหะ โทสะ โลภะ มานะ ทิฐิ อิสสา มัจฉริยะ เป็นต้น

5. วิญญาณ (consciousness) ได้แก่ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง 5 และการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ

สรุปได้ว่า มนุษย์ตามแนวเบญจขันธ์ มนุษย์เป็นกระแสที่มีความเคลื่อนไหวอย่างประสานสัมพันธ์ของขันธ์ 5 ประกอบด้วย รูปและนาม ได้แก่ ส่วนที่เป็นร่างกาย เกิดจากการรวมตัวของธาตุ 4 ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ส่วนจิต ประกอบด้วย เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ โดยขันธ์ 5 นี้ ดำเนินไปตามกฎธรรมชาติ ที่เรียกว่า “ไตรลักษณ์” ได้แก่ สภาวะอนิจจัง ความไม่เที่ยงแท้ ภาวะทุกข์ ความทนอยู่ไม่ได้ และภาวะอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ภาวะการณใดจะเกิดขึ้นได้เนื่องจากความพร้อมของปัจจัย มนุษย์มีความโน้มเอียงที่จะสนองความต้องการทางรูป รส กลิ่น เสียง ความต้องการดำรงชีวิตอยู่ต่อไป มีความยึดถือ ความเข้าใจ หรือ ความเชื่อ และมีความหลงผิด ไม่เข้าใจถึงความสัมพันธ์ตามหลักธรรมชาติ อย่างไรก็ตาม แนวทางพุทธศาสนา เชื่อว่า มนุษย์สามารถฝึกหัดพัฒนาจนเป็นผู้มีปัญญารู้แจ้งสมบูรณ์

แนวความคิดทางปรัชญามนุษย์มีองค์ประกอบสำคัญ สรุปดังนี้

ปราณี รามสูต (2545, หน้า 7) กล่าวว่า จอห์น ลอค (John Locke, 1632-1704) ปราชญ์ชาวอังกฤษเป็นผู้บุกเบิกสำคัญผู้หนึ่ง ศึกษาเรื่องจิตสำนึก (conscious) ซึ่งเป็นสภาพที่บุคคลรู้ตัวว่าคือใคร กำลังคิดอะไร กำลังทำอะไร ฯลฯ คำอธิบาย ของท่านค่อนข้างสมัยใหม่ เห็นว่า กายกับจิตแยกกันไม่ออก และจิตของคนเราจะเป็นอย่างไรย่อมขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม สิ่งแวดล้อมส่งผลให้คนเราคิด ทำ หรือ มีคุณสมบัติใด ๆ แตกต่างกัน หากอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีก็จะเสริมสร้างบุคคลให้ได้ดีได้ อธิบายวิวัฒนาการของการศึกษากายและจิต ดังนี้

ซิมบาร์โดและเกอร์ริก (Zimbardo & Gerrig, 1998, p. 106 อ้างถึงใน ปราณี รามสูต และจำรัส ดวงสุวรรณ, 2555, หน้า 31) ได้กล่าวถึง กาย และ จิต ไว้ว่า เดิมในสมัยกรีกโบราณแม้จะเน้นศึกษาเรื่องจิตภายในของมนุษย์ แต่ก็ยังเห็นว่ามนุษย์แบ่งภาคเป็น 2 ส่วน คือ กายและจิต ตัวอย่างผู้อธิบายเรื่องนี้ ได้แก่ เพลโต ซึ่งเรียกกลุ่มความเชื่อดังกล่าวว่ากลุ่มทวินิยม (dualism) คำว่า “ทวิ” หมายถึง “2” กลุ่มทวินิยม เห็นว่าจิตมีทำงานที่แยกจากสมอง บุคคลสำคัญในยุคต่อมาของกลุ่ม ทวินิยมคือ ปราชญ์ชาวฝรั่งเศสชื่อ เรเน เดส์คาร์ตส์ (Rene Descartes, 1596-1650) มุ่งศึกษาโครงสร้างทางชีววิทยาที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม เห็นว่าจิตอยู่ในสมอง จิตควบคุมกลไกของร่างกาย จากการศึกษาของเดส์คาร์ตส์ เป็นต้นมาส่งผลให้มีการศึกษาโครงสร้างร่างกายมนุษย์กันมาก ความรู้ค่อยคลี่คลายจนถึงยุคความเชื่อใหม่ที่เรียกว่า เอกนิยม (monism) ซึ่งกลุ่มนี้เชื่อว่ากายและจิตเป็นสิ่งเดียวกัน นักปรัชญาที่เชื่อเช่นนี้ ได้แก่ เจซี สมาร์ท (J.C. Smart, 1920) และเฮอร์

เบิร์ท ไฟเกิล (Herbert Feigl, 1981-1970) ทั้งสองท่านนี้ เห็นว่าความรู้สึกนึกคิดเป็นกระบวนการทำงานของเซลล์สมอง

ซึ่งสอดคล้องกับความเชื่อของโทมัส ฮอบส์ (Thomas Hobbes, 1588-1679) ที่เห็นว่ากิจกรรมทางจิตทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึก การรับรู้ การคิด อารมณ์ เป็นการทำงานของสมองทั้งหมด ซึ่งนับว่าเป็นความคิดสมัยใหม่ ซึ่งเมื่อมาถึงปัจจุบันเป็นที่ยอมรับว่ากายและจิตคือสิ่งเดียวกันและการพัฒนาจิตคือการพัฒนาพฤติกรรม เพราะจิตเป็นตัวควบคุมการกระทำหรือพฤติกรรมของมนุษย์ในแวดวง “ปรัชญาจิตวิทยา” (psychological philosophy) จำแนกได้เป็น 2 กลุ่มมนุษย์ประกอบด้วยส่วนที่เป็นร่างกายและจิตใจ ซึ่งคำอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างจิตใจและร่างกายนั้น คือกลุ่มที่เชื่อว่าจิตใจและร่างกายแยกจากกัน (dualism) แบ่งเป็น 3 ลัทธิ ดังนี้

1.1 ลัทธิปฏิสัมพันธ์ (interaction) มีความเชื่อว่าจิตใจเป็นผู้รับรู้และสั่งกาย ส่วนร่างกายเป็นเพียงกลไกในการปฏิบัติ โดยร่างกายและจิตใจจะมีปฏิสัมพันธ์กันอยู่เสมอ นักปรัชญาชาวฝรั่งเศสเป็น ผู้มีความเชื่อตามลัทธินี้ คือ เดส์คาร์ตส์ (Rene Descartes, 1596-1650)

1.2 ลัทธิคู่ขนาน (psychophysical parallelism) มีความเชื่อว่าจิตใจและร่างกายต่างก็มีอิสระไม่มีอิทธิพลต่อกัน ปรากฏการณ์ทางร่างกายและจิตใจจะเกิดขึ้นคู่ขนานกันไป เช่น ร่างกายถูกแมวกัดเป็นแผล เลือดไหล กระแสประสาทส่งความรู้สึกไปยังสมอง จิตใจก็รู้สึกเจ็บปวดตกใจ เป็นต้น

1.3 ลัทธิผลพลอยได้ (epiphenomenalism) มีความเชื่อว่า จิตใจเป็นผลพลอยได้จากการทำงานของร่างกาย โดยอธิบายว่าเมื่อเซลล์จำนวนมากมารวมกันระดับหนึ่งก็จะมีชีวิตแล้วมีจิตใจ จิตใจจึงเป็นผลของร่างกาย ดังนั้นเมื่อร่างกายดับไปจิตใจจึงดับไปด้วย

2. กลุ่มที่เชื่อว่าจิตใจและร่างกายเป็นสิ่งเดียวกัน (monism) แบ่งได้ 3 แนวคิด ดังนี้

2.1 ร่างกายคือสิ่งเดียวของมนุษย์ การกระทำของมนุษย์เป็นการทำงานของร่างกาย กระบวนการทางจิตใจเป็นการทำงานของระบบประสาทซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย ซึ่งฮอบส์ นักปรัชญาชาวอังกฤษ (Thomas Hobbes, 1588-1679) นำมาเผยแพร่ในนามของลัทธิสสารนิยม (materialism) เชื่อว่า โลกนี้เป็นโลกแห่งวัตถุที่มีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ ต้นกำเนิดของความรู้ได้จากประสบการณ์และการใช้เหตุผล และเชื่อว่า “มนุษย์ทุกคนล้วนทำเพื่อมุ่งไปสู่ผลประโยชน์ของตนเองทั้งสิ้น”

2.2 จิตใจและร่างกายเป็นสิ่งเดียวกัน การรับรู้ว่าเป็นจิตใจหรือร่างกายนั้นขึ้นอยู่กับมิติแห่งการรับรู้ เปรียบเทียบกับการมองเหรียญด้านหัวหรือด้านก้อยก็จะรับรู้ต่างกันนั่นเอง สปิโนซา (Baruch Spinoza, 1632-1677) นักปรัชญาชาวดัตช์ เป็นผู้ให้แนวคิดนี้ในชื่อของ ทฤษฎีสองด้าน (double-aspect theory)

2.3 จิตใจคือสิ่งเดียวของมนุษย์ การรับรู้สารต่าง ๆ เป็นการทำงานของจิตใจ หากไม่มีจิตใจการรับรู้สารย่อมไม่มีขึ้นได้ ถือเป็นลัทธิจิตนิยม (idealism) ข้อถกเถียงเรื่องจิตใจกับร่างกายว่าเป็นส่วนหนึ่งเดียวหรือเป็นสองส่วน ยังเป็นสิ่งที่ท้าทายต่อการพิสูจน์อยู่จนถึงปัจจุบัน

สรุปได้ว่า ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับว่ากายและจิตคือสิ่งเดียวกัน และการพัฒนาจิต คือการพัฒนาพฤติกรรม จิตควบคุมการกระทำหรือพฤติกรรมของมนุษย์

จุดมุ่งหมายและความสำคัญของการศึกษาจิตวิทยา

จุดมุ่งหมายของการศึกษาจิตวิทยา

ลาเฮย์ (Lahey, 2004, p. 5) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการศึกษาจิตวิทยามี 4 ประการ ดังนี้

1. เพื่อเข้าใจ (understand) พฤติกรรมของบุคคลเราสามารถเข้าใจพฤติกรรมและกระบวนการทางจิตของมนุษย์ สามารถชี้แจงขยายความสิ่งที่เกิดขึ้น เนื่องจากการศึกษาที่มากพอ อย่างไรก็ตามทฤษฎีทางจิตวิทยาเป็นพื้นฐานส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจพฤติกรรม
2. เพื่อพยากรณ์ (predict) พฤติกรรมของบุคคล ในบางกรณีนักจิตวิทยาสามารถพยากรณ์อนาคตของผู้เรียนหรือผู้มารับคำปรึกษาได้ เช่น การใช้แบบทดสอบวัดความถนัดทางอาชีพและสามารถให้ข้อมูลงานและอาชีพที่ถนัดได้ เป็นต้น
3. เพื่อบรรยาย (describe) พฤติกรรมของบุคคล ช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมและกระบวนการทางจิตของบุคคล ตลอดจนความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้น จากพฤติกรรมด้วยวิธีทางวิทยาศาสตร์เป็นความรู้พื้นฐานที่ช่วยให้บุคคลเกิดความเข้าใจได้ เช่น การศึกษาพฤติกรรมทางเพศของนักศึกษาในการใช้ถุงยางอนามัย การติดเชื่อเอดส์ เป็นต้น
4. เพื่อชี้ให้เห็นแนวทางหรือควบคุม (influence) สุดท้ายนักจิตวิทยาต้องทำได้คือเพื่อนำไปสู่การวางแนวทางที่จะนำไปสู่พฤติกรรมไปในทิศทางที่จะเกิดประโยชน์สูงสุด

สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการศึกษาจิตวิทยาเพื่อทำความเข้าใจ เพื่อพยากรณ์เพื่อบรรยาย และเพื่อชี้ให้เห็นแนวทางการกระทำเพื่อที่จะนำไปสู่การพัฒนาให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและผู้อื่นได้พัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ จากที่ได้อธิบายพฤติกรรม ทำความเข้าใจพฤติกรรมและพยากรณ์พฤติกรรมแล้วเราจะช่วยผู้ปกครองให้ดูแลนักเรียนที่มักมีพฤติกรรมส่งเสียงดังโวยวายให้มีพฤติกรรมดีขึ้นได้อย่างไร แนวทางไหนที่จะช่วยให้นักเรียนเลือกเรียนตามอาชีพที่ถนัด เป็นต้น

ความสำคัญของจิตวิทยา

ความสำคัญของจิตวิทยา (Atkinson et al., 1993, p. 3 อ้างถึงใน ปราณี งามสุด, 2545, หน้า, 4-5) ดังนี้

1. จิตวิทยาช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง คือโดยธรรมชาติของมนุษย์นั้น มักให้ความสนใจตนเองมากกว่าผู้อื่น และอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับตนเอง การศึกษาจิตวิทยาซึ่งให้คำตอบเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ในแง่มุมต่าง ๆ จึงช่วยให้ผู้ศึกษานำไปเปรียบเทียบกับตนเองและเกิดความเข้าใจตนเองไปด้วย จากความเข้าใจตนเองดังกล่าวนี้ จะช่วยให้มนุษย์รู้จักยอมรับตนเอง และได้แนวทางในการจัดการกับตนเองอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น อาจจะเป็นการปรับทัศนคติในการเรียนรู้ หรือ เลือกเส้นทางชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง เป็นต้น

2. จิตวิทยาช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจผู้อื่น คือ ศาสตร์ทางจิตวิทยาซึ่งเป็นข้อสรุปธรรมชาติพฤติกรรมของคนที่อยู่รอบตัว นอกจากช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลทั่วไปแล้ว ยังเป็นแนวทางให้เข้าใจพฤติกรรมด้วย อาจจะเป็นบุคคลในครอบครัว กลุ่มเพื่อน หรือบุคคลภายนอก ความเข้าใจดังกล่าวส่งผลให้เกิดการยอมรับในข้อดี ข้อจำกัดของกันและกัน เพื่อช่วยให้มีการปรับตัวเข้าหากัน และยังช่วยการจัดการตัวบุคคลให้เหมาะสมกับงาน การเรียน กิจกรรมต่าง ๆ ได้ดีขึ้น

3. จิตวิทยาช่วยให้ได้แนวทางในการวางกฎเกณฑ์ทางสังคม คือกฎเกณฑ์ทางสังคม เช่น กฎหมายบ้านเมือง ระเบียบปฏิบัติ หรือแนวปฏิบัติบางประการมักเกิดขึ้นหรือถูกยกย่องขึ้นโดยอาศัยพื้นฐานความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติพฤติกรรมมนุษย์ เช่น จิตวิทยาซึ่งช่วยให้เกิดความเข้าใจในเรื่อง ความต้องการการยอมรับความต้องการสิทธิเสรีภาพและความเสมอภาคของคน ส่งผลให้กฎหมายว่าด้วยสิทธิมนุษยชน หรือการจัดให้มีวันเด็กแห่งชาติ ปีสากลสำหรับผู้สูงอายุ หรือเกิดองค์การบางลักษณะที่ทำงานในด้านการให้โอกาสที่เท่าเทียมกันสำหรับบุคคลบางกลุ่ม หรือสำหรับผู้ด้อยโอกาสบางประเภท

4. จิตวิทยาช่วยบรรเทาปัญหาพฤติกรรมและปัญหาสังคม คือ ความรู้ ทางจิตวิทยาในบางแง่มุมช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจในอิทธิพลของสิ่งเร้าและสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการหล่อหลอมบุคลิกภาพบางลักษณะ เช่น ลักษณะความเป็นหญิง ลักษณะความเป็นชาย ลักษณะเพศทางเลือกรวมไปถึงอิทธิพลของสื่อมวลชน รายการโทรทัศน์ที่ส่งผลให้เด็กเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว หรือเกิดความเชื่อที่ผิด หรือ เกิดการลอกเลียนแบบพฤติกรรมไม่เหมาะสม ซึ่งมีผลกระทบต่อการทำงานเชิงลบ ฯลฯ เป็นต้น จากความเข้าใจดังกล่าวไปสู่การคัดเลือกสิ่งที่น่าสนใจทางสื่อมวลชนให้เป็นไปในทางสร้างสรรค์ เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมของเด็กและผู้ใหญ่ในสังคมอย่างเหมาะสม

5. จิตวิทยาช่วยเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ เนื่องจากจิตวิทยามีผลต่อชีวิต และมีผลต่อสังคมในหลายแง่มุมดังที่ได้กล่าวมานี้ จึงจัดเป็นอีกวิชาหนึ่งที่นำศึกษาสำหรับนักศึกษาทุก

สาขาวิชาและบุคคลทั่วไป โดยศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่แท้จริง แล้วนำไปประยุกต์ใช้ทั้งชีวิตส่วนตัวและ การทำงานในอาชีพสาขาต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับผู้สอนต้องเรียนรู้ให้เกิดความเข้าใจศาสตร์จิตวิทยาอย่างถ่องแท้ อีกทั้งต้องพยายามนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

สรุปได้ว่า บุคคลถ้าขาดความรู้ความเข้าใจในจิตวิทยา อาจกล่าวได้ว่า การดำรงชีวิตอาจจะไม่ราบรื่น มักปรากฏในข่าว หรือในละคร ดังนั้นการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น จะช่วยบรรเทาปัญหาในการอยู่ร่วมกัน ช่วยให้ได้แนวทางการอยู่ร่วมกัน อันจะนำมาซึ่งการเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิตอีกหนทางหนึ่ง

แนวความคิดของกลุ่มจิตวิทยา

กลุ่มแนวคิดของจิตวิทยา (perspectives in psychology) (ปราณี รามสูต และจำรัส ต้วงสุวรรณ, 2555, หน้า 12) อธิบายว่า มีหลายกลุ่ม เช่น แอตคินสันและคณะ (Atkinson et.al 1993, p. 33) แต่ละกลุ่มมีชื่อต่าง ๆ กันตามการให้เหตุผลที่ต่างกันเกี่ยวกับที่มาของพฤติกรรม พฤติกรรมของมนุษย์มีหลากหลายทั้งประเภทและที่มา จึงควรศึกษาแนวคิดของทุกกลุ่ม เพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมให้ได้มากที่สุดและเพื่อเป็นช่องทางในการนำแนวคิดไปใช้ ทั้งยังช่วยให้ทำการศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเองต่อไป นักจิตวิทยาในแต่ละกลุ่มที่มารวมกันเป็นกลุ่มเนื่องจากทุกคนต่างเห็นตรงกันในเรื่องหลักการ และวิธีการศึกษาพฤติกรรมและความสนใจ เช่นนำมาเสนอ 6 กลุ่มจิตวิทยา ได้แก่ กลุ่มโครงสร้างนิยม กลุ่มหน้าที่นิยม กลุ่มพฤติกรรมนิยม กลุ่มเกสตัลท์ กลุ่มจิตวิเคราะห์ และกลุ่มมนุษยนิยม เพื่อให้เห็นช่องทางในการนำแนวคิดของแต่ละกลุ่มไปใช้ ทั้งยังอาจช่วยให้เห็นช่องทางขยายขอบเขตการศึกษาให้กว้างขวางขึ้น ตามความสนใจ โดยกล่าวถึงผู้นำ และการนำแนวคิดของนักจิตวิทยาแต่ละกลุ่มโดยสังเขป

1. กลุ่มโครงสร้างนิยม (structuralism) ผู้นำที่สำคัญ เช่น วิลเฮม วุนท์ (Wilhelm Wundt, 1832-1920) เอ็ดเวิร์ด บี. ทิชเชเนอร์ (Edward B. Titchener, 1867-1927) และ กุสตาฟ เฟชเนอร์ (Gustav Fechner -1887) เป็นต้น



ภาพที่ 1.4 วิลเฮล์ม วุนท์
ที่มา (Lahey, 2004, p. 7)

นักจิตวิทยาซึ่งเป็นผู้นำคนสำคัญ คือ วิลเฮล์ม วุนท์ (Wilhelm Wundt, ค.ศ. 1832 - 1920) กลุ่มนี้ศึกษาโครงสร้างทางจิต เพราะเชื่อว่าจิตของมนุษย์ (mental elements) ประกอบด้วย 3 ส่วนได้แก่ 1) การรู้สึกสัมผัส (sensation) ทางกาย 2) ความรู้สึก (feeling) และ 3) จินตนาการ (imagination) เป็นส่วนของความคิด ซึ่งเราสามารถศึกษาจิตได้โดยใช้วิธีพินิจภายใน (introspection) โดยให้บุคคลพยายามสังเกตพฤติกรรมของตนเอง แล้ววิเคราะห์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะที่มีสิ่งเร้ามากระทบแล้วรายงานออกมา ซึ่งแนวคิดนี้ได้ถูกวิพากษ์วิจารณ์ว่า ไม่ใช่กระบวนการวิทยาศาสตร์ เพราะใช้วิธีการรายงานความรู้สึกและประสบการณ์ของตน ไม่ได้ใช้วิธีการวัดอย่างเป็นปรนัย (objective measurement)

2. กลุ่มหน้าที่นิยม (functionalism) มีผู้นำที่สำคัญ เช่น วิลเลียม เจมส์ (William James, 1832-1910) และ จอห์น ดิวอี้ (John Dewey, 1859-1952) เป็นต้นนักจิตวิทยาซึ่งเป็นผู้นำคนสำคัญ คือ วิลเลียม เจมส์ (William James) กลุ่มหน้าที่นิยม มุ่งศึกษาว่าจิตทำงานอย่างไร โดยกลุ่มนี้มีความเชื่อว่าการทำงานของจิตเป็นภาวะที่ไม่มีการหยุดนิ่ง และมีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมตลอดเวลา จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) ได้แสดงแนวคิดที่สำคัญ และมีชื่อเสียงไปทั่วโลก คือ “การเรียนรู้เกิดจากการกระทำ” (learning by doing)



ภาพที่ 1.5 วิลเลียม เจมส์
ที่มา (Lahey, 2004, p. 9)

โดยสนใจการทำงานของจิตโดยเฉพาะในเรื่องการเรียนรู้การรับรู้ของมนุษย์เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมโดยตรงเกิดจากการที่มนุษย์ลงมือปฏิบัติ จะช่วยให้มนุษย์มีประสบการณ์มากขึ้น นอกจากนี้ จอห์น ดิวอี้ ยังเชื่อว่า สิ่งสำคัญที่ทำให้มนุษย์ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เหมาะสมหรือไม่ ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ (experience) ส่วนวิลเลียม เจมส์ เชื่อว่า สัญชาตญาณ เป็นส่วนที่ทำให้มนุษย์สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ซึ่งถูกวิพากษ์วิจารณ์คัดค้านจากนักจิตวิทยาสมัยใหม่ว่าพฤติกรรมของมนุษย์โดยส่วนใหญ่มีสาเหตุ

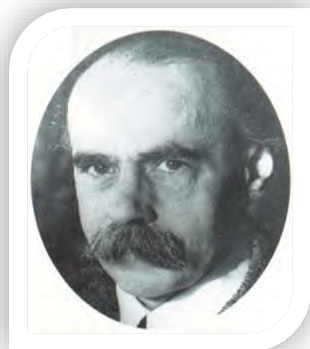
3. กลุ่มพฤติกรรมนิยม (behaviorism) มีผู้นำที่สำคัญ เช่น จอห์น บี. วัตสัน (John B. Watson, 1878-1958) อีแวน พี. พาฟลอฟ (Ivan P. Pavlov, 1849-1936) เบอร์ริส เอฟ. สกินเนอร์ (Burrhus F. Skinner, 1904-1990) เอ็ดเวิร์ด ซี. ทอลแมน (Edward C. Tolman, 1886-1959) คลาร์ก แอล. ฮัล (Clark L. Hull, 1884-1959) และ เอ็ดเวิร์ด แอล. ธอร์นไดค์ (Edward L. Thorndike, 1874-1949) นักจิตวิทยาซึ่งเป็นผู้นำคนสำคัญคือ จอห์น บี. วัตสัน (John B. Watson) ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาชาวอเมริกัน โดยกลุ่มนี้มีจุดมุ่งหมายในการศึกษาจิตวิทยา เพื่อปรับปรุงเนื้อหาสำคัญของจิตวิทยาให้ได้มาตรฐานเดียวกันกับวิทยาศาสตร์แขนงอื่น ๆ วัตสันเน้นการศึกษาพฤติกรรมเป็นการลดบทบาทความสำคัญของจิตใจ วัตสันได้ชื่อว่าเป็น “บิดาแห่งจิตวิทยาแนวใหม่”



ภาพที่ 1.6 จอห์น บี. วัตสัน
ที่มา (Lahey, 2004, p. 12)

ศึกษาค้นคว้าการเกิดและ การอธิบายพฤติกรรม มุ่งเน้นเฉพาะพฤติกรรมที่สังเกตได้เท่านั้น วิธีการศึกษาของส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาในห้องปฏิบัติการทดลอง และมุ่งเน้นว่าอะไรเป็นองค์ประกอบที่ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างพฤติกรรมของสัตว์กับมนุษย์ ซึ่งเป็นการศึกษาที่เป็นปรนัยมีการวิเคราะห์พฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ นอกจากนี้ นักจิตวิทยาท่านอื่น ๆ ที่อยู่ในกลุ่มแนวคิดนี้ คือ พาฟลอฟ และนักจิตวิทยาที่ได้ขยายแนวคิดของวัตสันออกไป จนกลายเป็นแนวคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยมสมัยใหม่คือ สกินเนอร์ และ ธอร์นไดค์

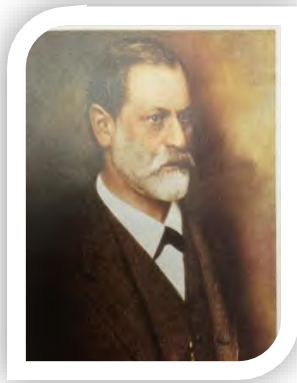
4. กลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt) ผู้นำที่สำคัญ เช่น แมกซ์ เวอร์ไทเมอร์ (Max Wertheimer, 1880-1943) เคอร์ท คอฟก้า (Kurt Koffka, 1886-1941) เคอร์ท เลอวิน (Kurt Lewin, 1890-1947) และ วูล์ฟแกง โคเลอร์ (Wolfgang Kohler, 1887-1968) นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่เป็นชาวเยอรมันเชื้อสายยิว เกิดในสมัยเดียวกับกลุ่มพฤติกรรมนิยม เกสตัลท์ (gestalt) เป็นศัพท์ภาษาเยอรมัน ตรงกับความหมายในภาษาอังกฤษว่า “as a whole” ซึ่งหมายถึง ส่วนรวมทั้งหมด (configuration) ของพฤติกรรม



ภาพที่ 1.7 แมกซ์ เวอร์ไทเมอร์
ที่มา (Coon & Mitterer, 2011, p. 27)

ดังนั้นแนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มนี้ คือ การรับรู้โดยองค์รวมนั้น มีความสำคัญมากกว่าผลบวกของส่วนย่อย และเน้นในเรื่องการรับรู้ (perception) และการหยั่งเห็น (insight) การรับรู้เป็นรากฐานของการเรียนรู้เกิดจากการแปลความหมายของสิ่งเร้าออกมาอย่างมีความหมาย โดยอาศัยความรู้หรือประสบการณ์เดิมการหยั่งเห็น เป็นการเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง เป็นผลที่เกิดจากการรับรู้ของบุคคลเป็นองค์รวมแล้วเกิดความคิดที่ปรากฏออกมาอย่างรวดเร็วเมื่อบุคคลเผชิญกับปัญหา

5. กลุ่มจิตวิเคราะห์ (psychoanalysis) ผู้นำที่สำคัญ เช่น ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud, 1856-1939) อัลเฟรด แอดเลอร์ (Alfred Adler, 1870-1937) และ คาร์ล จี. จุง (Carl G. Jung, 1875-1961) เป็นต้น นักจิตวิทยาซึ่งเป็นผู้นำคนสำคัญ คือ ซิกมันด์ ฟรอยด์ เป็นนักจิตวิทยาและจิตแพทย์ชาวยิว ลาเฮย์ (Lahey, 2004, p.14) กล่าวว่า กลุ่มนี้จัดเป็น “คลื่นลูกที่หนึ่ง” (the first force) ที่ก้าวออกมาจากจิตวิทยายุคเดิม และศึกษาการรักษาโรคต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับโรคประสาท วิธีการรักษาผู้ป่วยที่ฟรอยด์นิยมใช้ คือ การวิเคราะห์ทางจิต (psychoanalysis)



ภาพที่ 1.8 ซิกมุนด์ ฟรอยด์
ที่มา (Feldman, 2011, p. 19)

โดยใช้เทคนิคที่เรียกว่า การพูดระบายความคิดอย่างอิสระ (free association) เป็นเทคนิคที่ขอให้ผู้ป่วยพูดทุกอย่างทันทีที่มีอะไรผ่านเข้ามาในสมอง โดยนอนในท่าที่สบายบนโซฟาแล้ว ฟรอยด์จะจดสิ่งที่คนไข้เล่าออกมา

ฟรอยด์ได้แบ่งจิตของมนุษย์ มี 3 ระดับ (Lahey, 2004, p.13) ลาเฮย์สรุปไว้ดังนี้

จิตสำนึก (conscious mind) เป็นสภาพที่รู้ตัวว่าคือใคร อยู่ที่ไหน ต้องการอะไร การแสดงพฤติกรรมแสดงออกไปตามหลักเหตุผล สอดคล้องกับหลัก แห่งความเป็นจริง (principle of reality)

จิตใต้สำนึกหรือจิตกึ่งสำนึก (subconscious mind หรือ preconscious mind) เป็นจิตที่สะสมประสบการณ์ในสภาพที่เราไม่รู้ตัวในขณะนั้นแต่สามารถเรียกความทรงจำนั้นออกมาได้ และแสดงออกมาในจิตสำนึกได้ รวมถึงเป็นสภาพความทรงจำที่สะสมไว้ในลักษณะลางเลือน เช่น ความทุกข์ในอดีตถ้าไม่หวนคิดถึงก็อาจไม่รู้สึกรึอะไร แต่ถ้ามันกระทบเหตุการณ์นั้นที่ไรก็ทำให้รู้สึกทุกข์ทุกครั้งที่คิดถึง

จิตไร้สำนึก (dynamic unconscious) เลียเฮย์ (Leahey, 1987, p. 208-209) เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง เป็นส่วนของพฤติกรรมภายในที่บุคคลไม่รู้สึกรึตัว และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมากที่สุด ซึ่งฟรอยด์ให้ความสำคัญกับจิตส่วนนี้มากที่สุด เนื่องจากบุคคลพยายามเก็บกดไว้ จึงต้องเก็บกดไว้หรือพยายามจะลืมจนกระทั่งก็ลืมไปจริงๆ แต่ในความจริงแล้วเรื่องราวไม่ได้หายไปไหน ยังอยู่ในตัวในลักษณะจิตไร้สำนึกและผลักดันออกมาเป็นพฤติกรรมของมนุษย์ส่วนมาก ค้นพบจากการวิเคราะห์ ความฝัน (dreams) โรคประสาท (neuroses) ความผิดปกติทางพฤติกรรม

(behavioral errors) พลังทางเพศ (sexual energy) ความต้องการทางเพศหรือแรงขับทางเพศ (libido) รากฐานของกลไกทางจิตทุกชนิดที่ค้นพบได้จากการบำบัดล้วนมาจากจิตไร้สำนึก ฟรอยด์จะรับฟัง ถามและจดบันทึกสิ่งที่คนไข้พูดระบายออกมาโดยฟรอยด์จะนั่งอยู่ฝั่งเหนือศีรษะของคนไข้ ดังภาพที่ 1.9 ดังนี้



ภาพที่ 1.9 โซฟาในห้องให้คำปรึกษาของฟรอยด์ที่กรุงเวียนนาประเทศออสเตรีย
ที่มา (Morris, 1990, p. 565)

ลาเฮย์ (Lahey, 2004, p. 467) กล่าวว่า พลังส่วนที่สำคัญ ได้แก่ พลังทางเพศ ฟรอยด์ยังได้แสดงความเห็นเรื่องพลังจิต (psychic energy) ว่ามี 3 ส่วน ได้แก่ อิด (id) อีโก้ (ego) และซูเปอร์อีโก้ (super ego) ซึ่งทั้ง 3 ส่วนนี้เป็นแรงขับให้แสดงพฤติกรรมตามพลังนั้น ๆ แสดงการทำงานของจิตกับภาพก้อนน้ำแข็ง (iceberg) เปรียบกับโครงสร้างบุคลิกภาพของฟรอยด์ (Freud's model of personality structure) ดังภาพที่ 1.10 ดังนี้



ภาพที่ 1.10 ก้อนน้ำแข็ง (iceberg) เปรียบกับโครงสร้างบุคลิกภาพของ فروยด์
ทึมา (Lahey, 2004, p. 467)

อิด (id) เป็นส่วนที่ติดตัวมาโดยกำเนิด คือ แรงขับตามสัญชาตญาณ เป็นส่วนของจิตที่กระตุ้น ให้บุคคลแสดงพฤติกรรมตามหลักแห่งความพอใจ ถ้าบุคคลใดแสดงพฤติกรรมตามอิด คือ พฤติกรรมนั้น ๆ เพื่อสนองความต้องการของตนเอง เป็นส่วนหนึ่งของจิตใจที่ยังไม่ได้รับการขัดเกลา ส่วนใหญ่เป็นสัญชาตญาณ เช่น ความต้องการทางเพศ เป็นต้น

อีโก้ (ego) เป็นพลังส่วนที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้มาแล้ว เป็นส่วนหนึ่งของจิตใจที่อาศัยหลักของเหตุผลความจริง เป็นส่วนที่ควบคุมการแสดงพฤติกรรมของคน ๆ นั้นได้ดำเนินไปอย่างเหมาะสม ภายใต้อิทธิพลของอิดและซูเปอร์อีโก้จะทำให้ เกิดความขัดแย้งและก่อให้เกิดความทุกข์ ความขัดแย้งดังกล่าวมีวิธีหนึ่งที่เป็นทางออกคือ กลวิธีการป้องกันตนเอง (Freud's Defense Mechanisms) โดย อิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้

ซูเปอร์อีโก้ (super ego) เป็นพลังจากสังคมที่เกี่ยวกับหลักศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม อุดมคติในการดำเนินชีวิตที่เกิดจากการอบรม สั่งสอน เป็นพลังส่วนที่ควบคุมให้บุคคล แสดงพฤติกรรมสอดคล้องกับที่ได้เรียนรู้กฎเกณฑ์ วัฒนธรรม ความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ศีลธรรม ฟรอยด์ เชื่อว่าเป็นผลมาจากการอบรมเลี้ยงดูและ การเรียนรู้ ดังภาพที่ 1.11 ดังนี้



ภาพที่ 1.11 การอบรมสั่งสอนของผู้ปกครองช่วยพัฒนาซูเปอร์อีโก้ของเด็ก
ที่มา (Feldman, 2002, p. 415)

การใช้กลวิธานการป้องกันตนเอง (Freud's Defense Mechanisms)

เฟลด์แมน (Feldman, 2002, p. 417-418) กล่าวถึง แนวคิดของฟรอยด์ ว่าเมื่อคนเรา เกิดความขัดแย้ง การแก้ปัญหาโดยตรงอาจไม่ใช่ทางเลือกสำหรับทุกคนเสมอไป มีคนจำนวนมากที่ใช้ กลวิธานการป้องกันตนเอง ซึ่ง ฟรอยด์ เป็นคนแรกที่กล่าวถึงโดยใช้ชื่อว่า “defense mechanism” กลวิธานนี้เกิดจากกระบวนการของจิตไร้สำนึกในทางจิตวิทยา (unconscious psychological processes) ซึ่งบุคคลพัฒนาขึ้นมาเพื่อขจัดความคับข้องใจ ซึ่งอยู่บนพื้นฐานการ หลอกตนเอง (self-deception) บุคคลจะแก้ไขความคับข้องใจโดยอัตโนมัติซึ่งใช้อย่างไม่ตั้งใจอัน เกิดจากจิตไร้สำนึก เป็นทางออกของอีโก้ เป็นไปเพื่อรักษาหน้าและศักดิ์ศรี และ ซูเปอร์อีโก้ เน้นหลักศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม กลวิธานการป้องกันตนเองที่พบบ่อย เฟลด์แมน กล่าวว่า มี 8 ประเภท ดังนี้

1. การเก็บกด (repression) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ที่ทำให้เราสะเทือนใจ แต่เราก็พยายามเก็บกดหรือลืมอย่างสนิทจนไม่รู้ตัวในบางครั้ง (unconscious) บางครั้งเกิดกะทันหัน เช่น ลืมหน้าตาคนที่เคยทำให้เสียใจ เป็นต้น

2. การถดถอย (regression) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งที่มีพฤติกรรมย้อนหลังกลับไปอยู่ในสภาพก่อนที่จะได้รับความผิดหวัง หรือ การถูกกระทบกระเทือนจิตใจอย่าง

รุนแรง เช่น บุคคลที่แต่งงานแล้วต้องประสบกับปัญหาชีวิตจนต้องแยกทางกัน อาจจะมีพฤติกรรมเหมือนเมื่อตอนยังเด็กที่มีพ่อแม่พี่น้องดูแลเอาใจใส่ เป็นต้น

3. การย้ายอารมณ์ (displacement) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งที่มีการย้ายอารมณ์ไม่พอใจจากสิ่งหนึ่งไปยังสิ่งหนึ่ง เมื่อบุคคลหรือเหตุการณ์บางอย่างที่ทำให้รู้สึกไม่พอใจและจะโต้ตอบซึ่งไม่สามารถโต้ตอบโดยตรงได้ เพราะสิ่งนั้นหรือคนนั้นมีอำนาจมากกว่า จึงหันไปโต้ตอบหรือย้ายความโกรธไปยังสิ่งที่คิดว่าจะเป็นภัยกับน้อยกว่า เช่น ภรรยาโกรธสามีที่กลับบ้านช้าหันไปดุด่าและทำร้ายลูกแทน หรือโกรธกับหัวหน้ากลับมาทะเลาะกับภรรยาที่บ้าน เป็นต้น

4. การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (rationalization) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งโดยการหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง เป็นการหาเหตุผลข้าง ๆ เคียง ๆ แทนที่จะให้เหตุผลที่แท้จริงซึ่งทำให้ไม่สบายใจ เราทำเพื่อจะได้รู้สึกที่เราไม่เสียความภาคภูมิใจในตนเอง (self-esteem) และรู้สึกสบายใจ โดยปกติเรามักจะกระทำสิ่งที่ตนเองคิดว่ามีเหตุผล แต่ในบางครั้งเราก็อาจจะกระทำในสิ่งที่ไม่ค่อยจะถูกต้องนักหรือไม่มีเหตุผล แบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ องุ่นเปรี้ยว (sour grape) มะนาวหวาน (sweet lemon) ปัจจุบันพบว่าใช้บ่อย เช่น โทษเหตุการณ์หรือบุคคลอื่น ให้เหตุผลแบบห่วงเหนียวหรือผัดวันประกันพรุ่ง (procrastination) ใช้เหตุผลที่เป็นความจำเป็นขึ้นมาพูดแก้ตัว เช่น ชายหนุ่มจีบหญิงสาวไม่ได้แล้วให้เหตุผลว่าทัศนคติไม่ตรงกัน เป็นต้น

5. การปฏิเสธความจริง (denial) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งโดยการปฏิเสธความจริงหรือการไม่ยอมรับความจริง ที่ทำให้เราไม่สบายใจโดยการยอมรับหรือพูดกลบเกลื่อน เช่น ทำงานส่งไม่ทันตามที่อาจารย์กำหนดแต่พูดกับเพื่อน ว่าถึงเวลาก็มีส่งเอง เป็นต้น

6. การโทษผู้อื่น (projection) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งโดยการโทษผู้อื่นหรือสถานการณ์แทนซึ่งเป็นลักษณะที่บุคคลทั่วไปมักแสดงพฤติกรรมนี้เป็นประจำ เช่น นักศึกษาสอบตก โทษว่าอาจารย์สอนไม่เข้าใจ ห้องเรียนไม่เอื้อต่อการเรียน เป็นต้น

7. การทดแทน (sublimation) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งโดยการทดแทนลักษณะของการหาทางออก หรือแนวทางของการแสดงออกของแรงกระตุ้นที่สังคมไม่ยอมรับให้ออกมาในทิศทางที่สังคมยอมรับ เช่น เรียนไม่เก่ง จึงพยายามเป็นนักกีฬาทีมชาติแทน เป็นต้น

8. การแสดงพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกับความรู้สึก (reaction formation) เป็นกลวิธีในการป้องกันตัวเองหนึ่งโดยการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกับความรู้สึก เป็นการปรับตัวแบบหน้าไหวหลังหลอก เช่น ไม่ชอบอาชีพผู้สอนไม่ชอบสอน เป็นต้น

สรุปได้ว่า กลวิธีการป้องกันตัวที่ فروยด์ กล่าวไว้ ยังมีอีกแต่ เฟลด์แมน ยกมาเฉพาะที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ กลวิธีการป้องกันตนเอง เกิดจากกระบวนการของจิตไร้สำนึกในทางจิตวิทยา บุคคลพัฒนาขึ้นมาเพื่อขจัดความคับข้องใจ ซึ่งอยู่บนพื้นฐานการหลอกตนเอง บุคคลจะ

แก้ไขความคับข้องใจโดยอัตโนมัติซึ่งใช้อย่างไม่ตั้งใจอันเกิดจากจิตไร้สำนึก เป็นทางออกของ อีโก้
เป็นไปเพื่อรักษาหน้าและศักดิ์ศรี

ลำดับขั้นพัฒนาการทางบุคลิกภาพของฟรอยด์ (Freud's Stages of Personality Development) (Baron, 1996, p. 375-377)

ฟรอยด์ กล่าวว่า แรงขับทางเพศ (libido) มีผลต่อแต่ละส่วนของร่างกายที่แตกต่างกัน
ช่วงเวลาที่แตกต่างกัน (erogenous zones) แบ่งเป็น 5 ขั้น การตอบสนองความต้องการในแต่ละ
ขั้นที่ไม่เหมาะสม ทำให้เกิดการหยุดชะงักพฤติกรรมหรือการติดขั้น (fixation) ซึ่งมีผลทำให้มีความ
ผิดปกติทางพฤติกรรม (behavioral disorders) สรุปดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นปาก (oral stage) อยู่ในช่วงอายุประมาณแรกเกิดถึง 2 ปี ปาก คืออวัยวะ
เฉพาะที่สร้างความสุขอยู่กับการที่ได้ดูด กลืนอาหาร หรือการใช้กิจกรรมทางปากต่าง ๆ เช่น อม กัด
เป็นต้น ส่วนการติดขั้นนี้อาจจะทำให้พฤติกรรมเบี่ยงเบนคือ พุดมาก ชอบสูบบุหรี่ เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ขั้นทวารหนัก (anal stage) อยู่ในช่วงอายุประมาณ 2 ปี ถึง 3 ปี
ทวารหนัก คืออวัยวะเฉพาะที่สร้างความสุข การได้ขับถ่ายจึงทำให้เกิดความพึงพอใจ
การเคร่งครัดให้ขับถ่าย เป็นเวลาในช่วงนี้อาจทำให้เกิดความขัดแย้ง ส่งผลต่อการติดขั้น
นี้ อาจจะทำให้พฤติกรรมเบี่ยงเบนคือทำให้กลายเป็นคนเจ้าระเบียบ ยึดติดกับเวลา ก้าวร้าว เป็น
ต้น ดังภาพที่ 1.12 ดังนี้



ขั้นที่ 2 ขั้นทวารหนัก อวัยวะเฉพาะที่สร้างความสุขอยู่กับการที่ได้ขับถ่ายจึงทำให้เกิดความพึงพอใจ
การเคร่งครัดให้ขับถ่ายเป็นเวลาในช่วงนี้อาจทำให้เกิดความขัดแย้ง ส่งผลต่อการติดขั้นนี้

ภาพที่ 1.12 การฝึกขับถ่ายของเด็กขั้นที่ 2 ขั้นทวารหนักอยู่ในช่วงอายุ 2 ปี ถึง 3 ปี
ที่มา (Baron, 1996, p. 376)

ขั้นที่ 3 ขั้นอวัยวะเพศ (phallic stage) อยู่ในช่วงอายุประมาณ 3 ปี ถึง 7 ปี เรียกขั้นนี้ว่า ขั้นอวัยวะเพศ อวัยวะเฉพาะที่สร้างความสุขอยู่ที่การที่ได้จับต้อง จึงทำให้เกิดความพึงพอใจ ซึ่งเด็กจะมีความรู้สึกไวต่อการสัมผัสบริเวณนี้ ฟรอยด์อธิบายว่าในช่วงนี้เด็กชายจะพัฒนาปมออดิปัส (odipus complex) เด็กหญิงจะพัฒนาปมอิเล็กตรา (electra complex) ปมดังกล่าวคือ การที่เด็กมีความรักพ่อแม่ของตนที่เป็นเพศตรงกันข้าม กล่าวคือ เด็กชายรักแม่ และเด็กหญิงรักพ่อ พลังดังกล่าว มีความรุนแรงพอที่จะพัฒนาความรู้สึกต้องการครอบครองพ่อหรือแม่ที่ตนรักแต่ผู้เดียว โดยต้องการให้อีกฝ่ายถูกกำจัดไป ส่วนการติดขั้นนี้ อาจจะทำให้พฤติกรรมเบี่ยงเบน คือ ทำให้กลายเป็นคนรักและภาคภูมิใจในตนเองมากเกินไป หรือ กลัวสังคม เป็นต้น

ขั้นที่ 4 ขั้นแฝง (latency stage) อยู่ในช่วงอายุประมาณ 7 ปี ถึง 11 ปี เด็กจะเก็บกดความรู้สึก ความสนใจเกี่ยวกับเพศ และหันมาพัฒนาทางด้านสังคมและทักษะทางเชาว์ปัญญาแทน โดยเข้ากลุ่ม และเล่นกับเพื่อนเพศเดียวกันซึ่งช่วยสร้างความสุขมีอารมณ์ที่ดีขึ้นจากการผ่านขั้นที่ 3 มา และเพื่อก้าวไปสู่การพัฒนาบุคลิกภาพในขั้นต่อไป

ขั้นที่ 5 ขั้นความสุขจากเพื่อนต่างเพศ (genital stage) อยู่ในช่วงอายุประมาณ 11 ปี ถึงวัยผู้ใหญ่ ในช่วงนี้เด็กจะหันกลับมาสนใจเพศตรงข้าม เพื่อที่จะสร้างความสัมพันธ์ทางเพศอย่างแท้จริง ซึ่ง ฟรอยด์เชื่อว่า ปมขัดแย้งกับพ่อแม่ที่ไม่ได้รับการแก้ไข จะเกิดขึ้นอีกในช่วงวัยรุ่นและหากผ่านไปด้วยดีก็จะทำให้เด็กสามารถพัฒนาเป็นผู้ใหญ่ที่มีวุฒิภาวะในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพศตรงข้ามได้อย่างราบรื่น โดยสรุปทั้ง 5 ขั้น ดังภาพที่ 1.13 ดังนี้



ภาพที่ 1.13 ลำดับขั้นพัฒนาการทางบุคลิกภาพ 5 ขั้นของฟรอยด์ ที่มา (Baron, 1992, p. 491)

วัชร ทรัพย์มี (2556, หน้า 28-29) ได้อธิบายแนวคิดของ อัลเฟรด แอดเลอร์ (Alfred Adler) นักจิตวิทยากลุ่มฟรอยด์ยุคใหม่ ที่ไม่เห็นด้วยกับแนวคิดของฟรอยด์ที่ว่า เรื่องเพศเป็นปัญหาการปรับตัวของบุคคล มีแนวคิดว่าการที่บุคคลรู้สึกว่ามีปมด้อย (feeling of inferiority) จึงได้ใช้ความพยายามในชีวิตเพื่อให้เด่นขึ้น แต่วิธีไปสู่ความเด่นของแต่ละคนต่างกันจึงทำให้บุคลิกภาพต่างกัน เช่น บางคนใช้ความมานะพยายามไปสู่ความสำเร็จ แต่บางคนเมื่อเกิดความรู้สึกด้อยจะใช้กลวิธีการป้องกันตนเองแบบต่าง ๆ เพื่อลบเลือนความรู้สึกด้อย เช่น ฝันกลางวัน โทษผู้อื่น หนีความจริง อ้างเหตุผลเข้าข้างตนเอง และ แอดเลอร์เน้นกระบวนการแสวงหาความจริง (ego) มากกว่าการแสวงหาความสุขในชีวิต และเน้นการให้กำลังใจบุคคลให้เกิดความพยายามที่จะใช้ชีวิตไม่ใช่ว่ารู้สึกเป็นศัตรูกับสังคม โดยเป็นคนแรกที่เน้นเรื่องลำดับที่ในการเกิด (birth order) ลำดับที่การเกิดมีอิทธิพลสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพ ส่วน คาเรน ฮอร์นนาย (Karen Horney) มีความคิดเห็นตรงกับแนวคิดของฟรอยด์ที่ว่าวัยเด็กเป็นวัยที่สำคัญของชีวิต ครอบครัวมีอิทธิพลต่อชีวิตเด็ก ซึ่งคนแสวงหาความมั่นคงทางจิตใจ (need for security) ความวิตกกังวลเกิดจากการที่บุคคลขาดความมั่นคงทางจิตใจ โดยที่เขาได้ประสบการณ์จากความสัมพันธ์อันไม่มั่นคงระหว่างเขากับครอบครัว หรือ บุคคลแวดล้อม ซึ่งทำให้เกิดความคิดว่าบุคคลในโลก เป็นศัตรูต่อเขา และคุกคามเขา คนเราย่อมสร้าง “ตนในอุดมคติ” (ideal self) คนจะเกิดความเครียดซึ่งเมื่อ “ตนตามความเป็นจริง” (real self) ไม่ตรงกับ “ตนในอุดมคติ” คนจะเกิดความเครียดซึ่งจะหันไปใช้กลไกการป้องกันตนเองเพื่อขจัดความขัดแย้ง

สรุปได้ว่า แนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มจิตวิเคราะห์ช่วยให้เกิดความเข้าใจพลังผลักดันจากภายในตัวบุคคลซึ่งส่งผลให้บุคคลกระทำการในหลายลักษณะช่วยให้เห็นความผิดปกติของพฤติกรรม เข้าใจปัญหา และเป็นแนวทางในการบำบัดรักษา ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ การใช้กลไกการป้องกันตนเอง หรือใช้กลไกเป็นทางออกของอีโก้ เป็นไปเพื่อรักษาหน้าและศักดิ์ศรี และซูเปอร์อีโก้ เน้นหลักศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม อุดมคติ ในการดำเนินชีวิต เป็นพลังส่วนที่ควบคุมให้บุคคลแสดงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับหลักแห่งความเป็นจริงในสังคม การที่บุคคลจะใช้กลไกแบบใดย่อมขึ้นอยู่กับแรงกระตุ้น

6. กลุ่มมนุษยนิยม (Humanism) ผู้นำที่สำคัญ คาร์ล อาร์. รอเจอร์ส (Carl R. Roger, 1902-1987) และอับราฮาม เอช. มาสโลว์ (Abraham H. Maslow, 1908-1970) เป็นต้น

รอเจอร์สและมาสโลว์เป็นนักจิตวิทยาชาวอเมริกัน มีแนวคิดโดดเด่นออกไปจากกลุ่มจิตวิทยากลุ่มเดิมๆ ที่กล่าวมาแล้วทั้งหมด ได้ชื่อว่าเป็น “คลื่นลูกที่สาม” (third force) จากกลุ่มจิตวิเคราะห์ที่เป็น “คลื่นลูกที่หนึ่ง” (first force) และกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เป็น “คลื่นลูกที่สอง” (second force) ของจิตวิทยา กลุ่มจิตวิทยามนุษยนิยมนี้ให้ความสำคัญกับการเห็นคุณค่าและ

ศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ เนื่องจากมนุษย์ทุกคนมีศักยภาพพอที่จะพัฒนาตนเองและดูแลตนเองได้ จนถึงขั้นสูงสุดตามศักยภาพคือ การรู้จักและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (self-actualization) สิ่งเหล่านี้ไม่สามารถวัดได้ในเชิงวิทยาศาสตร์ เพราะยากต่อการวัดหรือ สร้างเครื่องมือขึ้นมาวัดโดยเฉพาะ



ภาพที่ 1.14 คาร์ล อาร์. รอเจอร์ส
ที่มา (Lahey, 2004, p. 13)

แนวคิดนี้มีความเชื่อว่ามนุษย์มีความไม่ไฝ่ดี เพราะต้องการพัฒนาตนเอง ในการเรียนรู้ให้สูงขึ้นตามศักยภาพของตน ดังนั้น จึงควรให้ความสนใจต่อความรู้สึกเชิงอัตนัยเพราะทำความเข้าใจในแง่ของเอกลักษณ์ได้ดีกว่า ซึ่งความรู้สึกตระหนักรู้แห่งสัญชาตญาณ (intuitive awareness) เป็นแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้ จะเน้นที่คุณค่า ศักดิ์ศรี ความดีงามของบุคคล คนทุกคนมีจิตใจ ต้องการความรักความเข้าใจ ต้องการที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองมีอิสระเสรี ซึ่งแตกต่างไปจากแนวคิดกลุ่มจิตวิเคราะห์ที่เชื่อว่าสัญชาตญาณ มีอิทธิพลต่อความคิดความรู้สึกและพฤติกรรม โดยเฉพาะสัญชาตญาณทางเพศ (sexual instinct) และความก้าวร้าว (aggressive) ที่มักขัดแย้งกับความต้องการทางสังคม ตามทฤษฎีของ فروยด์ เด็กได้รับการถ่ายทอดแนวโน้มของการแสดงความก้าวร้าว จากการฝังลึกอยู่ในจิตไร้สำนึก (dynamic unconscious) และพร้อมที่จะแสดงพลังนี้ออกมาในสถานการณ์ต่าง ๆ กลุ่มพฤติกรรมที่เน้นพฤติกรรมที่เกิดจากการกระตุ้นของสิ่งเร้าภายนอก (environment stimuli) หรือสิ่งเร้าภายใน (internal stimuli) อันได้แก่ ความต้องการทางชีวภาพ เป็นต้น กลุ่มมนุษย์นิยมนี้ไม่ยอมรับคำอธิบายทั้งของกลุ่มจิตวิเคราะห์และที่เน้นเรื่องสิ่งผลักดันจากภายในตัวและของกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นเรื่องอิทธิพลของสิ่งเร้า ส่วนมาสโลว์มีผลงานการศึกษาค้นคว้าหลายเรื่องที่สำคัญและกล่าวถึงกันทั่วไปในวงวิชาการหลายสาขา คือลำดับขั้นแรงจูงใจและความต้องการของมนุษย์ รอเจอร์ส มีชื่อเสียงมากในเรื่องวิธีการให้คำปรึกษาและจิตบำบัด ที่เน้นผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ดังภาพที่ 1.15 ดังนี้



ภาพที่ 1.15 รอเจอร์สขณะให้คำปรึกษากลุ่ม
ที่มา (Kagan, Havemann, & Segal, 1984, p. 480)

วัชร ทรัพย์มี (2556, หน้า 74) กล่าวว่า รอเจอร์ส ได้กล่าวถึงประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาของเขาว่า ผู้รับบริการส่วนใหญ่มีปัญหาในรูปแบบต่าง ๆ ดังนี้

1. หนีความจริง หวาดกลัวที่จะต้องเผชิญกับสภาพและความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวเองซึ่งเขายอมรับไม่ได้
2. หนีจากความคาดหวังของสังคม หลายคนถูกสังคมหรือคนรอบข้างคาดหวัง เช่น ผู้ใหญ่คาดหวังว่าเขาควรทำเช่นนั้น หรือควรเป็นเช่นนั้น ซึ่งทำให้เกิดความเบื่อหน่ายและรู้สึกว่าเขาไม่เป็นตัวของตัวเอง จึงพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งที่ควรจะทำ
3. ไม่มั่นใจและหวาดวิตกต่อผลแห่งการตัดสินใจของตนทั้ง ๆ ที่อยากเป็นตัวของตัวเอง อยากตัดสินใจในการนำชีวิตของตน

ความเชื่อเบื้องต้นของกลุ่มมนุษยนิยม สามารถนำมาสรุปเป็น 5 ข้อ (วัชร ทรัพย์มี, 2556, หน้า 74) ดังนี้

1. มนุษย์ต้องการความรักมีจิตใจ ปราศจากความอบอุ่น และมีขอบเขตความสามารถเฉพาะตัว ไม่ใช่จะปั้นแต่งให้เป็นอะไรก็ได้ตามใจชอบ ดังนั้น ผู้สอนควรพัฒนาลูกศิษย์ตามศักยภาพที่มีจะทำให้ทุกคนเก่งเหมือนกันเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก ซึ่งแนวคิดนี้ต่างจากแนวคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยม ที่เห็นว่าเราสามารถกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ด้วยกันได้

2. มนุษย์แต่ละคนเป็นผู้ซึ่งพยายามที่จะรู้จักและเข้าใจตนเอง (self-actualization) และยอมรับในสมรรถภาพวิสัยของตนเองอยู่แล้ว ถ้าหากบุคคลได้เรียนรู้และได้รับคำชี้แนะ เข้าใจ ธรรมชาติที่ถูกต้อง จึงไม่ยากที่จะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองมากขึ้น และนำศักยภาพที่ดีมาใช้พัฒนา ตนเองในทุกมิติ

3. มนุษย์เราแต่ละคนจะพยายามปรับปรุงตนเองให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ที่สุดเท่าที่จะ สามารถทำได้ ดังนั้นแต่ละคนควรจะได้มีสิทธิเลือกที่จะแสดงพฤติกรรม เลือกแนวทาง การดำเนิน ชีวิตของตนเองตามความสนใจ ความต้องการ การตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ เช่น เลือกเรียนสาขาที่สนใจ ถนัดและชื่นชอบ เลือกอาชีพ เลือกคู่ชีวิต เลือกสถานที่ทำงาน เลือกศาสนา เป็นต้น เพื่อความ สมบูรณ์แบบตามวิถีทางในชีวิตของเขาเองซึ่งเป็นเรื่องเฉพาะบุคคล

4. ตัวของความรู้หรือตัวข้อเท็จจริงจะไม่ใช่สิ่งตายตัวที่มนุษย์สามารถยึดถือได้ทุกสิ่งบน โลกถ้วน อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาทั้งสิ้น นี่คือความจริงที่เป็นที่สุดของโลกมนุษย์ ดังนั้น แนวทางวิธีการในการแสวงหาความรู้หรือการพิสูจน์ข้อเท็จจริงต่าง ๆ โลกของเราเปลี่ยนแปลงอยู่ เสมอ เช่น วัคซีน (Vaccine) ต้านโควิด-19 ถูกพัฒนาขึ้นตลอดเวลา เป็นต้น

5. มนุษย์ทุกคนต้องการเป็นบุคคลที่สมบูรณ์แบบ เชื่อว่าทุกคนเกิดมาอยากเป็นคนดี เป็นบุคคลที่สังคมให้การยอมรับ นับถือทั้งด้านส่วนตัว อาชีพการงาน ฐานะทางสังคม และพยายาม พัฒนาค้นหาตัวเองเพื่อเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์อย่างเต็มศักยภาพที่มี เพื่อให้สังคมยอมรับและยกย่อง ดังนั้น กฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ มีความจำเป็นน้อย เพราะคนเราทุกคนต่างก็อยากให้เกิดสิ่งที่ดีงามแก่ ตนเอง

สรุปได้ว่า กลุ่มจิตวิทยามนุษนิยม เชื่อว่ามนุษย์มีเหตุผล มุ่งความก้าวหน้า และกล้า เผชิญความจริง มีคุณค่าและมีความสามารถ มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเอง และพัฒนาตนเองได้ เมื่อ อยู่ในสภาพการณ์ที่เหมาะสม โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์เป็นคนดีและน่าเชื่อถือ ต้องการความรักและ เอาใจใส่ และการยอมรับจากผู้อื่น เน้นให้มนุษย์ได้มีเสรีภาพ มีอิสระในการเลือกวิถีชีวิตตามความ สนใจ ความต้องการและความสนใจมีอิสระทางความคิดแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติพฤติกรรมของมนุษย์ ในแง่มุมต่างกันตามความสนใจของนักจิตวิทยา กลุ่ม นั้น ๆ การทำความเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์จึง ต้องอาศัยแนวคิดพื้นฐานของทุกแนวคิดที่ได้พิสูจน์ทดลองจนได้มาซึ่งคำตอบ เป็นพื้นฐานสำคัญใน การเข้าใจพฤติกรรม นำมาซึ่งแนวทางการเข้าใจ พัฒนา ส่งเสริม แก้ไข ควบคุมพฤติกรรมต่าง ๆ อันเป็นการพัฒนาด้านการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สาขาวิชาจิตวิทยา

การศึกษาทางด้านสาขาวิชาจิตวิทยามีเป้าหมายเพื่อทำความเข้าใจและอธิบาย พฤติกรรมในปัจจุบัน วิเคราะห์แนวโน้มพฤติกรรมที่จะเกิดต่อไปในอนาคต และหาแนวทางควบคุม

พฤติกรรมให้เป็นไปในรูปแบบที่ต้องการ ซึ่งมีขอบข่ายการศึกษากว้างขวางครอบคลุมทุกสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม

บรูโน (Bruno, 1980, p. 25 อ้างถึงใน ปราณี งามสุด, 2545, หน้า 25-29) ได้กล่าวถึงสาขาของจิตวิทยาว่ามีถึงประมาณ 30 กว่าสาขา ที่สำคัญเช่น จิตวิทยาการทดลอง จิตวิทยาคลินิก จิตวิทยาเสรีวิทยา เป็นต้น แบ่งได้ 2 ลักษณะ คือ เป็นการค้นคว้าหาความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติพฤติกรรมโดยเฉพาะ (research psychology) ลักษณะหนึ่ง กับอีกลักษณะหนึ่งเป็นการนำความรู้ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมไปประยุกต์ใช้ในวงการหรืองานต่าง ๆ (applied psychology) ในที่นี้จะขอกล่าวถึงบางสาขาและบางรายวิชาที่เน้นศึกษาและน่าสนใจในปัจจุบัน 10 สาขา ดังนี้

1. จิตวิทยาทดลอง (experimental psychology) คือ จิตวิทยาที่ศึกษาหาความรู้เบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทั้งหมด โดยเน้นการวิจัยทดลองเป็นสำคัญ ด้วยวิธีการทดลองในห้องปฏิบัติการและมักใช้สัตว์เป็นตัวทดลอง โดยมีเป้าหมายเพื่อนำความรู้นั้นมาใช้อธิบายและเพื่อทำให้เกิดความเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์

2. จิตวิทยาคลินิกและจิตวิทยาการให้คำปรึกษา (clinical and counseling psychology) คือ สาขาของจิตวิทยาที่ศึกษาเกี่ยวกับการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้มีปัญหา โดยจิตวิทยาคลินิกเน้นศึกษาด้านการวินิจฉัย และบำบัดรักษาผู้มีความผิดปกติทางจิต โดยสืบค้นหาสาเหตุของปัญหา วิเคราะห์ความขัดแย้งและความเก็บกดด้านจิตใจ รวมทั้งสิ่งผลักดันในสภาพของจิตไร้สำนึก ศึกษาโครงสร้างเชิงชีววิทยาในร่างกายที่อาจนำไปสู่ความผิดปกติทางจิต และเป็นการศึกษาความผิดปกติทางบุคลิกภาพ อารมณ์และพฤติกรรม ส่วนจิตวิทยาการให้คำปรึกษานั้น เน้นศึกษาด้านการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้มีปัญหาทั่วไปที่ไม่รุนแรงถึงขั้นอาการทางจิตประสาท ซึ่งอาจจะเป็นปัญหาด้านส่วนตัวและสังคม ปัญหาการเรียน ปัญหาด้านการเลือกอาชีพ หรือนักจิตวิทยาการให้คำปรึกษาบางรายก็อาจศึกษา ในสาขาย่อยโดยเฉพาะออกไปอีก เช่น การให้คำปรึกษาปัญหาการใช้ชีวิตคู่ เป็นต้น

3. จิตวิทยาระบบประสาท (neuropsychology) คือการศึกษากระบวนการของระบบประสาท ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมความสัมพันธ์ของกระบวนการทางชีววิทยาและพฤติกรรม โดยเฉพาะ การทำงานของสมองที่มีต่อพฤติกรรม เช่น ศึกษาว่าพฤติกรรมของบุคคลถูกควบคุมโดยระบบประสาทได้อย่างไร ซึ่งมักเน้นศึกษาส่วนใหญ่ที่สมองเป็นศูนย์กลางของระบบประสาท เป็นต้น

4. จิตวิทยาพัฒนาการ (developmental psychology) คือ การศึกษาพัฒนาการของมนุษย์ตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงวัยชรา โดยศึกษาถึงการเจริญเติบโต ลำดับขั้นของพัฒนาการด้านต่าง ๆ ทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา เพื่อให้ผู้ปกครอง ผู้สอนหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องเกิดความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดู หรือส่งเสริมพัฒนาการด้านต่าง ๆ อย่างถูกต้อง

5. จิตวิทยาสังคม (social psychology) คือ การศึกษารูปแบบของสังคม วัฒนธรรม ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลอย่างไรต่อบุคลิกภาพหรือพฤติกรรมกลุ่มอย่างไร ส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษา สำรวจเจตคติ ค่านิยม ความขัดแย้งระหว่างกลุ่มและวิธีแก้ไขเพื่อหาหลักเกณฑ์ หรือ กำหนดพฤติกรรมของมนุษย์แต่ละสังคม

6. จิตวิทยาบุคลิกภาพ (personality psychology) คือ การศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลในด้านต่าง ๆ ว่ามีที่มาจากสาเหตุใด มีวิธีการใดที่จะส่งเสริมการสร้างลักษณะบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงทางบุคลิกภาพตามเวลาหรือประสบการณ์ที่เปลี่ยนไป

7. จิตวิทยาการศึกษาและจิตวิทยาโรงเรียน (educational and school psychology) คือ การศึกษากระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้รูปแบบต่าง ๆ แนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยามาใช้ในการจัดการศึกษา รวมทั้งการศึกษาวิจัยปัญหาที่เกี่ยวข้อง การแก้ปัญหาต่าง ๆ เพื่อปรับปรุงหรือส่งเสริมพัฒนาในแต่ละวัยของผู้เรียนให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

8. จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ (industrial and organizational psychology) คือ การศึกษาถึงแนวทางการทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมและในองค์การภาครัฐและเอกชน รวมทั้งส่งเสริมประสิทธิภาพในการทำงานให้บรรลุผลตามเป้าหมาย ช่วยให้พนักงานทำงานอย่างมีความสุข ลักษณะงานของนักจิตวิทยาสาขานี้ ได้แก่ การคัดเลือกบุคคลให้เหมาะสมกับลักษณะงาน เป็นต้น

9. จิตวิทยาสุขภาพ (health psychology) คือ สาขาของจิตวิทยาที่ได้รับ ความสนใจมากในปัจจุบันนี้ เป็นการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างจิตกับกายเกี่ยวกับโรคทางกายที่มีผลจากจิตใจบางลักษณะหรือบุคลิกภาพบางประการ เช่น ภาวะเครียด คิดมาก อันส่งผลสู่อารมณ์ นานไปก่อให้เกิดโรคความดัน โรคกระเพาะ โรคมะเร็ง เป็นต้น

10. จิตวิทยาสันติภาพ (peace psychology) คือ การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับสงคราม เช่น บุคลิกภาพของผู้นำระดับประเทศ รูปแบบการตัดสินใจทางการเมืองอันส่งผลสู่วิกฤติการณ์ทางการเมือง เป็นต้น

สรุปได้ว่า ที่กล่าวมาเป็นเพียงตัวอย่างบางสาขาของจิตวิทยาที่รู้จักกันโดยทั่วไปในปัจจุบัน ยังมีสาขาอื่น ๆ อีกมากที่มีได้กล่าวไว้ในที่นี้ นอกจากนั้นยังมีความตื่นตัวเคลื่อนไหวในวงการจิตวิทยา ผลักดันให้อีกบางสาขาย่อยของจิตวิทยาที่เกิดขึ้นใหม่เป็นที่ยอมรับและให้เปิดสอนกันมากขึ้น ซึ่งจากตัวอย่างที่ได้กล่าวมาได้แสดงให้เห็นว่าสาขาต่าง ๆ ของจิตวิทยานั้นมิใช่เป็นสิ่งที่ตายตัว มีสาขาใหม่ๆ เกิดขึ้นตลอดเวลา

สรุป

การศึกษาเกี่ยวกับความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยาจะนำไปสู่การทำความเข้าใจจิตวิทยาการเรียนรู้กับการประยุกต์ใช้ในชั้นเรียน ปัจจุบันจิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์มุ่งศึกษาสองส่วนหลักคือ พฤติกรรมของมนุษย์ และกระบวนการทำงานของจิต เพื่อทำความเข้าใจความสามารถในการคิด อารมณ์ การรับรู้ การเรียนรู้ กระบวนการให้เหตุผล การจำ กระบวนการและโครงสร้างการทำงานของระบบชีววิทยาในร่างกาย ความรู้สึก และแรงจูงใจ ซึ่งการทำงานของจิตจะแสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรม

เป้าหมายและประโยชน์ของการศึกษาจำเป็นต้องจัดให้บรรลุเป้าหมายทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความคิด ด้านอารมณ์ และด้านการปฏิบัติ คือ เพื่อเข้าใจพฤติกรรม อธิบาย ทำนาย และควบคุมพฤติกรรมของบุคคล นักจิตวิทยากลุ่มโครงสร้างนิยมมุ่งศึกษา การสัมผัส การรู้สึก และจินตภาพ กลุ่มหน้าที่นิยมมุ่งศึกษาการทำงานของจิตเป็นภาวะที่ไม่มีการหยุดนิ่ง มีการปรับตัวตามสภาพแวดล้อมอยู่ตลอดเวลา และการเรียนรู้เกิดจากการกระทำ กลุ่มพฤติกรรมนิยมมุ่งศึกษาพฤติกรรมที่สามารถ สังเกตได้ รวมทั้งองค์ประกอบที่ทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป กลุ่มเกสตัลท์มุ่งศึกษาการรับรู้ของบุคคลโดยองค์รวมมีความสำคัญมากกว่าการรับรู้แบบแยกส่วน รวมทั้งประสบการณ์และการหยั่งเห็น ส่วนกลุ่มจิตวิเคราะห์แบ่งจิตออกเป็น 3 ระดับ คือ จิตสำนึก จิตใต้สำนึกหรือจิตกึ่งสำนึก และจิตไร้สำนึก แบ่งโครงสร้างของจิตเป็น 3 ส่วน คือ อิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้ และกลุ่มมนุษยนิยม มุ่งศึกษาคุณค่าและศักดิ์ศรีในตัวมนุษย์ เชื่อว่าทุกคนต้องการพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างเต็มศักยภาพ การศึกษาจิตวิทยานั้นมีความสำคัญช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง เกิดความเข้าใจผู้อื่น ช่วยบรรเทาปัญหา ช่วยเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิต และพัฒนาศักยภาพของการแข่งขันด้านสังคม เศรษฐกิจโดยรวมของประเทศได้อีกหนทางหนึ่ง

บทที่ 2

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการ

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการ มีความสำคัญต่อการจัดการเรียนรู้ โดยในบทนี้จะกล่าวถึง ความหมายของพัฒนาการ หลักพัฒนาการ ธรรมชาติและพัฒนาการของมนุษย์ ขอบข่ายของจิตวิทยาพัฒนาการ เป้าหมายของจิตวิทยาพัฒนาการ พัฒนาการตามวัยของมนุษย์ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการประเภทของพัฒนาการ และ การประยุกต์ใช้ในชั้นเรียน

ความหมายของพัฒนาการ

คำว่า พัฒนาการ แปลมาจากภาษาอังกฤษ คือ (development) เป็น การเปลี่ยนแปลง ทั้งโครงสร้างของแบบแผน และอินทรีย์ทุกส่วนของเจริญเติบโตของร่างกายในทุก ๆ ด้าน ดังนี้

บุทชิน และคณะ (Bootzin & Others, 1991, p. 13) กล่าวว่า พัฒนาการ (development) ในทางจิตวิทยา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุของมนุษย์ ทั้งทางด้านร่างกายหรือพฤติกรรมไม่ว่าทางเจริญงอกงาม หรือเสื่อม และที่ไม่เป็นทั้งความเจริญหรือเสื่อมลง อาจกล่าวได้ว่าเป็นสภาวะหยุดนิ่งหรือคงที่ชั่วคราว เพื่อรอการเปลี่ยนแปลง)

เบรกเคนริดจ์ และวินเซนต์ (Breckenridge and Vincent, 1968, p. 5) ได้ให้ความหมายของพัฒนาการว่า หมายถึง การเกิดหรือเพิ่มพูนความสามารถของแต่ละบุคคลที่จะทำกิจกรรมได้ดีขึ้น

ลาเฮย์ (Lahey, 2002, p. 237) ได้ให้ความหมายของพัฒนาการว่า หมายถึง การเพิ่มหรือลดพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา โดยพัฒนาการสามารถทำนายได้

สรุปได้ว่า พัฒนาการ หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ในทุก ๆ ด้าน ตามระยะเวลาที่ผ่านไปตลอดชั่วชีวิตทั้งในแง่เจริญขึ้นหรือเสื่อมลง เป็นทั้งด้านปริมาณ และด้านคุณภาพ

หลักพัฒนาการ

มนุษย์และสัตว์ต่างมีพัฒนาการที่เป็นรูปแบบเฉพาะ ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติ พัฒนาการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านปริมาณและคุณภาพ เฮอร์ล็อก (Hurlock, 1984, p. 30-31) ได้ศึกษา และรวบรวมหลักของพัฒนาการของมนุษย์ไว้ ดังนี้

1. พัฒนาการจะเกิดขึ้นในลักษณะต่อเนื่อง พัฒนาการทั้งหลายจะดำเนินการต่อเนื่องกันไปเรื่อย ๆ ตั้งแต่ปฏิสนธิพัฒนาเป็นตัวอ่อนจนกระทั่งคลอดเป็นทารก เป็นเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่และวัยชรา ซึ่งมีพัฒนาการเป็นลำดับขั้นต่อเนื่องกันไปในแต่ละช่วงวัย ดังภาพที่ 2.1 ดังนี้



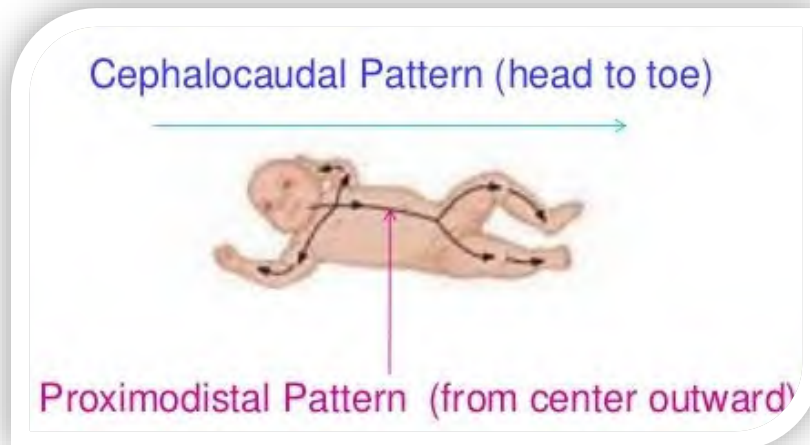
ภาพที่ 2.1 ลำดับต่อเนื่องของพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย
ที่มา (Lahey, 2002, p. 249)

จากภาพที่ 2.1 แสดงให้เห็นถึงลำดับต่อเนื่องของพัฒนาการแต่ละช่วงวัย ตั้งแต่วัยทารก วัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ จนถึงวัยชราในที่สุด เนื่องจากพัฒนาการของมนุษย์จะเป็นไปอย่างต่อเนื่องค่อยเป็นค่อยไป ดังนั้นพัฒนาการในวัยต้นๆ ของชีวิตจึงส่งผลต่อพัฒนาการของมนุษย์ในวัยต่อมา ดังนั้นวัยทารกจึงเป็นวัยที่มีบทบาทสำคัญต่อการปูพื้นฐานพัฒนาการในด้านต่างๆ ของบุคคล

2. พัฒนาการไม่ว่าด้านใด จะมีทิศทางของพัฒนาการโดยเฉพาะ (Development Direction) ซึ่งเป็นไปตามทิศทางดังนี้

2.1 ลักษณะจากส่วนบนไปสู่ส่วนล่าง คือ มนุษย์จะมีพัฒนาการที่เริ่มจากส่วนบนไปสู่ส่วนล่าง จากศีรษะ ไปสู่ปลายเท้า เช่น ทารกสามารถขยับศีรษะให้เคลื่อนไหวไปในทิศทางที่ต้องการได้ก่อนควบคุมการเคลื่อนไหวลำตัว และปลายเท้า เป็นต้น และ

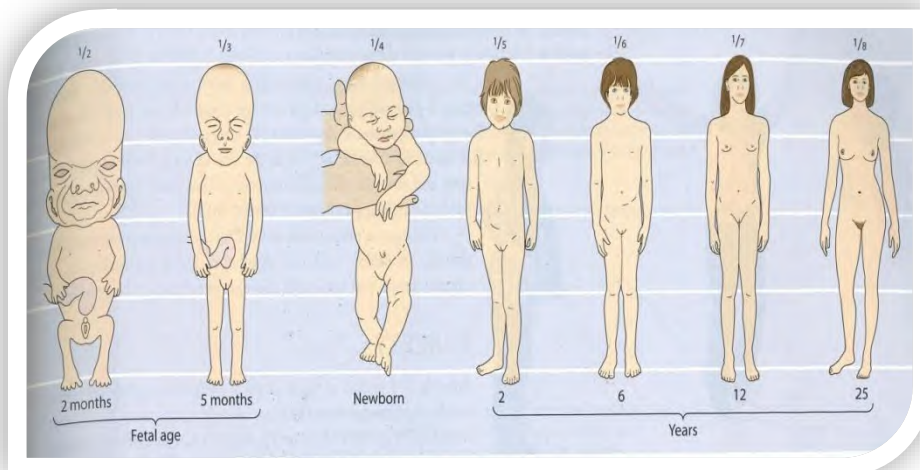
2.2 ลักษณะจากส่วนกลางสู่ส่วนข้างที่ไกลตัวออกไป คือ มนุษย์จะมีพัฒนาการจากส่วนกลางสู่ส่วนนอก จากอกสู่ส่วนแขนและมือตามลำดับ เช่น ทารกจะสามารถควบคุม การใช้แขนได้ก่อนการใช้นิ้วมือ เป็นต้น ดังภาพที่ 2.2 ดังนี้



ภาพที่ 2.2 แสดงพัฒนาการตามทิศทางโดยเฉพาะ
ที่มา (Hurlock, 1984, p. 31)

จากภาพที่ 2.2 แสดงลักษณะพัฒนาการที่มีทิศทางโดยเฉพาะพัฒนาการจากศีรษะไปสู่ปลายเท้า จากส่วนอกไปสู่ส่วนแขน มือ และนิ้ว ตามลำดับ

3. อัตราพัฒนาการส่วนต่างๆ ของร่างกายแตกต่างกัน กล่าวคือ ส่วนต่างๆ ของร่างกายมิได้มีการเจริญเติบโตด้วยอัตราเร็วเท่ากันหมด อวัยวะบางส่วนเจริญช้า บางส่วนเจริญเร็ว เช่น สมอง จะพัฒนาเต็มที่เมื่อเด็กอายุประมาณ 6-8 ปี ส่วนอวัยวะสืบพันธุ์จะเจริญเต็มที่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น เป็นต้น ดังภาพที่ 2.3 ดังนี้

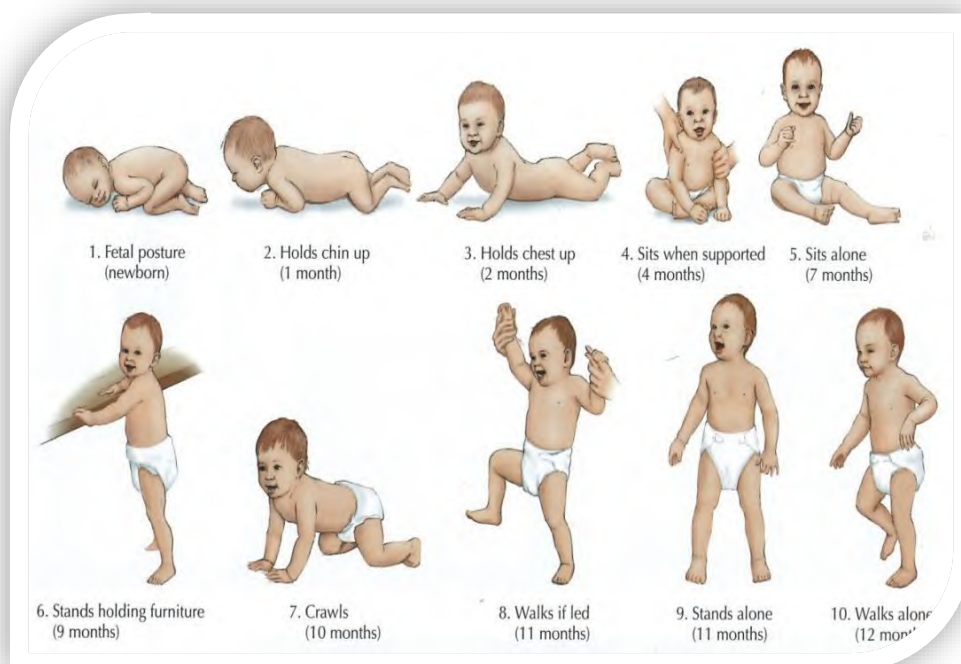


ภาพที่ 2.3 แสดงอัตราส่วนของศีรษะ ลำตัว และแขนขาในวัยต่างๆ
ที่มา (Santrock, 2014, p. 93)

จากภาพที่ 2.3 แสดงให้เห็นถึงการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์มีขนาดสัดส่วนของศีรษะ ลำตัว แขนขา และอวัยวะอื่นๆ เปลี่ยนแปลงไปตามวัยของมนุษย์

4. อัตราพัฒนาการของแต่ละคนอาจแตกต่างกันได้ ธรรมชาติสร้างมนุษย์แต่ละคนให้มีลักษณะแตกต่างกัน เช่น เด็กบางคนเจริญเติบโตช้า บางคนเจริญเติบโตเร็ว แต่ถ้าไม่แตกต่างจากเด็กวัยเดียวกันมากนัก ก็ถือว่าเป็นเรื่องปกติ

5. พัฒนาการจะเป็นไปตามลำดับ พัฒนาการของมนุษย์จะเป็นไปตามแบบฉบับเฉพาะ และลำดับขั้นตอน เช่น ทารกจะเคลื่อนไหวจากเอียงตัวพลิกคว่ำ พลิกหงาย คลาน นั่ง ตั้งไข่ ยืน เดิน วิ่ง ตามลำดับ เป็นต้น ดังภาพที่ 2.4 ดังนี้



ภาพที่ 2.4 แสดงลำดับขั้นตอนของพัฒนาการวัยทารก

ที่มา (Coon & Mitterer, 2011, p. 96 อ้างถึงใน ปณิตดา ยิ้มสกุล, 2560, หน้า 34)

จากภาพที่ 2.4 แสดงถึงลำดับขั้นตอนของพัฒนาการวัยทารก เริ่มจากทารกแรกเกิดอยู่ในท่านอนคว่ำ อายุ 1 เดือนทารกสามารถเงยหน้าได้ อายุ 2 เดือนยกไหล่ได้ อายุ 4 เดือนนั่ง นั่งได้จากการประคอง อายุ 7 เดือนสามารถนั่งตามลำพังได้ อายุ 9 เดือนยืนโดยจับเก้าอี้หรือหลักอื่น อายุ 10 เดือนคลานได้ อายุ 11 เดือนเดินโดยมีผู้จูงมือได้ และยืนได้ตามลำพัง อายุ 12 เดือนสามารถเดินได้คล่องตามลำพัง

6. พัฒนาการทั้ง 4 ด้านของมนุษย์ จะดำเนินไปพร้อมกัน และสัมพันธ์กันทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เช่น เด็กเฉลียวฉลาด ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มักจะมีสุขภาพจิตดี อารมณ์แจ่มใส มีสังคมดี ปรับตัวเข้ากับสังคมได้ง่าย มองโลกในแง่บวก เป็นต้น

7. พัฒนาการดำเนินควบคู่ไปกับความเสื่อม เมื่อพัฒนาการก้าวถึงขีดสุดแล้วจะต้องมีความเสื่อมถอยเข้ามาแทนที่ เช่น เด็กจะต้องสูญเสียฟันน้ำนมก่อนที่จะได้มาซึ่งฟันแท้ เป็นต้น ซึ่งในช่วงแรกของชีวิตจะมองเห็นพัฒนาการได้ชัดเจนกว่าความเสื่อม ส่วนช่วงปลายของชีวิตจะมองเห็นความเสื่อมได้ชัดเจนกว่า

8. พัฒนาการทำให้ได้ลักษณะใหม่เกิดขึ้นบางประการ และการสลายไปของลักษณะเดิมบางประการ เช่น ต่อมไทมัส จะสลายตัวไปหลังจากหมดหน้าที่เมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่น แต่จะเกิดพัฒนาการของเซลล์เพศของร่างกาย เมื่อเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์แทน เป็นต้น

สรุปได้ว่า หลักของพัฒนาการจะทำให้เข้าใจลักษณะของการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ได้ดียิ่งขึ้น โดยส่วนใหญ่แล้วการพูดถึงพัฒนาการของผู้เรียนมักจะเน้นเกี่ยวกับพัฒนาการให้มีความก้าวหน้ามากขึ้นทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ตลอดจนปลูกฝังค่านิยม เจตคติ ลักษณะนิสัย และวัฒนธรรม เพื่อให้ มีพฤติกรรมที่เหมาะสมและสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงได้

ธรรมชาติและพัฒนาการของมนุษย์

ธรรมชาติและพัฒนาการมนุษย์เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่อยู่ในตัวบุคคลตลอดชีวิต ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการเกิดขึ้นได้หลายคุณลักษณะ (Hoffman, Paris, Hall, & Schell, 1988, p. 4) ดังนี้

1. พัฒนาการมีความต่อเนื่อง พัฒนาการมีการเปลี่ยนแปลงทุกวันตลอดเวลา และการเปลี่ยนแปลงนี้เกิดขึ้นตลอดชีวิต แทนที่จะมองเฉพาะประสบการณ์ในวัยเด็กเท่านั้นว่าเป็นตัวกำหนดช่วงชีวิตที่เหลืออย่างตายตัว แต่นักพัฒนาการเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดทุกช่วงชีวิต

2. พัฒนาการมีการเพิ่มขึ้น พัฒนาการเป็นการสั่งสมประสบการณ์ ที่ผ่านมาแล้ว ประสบการณ์ของเด็กและผู้ใหญ่ในวันนี้เกิดจากการเรียนรู้ตามสถานการณ์ที่ผ่านมาแล้วและ สั่งสมเป็นประสบการณ์ปัจจุบัน

3. พัฒนาการมีทิศทางเฉพาะ ทารกจะมีการเติบโตเป็นเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และเข้าสู่วัยชรา ตามลำดับ

4. พัฒนาการมีความแตกต่าง ทารกยังไม่สามารถแยกแยะระหว่างการรับรู้ การคิด ความรู้สึก และการแสดงออกได้อย่างเด่นชัด จนกว่าทารกนั้นจะกลายเป็นเด็กหรือเข้าสู่วัยเด็กที่เริ่ม

จะแยกแยะประสบการณ์ของตัวเองได้ สามารถแยกแยะความแตกต่างของการรับรู้ ความรู้สึก ความคิด และสิ่งที่ทำได้เป็นอย่างดี

5. พัฒนาการมีระบบ ทารกจะมีความสามารถที่จะควบคุมการกระทำของตัวเองได้อย่างช้าๆ แต่การที่ทารกจะเรียนรู้การทำงานของกลุ่มเนื้อของตนเอง และหน้าที่ของการรับรู้ยังเป็นเรื่องยาก แต่ผู้ใหญ่จะเรียนรู้การควบคุมต่างๆ ที่สัมพันธ์กับ การทำงานและการใช้ชีวิตในครอบครัวได้อย่างหลากหลาย

6. พัฒนาการคือองค์รวม พัฒนาการแต่ละด้านทั้งทางวิชาการ การรับรู้ หรือทางสังคม ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของแต่ละส่วน และพัฒนาการก็คือผลของปฏิสัมพันธ์ทุกด้าน ทุกชีวิตของมนุษย์แต่ละคนมีการเปลี่ยนแปลง มีสภาพสังคมที่มีลักษณะเฉพาะมีวัฒนธรรม และประวัติศาสตร์ที่จะกำหนดทิศทางของวิถีชีวิตของแต่ละคน

สรุปได้ว่า พัฒนาการมนุษย์เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่อยู่ในตัวบุคคลตลอดชีวิต พัฒนาการเป็นการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้ว ประสบการณ์ของเด็กและผู้ใหญ่ในวันนี้เกิดจากการเรียนรู้ตามสถานการณ์ที่ผ่านมาแล้วและสั่งสม เป็นประสบการณ์ปัจจุบัน พัฒนาการคือองค์รวมของชีวิต

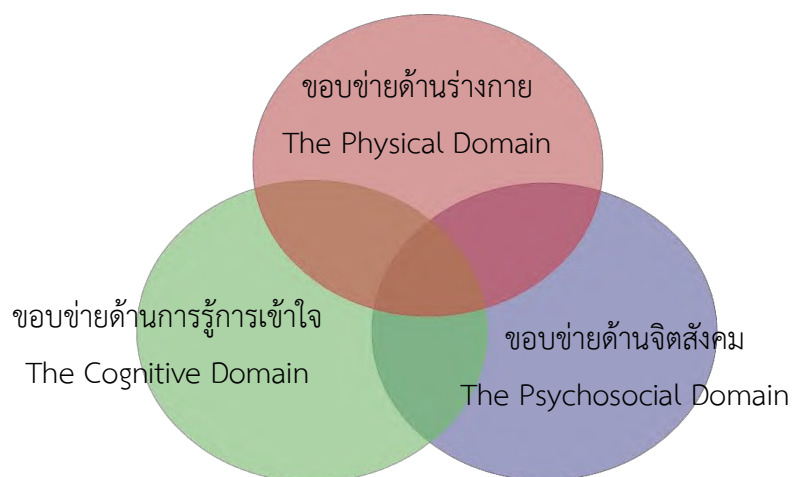
ขอบข่ายของจิตวิทยาพัฒนาการ

คำว่าขอบข่ายของจิตวิทยาพัฒนาการ (Domains of Developmental Psychology) เป็นที่มาแห่งความรู้ด้านพัฒนาการ ซึ่งพัฒนาการมีขอบข่ายที่เกี่ยวข้องอยู่ 3 ด้านด้วยกัน คือ (Craig, 1996, p. 6)

1. ด้านร่างกาย (The Physical Domain) จะเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะทางกาย ซึ่งได้แก่ ขนาด รูปร่าง การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสมอง ความสามารถในการรับรู้ และทักษะการเคลื่อนไหว

2. ด้านการเรียนรู้การเข้าใจ (The Cognitive Domain) จะเกี่ยวข้องกับความสามารถทางจิต การคิด การรับรู้ เหตุผล ความจำ การแก้ปัญหาภาษา การตัดสินใจ การจินตนาการ

3. ด้านจิตสังคม (The Psychosocial Domain) จะเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของบุคลิกภาพ ทักษะทางสังคม พฤติกรรมที่เป็นเอกลักษณ์ของบุคคลแต่ละคน การตอบสนองทางอารมณ์ ความรู้สึก การตอบสนองทางสังคมตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ดังภาพที่ 2.5 ดังนี้



ภาพที่ 2.5 ขอบข่ายของพัฒนาการ
ที่มา (Craig, 1996, p. 7)

จากความหลากหลายของขอบข่ายพัฒนาการมนุษย์ซึ่งมีความสัมพันธ์ที่ซับซ้อน มีความเป็นระบบมีพัฒนาการที่เป็นองค์รวม ซึ่งแต่ละด้านของขอบข่ายพัฒนาการเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของแต่ละด้าน ซึ่งสรุปตามตารางที่ 2.1 ดังนี้

ตารางที่ 2.1 ขอบข่ายของพัฒนาการ

ขอบข่ายของพัฒนาการ	คุณลักษณะ
ด้านร่างกาย	พื้นฐานของการเจริญเติบโต และการเปลี่ยนแปลงของร่างกายแต่ละบุคคล ซึ่งประกอบด้วยการเปลี่ยนแปลงภายนอก ได้แก่ น้ำหนักและส่วนสูง ส่วน การเปลี่ยนแปลงภายใน ได้แก่ กล้ามเนื้อ ต่อม สมอง อวัยวะสืบพันธุ์ รวมทั้งสุขภาพทางกายและทักษะการเคลื่อนไหว
ด้านการรู้การเข้าใจ	กระบวนการทางจิตที่เกี่ยวข้องกับการคิด การแก้ปัญหา การเปลี่ยนแปลงในเรื่องการรับรู้ การจำ การใช้เหตุผล ความคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนภาษา
ด้านจิตสังคม	พัฒนาการทางบุคลิกภาพ ทักษะส่วนบุคคล การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง อารมณ์ ทักษะทางสังคม และพฤติกรรม

ที่มา (Craig, 1996, p. 7)

เป้าหมายของจิตวิทยาพัฒนาการ

การศึกษาพัฒนาการของมนุษย์จะช่วยให้เข้าใจถึงพัฒนาการของตนเองและบุคคลอื่น การศึกษาจิตวิทยาพัฒนาการช่วยให้ผู้ศึกษาได้เข้าใจถึงเป้าหมายของการศึกษาที่สำคัญ 5 ประการ (Hoffman, Paris, Hall, & Schell, 1988, p. 19-20) ดังนี้

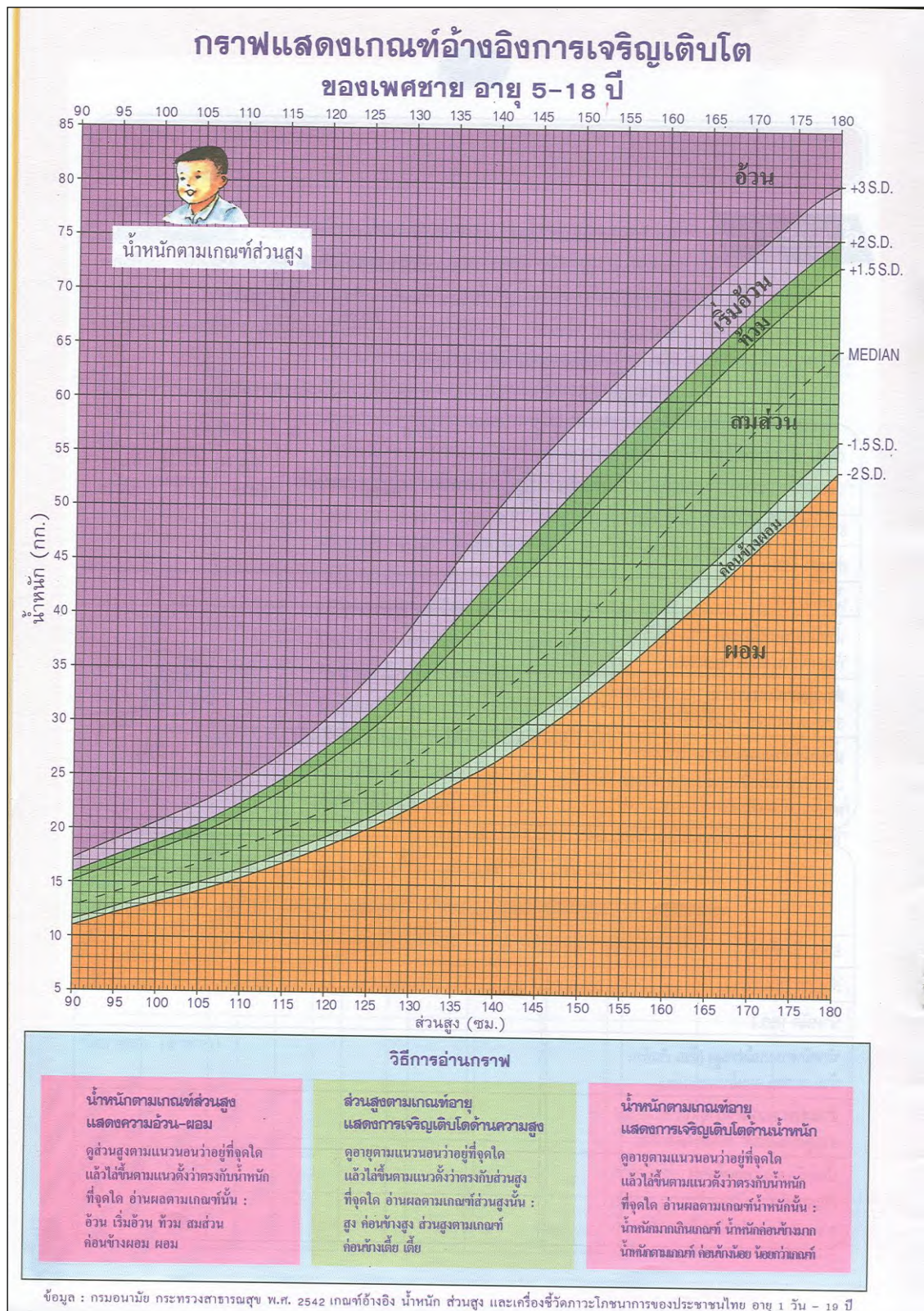
1. เป้าหมายเพื่อบรรยาย (to describe) เป็นการบรรยายเกี่ยวกับด้านการเจริญเติบโต
2. เป้าหมายเพื่อเปรียบเทียบ (to compare) เป็นการเปรียบเทียบเกี่ยวกับความแตกต่างทางพื้นฐานของพัฒนาการ
3. เป้าหมายเพื่ออธิบาย (to explain) เป็นการอธิบายการเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการ
4. เป้าหมายเพื่อการพยากรณ์ (to predict) เป็นการพยากรณ์รูปแบบของพัฒนาการวางแผนในการควบคุม
5. เป้าหมายเพื่อหาความสัมพันธ์ (to relate) เป็นการค้นหาความสัมพันธ์ของจิตวิทยาพัฒนาการ

สรุปได้ว่า การศึกษาพัฒนาการของมนุษย์จะช่วยให้เข้าใจพัฒนาการ เข้าใจถึงกระบวนการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เกิดขึ้นตลอดเวลา ทำให้บรรยายเกี่ยวกับด้านการเจริญเติบโต เปรียบเทียบเกี่ยวกับ ความแตกต่างทางพื้นฐานของพัฒนาการ อธิบายการเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการ พยากรณ์รูปแบบของพัฒนาการ วางแผนในการควบคุม และค้นหาความสัมพันธ์ของจิตวิทยาพัฒนาการ

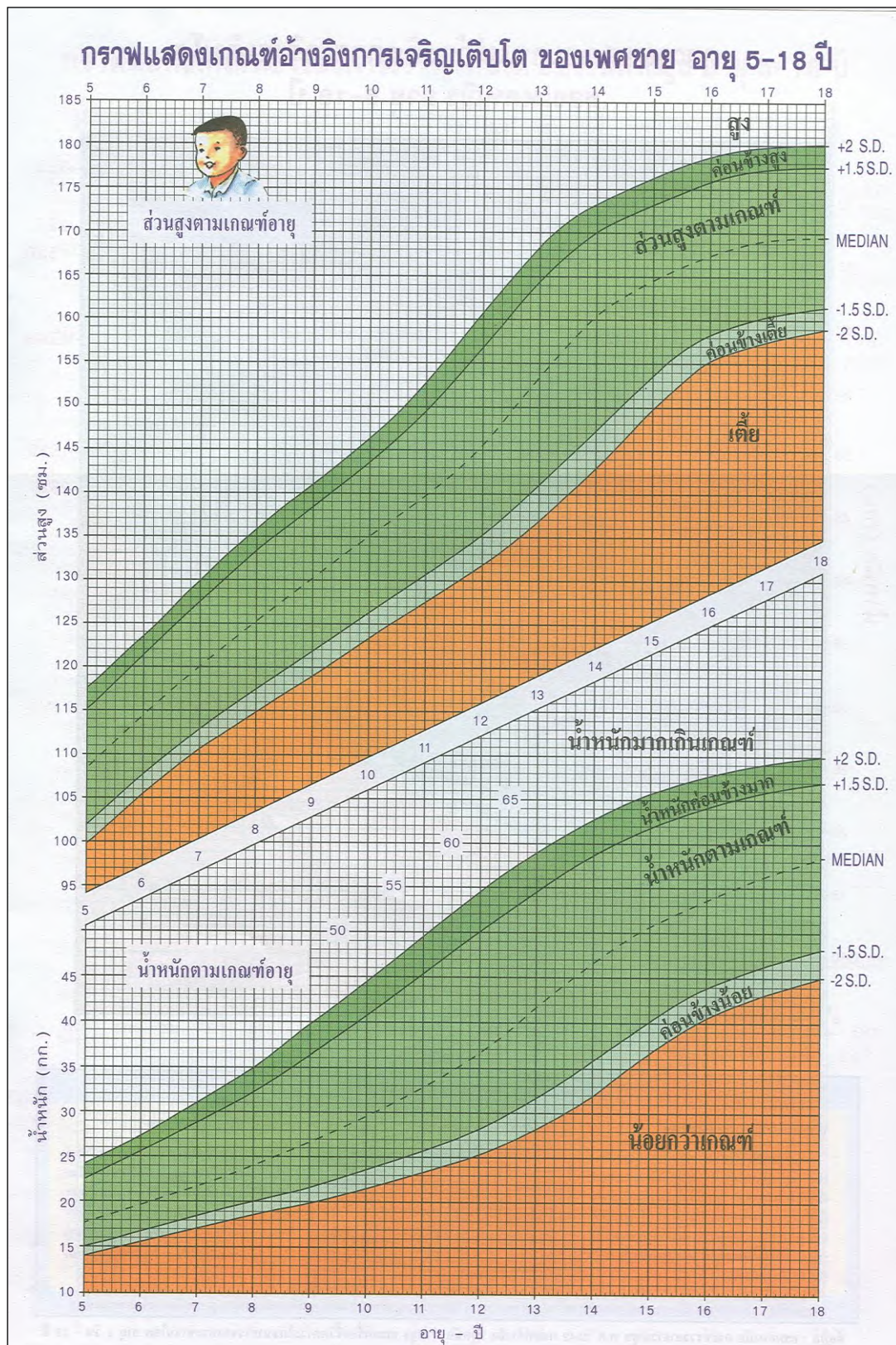
การเจริญเติบโตของร่างกาย

ผู้เรียนในช่วงอายุ 5 ขวบถึง 18 ปี ในด้านส่วนสูงและน้ำหนัก ซึ่งได้แสดงหลักเกณฑ์การเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียนไว้ในตารางที่ 2.2 – 2.5 ดังนี้

ตารางที่ 2.2 กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย อายุ 5-18 ปี

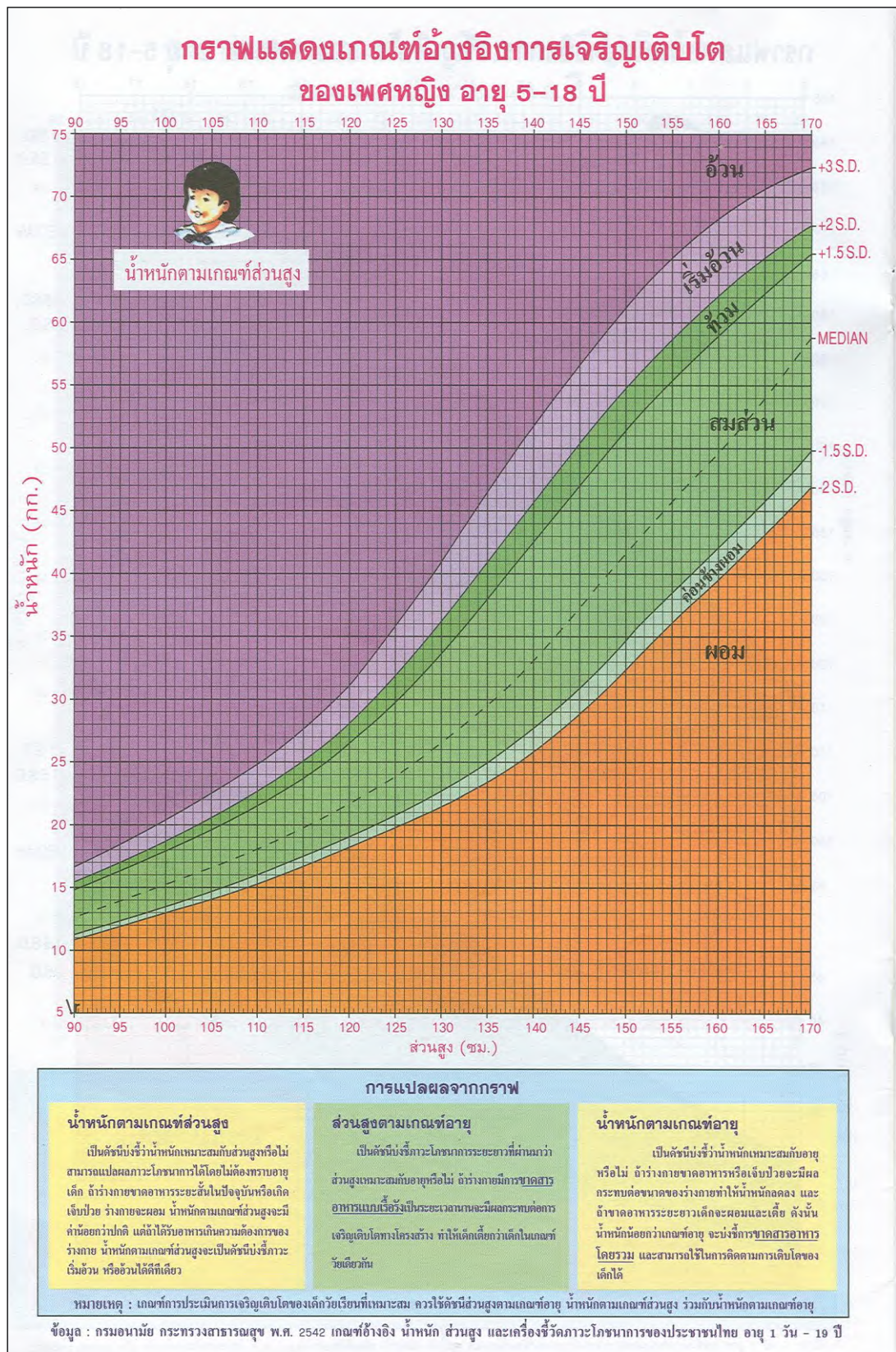
ที่มา (<http://www.factsforlifethai.cf.mahidol.ac.th/nutrition/graph05.html>)

ตารางที่ 2.3 กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



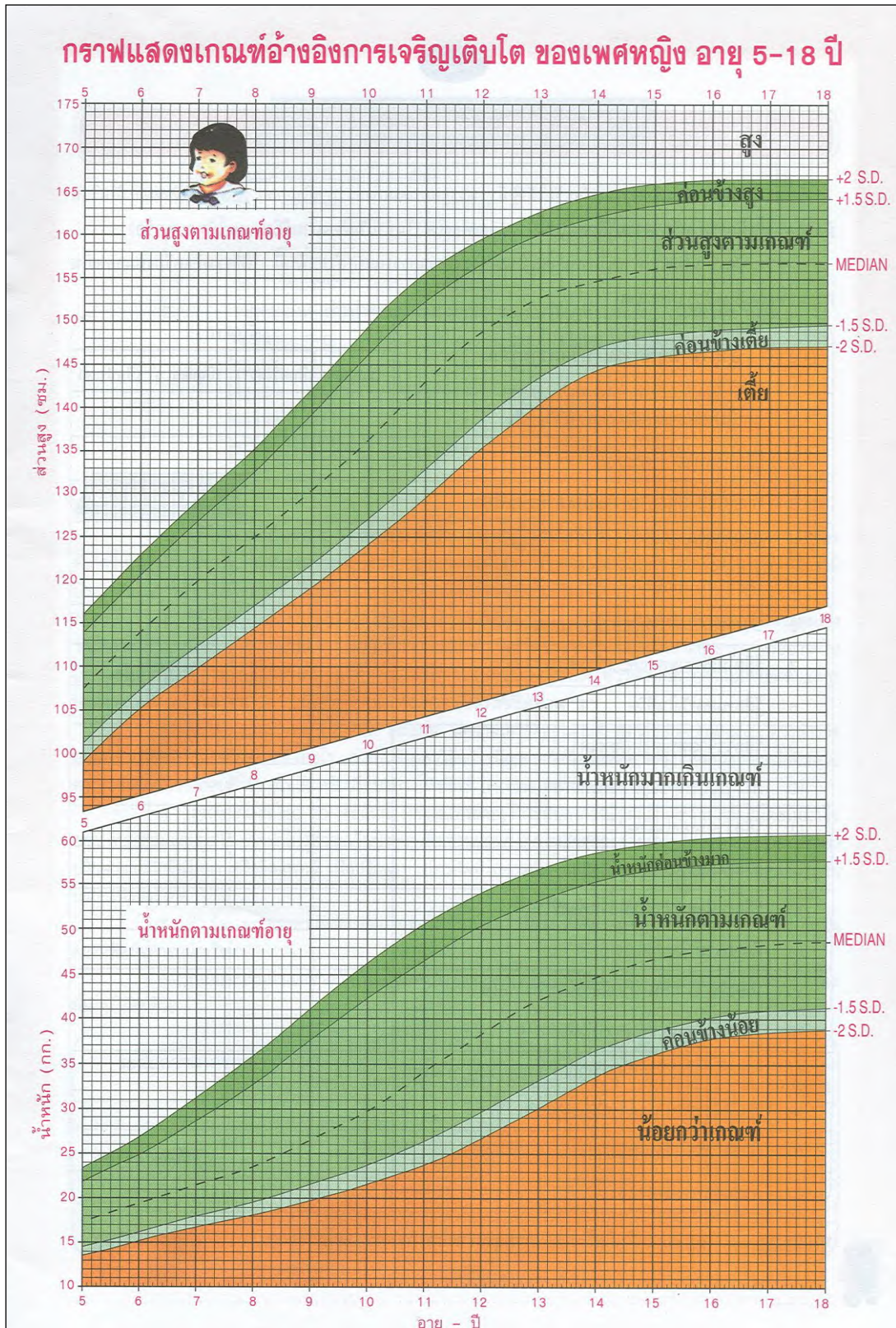
ที่มา (<http://www.factsforlifethai.cf.mahidol.ac.th/nutrition/graph05.html>)

ตารางที่ 2.4 กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



ที่มา (<http://www.factsforlifethai.cf.mahidol.ac.th/nutrition/graph06.html>)

ตารางที่ 2.5 กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



ที่มา (<http://www.factsforlifethai.cf.mahidol.ac.th/nutrition/graph06.html>)

พัฒนาการตามวัยของมนุษย์

มนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา (ปนัดดา ยิ้มสกุล, 2560, หน้า 46) มีการเปลี่ยนแปลงในแง่ของการเจริญขึ้น และการเสื่อมลง ดังการศึกษาเรื่องพัฒนาการตามวัยของมนุษย์ จะช่วยให้เกิดความเข้าใจกระบวนการเปลี่ยนแปลงและ การเจริญสูงสุดในด้านต่างๆ ของมนุษย์ ตามระยะเวลาที่เปลี่ยนไป นักจิตวิทยาจึงมักแบ่งวัยในชีวิตมนุษย์โดยใช้อายุและลักษณะพัฒนาการ ที่เด่นชัดประจำวัยเป็นเกณฑ์ในการกำหนดแต่ละช่วงวัย เพื่อสะดวกต่อการศึกษา ดังนั้นการอธิบาย ถึงพัฒนาการตามวัยของมนุษย์โดยมีการกำหนดช่วงอายุเป็นเกณฑ์ในการแบ่ง สามารถแบ่งออกได้ เป็น 8 ช่วงวัยตามลำดับ ดังนี้

1. วัยก่อนคลอด (the prenatal period)

วัยก่อนคลอดเป็นช่วงของการนับตั้งแต่ปฏิสนธิ จนกระทั่งคลอด ซึ่งเป็นช่วง ของการเจริญเติบโตจากเซลล์เพียงเซลล์เดียว พัฒนาไปเป็นอวัยวะต่างๆ อย่างสมบูรณ์ เช่น พัฒนาการทางสมอง ความสามารถทางพฤติกรรม เป็นต้น โดยวัยก่อนคลอดจะใช้ระยะเวลาอยู่ใน ครรภ์มารดาประมาณ 9 เดือน

2. วัยทารก (infancy)

วัยทารกเป็นช่วงของพัฒนาการหลังจากการเกิด (วัยก่อนคลอด) จนทารกมี อายุประมาณ 18-24 เดือน เป็นช่วงที่ทารกต้องพึ่งพาพ่อแม่หรือผู้ปกครองอยู่ตลอดเวลา ใน ระหว่างนี้ทารกจะมีพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับภาษา การเรียนรู้ในเชิงสัญลักษณ์ การประสานงานกัน ของกล้ามเนื้อต่าง ๆ และการเรียนรู้ทางสังคม

3. วัยเด็กตอนต้น (early childhood)

วัยเด็กตอนต้นเป็นช่วงของพัฒนาการในช่วงสุดท้ายของวัยทารกจนถึงอายุ ประมาณ 5-6 ปี บางครั้งเราจะเรียกวัยนี้ว่าช่วงวัยเด็กก่อนวัยเรียนในระหว่างนี้เด็กจะเรียนรู้เพื่อ พัฒนาการคิดในการใช้เหตุผล พัฒนาทักษะ ความพร้อมต่อการเรียนรู้ในโรงเรียน ตลอดจนการใช้ เวลาในการเล่นกับเพื่อน ส่วนใหญ่วัยเด็กตอนต้นจะสิ้นสุดเมื่อเด็กเข้าโรงเรียนในระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1

4. วัยเด็กตอนกลางและวัยเด็กตอนปลาย (middle and late childhood)

วัยเด็กตอนกลางและวัยเด็กตอนปลายเป็นช่วงของพัฒนาการเด็กตั้งแต่อายุ 6-11 ปี เป็นช่วงที่เด็กเรียนในระดับประถมศึกษา ในระหว่างนี้เด็กจะมีพัฒนาการด้านทักษะพื้นฐาน ในเรื่องการอ่าน การเขียน และทักษะทางคณิตศาสตร์ เป็นหลัก มีพัฒนาการความคิดเกี่ยวกับ ตนเอง การรู้จักตนเอง วัยนี้ถ้ายอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่น จะควบคุมตนเองได้ดีขึ้น โดยปกติเด็กจะ คำนึงอยู่กับโลกและวัฒนธรรมที่กว้างขึ้น ความสำเร็จกลายเป็นเรื่องสำคัญของเด็กในวัยนี้ เด็ก ต้องการความเป็นอิสระและความเป็นส่วนตัวมากขึ้น

5. วัยรุ่น (adolescence)

วัยรุ่นเป็นช่วงของพัฒนาการจากวัยเด็กเพื่อไปสู่วัยเริ่มต้นเป็นวัยผู้ใหญ่ อยู่ในช่วงอายุประมาณ 12-21 ปี วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างมาก มีส่วนสูงที่สูงขึ้น น้ำหนักมากขึ้น โครงสร้างทางร่างกายเปลี่ยนไป และมีพัฒนาการด้านลักษณะทางเพศ เช่น หน้าอกใหญ่ขึ้น มีขนขึ้นที่ใบหน้า อวัยวะเพศ เติบโตขึ้น เป็นต้น วัยรุ่นจะมีความวิตกกังวลเรื่องร่างกายให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมาก ต้องการอิสระเสรี มีพัฒนาการด้านสติปัญญาสูงสุด

6. วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (early adulthood)

วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นช่วงของพัฒนาการจากช่วงปลายของวัยรุ่นหรือวัยยี่สิบต้นๆ จนถึงช่วงสามสิบปลายๆ (20-40 ปี) เป็นช่วงของการสร้างตนเองมีอิสระทางการเงิน การไล่ตามอาชีพในฝัน การหาคู่ การเรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างใกล้ชิด สร้างครอบครัว มีบุตร

7. วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (middle adulthood)

วัยผู้ใหญ่ตอนกลางเป็นช่วงของพัฒนาการอายุ 40-60 ปี มีพัฒนาการด้านสังคมเด่นชัดเพื่อที่จะช่วยให้มีวุฒิภาวะ มีสมรรถนะ มีความรับผิดชอบ มีการควบคุมอารมณ์ได้ดีกว่าทุกวัย มีความมั่นคงทางอาชีพ สร้างครอบครัว

8. วัยชรา (elderly)

วัยชราเป็นช่วงของพัฒนาการจากช่วงปลายวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง เริ่มจากอายุ 60 ปีขึ้นไป จนกระทั่งวาระสุดท้ายของชีวิต เป็นวัยแห่งการทบทวน การเกษียณจากที่ทำงาน และต้องปรับตัวให้เข้ากับบทบาทใหม่ในสังคม วัยชราเป็นวัยแห่งความเสื่อมของพัฒนาการทุกด้านทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

การเข้าใจพัฒนาการตามวัยของมนุษย์จะช่วยให้เข้าใจถึงความแตกต่างของมนุษย์ในแต่ละช่วงวัยรวมถึงลักษณะพัฒนาการที่เด่นชัด ซึ่งพัฒนาการของช่วงวัยมีความเหลื่อมล้ำกันมาก จนไม่สามารถแบ่งได้อย่างเด็ดขาด จึงขอเสนอพัฒนาการที่สำคัญของแต่ละช่วงวัย (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553, หน้า 15-19) ดังตารางที่ 2.6 ดังนี้

ตารางที่ 2.6 พัฒนาการที่เด่นและสำคัญในแต่ละช่วงวัย

ช่วงวัยและอายุโดยประมาณ	ลักษณะพัฒนาการที่สำคัญ
วัยก่อนคลอด ตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงคลอด	- โครงสร้างของร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ ก่อตัว - มีการพัฒนาทางกายเร็วที่สุด เมื่อเทียบกับช่วง อื่น ๆ ของชีวิตทุกช่วง - ได้รับผลกระทบจากสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ไวมาก
วัยทารกแรกเกิดและวัยทารกตอนปลาย (ตั้งแต่คลอดจนถึงประมาณ 2-3 ปี)	- เด็กเกิดใหม่ยังช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ - ประสบความรู้สึกต่าง ๆ ทำงานได้ทันทีเมื่อคลอด - การพัฒนาการทางกายและทักษะการเคลื่อนไหวต่างๆ เจริญรวดเร็ว

ตารางที่ 2.6 ต่อ

ช่วงวัยและอายุโดยประมาณ	ลักษณะพัฒนาการที่สำคัญ
	- มีความสามารถในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และการจำ แม้ในระยะอาทิตยต์ต้น ๆ หลังคลอด - มีความผูกพันกับพ่อแม่ (โดยเฉพาะแม่หรือตัวแทนแม่) - ความสำนึกเกี่ยวกับตนเอง (การเข้าใจตนเองว่าเป็นบุคคลหนึ่ง) พัฒนาเมื่ออายุประมาณ 2 ขวบ
วัยเด็กตอนต้น (3-6 ปี)	- ครอบครัวยังมีความสำคัญต่อเด็ก แต่เด็กเริ่มคบเด็กอื่นๆ เป็นเพื่อนเล่น - ทักษะในการใช้กล้ามเนื้อใหญ่และเล็ก พัฒนามีพละกำลังเพิ่มขึ้น - รู้จักช่วยตัวเอง ควบคุมตัวเอง และดูแลตัวเองเพิ่มขึ้น - รู้จักการเล่นต่าง ๆ รวมทั้งการเล่นเชิงศิลป์ (เช่น วาดรูป) และรู้จักใช้จินตนาการกว้างไกล - พัฒนาการทางด้านการคิดนึกยังไม่สมบูรณ์ทำให้เข้าใจโลกและความเป็นจริงต่าง ๆ แต่เพียงบางส่วน (illogical ideas) - ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (egocentric) - เริ่มเข้าใจความต้องการของคนอื่น ๆ บ้าง
วัยเด็กตอนกลาง (6-12 ปี)	- เพื่อนร่วมวัยมีความสำคัญ - เริ่มคิดเป็นเหตุ-ผลได้ แต่ส่วนใหญ่เป็นด้านรูปธรรม - การยึดตนเองเป็นศูนย์กลางเริ่มหายไป - ความจำและความสามารถทางภาษาพัฒนาขึ้น - มีความสามารถทางความคิด ทำให้เรียนวิชาต่าง ๆ ในโรงเรียนได้ - พัฒนาความคิดนึกเกี่ยวกับตนเอง (การรู้จักตนเอง) - การพัฒนาทางกายค่อนข้างช้า - พละกำลังเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการเล่นกีฬาต่าง ๆ
วัยรุ่น (12-ประมาณ 20 ปี)	- มีการเปลี่ยนแปลงทางกายที่รวดเร็วมีผลทางสังคมและจิตวิทยาต่อตัวเด็ก - เริ่มวัยเจริญพันธุ์การค้นหาตัวเองเป็นแรงจูงใจที่สำคัญ - เพื่อนร่วมวัยมีอิทธิพลต่อเด็กในด้านต่าง ๆ - เริ่มคิดได้ในทุกรูปแบบของความคิด คิดเชิงนามธรรมและแบบวิทยาศาสตร์ได้กว้างและลึก - ยังยึดตนเองเป็นศูนย์กลางในบางแง่มุม - อาจมีช่องว่างระหว่างวัยกับผู้ปกครอง
วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (20-40 ปี)	- เริ่มแสวงหามิตรสนิทใจอย่างจริงจัง (ส่วนมากเพื่อสนิทได้มาจากการแต่งงาน) - คนส่วนมากแต่งงาน มีบทบาทเป็นสามี-ภรรยา และพ่อ-แม่ ต้องปรับตัวต่อบทบาทเหล่านี้