

# จิตวิทยา

คำว่า**จิตวิทยา** นี้ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า Psychology ซึ่งมีรากศัพท์มาจากภาษากรีก 2 คำ ได้แก่ psyche คำหนึ่งซึ่งหมายถึงจิตหรือวิญญาณ และ logos อีกคำหนึ่งซึ่งมีความหมายว่าการศึกษาหรือการเรียน ดังนั้นคำว่าจิตวิทยา ซึ่งแปลโดยตรงจากคำ psychology นี้ตามความหมายของรากศัพท์เดิมจริง ๆ จึงมีความหมายว่า การศึกษาเกี่ยวกับจิตหรือวิญญาณ แต่ในขณะปัจจุบัน จิตวิทยา หมายถึงศาสตร์หรือวิชาที่ว่าด้วยการศึกษาพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมของสิ่งมีชีวิต และคำว่า “พฤติกรรม” ซึ่งตรงกับภาษาอังกฤษว่า ‘behavior’ นี้ ในทางจิตวิทยาหมายถึง กิจกรรม หรือ สิ่งต่าง ๆ ทั้งหมดที่ร่างกายหรืออินทรีย์เป็นผู้กระทำ โดยปกติแล้วพฤติกรรมยังอาจแบ่งออกได้ต่อไปอีก เป็น **พฤติกรรมภายนอก** ซึ่งเราอาจสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน เช่น การเดิน การพูด การกิน การจับถ้ำย เป็นต้น และ**พฤติกรรมภายใน** ที่เราไม่อาจสังเกตเห็นได้โดยตรงจากการกระทำ ตัวอย่างเช่น การคิด การสร้างจินตนาการ การฝัน และความรู้สึกต่าง ๆ

เมื่อทำความเข้าใจกับความหมายของคำว่า จิตวิทยา และความเกี่ยวข้องระหว่างจิตวิทยากับพฤติกรรมแล้ว ก็ควรจะได้ทราบพอเป็นสังเขปเกี่ยวกับความเป็นมาของการศึกษาด้านจิตวิทยา กล่าวคือการศึกษาทางจิตวิทยาได้เริ่มมีมาตั้งแต่สมัยกรีกโบราณในรูปของการเป็นปรัชญาซึ่งศึกษากันในสถาบันการศึกษาชั้นสูงของชาวกรีกในสมัยนั้น ทั้งนี้ด้วยเหตุผลที่ว่า คนในสมัยดังกล่าวมีความเชื่ออย่างแน่นแฟ้นว่าจิตหรือวิญญาณเป็น<sup>4</sup>เรื่องสูง และเป็นสิ่งซึ่งอาจควบคุมการประพฤติปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ของมนุษย์ ตัวอย่างนักปราชญ์กรีกซึ่งมีชื่อเสียง ผู้ได้กระทำการศึกษาเรื่องของจิตก็ได้แก่ เพลโต (Plato) และอริสโตเติล (Aristotle) ความคิดของคนในสมัยกรีกโบราณเป็นไปในด้านที่เชื่อว่าวิญญาณเป็นตัวการทำให้เกิดมนุษย์ จึงมีอิทธิพลเหนือมนุษย์ สามารถ

สั่งการให้ร่างกายของคนกระทำสิ่งต่าง ๆ และเชื่อว่าในขณะที่คนเรายังมีชีวิตอยู่ครบครัน ก็จะมีวิญญาณสิงอยู่ในร่างของบุคคลคนนั้น แต่เมื่อสิ้นชีวิตบุคคลไปแล้ววิญญาณก็จะออกจากร่าง ทั้งยังเชื่อกันต่อไปอีกว่า วิญญาณที่ล่วงลอยไปชั่วระยะเวลาหนึ่ง อาจมีโอกาสกลับคืนเข้าสู่ร่างเดิมและทำให้คนตายกลับฟื้นคืนชีวิตขึ้นอีกได้ ด้วยเหตุนี้จึงมีผู้พยายามคิดค้นหาวิธีการป้องกันไม่ให้ศพของผู้ตายเปื่อยเน่าเพื่อจะได้สามารถรอคอยวิญญาณที่จะกลับมาเข้าสู่ร่างนั้นได้อีก อย่างไรก็ตามเนื่องจากการศึกษาเรื่องวิญญาณเป็นเรื่องที่ไม่อาจพิสูจน์ให้เห็นได้ ความสนใจที่เคยมีกันมาอย่างกว้างขวางเป็นเวลาช้านานจึงค่อยลดน้อยลง และผู้คนกลับไปสนใจในเรื่องที่เกี่ยวกับจิตมากขึ้น โดยที่เรื่องจิตนี้ อาจให้คำอธิบายได้มากกว่าเรื่องของวิญญาณ ในยุคของการศึกษาจิตนี้ นักปราชญ์ชาวอังกฤษชื่อ จอห์น ล็อก (John Locke) เป็นบุคคลสำคัญที่กล่าวว่า จิต คือการที่บุคคลรู้สึกตัว ซึ่งเขาเรียกสิ่งนี้ว่า จิตสำนึก (conscious mind) ล็อกเชื่อกันต่อไปว่ามนุษย์เรานั้นประกอบด้วยส่วนสำคัญ 2 ส่วนคือ กายและจิตใจ (body and mind) และเขายังแบ่งจิตออกเป็นส่วน ๆ อีกด้วย เช่น ส่วนที่เป็นความคิด ความรู้สึก การรับรู้ และการจำ และยังมีอีกส่วนที่สำคัญที่สุด ซึ่งเป็นส่วนที่ลึกลับอธิบายว่าเป็นส่วนหนึ่งของจิตที่สามารถควบคุมหรือสั่งการการกระทำให้เกิดความเคลื่อนไหวต่าง ๆ ของร่างกาย คัดจากยุคสมัยที่ผู้สอนให้ความสนใจต่อการศึกษาเรื่องจิตก็ก้าวเข้ามาสู่ยุคสมัยของพฤติกรรม กล่าวคือ เรื่องของจิตที่มีผู้ให้ความสนใจอย่างกว้างขวางในระบอบหนึ่งนั้น ก็ยังปรากฏว่าเป็นสิ่งที่ยากต่อการพิสูจน์ ประกอบกับต่อมคนมีความคิดกว้างขวางขึ้นและลึกซึ้งขึ้น ได้มีการทดสอบทฤษฎีต่าง ๆ เชิงวิทยาศาสตร์มากขึ้น โดยเฉพาะผู้คนสมัยนั้นได้รับอิทธิพลอย่างมากจากความคิดที่ก้าวหน้าของ ชาร์ล ดาร์วิน (Charles Darwin) ผู้เป็นเจ้าของทฤษฎีวิวัฒนาการ ซึ่งในทฤษฎีนี้เอง ดาร์วินได้กล่าวถึงวิวัฒนาการของสิ่งที่มี

ชีวิตและความรู้ทางสรีรวิทยา ซึ่งสามารถช่วยอธิบายการ แสดงออกทางกาย และพฤติกรรมของสิ่งมีชีวิตมากขึ้น สามารถชี้ให้เห็นถึงสาเหตุของการปรากฏหรือการแสดง พฤติกรรมต่าง ๆ ของทั้งคน สัตว์ และพืช ต่อมาในปี ค.ศ. 1879 ซึ่งตรงกับ พ.ศ. 2422 นับว่าเป็นปีที่จิตวิทยาเริ่มมี สถานภาพเป็นศาสตร์ที่ใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์อย่าง แท้จริง เนื่องด้วย วิลเฮล์ม วุนด์ท์ (Wilhelm Wundt) ผู้ได้ ชื่อว่าเป็นบิดาแห่งจิตวิทยาได้เริ่มการทดลองค้นคว้าทางจิต วิทยาเป็นครั้งแรกที่ประเทศเยอรมนี และบุกเบิกพัฒนาให้ วิชานี้ดำเนิน ไปอย่างกว้างขวางและมีระบบ และที่สำคัญคือ ด้วยการใช้อธิบายทางวิทยาศาสตร์ จนในสมัยที่กำลังกล่าวถึงนี้ ได้เกิดงานของนักจิตวิทยาใหม่ ๆ ขึ้นมากมาย ซึ่งแต่ละ กลุ่มก็จะมีแนวคิดในเรื่องจิตวิทยาแตกต่างกันออกไป ทำให้ เกิดการค้นคว้าแบ่งเป็นกลุ่มออกไปหลายกลุ่ม ที่สำคัญได้ แก่

### 1. กลุ่มโครงสร้างของจิต (Structuralism)

ผู้เป็นต้นกำเนิดกลุ่มความคิดนี้ก็คือ วิลเฮล์ม วุนด์ท์ (Wilhelm Wundt) กลุ่มแนวคิดนี้มีสาระสำคัญอธิบายได้ว่า จิตมนุษย์มีโครงสร้างที่ประกอบขึ้นด้วยลักษณะที่เป็นหน่วย ย่อย ซึ่งผู้เป็นเจ้าของแนวคิดนี้เรียกว่า ธาตุทางจิต (mental element) ซึ่งสามารถแยกออกเป็นการทำงานของอวัยวะ รับสัมผัส (sense organ) การตีความหมายของการรับสัมผัส จากอวัยวะรับสัมผัสนั้น ๆ และจินตนาการ ซึ่งได้แก่การคิด และการวิเคราะห์

### 2. กลุ่มหน้าที่ของจิต (Functionalism)

นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ให้ความสนใจอย่างมากในเรื่องพฤติกรรม โดยเฉพาะการเรียนรู้ เขาได้ให้ความสนใจใฝ่สนใจในการ ศึกษาหน้าที่ของอวัยวะต่าง ๆ ขณะที่บุคคลกระทำกิจกรรม ผู้นำสำคัญได้แก่ วิลเลียม เจมส์ (William James) ผู้ให้ความสนใจอย่างมากในเรื่องหน้าที่ของจิตมากกว่าโครงสร้าง และอีกท่านหนึ่งคือ จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) ซึ่ง เน้นความสำคัญของการฝึกให้ผู้เรียนใช้สติปัญญาในการแก้ ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ของคน นักจิต

วิทยาในกลุ่มแนวคิดหน้าที่ทางจิตเน้นความสำคัญของความ คิดที่ว่าความรู้สึกจะเกิดขึ้นได้จากปฏิสัมพันธ์หรืออันตรกิริยา (Interaction) ระหว่างมนุษย์และสิ่งแวดล้อม ดังนั้นบุคคล เราจะได้รับความรู้ก็ต่อเมื่อคนเป็นผู้ลงมือกระทำเอง หากใ้ การคอยรับความรู้จากผู้อื่น และความรู้ที่จะยอมรับได้ว่า

เป็นความจริงนั้นจะต้องเป็นผลสรุปที่สามารถสนับสนุน ได้จากหลักฐานการค้นคว้าต่าง ๆ เท่านั้น

### 3. กลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis)

ผู้นำแนวคิดสำคัญกลุ่มนี้ได้แก่ ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) กับกลุ่มเพื่อนนักจิตวิทยาของเขา ซึ่งเน้นความสำคัญของจิต ไร้สำนึก (unconscious mind) ซึ่งอยู่ระหว่างจิตสำนึกที่ รู้สติสัมปชัญญะกับจิตไร้สติสัมปชัญญะ จิตส่วนที่เรียกว่า ไร้สำนึกนี้จะรวบรวมความคิด ความต้องการ และประสบ การณ์ที่ผู้เป็นเจ้าของจิตไม่ต้องการหรือปรารถนาที่จะจดจำ จึงเก็บกดความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านี้ไว้ให้หลงอยู่ในจิตส่วนนี้ อย่างไรก็ตามการคิด ความต้องการ หรือความรู้สึกต่าง ๆ ที่ บุคคลเก็บกดไว้ยังมีพลังอยู่ ถ้าเกิดมีสิ่งใดมากระตุ้นขึ้น พลังนี้ก็จะแสดงอิทธิพลทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมบางอย่าง ที่ไม่รู้สึกรู้ตัว นอกจากนั้นนักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ยังเชื่ออีกว่า พฤติกรรมทั้งหลายมีสาเหตุเกิดจากพลังผลักดันทางเพศ ความคิดเช่นนี้ได้รับการต่อต้านอย่างมากในตอนแรก ๆ แต่ ในเวลาต่อมาหลักการทางจิตวิเคราะห์ที่ได้รับการยอมรับโดย การนำไปใช้ในวงงานของจิตแพทย์ หรือการบำบัดรักษา อาการที่ผิดปกติทางอารมณ์และจิตใจ

### 4. กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism)

ผู้เป็นหัวหน้าแนวคิดกลุ่มนี้คือ จอห์น บี. วัตสัน (John B. Watson) ผู้มีความคิดเห็นค้านกับนักคิดที่นิยมวิธีการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ ด้วยวิธีการย้อนตรงตรวจสอบตนเอง (introspection) วัตสัน เห็นว่าวิธีการนั้นยังกล่าวไม่ได้ว่าเป็นวิธีการ ทางวิทยาศาสตร์ เพราะผลที่เกิดขึ้นก็มีแนวโน้มที่เกิดจาก อคติส่วนบุคคลไปในทางใดทางหนึ่ง แล้วแต่ความรู้สึกของตัว ผู้ศึกษาเอง เขาจึงเป็นผู้เสนอให้มีการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์

ในด้านที่อาจสังเกตและมองเห็นได้ การศึกษาพฤติกรรมของบุคคลในแนวใหม่ของวัตสัน จึงจัดได้ว่าเป็นวิธีการศึกษากิจกรรมในลักษณะที่เป็นวิทยาศาสตร์ ทำให้วัตสันได้รับการยกย่องว่าเป็นบิดาแห่งจิตวิทยาสมัยใหม่ กล่าวโดยสังเขป แนวคิดของพฤติกรรมนิยมเน้นว่า พฤติกรรมทุกอย่างต้องมีเหตุ และเหตุนั้นอาจมาจากสิ่งเร้าในรูปใดก็ได้มากระทบอินทรีย์ ทำให้อินทรีย์มีพฤติกรรมตอบสนอง นักคิดในกลุ่มนี้จึงมักศึกษาพฤติกรรมต่าง ๆ ด้วยวิธีการทดลอง และใช้การสังเกตอย่างมีระบบจากการศึกษาทดลอง นักจิตวิทยา กลุ่มนี้จึงสรุปว่าการวางเงื่อนไข (conditioning) เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดพฤติกรรมและสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมได้ พฤติกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์เกิดได้จากการเรียนรู้มากกว่าเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ และจากการศึกษาพฤติกรรม การเรียนรู้ของสัตว์ที่ถูกทดลองสามารถช่วยให้เราเกิดความเข้าใจ และเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมการเรียนรู้ของบุคคลได้

5. **กลุ่มเกสตาลท์ (Gestalt Psychology)** แนวคิดของนักจิตวิทยาในกลุ่มเกสตาลท์ที่เกิดขึ้นในระยะใกล้เคียงกับกลุ่มพฤติกรรมนิยม ผู้นำกลุ่มได้แก่ แมกซ์ เวอร์ไธเมอร์ (Max Wwrtheimer) ร่วมกับ เคอร์ท เลอวิน (Kurt Levin) เคอร์ท คอฟฟิกา (Kurt Koffka) และ วูลฟกัง โคห์เลอร์ (Wolfgang Kohler) คำ เกสตาลท์ (gestalt) มาจากภาษาเยอรมัน ซึ่งหมายความว่า **ส่วนรวมทั้งหมด** นักจิตวิทยาในกลุ่มแนวคิดนี้พบว่า การเรียนรู้เกิดได้จาก การนำเอาสิ่งเร้าต่าง ๆ มารวมกัน เริ่มต้นจากการรับรู้โดยส่วนรวมก่อน แล้วจึงจะสามารถแยกวิเคราะห์เรื่องการเรียนรู้ส่วนย่อยแต่ละส่วนต่อไป ทฤษฎีเกสตาลท์นี้กำเนิดขึ้นหลังถูกนำมาปรับปรุงใหม่เรียกชื่อว่า ทฤษฎีสถานม (Field theory) ซึ่งก็ยังคงใช้หลักการเดียวกับทฤษฎีเกสตาลท์ นั่นก็คือ การเรียนของบุคคลจะเป็นไปได้ด้วยดีและสร้างสรรค์ ถ้าเขาได้มีโอกาสเห็นภาพรวมทั้งหมดของสิ่งที่เขาจะเรียนเสียก่อน เมื่อเกิด

ภาพรวมทั้งหมดแล้วก็เป็นาง่ายที่บุคคลนั้นจะเรียนสิ่งที่ละเอียดปลีกย่อยต่อไป ในวงการศึกษปัจจุบัน ได้มีผู้นำเอาวิธีการเรียนรู้ของกลุ่มเกสตาลท์มาใช้อย่างกว้างขวาง โดยเหตุที่เขาเชื่อในผลของการศึกษาค้นคว้าของนักจิตวิทยา กลุ่มนี้ที่พบว่าถ้าให้เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้โดยใช้หลักของเกสตาลท์แล้ว เขาเหล่านี้จะมีสติปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ และความรวดเร็วในการเรียนรู้เพิ่มขึ้น หลักสำคัญของจิตวิทยาเกสตาลท์ก็คือ ประการแรก การให้บุคคลเกิดการรับรู้ (perception) ในสิ่งที่จะเรียนเสียก่อน และในการรับรู้นี้จะมี 2 องค์ประกอบที่สำคัญได้แก่ ภาพหรือข้อมูลที่สำคัญซึ่งต้องการให้เรียนรู้ (figure) และส่วนประกอบหรือพื้นฐานที่รองรับการรับรู้ภาพหรือข้อมูลนั้น (ground) ประการที่สองก็คือ การหยั่งรู้ (insight) ซึ่งหมายถึงการเรียนรู้หรือแก้ปัญหาได้โดยการตระหนักรู้ด้วยตนเองอย่างทันทีทันใด สามารถมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาได้ตั้งแต่ต้นจนจบกระบวนการ นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้พบว่าความสามารถในการหยั่งรู้ของบุคคล ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่เคยมีมาก่อนอย่างมาก ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับปัญหาที่ต้องแก้ นั้น

6. **กลุ่มการรู้คิด (Cognitive Psychology)** ในแนวความคิดของกลุ่มจิตวิทยาการรู้คิดนี้ เขาได้นำหลักของจิตวิทยาเกสตาลท์มาใช้ กล่าวคือ การรู้คิดของบุคคลจะไม่ได้มุ่งการเรียนรู้ส่วนย่อย หากมุ่งในการค้นหาความหมายรวมของสิ่งที่เขาเรียนรู้ และการรู้คิดของบุคคลจะเป็นตัวกำหนดบุคลิกภาพของเขาต่อไป หลักการสำคัญของแนวคิดกลุ่มนี้ซึ่งมีบุคคลสำคัญได้แก่ วูลฟกัง โคห์เลอร์, เอ็ดเวิร์ด ซี ทอลมัน (Edward C. Tolman) และฌอง เปียเจท์ (Jean Piaget) วางอยู่บนข้อสมมุติฐานที่ว่า บุคลิกภาพของบุคคลวิวัฒนาการมาจากการทำงานทั้งในด้านสมอง อารมณ์ และจากความสัมพันธ์ระหว่างกันของระบบสำคัญสองอย่างนี้ กระบวนการ

ทางสมองจะช่วยให้เกิดทิศทางในการคิด ซึ่งหมายถึงกระบวนการที่บุคคลรู้จักจัดระเบียบและประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ตนได้รับ นอกจากนี้ผู้เป็นเจ้าของแนวคิดและทฤษฎีการรู้จัก ยังได้นั้นให้เห็นความสำคัญในกระบวนการต่อเนื่องของพัฒนาการ กล่าวคือ การพัฒนาจะมีลำดับขั้น และไม่เปลี่ยนแปลงในบุคคลทุกคน การเจริญเติบโตในแต่ละขั้นคือการประสบประสบการณ์พฤติกรรมทั้งหมด ที่บุคคลได้เรียนรู้ในแต่ละ

ระดับขั้นนั้น ๆ และในการสร้างความคิดความเข้าใจในแต่ละเรื่องของคน เขาจะต้องมีระยะเตรียมตัว และระยะของการจัดระบบประสบการณ์ให้ถูกต้องเสียก่อน แล้วจึงจะสามารถเกิดมโนทัศน์หรือสังกัป (concept) ในสิ่งนั้น ๆ ได้ การเรียนการสอนให้บุคคลรู้จักคิดใช้เหตุผล จึงจำเป็นต้องเริ่มต้นตั้งแต่บุคคลอยู่ในวัยทารก เพราะจะได้เป็นรากฐานให้เขาเกิดการเตรียมตัวที่ถูกต้องเพื่อการพัฒนาทุกด้าน

จรรยา สุวรรณทัต

## บรรณานุกรม

- Evans, Richard I. *The Making of Psychology*. New York, Knopf, 1976
- Belkin, Gary S., and Skydell, Ruth H. *Foundations of Psychology*. Boston, Houghton Mifflin Comp, 1979.
- Watson, Robert I. *The Great Psychologists*. (3rd ed) Philadelphia, J.B. Lippincott, 1971.