

# สารบัญ

	หน้า
คำนำ	
คำชี้แจงเกี่ยวกับกระบวนวิชา	(1)
คำชี้แจงการใช้ตำราที่เรียนได้ด้วยตนเอง	(2)
ประเมินผลก่อนเรียน	(3)
<b>บทที่</b>	
1 ประวัติและขอบเขตของวิชาจิตวิทยา	1
ความหมายและความเข้าใจเกี่ยวกับจิตวิทยา...3 ประวัติจิตวิทยาโดย สังเขป...8 วิธีการศึกษาทางจิตวิทยา...13 บทบาทหน้าที่ของนักจิตวิทยาสาขา ต่างๆ...15 สรุป...19 แบบฝึกหัดท้ายบท...21 บรรณานุกรม...23	
2 สรีรจิตวิทยาพื้นฐานของพฤติกรรม	25
ความสำคัญของการศึกษากระบวนกรทางสรีรจิตวิทยา...27 โครงสร้าง ระบบการทำงานของร่างกายมนุษย์...29 ระบบประสาทและพฤติกรรม ของมนุษย์...34 ระบบต่อมไร้ท่อและพฤติกรรมของมนุษย์...44 สรุป...52 แบบฝึกหัดท้ายบท...54 บรรณานุกรม...56	
3 การสัมผัสและการรับรู้	57
ความเข้าใจเกี่ยวกับการสัมผัสและการรับรู้...59'ประสาทสัมผัสและการรับ สัมผัส...60 การรับรู้และการแปลความหมาย...70 การเข้าใจการสัมผัสตามแนว พุทธศาสนา...80 แนวทางการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน...81 สรุป...82 แบบฝึกหัดท้ายบท...84 บรรณานุกรม...85	
4 สัมผัสญาณ : ภาวะการรู้สึกตัว	87
มิติแห่งสัมผัสญาณ...89 การนอนหลับ...91 ความฝัน...96 การสะกด จิต...102 สารเคมีที่ลดสัมผัสญาณ...106 สมาธิกับสัมผัสญาณ...111 สรุป...115 แบบฝึกหัดท้ายบท...117 บรรณานุกรม...118	

บทที่		หน้า
5	<b>พัฒนาการมนุษย์ พันธุกรรม และสิ่งแวดล้อม</b> ความสำคัญเกี่ยวกับการศึกษาพัฒนาการของมนุษย์ พันธุกรรม และสิ่งแวดล้อม...121 พันธุกรรม...122 อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อบุคคล...130 วุฒิก้าว...138พัฒนาการของมนุษย์...140งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม...151 สรุป...159 แบบฝึกหัดท้ายบท...163 บรรณานุกรม...164	119
6	<b>การเรียนรู้</b> ความหมายของการเรียนรู้...169 กระบวนการเรียนรู้ขั้นพื้นฐาน...170 วิธีให้การเสริมแรง...176 ประเภทของสิ่งเสริมแรง...179 การลงโทษ...181 การเรียนรู้จากความคิดความเข้าใจ...183 หลักการเรียนรู้ในเชิงปฏิบัติ...185 แนวทางการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน...186 สรุป...188 แบบฝึกหัดท้ายบท...190 บรรณานุกรม...191	167
7	<b>การจำและการคิด</b> การจำและการลืม...195 การคิด...206 แนวทางการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน...213 สรุป...217 แบบฝึกหัดท้ายบท...220 บรรณานุกรม...221	193
8	<b>แรงจูงใจ</b> ความหมายและความสำคัญของแรงจูงใจ...225 กระบวนการเกิดแรงจูงใจ...227 ความต้องการที่เกิดจากสิ่งเร้า...228 ประเภทของแรงจูงใจ...232 แรงจูงใจพื้นฐานของมนุษย์...239ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ...243 แรงจูงใจจากการเรียนรู้ในชีวิตประจำวัน...247สรุป...248แบบฝึกหัดท้ายบท...250 บรรณานุกรม...251	223
9	<b>อารมณ์</b> ความหมายและความสำคัญของอารมณ์...255 การจัดประเภทของอารมณ์...257 การเกิดอารมณ์...260 พัฒนาการทางอารมณ์ของมนุษย์...271 การแสดงออกทางอารมณ์...274 แนวทางการควบคุมอารมณ์ในชีวิตประจำวัน...276 สรุป...278 แบบฝึกหัดท้ายบท...279 บรรณานุกรม...280	253
10	<b>บุคลิกภาพและการวัด</b> ความหมายของบุคลิกภาพ...283 ทฤษฎีบุคลิกภาพ...287 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพ...298 การวัดและประเมินบุคลิกภาพ...304 การปรับปรุงบุคลิกภาพ...311สรุป...314แบบฝึกหัดท้ายบท...316บรรณานุกรม...317	281

บทที่	หน้า
11	319
<b>สติปัญญาและการวัด</b>	
ความหมายของสติปัญญา...321 อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม	
ต่อการพัฒนาสติปัญญา...322 การวัดสติปัญญา...324 ตัวแปรเกี่ยวกับความ	
สามารถทางสติปัญญา...333 สติปัญญาในการดำเนินชีวิตประจำวัน...334	
สรุป...336 แบบฝึกหัดท้ายบท...337 บรรณานุกรม...339	
12	341
<b>การปรับตัว</b>	
การปรับตัวคืออะไร...343 ความเข้าใจในเรื่องความเครียด...347	
ความคับข้องใจกับกลไกป้องกันจิตใจ...354 ความขัดแย้งใจกับการปรับตัว...361	
พุทธศาสนากับการปรับตัว...365 สรุป...368 แบบฝึกหัดท้ายบท...370	
บรรณานุกรม...371	
13	373
<b>มนุษย์กับสังคม</b>	
มนุษย์กับบริบททางสังคม...376 ระยะห่างระหว่างบุคคล...378 ความ	
ต้องการการเข้ากลุ่ม...380 อิทธิพลทางสังคม...383 อำนาจทางสังคม...385	
เจตคติ...388 อคติ...392 ความก้าวร้าว...393 พฤติกรรมการช่วยเหลือ...395	
สรุป...399 แบบฝึกหัดท้ายบท...402 บรรณานุกรม...404	
<b>ประเมินผลหลังเรียน</b>	<b>405</b>
<b>ภาคผนวก ก. สถิติจิตวิทยา</b>	<b>411</b>
<b>ภาคผนวก ข. ตัวอย่างข้อสอบ PC 103</b>	<b>419</b>
<b>เฉลยประเมินผลก่อนเรียนและหลังเรียน</b>	<b>435</b>
<b>แนวตอบและเฉลยกิจกรรมและแบบฝึกหัดท้ายบท</b>	<b>436</b>
<b>เฉลยตัวอย่างข้อสอบ PC 103</b>	<b>446</b>