

บทที่ 2

ธรรมชาติของมนุษย์และบุคลิกภาพ

เค้าโครงเนื้อหาวิชา

การเปรียบเทียบธรรมชาติของมนุษย์กับสัตว์

ความหมายของบุคลิกภาพ

ทฤษฎีว่าด้วยธรรมชาติของมนุษย์และบุคลิกภาพ

- ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Model)
- แนวความคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behavioristic Model)
- แนวความคิดของกลุ่มเอกซิสเทนเชียล (Existential Model)
- แนวความคิดของกลุ่มมนุษยนิยม (Humanistic Model)

บทที่ 2

ธรรมชาติของมนุษย์และบุคลิกภาพ

ปัจจุบันมนุษย์ได้รู้ว่า ความใฝ่ฝันที่จะเอาชนะธรรมชาติเพื่อมวลมนุษยชนนั้นไม่ใช่เพียงความฝันแต่เป็นไปได้จริง ๆ มนุษย์สามารถเอาชนะความร้อนความหนาวด้วยเครื่องปรับอากาศ เอาชนะความห่างไกลด้วยการคมนาคมที่ย่นระยะเวลาลง เอาชนะการทำงานบ้านที่ต้องเสียเวลาทั้งวันด้วยการใช้เครื่องทุ่นเวลาอำนวยความสะดวกต่าง ๆ แม้จะเอาชนะธรรมชาติได้ มนุษย์สมัยใหม่กลับรู้สึกมีนงง เขาทำงานจนขวนขวายอย่างเต็มที่ ขณะที่ทุ่มให้งานจนงอกแง่มากเท่าไรก็ยิ่งรู้สึกขาดในแง่ของชีวิตและสังคม การสร้างสรรค์ใหม่ ๆ หมายถึง การเอาชนะธรรมชาติซึ่งทำให้มนุษย์รู้สึกว่าลดความสำคัญของตนเองลงและดิ่งไม่หลุดจากบ่วงของความเจริญนี้ ขณะที่เห็นห่างจากธรรมชาติก็กลายเป็นทาสของเครื่องจักรที่ตนสร้างขึ้นมาเอง ท่ามกลางความรู้อันท่วมท้นมนุษย์อับจนต่อคำถามที่ว่า มนุษย์คืออะไร ควรมีชีวิตอย่างไร มนุษย์จะใช้พลังของมนุษย์ให้เกิดคุณประโยชน์ได้อย่างไร

เป็นร้อยปีมาแล้วนักปราชญ์ได้รับการท้าทายด้วยคำถามที่ว่า **ธรรมชาติของมนุษย์เป็นอย่างไร** ฮิปโปเครติส (460-377 BC) เชื่อว่าอุปนิสัยของแต่ละคนถูกกำหนดโดยสัดส่วนของของเหลว 4 ชนิดในร่างกาย ได้แก่ เลือด (กล้าหาญ) เสมหะ (เฉื่อยชา) น้ำดีสีดำ (จิตเศร้า) และน้ำดีสีเหลือง (ฟุ้งซ่าน-ไม่สงบ) และยังแบ่งบุคลิกภาพของคนเราตามลักษณะร่างกาย คือ คนอ้วนกับคนผอมสูง

ออลพอร์ท (Gordon Allport, 1897-1976) พยายามอธิบายลักษณะต่าง ๆ ของคนเราตามลักษณะนิสัย (traits) 3 ชนิด ได้แก่ common, cardinal และ central ซึ่งทำให้เกิดลักษณะของแต่ละคน พรอยด์และอิริคสันต่างก็ย้ำเน้นความสำคัญของพัฒนาการและประสบการณ์เยาว์วัยที่ก่อให้เกิดบุคลิกภาพและความแตกต่างกัน ทฤษฎีอื่น ได้แก่ กลุ่มทฤษฎีการเรียนรู้ เช่น ดอลลาร์ด มิลเลอร์ และสกินเนอร์ กลุ่มนี้เน้นความสำคัญของการฝึกฝน การเสริมแรง และเงื่อนไขของวัฒนธรรม เป็นปัจจัยในการปรับคุณลักษณะของแต่ละคน ทักมัมกับทฤษฎีการเรียนรู้เป็นกลุ่มที่เฟื่องถึงที่อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ได้แก่ กลุ่มเอกซิสเทนเชียลลิสต์และมนุษยนิยม ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้ได้แก่ แฟรงค์เกิล เมย์ และ มาสโลว์ ซึ่งเชื่อว่าธรรมชาติมนุษย์ที่สำคัญยิ่ง คือ ความพึงพอใจในการสนองความต้องการอย่างมีค่า การมีเอกลักษณ์ของตนเอง และสัจกาลแห่งตน

นักทฤษฎีแต่ละท่านได้เสนอแนวความคิดของท่านไว้ในการอธิบายบุคลิกภาพและธรรมชาติของมนุษย์ ซึ่งมีทั้งผู้ที่เห็นด้วยและโต้แย้ง อย่างไรก็ตาม เกือบทุกท่านดูเหมือนจะเห็นด้วยกับคำกล่าวของเซคสเปียร์ในเรื่องแฮมเลตที่ว่า มนุษย์คือสัตว์ที่ประเสริฐ

การเปรียบเทียบธรรมชาติของมนุษย์กับสัตว์

ความคิดที่ว่า มนุษย์คือสัตว์แม้จะเป็นสัตว์ประเสริฐ ก็เป็นสิ่งที่ยากที่อีกหลายคนจะยอมรับได้ การศึกษาจิตวิทยาเปรียบเทียบต้องการทราบถึงพฤติกรรมที่คล้ายและแตกต่างกันระหว่างมนุษย์และสัตว์ชนิดต่าง ๆ เราก็น่าจะได้ทราบถึงผลการศึกษานี้เพื่อทำความเข้าใจมนุษย์ได้ดียิ่งขึ้น

สิ่งที่มนุษย์กับสัตว์คล้ายกัน ได้แก่ แรงขับปฐมภูมิ (แรงขับตามธรรมชาติ : ความหิว ความกระหาย การหลีกเลี่ยงความเจ็บปวด และ ความต้องการทางเพศ ฯลฯ) อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาในรายละเอียดสำหรับแรงขับทางเพศจะพบว่า มีการแสดงออกที่ต่างกัน

จนกระทั่งเมื่อเร็ว ๆ นี้ นักสังคม-ชีววิทยาได้ชี้แจงให้เห็นว่า นอกจากแรงขับปฐมภูมิแล้ว มนุษย์และสัตว์ยังมีแรงขับทุติยภูมิหรือแรงขับทางสังคมคล้ายกันอีกด้วย ได้แก่ ความรักใคร่ ความก้าวร้าว และความร่วมมือ สัตว์เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมมีการแสดงความรักใคร่กัน ลิงชิมแปนซีจะกอดกันหลังจากไม่ได้พบกัน ลิงหลายชนิดใช้หางพันกันแสดงความรัก ลูกสัตว์มีการเล่นด้วยกัน หม่าป่าหาอาหารมาเพื่อตัวที่ออกหาเหยื่อไม่ได้ ผึ้ง ปลวก มด ก็มีการร่วมมือกันอย่างดีในการหากิน อยู่ร่วมกัน สร้างรัง และสร้างความเป็นปึกแผ่นแก่พวกมันเอง

ในมนุษย์มีการทะเลาะเบาะแว้ง ฆ่าฟันกัน ทำสงคราม ความก้าวร้าวเป็นสัญชาตญาณทั้งของมนุษย์และสัตว์เพื่อปกป้องดินแดนของตน กลุ่มพฤติกรรมนิยมไม่เห็นด้วยในเรื่องนี้ และยังคงเชื่อว่าความก้าวร้าวเป็นการเรียนรู้ที่ถูกลงโทษ คุณสมบัติเฉพาะของการเป็นมนุษย์คืออะไร มนุษย์มีภาษาใช้เรียนภาษาได้ขณะที่สัตว์ทำไม่ได้ แต่เดี๋ยวนี้พบว่า จากการทดลองลิงชิมแปนซีสามารถเรียนรู้ภาษาได้บ้าง ในที่สุดสิ่งที่เชื่อว่ามีแต่ในมนุษย์ คือ **ความเข้าใจตนเองและรู้จักตัดสินใจ**

ความหมายของบุคลิกภาพ

คำว่า “บุคลิกภาพ” ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Personality นิภา นิธยาน (2530) ได้อธิบายถึงรากศัพท์ของ Personality ไว้ในหนังสือการปรับตัวและบุคลิกภาพ ; จิตวิทยาเพื่อการศึกษาระดับปริญญาตรีว่า Personality มาจากรากศัพท์ภาษาละติน คำว่า Persona ซึ่งแปลว่า หน้ากากที่ตัวละครกรีกและโรมันในสมัยก่อนสวมใส่ เพื่อแสดงบุคลิกลักษณะที่แตกต่างกันให้ผู้ดูสามารถเห็นได้แม้ในระยะไกล

โดยทั่วไป มักใช้คำว่า บุคลิกภาพ ในความหมายที่แสดงถึงทักษะทางสังคม ซึ่งบุคคลสามารถแสดงออกได้เหมาะสมตามกาลเทศะ ด้วยเหตุนี้ ทำให้มีการฝึกบุคลิกภาพกันให้มีความคล่องในการสนทนาปราศรัยและเข้าสังคม อีกนัยหนึ่งจะใช้คำว่า บุคลิกภาพเพื่อบ่งบอกลักษณะโดดเด่นของแต่ละคนตามการประเมินของผู้อื่น ได้แก่ การที่เรากล่าวว่ เรามีบุคลิกภาพก้าวร้าว สุภาพ หรือน่าเกรงขาม

ความหมายของบุคลิกภาพในทางจิตวิทยา จะมีความหมายแตกต่างไปจากความหมายโดยทั่วไป

นั่นคือ บุคลิกภาพ หมายถึง เอกลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นผลรวมของลักษณะนิสัยทั้งหลาย คุณสมบัตื ความสามารถ และความรู้สึกนึกคิดทุกด้าน ตลอดจนแบบแผนการแสดงพฤติกรรมของบุคคลนั้น

ในการนิยามความหมาย บุคลิกภาพของนักจิตวิทยา มักจะพยายามครอบคลุมถึงสภาวะทุกอย่างที่ประกอบกันขึ้นเป็นตัวบุคคล อันได้แก่ คุณสมบัตืหรือคุณลักษณะทางจิตใจ ซึ่งมีอิทธิพลต่อการกระทำของบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ

ทฤษฎีว่าด้วยธรรมชาติของมนุษย์และบุคลิกภาพ

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Model)

น้อยคนทีเราจะนึกออกที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้เรื่องมนุษย์ และที่ยิ่งใหญ่ท่านหนึ่ง คือ ฟรอยด์ ผู้ลุ่มหลงการวิเคราะห์จิต บางคนมองฟรอยด์ในฐานะที่มีอิทธิพลในเรื่องการกล่าวถึงเรื่องเพศมากเกินไปในแง่อิทธิพลต่อพัฒนาการของบุคลิกภาพ บางคนก็ยกย่องฟรอยด์ในฐานะผู้สร้างที่อัจฉริยะให้คำอธิบายที่ครอบคลุมในเรื่องพัฒนาการของบุคลิกภาพ และพฤติกรรมผิดปกติ การประเมินออกมาแบบสุดโต่งทั้ง 2 ขั้วเป็นภาพดั้งเดิมเมื่อกกล่าวถึงผลงานของฟรอยด์ เป็นการยากที่ใครจะยืนอยู่ตรงกลาง ถ้าไม่มองว่าใครอยู่ขั้วไหนก็เป็นที่ยอมรับกันว่าผลงานของฟรอยด์สำคัญที่สุดชิ้นหนึ่งในบรรดาผลงานในสาขาจิตวิทยาทีเดียว ทฤษฎีของเขาทำลายคนอื่น ๆ ให้พัฒนาทฤษฎีที่โต้แย้งหรือสนับสนุนออกมา

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud : 1856-1939) เป็นแพทย์ทางประสาทวิทยาชาวเวียนนาที่เผชิญกับโรคประสาทแบบฮีสทีเรีย ซึ่งผู้ป่วยแสดงอาการเจ็บป่วยทางกายโดยไม่มีสมมุฐานแห่งโรคที่มาจากความบกพร่องทางกายแต่อย่างใดเลย ได้แก่ อาการ ตาบอด หูหนวก หมดสติ เป็นอัมพาต โดยที่ค้นไม่พบสาเหตุทางกาย เพื่อที่จะรู้ถึงการรักษาฮีสทีเรียได้ดีขึ้น ฟรอยด์เดินทางไปศึกษากับชาร์โค (Jean Charcot) ที่ปารีส ชาร์โครักษาอาการฮีสทีเรียด้วยวิธีใหม่และพบว่า การสะกดจิตทำให้ผู้ป่วยหายจากอาการฮีสทีเรียได้ ฟรอยด์ไม่มีความสามารถในการสะกดจิตดีนัก จึงพบว่ายากจะประสบผลในการใช้กับคนไข้ของเขา คนไข้มักจะกลับมีอาการอีก

ขณะนั้น บรูเออร์ (Josef Breuer) จิตแพทย์ชาวเวียนนาอีกท่านหนึ่งทำการรักษาอาการฮีสทีเรียด้วยการให้คนไข้พูดถึงอาการที่ตนเป็น แม้ว่าการพูดถึงจะทำให้คนไข้สะท้อนอารมณ์แต่ก็พบว่าคนไข้มีอาการที่ดีขึ้น หลังจากนั้นฟรอยด์จึงหันมาทดลองวิธีการของบรูเออร์แล้วต่อมาเขาก็ได้ค้นพบกระบวนการที่มีประสิทธิภาพในปี ค.ศ.1895 เขาและบรูเออร์ช่วยกันเขียนหนังสือเรื่อง Studies of Hysteria ฟรอยด์ได้สืบต่อการพัฒนาทฤษฎีของเขาจากประสบการณ์ในการรักษาคนไข้และวิเคราะห์ตนเองของเขาในปี ค.ศ.1900 ฟรอยด์ได้เขียนเรื่อง Interpretation of dream

โครงสร้างบุคลิกภาพตามทฤษฎีของฟรอยด์ ประกอบด้วยระบบ id, ego และ superego

ระบบ id ฟรอยด์เชื่อว่า ความปรารถนาเรื่องเพศ (sex) เป็นแรงขับพื้นฐานของพลัง Libido (พลังเพื่อชีวิต/การอยู่รอด) ที่จูงใจให้แสวงหาความพึงพอใจและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีความหมายเกี่ยวพันถึง โดยที่จะมีการทำงานในระดับจิตใต้สำนึกเป็นสัญชาตญาณที่มีมาโดยกำเนิด ไม่มีการระบุนำผิดหรือถูก เพียงเป็นไปเพื่อการดำรงชีวิตและทำให้เกิดแรงกระตุ้นที่ไม่ผ่านการขัดเกลาของความกลัว ความโกรธและความลุ่มหลง ความปรารถนาของตน ไม่เกี่ยวกับเรื่องของสังคมหรือศีลธรรมจรรยา

ระบบ superego คือ มโนธรรม ทำให้เกิดระบบค่านิยมพื้นฐานในเรื่องผิดชอบชั่วดี และ ideal self (ตนเองที่พึงปรารถนา) เป็นสิ่งที่ไม่ได้มีมาโดยกำเนิดแต่เกิดจากการได้รับการสั่งสอน ครูเอกที่สอน คือ พ่อแม่ด้วยการแสดงว่ายอมรับหรือไม่รับการกระทำต่าง ๆ จากสิ่งที่ซึมซับ ในที่สุดจะทำให้บุคคลมีอุดมคติในตนเอง (ego ideal) อุดมคติในตนเองนี้มักจะคล้ายกับสิ่งที่พ่อแม่เป็น เราจะพยายามพาตัวเราไปให้ดีขึ้น ๆ ให้เห็นถึงความไฝฝั้นนั้น ถ้าไม่มีตัวแบบก็จะมีการสร้างขึ้นมาเอง อาจจะมีลักษณะตรงกันข้ามเลย เช่น จะรวยเหมือนนายแบงก์ใหญ่ มีชื่อเสียงเหมือน พลตรีจำลอง ศรีเมือง เจ้าชู้เหมือนขุนแผน จะตอบโต้ทุกคนแบบที่เขาทำกับฉัน ฯลฯ ความผิดหวังซ้ำ ๆ จะสร้างชะตากรรมให้บุคคล เขาอาจหวังอะไรที่เกินความเป็นจริง

ระบบ ego เกี่ยวกับ reality principle (หลักของความจริง) เป็นตัวเชื่อมระหว่าง id ที่รุนแรง กับความดีงาม คือ superego ego ต้องสนองตอบนาย 3 คน ต้องทำให้ดีที่สุดสำหรับนายทั้ง 3 ที่ออกคำสั่งมา ได้แก่ สิ่งแวดล้อม superego และ id

ในการพัฒนาบุคลิกภาพที่มีพลานามัย ต้องมีความกลมกลืนระหว่างส่วนประกอบทั้ง 3 โดยมี ego เป็นตัวกำกับ คนที่มีบุคลิกภาพเช่นนี้เรียกว่าเป็นพวกการปรับตัวดี (task-oriented) คือ มีความสามารถแยกแยะระหว่างสิ่งที่จะต้องการทำกับสิ่งที่มาคุกคามเขา ego ในทางตรงข้ามพวกปรับตัวไม่ดี (ego-oriented) จะขาดความสมดุลในการปรับตัวยึดตนเองเป็นใหญ่ (ไม่สามารถจำแนกแยกแยะ)

พวกที่ยึดตนเองเป็นใหญ่จะเห็นว่า การนัดกับต่างเพศแล้วผิดหวังแปลว่าจะไว้วางใจใครอีกไม่ได้ ต่างเพศจะเหมือนกันหมด ขณะที่พวกปรับตัวดีเห็นว่าการลองครั้งใหม่ น่าจะสมหวังบ้าง

ขั้นพัฒนาการทางเพศ

ระดับความกลมกลืนของบุคลิกภาพ ขึ้นอยู่กับ การพัฒนาระหว่างระบบ id, ego, superego ว่าบุคคลประสบความสำเร็จแค่ไหนตามขั้นพัฒนาการทางเพศที่ فروยด์ เรียกว่า "psychosexual stages"

ขั้นพัฒนาการทางเพศ หมายถึง วิธีการแ่่งมุมในการลดความตึงเครียดและการกระทำที่ช่วยให้ความตึงเครียดลดลง ยกตัวอย่างเช่น ในขั้น oral stage ความตึงเครียดก็ได้แก่ ความหิว-กระหาย หรือความอยากรู้หรืออยากเห็น การลดความตึงเครียดดังกล่าวจะสำเร็จด้วยการใช้ปากเสพอาหาร เครื่องดื่ม หรือการสำรวจสิ่งต่าง ๆ ด้วยปาก (การหยิบทุกอย่างที่อยากรู้ว่าเป็นอะไรใส่ปาก)

บุคคลอาจจะผ่านไปสู่อขั้นต่อไปหรือติดค้าง (fixate) หรือถอยกลับไปสู่อขั้นก่อน ๆ ก็ได้ การผ่านแต่ละขั้นหมายความว่าบุคคลต้องเกิดความพึงพอใจ ประสบความสำเร็จเกิดความสมดุลของลักษณะนิสัยที่เป็นบุคลิกภาพในขั้นนั้น ๆ เช่น ความสำเร็จในขั้นทวารหนัก (anal stage) บุคคลจะเกิดความสมดุลระหว่างความพิถีพิถันกับความไร้ระเบียบ และสามารถดำรงความเป็นตัวของตัวเองได้

فروยด์เชื่อว่าไม่มีใครเลยที่จะผ่านขั้นต่าง ๆ ได้สมบูรณ์เป็นเลิศ เพราะไม่มีใครที่จะมีพ่อแม่ที่สมบูรณ์แบบไปหมดจากการถูกเลี้ยงจากบรรพบุรุษอีกที ความล้มเหลวในการผ่านขั้นเหล่านี้ทำให้เกิด fixation ถ้าเกิดการติดค้างขั้นแล้วหมายความว่าผู้นั้นจะไม่บรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ บุคลิกภาพก็จะมีลักษณะเกินจริงในเรื่องอุปนิสัยที่สัมพันธ์กับขั้นนั้น บางทีการขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์อาจเกิดอาการถอยหลัง (regression) ถ้าสิ่งคุกคามบีบบังคับมากเกินไปบุคคลอาจพยายามหลีกเลี่ยงโดยการถอยหลังกลับไปสู่อขั้นก่อน ๆ ดังเช่น เกิดขึ้นบ่อย ๆ กับเด็กวัย 4 ขวบที่รู้สึกถูกรบกวนจิตใจเนื่องจากมีน้องจะมีการฉีดยาที่นอน ดูดนิ้วมือ ทั้งที่โตเกินวัยเหล่านี้ไปแล้ว

ไม่ว่าบุคคลจะผ่านพ้น ติดค้าง หรือถอยหลังกลับไปสู่อขั้นก่อน ๆ ขึ้นอยู่กับ

1. ตัวกำหนดทางพันธุกรรม
2. ทัศนคติของพ่อแม่

ตัวกำหนดทางพันธุกรรมจะรวมไปถึงอัตราการบรรลุวุฒิภาวะ (พูด หรือเดินเร็วหรือช้าแค่ไหน) การฝึกขับถ่าย รูปร่างสัดส่วน บทบาททางเพศ ความมีเสน่ห์ ระดับสติปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ และความไวในการเรียนรู้

ทัศนคติของพ่อแม่ หมายถึง การที่แนวพรรคนะมีอิทธิพลต่อการเลี้ยงดูลูกของพ่อแม่ เช่น การปกป้องมากเกินไป การปฏิเสธลูก หรือเจ้าระเบียบจนจุกจิกจู้จี้

ขั้นต่าง ๆ ของพัฒนาการทางเพศ ได้แก่

1. **ขั้นปาก (oral stage)** ขั้นนี้ครอบคลุมตั้งแต่แรกเกิดถึงประมาณ $1\frac{1}{2}$ ปี การติดค้างในขั้นนี้จะปรากฏในรูปบุคลิกภาพที่ยอมหรือก้าวร้าวในเรื่องการใช้ปาก

บุคลิกภาพแบบยอมจะแสดงออกในลักษณะที่สุภาพอ่อนแอ ขาดความสามารถในการป้องกันตนเอง ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในเรื่องต่าง ๆ พวกติดสุราเป็นลักษณะที่ยอมจนเกินเลย เป็นคนที่ไม่สามารถทนต่อความเครียดหรือความวิตกกังวล และจะพยายามลดความเครียดด้วยการเสพสิ่งมีนเมา ยาเสพติด หรืออาหาร

ตรงกันข้ามกับพวกนี้ เป็นบุคลิกภาพแบบก้าวร้าว ต้องการจนเกินเลยในเรื่องอิสระอำนาจและการควบคุมบังคับผู้อื่น พวกนี้จะมีอัตราเข้าสู่ภูมิภาคเร็ว การเคลื่อนไหว การพูดเร็วกว่าระดับปกติ เอาแต่ใจ ควบคุมสิ่งแวดล้อม เมื่อโตขึ้นจะหันไปสนใจการเมือง เศรษฐศาสตร์ และศักดิ์ศรีอำนาจ การใช้ถ้อยคำอย่างฉกาจเป็นเครื่องมือลำดับต้น และมีโอกาสพัฒนาไปสู่การใช้คำพูดเพื่อเป็นพนักงานขาย บ้อยยอ หรือประหัตประหารเชือดเฉือนคนฟัง

2. ขั้นทวารหนัก (Anal stage) เกิดขึ้นในช่วงระหว่าง 2-4 ปี การติดค้างในขั้นนี้อาจส่งผลในแง่บุคลิกภาพแบบอนูรักษ (anal retentive) หรือแบบเลยเถิด (anal-expulsive) ในระยะนี้เองที่พ่อแม่พยายามอบรมวัฒนธรรม เริ่มจากการฝึกขับถ่ายอย่างเหมาะสม การอบรมทุกอย่างจะทำให้เด็กรู้สึกขาดความเป็นตัวของตัวเอง เด็กส่วนใหญ่มีแนวโน้มจะต่อต้านด้วยการดื้อ ไม่ร่วมมือ

พวกอนูรักษจะมีทัศนคติว่า “ผู้ใหญ่ไม่มีวันบังคับฉันได้” ขณะที่พวกเลยเถิดมีทัศนคติว่า “ผู้ใหญ่จะมายับยั้งฉันไม่ได้”

พวกอนูรักษมักจะพยายามแสดงถึงการควบคุมตนเอง ถ้าพ่อแม่เป็นพวกเจ้าระเบียบอยู่แล้วการควบคุมตนเองของเด็กจะเป็นที่พอใจและจะชมเชยเมื่อเด็กทำเช่นนั้น ทำให้เด็กไม่เพียงเรียนรู้การควบคุมการทำงานของร่างกายเท่านั้น แต่จะควบคุมไปถึงความคิดและอารมณ์ด้วย ความคิดจะเป็นแบบอนูรักษนิยมทำตามระเบียบ อารมณ์เป็นแบบเก็บกดหรือแสดงออกเฉพาะที่จำกัดแล้ว จากภาวะเช่นนี้จะได้สิ่งที่เจ้าตัวพอใจด้วยทัศนคติที่ว่า “เธอทำให้ฉันเจ็บปวดไม่ได้ ฉันคงความสงบไว้ได้เสมอ”

พวกบุคลิกภาพเลยเถิดจะตรงกันข้าม จะมีลักษณะที่ตามใจตัวเอง ขาดความรับผิดชอบเนื่องมาจากถูกเลี้ยงแบบปล่อย ดังนั้น จึงไม่อดทนต่อข้อกำหนดของสังคม และละเมิดกฎเกณฑ์ต่าง ๆ มีทัศนคติว่า “ใครก็หยุดฉันไม่ได้” หมายรวมไปถึง “ฉันจะไม่สามารถหยุดตัวฉันด้วย” นี่คือการปฏิเสธความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง การขาดการควบคุมตนเอง ซึ่งการขาดการควบคุมอารมณ์นี้บุคคลอาจระจอนเข้าไปใ้เมื่อถูกกวนเล็กน้อยซึ่มีเสรัอย่างแรงกับการผิดหวังเพียงเล็กน้อย หรือรักอย่างลุ่มหลงเพียงแรกเห็น พวกนี้มักใช้ชีวิตอย่างหลงไหลขาดระเบียบ ลืมนัด มีความสัมพันธ์แบบไม่มั่นคง

3. ขั้นอวัยวะเพศ (Phallic stage) ขั้นนี้เกิดขึ้นระหว่างอายุ 5-7 ปี ซึ่งฟรอยด์ระบุว่า เป็นขั้นสำคัญที่สุด ชื่อนี้มาจากคำว่า "phallus" ซึ่งหมายถึงอวัยวะเพศชาย ทั้งนี้เพราะผู้ชาย

ประสบการณ์ยุ่งยากในการผ่านขั้นนี้มากกว่าผู้หญิง จุดมุ่งหมายของขั้นนี้ คือ การเลียนแบบบทบาททางเพศของตนเอง ในเพศชายการผ่านขั้นนี้ได้ คือการเปลี่ยนจากการเลียนแบบลักษณะของแม่มาเป็นแบบของพ่อซึ่งเป็นผู้ชาย ก่อนหน้าทั้งเด็กหญิงเด็กชายจะเลียนแบบแม่ แม่จะถูกรับรู้เสมือนพระเจ้า ดังนั้น เด็กจึงอยากเลียนแบบแม่ สำหรับลูกสาวการเลียนแบบบทบาททางเพศของแม่ไม่เป็นปัญหาอะไร แต่สำหรับเด็กชายแล้วแม่ให้กำเนิดทารกได้ขณะที่เด็กชายไม่มีวันทำได้ ดังนั้น เป้าหมายการเลียนแบบสำหรับเด็กชายจำต้องเปลี่ยนจากแม่ไปเป็นการเลียนแบบตามพ่อ

4. ขั้นแอบแฝง (Latency stage) ขั้นนี้เกิดขึ้นระหว่างอายุ 8-12 ปี เป็นระยะของการพัฒนาวุฒิภาวะทางกาย เป็นช่วงเวลาแห่งการเล่นทะเลาะโมโห เป็นช่วงที่เด็กจะได้เป็นเด็กไม่ค่อยมีปัญหาการติดค้าง แต่จะเป็นถอยหลัง ถ้าเด็กล้มเหลวในการผ่านขั้นนี้จะมีการถอยหลัง (regression) อย่างรุนแรง หรือย้อนกลับมาสู่ขั้นนี้ได้ภายหลัง

การถอยหลัง ขึ้นอยู่กับ การขาดโอกาสเล่นแบบเด็ก เกิดการข้ามขั้นเพราะว่าโตเร็วเกินไป เช่น เด็กที่ต้องไปทำงานเยี่ยงผู้ใหญ่ ทำหน้าที่ดูแลน้อง หรือในสภาพการณ์อื่น เช่น เด็กถูกขัดขวางที่จะได้รับความพอใจจากการเล่น เมื่อประสบการณ์กดดันภายหลังบุคคลเหล่านี้มีแนวโน้มจะถอยกลับไปทำตัวเป็นเด็ก ทำในสิ่งที่ตอนเด็ก ๆ เด็กถูกปฏิเสธ ถูกห้ามหรือไม่มีโอกาสได้ทำ

5. ขั้นสืบพันธุ์ (Genital stage) เริ่มเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นและกำลังเติบโตไปสู่วัยผู้ใหญ่มี 2 ระยะ คือ

- ระยะรักเพื่อนเพศเดียวกัน (homosexual)
- ระยะรักต่างเพศ (heterosexual)

ระยะรักเพื่อนเพศเดียวกัน หมายถึง ระยะที่มีเพื่อนสนิท ความสัมพันธ์กับเพศเดียวกันฉันท์เพื่อน

ระยะรักต่างเพศ จะต่อจากรยะรักเพื่อนเพศเดียวกัน สัมพันธภาพจะเป็นเรื่องที่มีกับเพื่อนต่างเพศความรักและการแสดงออกต่าง ๆ จะเพิ่มเสริมเข้ามา

ความล้มเหลวที่จะผ่านพ้นระยะรักเพื่อนเพศเดียวกัน ซึ่งปรารถนาและพอใจกับการมีเพื่อนสนิทจะทำให้รู้สึกลดคุณค่าความศรัทธาในตนเอง และทรศนะในเรื่องต่างเพศก็จะลดลงไปด้วย ทำให้เกิดความรู้สึกมีปมด้อย ต้องพึ่งพาผู้อื่นอย่างมาก การไม่รู้วิธีแสดงอารมณ์ที่ไม่เกี่ยวกับเรื่องต่างเพศ การก้าวเข้ามาสู่การมีเพศสัมพันธ์เร็วเกินไป อาจทำให้กล่าวโทษเรื่องเพศไปทุกกรณี เด็กหญิงอาจมองเพศชายเป็นสาเหตุให้เธอเกิดความทุกข์หม่นไหม้

วัยรุ่นชายที่มีความสัมพันธ์กับต่างเพศก่อนที่จะมีความพร้อมของวุฒิภาวะทางอารมณ์ ก็มักจะพยายามพิสูจน์ความเป็นชายทำให้เห็นผู้หญิงเป็นเพียงรางวัลหรือชัยชนะในการแข่งขัน

เกมส์จับสาว จะพยายามทำรางวัลให้สูงสุดด้วยการสะสมรางวัลไปเรื่อย ๆ เนื่องจากไม่มีวิธีแสดง อารมณ์ในแบบอื่น ๆ ทุกเรื่อง ความซิมเคร้า ความหน่าย โกรธ จะหาทางออกโดยปะปนไปกับการมีเพศสัมพันธ์

จากลำดับขั้นพัฒนาการทางเพศที่พรอยด์ชี้บ่งไว้ จะเห็นได้ว่า โอกาสที่คนเราจะผ่านทุก ๆ ชั้นไปอย่างราบรื่นเป็นไปได้ยาก พรอยด์กล่าวว่า ทุกคนจะเคยมีบาดแผลทางใจซึ่งจะเป็นเหตุนำไปสู่ความทุกข์ทรมานทั้งทางกาย จิตใจ และสังคมในระยะที่เติบโตแล้วได้

แนวความคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behavioristic Model)

กลุ่มพฤติกรรมนิยมแตกต่างจากกลุ่มจิตวิเคราะห์ กล่าวคือ กลุ่มนี้ไม่สามารถระบุแรงพยายามอย่างโดดเด่นในตัวมนุษย์ในฐานะที่เป็นแรงจูงใจของพฤติกรรมได้ แต่ใช้คำอธิบายเหล่านี้ ได้แก่ elementism, reductionism, associationism และ scientific materialism ก่อนที่จะพัฒนามาใช้คำว่า behaviorism คำศัพท์ต่าง ๆ เหล่านี้มีความหมายในแนวเดียวกันที่เน้นการศึกษาองค์ประกอบย่อยที่สุดเป็นสำคัญ เชื่อว่าปรากฏการณ์ที่ซับซ้อนจะทำความเข้าใจได้โดยการวิเคราะห์ลงไปให้ถึงส่วนประกอบย่อย ๆ กลุ่มโครงสร้างของจิต (Structuralism) ก็คือตัวแทนของแนวความคิดเช่นนี้ที่เกิดขึ้นมาก่อน ทำการวิเคราะห์ส่วนประกอบของจิตจนย่อยที่สุดได้แก่ sensing, feeling และ image

วิลเลียม เจมส์ (William James) แสดงเหตุผลในการศึกษาจิตวิทยาในฐานะเป็นวิทยาศาสตร์ธรรมชาติ (Natural Science) ว่าเพื่อความเป็นเลิศของวิชานี้ เพื่อจะสนองเจตนารมณ์ดังกล่าวนี้เองนับไล่มาตั้งแต่ วัตสัน (Watson) จนถึงสกินเนอร์ (Skinner) ท่านเหล่านี้อุทิศตนเพื่อการสร้างหลักการของจิตวิทยาให้เป็นวิทยาศาสตร์ วัตสันกล่าวยืนยันว่า สาธารณะของจิตวิทยา คือ การเข้าใจ ทำนาย และควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์และสัตว์ เขาเชื่อว่าการตอบสนองทั้งของมนุษย์และสัตว์สามารถอธิบายได้ด้วยหลักการเดียวกัน

ปัจจุบันกลุ่มพฤติกรรมนิยมเป็นกลุ่มความคิดที่มีอิทธิพลสูงสุดกลุ่มหนึ่งทีเดียว การยอมรับของกลุ่มนี้ต้องผ่านการศึกษาวิจัย ซึ่งจากการพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้เกิด เทคนิคการวางเงื่อนไขแบบ operant และ classical ที่สามารถทำให้เกิดพฤติกรรมตามที่ต้องการได้

การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก (Classical Conditioning)

พื้นฐานของ classical conditioning คือหลักของ association ที่กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง ซึ่งสำหรับการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกนี้หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างปฏิกิริยาสะท้อนและการตอบสนองแบบนอกอำนาจจิตใจ กับสิ่งเร้าที่เป็นกลาง (สิ่งเร้าที่เป็นกลาง หมายถึง สิ่งเร้าที่โดยตัวของมันเองทำให้เกิดการตอบสนองตามธรรมชาติไม่ได้)

การกะพริบตาเมื่อลมกรรโชก เป็นปฏิกริยาสะท้อนที่แสดงออก (อยู่นอกอำนาจการสั่งของจิตใจ) ต่อสิ่งเร้าตามธรรมชาติ คือ ลมกรรโชก หมายความว่า ปฏิกริยาสะท้อนดังกล่าวจะแสดงออกมาโดยอัตโนมัติ เมื่อคนเรามากอยู่ในภาวะที่ลมพัดผ่านใบหน้าอย่างแรง ถือว่าลมกรรโชกเป็นสิ่งเร้าตามธรรมชาติที่จะทำให้เกิดปฏิกริยาดังกล่าวขึ้นได้เอง

พาฟลอฟ (Ivan Pavlov) ค้นพบว่าถ้าสิ่งเร้าที่เป็นกลาง (โดยปกติไม่ก่อให้เกิดการตอบสนองแบบนั้นได้) ถูกนำมาเข้ากับสิ่งเร้าตามธรรมชาติ ในที่สุดตัวใหม่ก็จะทำให้เกิดพฤติกรรมตอบสนอง (ปฏิกริยาสะท้อนที่อยู่นอกอำนาจจิตใจ) ได้เช่นเดียวกับสิ่งเร้าตามธรรมชาติ เทคนิคที่จะทำให้เกิดผลดังกล่าวนี้ เรียกว่า การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกเราจะอาศัยการวางเงื่อนไขแบบนี้มากำหนดให้มนุษย์และสัตว์แสดงปฏิกริยาสะท้อนหรือการตอบสนองอื่นที่อยู่นอกอำนาจจิตใจบางอย่างได้

หลักการนี้อธิบายธรรมชาติของมนุษย์ได้ว่า พฤติกรรมบางอย่างเป็นผลมาจากการวางเงื่อนไขนั่นเอง สำหรับกลุ่มพฤติกรรมนิยมแล้วการตอบสนองทางอารมณ์ทุกชนิด คือผลของการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกแทบทั้งสิ้น แม้ว่าการเกิดอารมณ์จะเป็นเรื่องธรรมชาติโดยกำเนิด แต่การที่สิ่งใดก่อให้เกิดอารมณ์เป็นเรื่องของการเรียนรู้ได้ (การวางเงื่อนไข) ความกลัว ความเจ็บปวดเป็นธรรมชาติ แต่ถ้าการเจ็บปวดไปเชื่อมโยงกับสุนัขอัลเซเซียน (สิ่งที่ได้รับการวางเงื่อนไข/สุนัขกัด) นอกจากจะกลัวความเจ็บปวดซึ่งเป็นความกลัวตามธรรมชาติแล้วต่อไปก็จะพลอยกลัวสุนัขอัลเซเซียนไปด้วย (ทั้งที่มันยังไม่ได้กัด/หรือเป็นคนละตัวกัน) แม้ว่าจะไม่เคยโดนกัดอีกเลยก็ตาม

ทำนองเดียวกัน เพื่อนที่ปลอบใจให้เราคลายเศร้า (เกิดอารมณ์ดีขึ้น) ก็จะเป็นที่รักของเราและยินดีทุกครั้งที่ได้พบเขาอีก

จากตัวอย่างที่กล่าวมาแล้ว ความกลัว ความรัก อารมณ์เพศ อาจเกิดขึ้นได้ถ้าได้รับสิ่งเร้าที่พอเหมาะหรือใกล้เคียงสิ่งเร้าเดิม (แม้ไม่ใช่สิ่งเร้าเดิม) เช่น คนที่คล้ายคนรักก็ทำให้รู้สึกรักใคร่ไปหมด สุนัขพันธุ์อื่น ๆ ไม่ใช่อัลเซเซียนก็พลอยทำให้กลัวไปด้วย คนที่บุคลิกคล้ายเพื่อนที่ปลอบโยนเราก็จะถูกชอบไปหมด การแสดงปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อสิ่งที่คล้ายคลึงกันออกมาในลักษณะเดียวกันนี้ เรียกว่า **หลักของความคล้ายคลึง (Generalization)**

หลักของความคล้ายคลึงของสิ่งเร้าแบบวางเงื่อนไขต่อปฏิกริยาของร่างกายนี้ ย่อมทำให้คนเราเกิดพฤติกรรมทางอารมณ์นานัปการ และไม่เพียงความคล้ายคลึงในลักษณะของสิ่งเร้าเท่านั้นแต่เชื่อมโยงไปถึงสิ่งที่พาดพิงได้อีกด้วย เรียกว่า secondary generalization คนที่ออกหักบ่อย ๆ จะขยาดผู้ชายแต่ไม่เพียงเท่านั้น คำว่า “ผมรักคุณ” จะถูกเหมามาว่าเป็นการทำให้ถูกทอดทิ้งทำให้เกลียดคำนี้ไปด้วย เพราะฉะนั้น จะมีพฤติกรรมตอบสนองเกิดขึ้นทำนองนี้มากมาย

หลักของการแยกความแตกต่าง (Discrimination) หมายถึง การที่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างสิ่งเร้าหนึ่งกับสิ่งเร้าอื่น ๆ ต้องสอนให้เห็นว่าสุนัขไม่ได้กัดไปหมดทุกตัว แม้อัลเซเชียนก็ไม่ได้กัดทุกตัว การแยกความแตกต่างได้จะแสดงถึงการปรับตัวได้ดีขึ้น มีสุขภาพจิตดี ไม่ได้กลัวสุนัขไปทุกตัวจนเกินเหตุ หรือกลัวคนที่เข้ามาติดพันไปหมดจนไม่มีโอกาสมีความรัก

การลดภาวะและการฟื้นคืนกลับตามธรรมชาติ (Extinction and Spontaneous Recovery)
อะไรที่เรียนรู้ได้ก็สามารถลบออกได้ อารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกสามารถจะเปลี่ยนแปลงได้โดยกระบวนการของการลดภาวะ (Extinction) กล่าวคือ สิ่งเร้าที่เป็นกลางใด (C.S.) ทำให้เกิดการตอบสนองโดยผ่านการวางเงื่อนไข (เข้าคู่กับสิ่งเร้าตามธรรมชาติ จนเกิดการเรียนรู้ขึ้น แล้วจะเกิดการตอบสนองอีกต่อ ๆ ไป) หากกระบังการให้สิ่งเร้าตามธรรมชาติ (U.C.S.) หลังจากนั้นเป็นเวลานาน ๆ จะทำให้การตอบสนองหรือพฤติกรรมดังกล่าวค่อย ๆ หดหายไปหรือหยุดไป โดยหลักการนี้จึงสามารถนำมาใช้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบางอย่างที่เกิดจากการวางเงื่อนไขแล้วให้ลดลงหรือหมดไปได้

อย่างไรก็ตาม แม้พฤติกรรมบางอย่างจะได้รับการลดภาวะแล้วแต่ผลของการเรียนรู้มิได้หมดไป หมายความว่า อินทรีย์เกิดการเรียนรู้พฤติกรรมการวางเงื่อนไขนั้นแล้วและยังจดจำได้ ดังนั้นหลังการลดภาวะแล้วสักระยะหนึ่งเพื่อให้สิ่งเร้าเป็นกลางที่ผ่านการวางเงื่อนไขเดิม (C.S.) พบว่า พฤติกรรมดังกล่าว (C.R.) ก็จะมีปรากฏขึ้นได้อีกแต่ไม่ถึงระดับเหมือนเคย การกลับมาแสดงพฤติกรรมหลังจากการลดภาวะไปแล้วนี้อธิบายได้ว่าเป็นหลักการของการฟื้นคืนกลับตามธรรมชาติ (Spontaneous Recovery) ดังนั้น บางสิ่งที่การตอบสนองดูจางลงก็อาจกลับมาตอบสนองใหม่ได้ แสดงว่า ไม่ลืมแต่การตอบสนองน้อยลงเพราะการกระชับด้วยสิ่งเสริมแรงลดลง

การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ (Operant Conditioning)

การวางเงื่อนไขแบบการกระทำต่างจากการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกหลายอย่าง

1. สำหรับการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก การตอบสนองถูกดึงออกจากตัวอินทรีย์แต่ในกรณีของการวางเงื่อนไขแบบการกระทำ การตอบสนองถูกส่งมาจากตัวอินทรีย์ (เห็นว่าอินทรีย์สมัครใจ/ยินยอม/ต้องการจะแสดงการตอบสนองนั้น ๆ)
2. ในแบบคลาสสิกการตอบสนองอยู่ในประเภทพฤติกรรมนอกอำนาจจิตใจ แต่แบบการกระทำเป็นความสมัครใจ (อยู่ในอำนาจจิตใจ)
3. แบบคลาสสิกสิ่งเร้าเกิดก่อนตามมาด้วยการตอบสนอง ตรงกันข้ามแบบการกระทำ การตอบสนองจะเกิดขึ้นก่อนสิ่งเร้า (ตัวเสริมแรง) หมายความว่า การกระทำหรือการตอบสนองบางอย่างอาจแสดงออกมาเอง แต่หากได้รับสิ่งเร้า (ตัวเสริมแรง/รางวัล) ก็มีผลให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้มีแนวโน้มจะกระทำเช่นนั้นอีก

ทั้งการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกและแบบการกระทำ คือ หลักการที่อธิบายการเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ว่าเป็นผลของความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง (Stimulus กับ Response/S-R) นั่นคือ เชื่อว่ามนุษย์ถูกควบคุมได้

แนวความคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยมจึงอธิบายธรรมชาติของมนุษย์ได้ว่า พฤติกรรมมากมายที่มนุษย์แสดงออกมามีสาเหตุจากกระบวนการเรียนรู้ การเรียนรู้ซึ่งเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองนั่นเอง

สกินเนอร์ (B.F.Skinner) อธิบายว่า การเสริมแรง (Reinforcement) คือสิ่งใดก็ตามที่ทำให้การตอบสนองนำหน้ามันเกิดขึ้นอีก ด้วยวิธีการนี้การตอบสนอง/พฤติกรรมที่พึงปรารถนาจะเกิดขึ้นก่อนได้รับการเสริมแรง เนื่องจากการเสริมแรงจะเพิ่มพลังการตอบสนองใดก็ตามแต่ที่เกิดขึ้นในระดับขีดที่สูงสุดก่อนสิ่งเร้าที่มาเป็นตัวเสริมแรง เพื่อให้มองเห็นภาพได้ชัดเจนถึงความสำคัญข้อนี้ ลองนึกถึงพ่อแม่ที่อุ้มเด็กขึ้นมาหลังจากที่เด็กอาละวาดแผดเสียงแล้วปลอบ (กอด/จูบ/ให้ขนม) จะกลายเป็นการเสริมแรงให้กับการอาละวาดแบบนั้นไปได้อย่างไม่น่าเชื่อ

การเสริมแรงจะเพิ่มความน่าจะเป็นของพฤติกรรมตอบสนองที่นำหน้ามาให้เกิดขึ้นซ้ำอีก ดังนั้น ในกรณีตัวอย่างดังกล่าว การปฏิบัติของพ่อแม่ซึ่งเข้าข่ายการเสริมแรงก็ย่อมคาดได้ว่าเด็กจะอาละวาดบ่อยขึ้น

สิ่งใดที่ไม่สามารถเปลี่ยนระดับความน่าจะเป็นของการตอบสนองไม่ถือว่าเป็นการเสริมแรงหรือกล่าวได้ว่า จะไม่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือเกิดการเรียนรู้ได้เลยจนกว่าพฤติกรรมนั้นจะสิ้นสุดลงและได้รับการเสริมแรง (ทฤษฎีของสกินเนอร์, 1963) ถ้าเงินไม่สามารถเพิ่มเกรดการเรียนก็ไม่มีประโยชน์ที่จะเสียเงินอีกต่อไป ถ้าการวิพากษ์วิจารณ์ได้เพิ่มความรู้สึกมีค่าในตนเองก็ควรเลิกวิจารณ์ เพราะแสดงว่า สิ่งที่เกิดขึ้นตามหลังพฤติกรรมไม่มีความหมายที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่พึงปรารถนาได้ สิ่งเหล่านี้ไม่สามารถเป็นตัวเสริมแรงให้เปลี่ยนผลการเรียนรู้และเพิ่มความรู้สึกมีค่าในตัวเอง

การเสริมแรงมีทั้งที่เป็นการเสริมแรงบวกกับการเสริมแรงลบ

การเสริมแรงบวก (Positive reinforcement)

กล่าวได้ว่า เครื่องมือในการปรับพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพสูงที่สุดอย่างหนึ่ง คือ การเสริมแรงบวก หรือการใช้รางวัลเป็นตัวเสริมแรง คำจำกัดความของการเสริมแรงบวกประการหนึ่งว่ากันว่า การเสริมแรงบวก คือ สิ่งใดก็ตามที่เพิ่มความน่าจะเป็นความถี่ หรือความเข้มของการตอบสนองที่เกิดขึ้นนำหน้า ยกตัวอย่างได้แก่ การที่คนใช้เงินหมดตัวแล้วแสดงการตอบสนองต่าง ๆ นานา เพื่อยุติความหิวโหย เป็นต้นว่าเปิดดูกระเป๋าตังค์ ล้วงกระเป๋าเสื้อ กวาดสายตาไปรอบ ๆ ก็บังเอิญเห็นเหรียญห้าบาทอยู่บริเวณโคนต้นไม้ หลังจากนั้น ก็มีความเป็นไปได้เพิ่มขึ้นที่คนนั้นจะหยิบโคนต้นไม้เพื่อหาเศษตังค์ได้อีกในอนาคตต่อไป

ในคำจำกัดความอื่น การเสริมแรงบวกพิจารณาที่เมื่อใดมากกว่าผลที่ได้ นั่นคือ ถือว่าเป็นการเสริมแรงบวกต่อเมื่อเกิดการเสริมแรงขึ้นทันทีทันใดหลังจากการแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา เช่น การช่วยตัวเองของคนไข้ (การแต่งตัว/รับประทานอาหาร) จะต้องให้รางวัลทันทีทันควันเพื่อให้แสดงพฤติกรรมเช่นนั้นอีก

ยังมีคำจำกัดความที่ 3 ที่ว่าด้วยการขาดหายของสิ่งเร้าที่พอใจแล้วได้รับขึ้นมาหลังจากการตอบสนองบางอย่าง เช่น เด็กที่ขาดความรักความเอาใจใส่แล้วแสดงพฤติกรรมเกเร ตื้อรั้น แต่เกิดได้รับความสนใจเอาใจใส่ขึ้นมา ก็จะทำตัวเกเรอีกเพราะได้รับการเสริมแรงบวกพฤติกรรมของพวกเขาทำผิดกฎหมายก็จัดเข้าในข่ายนี้

ในกลุ่มอาการโรคประสาท เป็นการยากที่พฤติกรรมเช่นนั้นจะได้รับการเสริมแรงบวก แม้กระนั้นก็มีอยู่บ้าง คนโรคประสาทเกิดการเรียนรู้ที่มีพฤติกรรมอย่างไม่เหมาะสมแล้วรู้สึกว่าได้ผลตอบแทนคุ้ม

การเสริมแรงลบ (Negative reinforcement)

เมื่อสิ่งเร้าที่เป็นอันตราย/ก่อกวน เช่น การช็อคไฟฟ้า เสียงดังสนั่น แสงที่แผดจ้า เกิดขึ้นแล้วได้รับการขจัดให้หมดไปเนื่องเพราะมีการตอบสนองบางอย่างเกิดขึ้น การนำออกไปซึ่งสิ่งเร้าที่รบกวนนั้นแหละ เรียกว่า การเสริมแรงลบ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งได้ว่า การทำให้หมดไป/การหลีกเลี่ยงหรือการหลบหนีจากสิ่งเร้าที่ก่อกวนได้จะเป็นการเสริมแรงลบแก่การตอบสนองที่ทำให้หลุดพ้นจากสิ่งเลวร้ายนั้นได้ ยกตัวอย่างได้แก่ การตอบสนองที่พัฒนาอาการเจ็บป่วยแบบ Psychosomatic (อาการเจ็บป่วยทางกายที่มีสาเหตุจากจิตใจ) ขึ้นมาอาจเป็นเครื่องมือในการต้องการหนีออกจากงานสังคมเร่ง การไปทำงานให้ทันเวลาเพื่อผลักการถูกล้อออกจากงานให้พ้นตัวไป

การเสริมแรงลบ **ไม่ใช่** คำที่มีความหมายเดียวกับการลงโทษ (punishment) การเสริมแรงลบเป็นการหลีกเลี่ยงหรือทำให้หมดไปซึ่งสิ่งเร้าที่ไม่พึงปรารถนาแล้วเป็นการเพิ่มพฤติกรรมบางอย่างที่เกิดนำหน้าสิ่งเร้า นั้น แต่การลงโทษเป็นการให้หรือทำซึ่งสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาเพื่อบังคับหรือระงับพฤติกรรมบางอย่างให้หมดไป (ขณะที่การเสริมแรงลบเป็นการเพิ่มพฤติกรรม) เช่น ทำให้เจ็บปวด ดุด่า การไม่ยอมรับ หรืองดสิ่งที่อยากได้/พอใจ (ความรัก การเป็นเจ้าของ เสรีภาพ)

การลงโทษใช้เพียงเพื่อหยุดพฤติกรรมบางอย่างที่ไม่ต้องการให้มีอยู่ต่อไป ขณะที่การเสริมแรงบวก (ให้รางวัล) จะใช้เพื่อก่อให้เกิดหรือคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่พึงปรารถนา กลุ่มพฤติกรรมนิยมแนะนำให้ใช้รางวัลมากกว่าการลงโทษ บนพื้นฐานที่ว่าให้เขาทำด้วยความพอใจดีกว่าการให้ระงับเพราะกลัวการลงโทษ

การดัดพฤติกรรมและการคงพฤติกรรมไว้ (Shaping and Maintaining Behavior)

เนื่องจากการตอบสนองพฤติกรรมที่พึงปรารถนาจะต้องเกิดก่อนที่จะมีการเสริมแรง จึงต้องมีวิธีการให้แสดงการตอบสนอง/พฤติกรรมนั้นเป็นครั้งแรก กระบวนการที่จะผลักดันให้เกิดการตอบสนองขึ้นนี้ เรียกว่า การดัดพฤติกรรม (shaping) ในการดัดจะต้องมีการให้การเสริมแรงที่พอเหมาะเพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาขึ้น

เช่น ต้องการให้เด็กทำความสะอาดห้องของเขาเอง การเสริมแรงควรเกิดขึ้นหลังจากพฤติกรรมที่พึงปรารถนาเกิดขึ้นพอควร ได้แก่ เก็บถุงเท้าลงตะกร้าจัดสิ่งของที่ระเกะระกะบนโต๊ะให้เป็นระเบียบ ก็เสริมแรงครั้งที่ 1 แล้วรอจนกระทั่งห้องสะอาดเอี่ยมทั้งห้องจึงให้การเสริมแรงอีกครั้ง กระบวนการเหล่านี้เป็นการดัดให้มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา และด้วยวิธีการทำนองนี้ก็จะสามารถจัดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาออกไปด้วย (หยุดการเสริมแรงบวกแก่พฤติกรรมเกเร ฯลฯ)

จึงหะในการให้ตัวเสริมแรงต้องพอดีจริง ๆ วิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กมีการเสริมแรงทั้งบวกและลบในหลายรูปแบบเท่ากับว่าเป็นการดัดพฤติกรรมไปโดยปริยาย

Dorothy Law Noite กล่าวไว้ในบทกลอนของเธอว่า เด็กเรียนจากชีวิตของเขามีเนื้อความว่า

ถ้าเด็กมีชีวิตอยู่กับ คำตำหนิเขาก็จะเรียนรู้ที่จะประณาม

ความมั่งร่ำรวยเขาก็จะเรียนรู้ที่จะปะทะ

การถูกเย้ยหยันเขาก็จะเรียนรู้ที่จะอับอาย

การอดทนเขาก็จะเรียนรู้ที่จะอดทน

การได้รับกำลังใจ การส่งเสริม มีความเชื่อมั่น

การได้รับการยกย่องเขาก็จะเรียนรู้ที่จะขึ้นขอบ

ความยุติธรรมเขาก็จะเรียนรู้ที่จะมีความเที่ยงธรรม

ความมั่นคงปลอดภัยเขาก็จะเรียนรู้ที่จะซื่อสัตย์

การผ่านความเห็นชอบเขาก็จะเรียนรู้ที่จะชอบตนเอง

ได้รับการยอมรับเขาก็จะเรียนรู้ที่จะมีมิตรภาพเขาจะเรียนรู้ที่ค้นพบความรักในโลกนี้

แนวความคิดของกลุ่มเอกซิสเทนเชียล (Existential Model)

ในทางตรงกันข้ามกับกลุ่มพฤติกรรมนิยม (ที่พยายามวิเคราะห์พฤติกรรม) กลุ่มเอกซิสเทนเชียลมีความมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์ธรรมชาติของการดำรงอยู่แห่งมนุษย์ เพื่อส่งเสริมบุคคลให้รับผิดชอบในการดำรงของตน และเพื่อสืบต่อภาระในการค้นหาความหมายของการดำรงอยู่นั้น

กลุ่มนี้เน้น การตระหนักในตนเอง (self-awareness) และสัจจกาลแห่งตน (self-realization) ซึ่งทำให้เกิดการสร้างบุคลิกภาพขึ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับทางเลือกที่บุคคลเลือกแล้วในการ

ดำเนินชีวิตของเขา ทุกสิ่งทุกอย่างสัมพันธ์กับความเชื่อตามการรับรู้ของเขา ได้แก่ การรับรู้ตนเอง การมองโลกในทรรศนะของเขา บุคคลพยายามตระหนักว่าเขาจะสามารถเป็นผู้ควบคุมให้เป็นไป เช่นนั้นได้แค่ไหน การควบคุมคนอื่นเป็นสิ่งที่ลงตนเองขณะที่การควบคุมตนเองเป็นทางเลือกที่มีความเป็นไปได้มากกว่า ดังนั้น การใช้ความพยายามของเขามีสประสิทธิภาพมากกว่าในการนำตนเอง (self-direction) การพึ่งพาตนเอง (self-reliance) และที่อาจนับว่าสำคัญที่สุด คือ การยอมรับตนเอง (self-acceptance)

กีเกอร์การ์ด (Soren Kierkegaard, 1813-1855) นักปรัชญาและเทววิทยาชาวเดนมาร์ก เน้นความสำคัญของบุคคลว่า บุคคล คือ ผู้ซึ่งผ่านการสะสมของยุคสมัยประวัติศาสตร์ความเป็นมนุษย์ คำสอนของเขาเน้นถึงความเป็นตัวของตัวเอง การรู้จักตนเอง และการชวนขยายไปสู่ศักยภาพขานานแท้ของตน เขาเชื่อว่าการเป็นมนุษย์ไม่ใช่เพียงแค่เป็นแต่มีภาระที่ต้องกระทำในตนเอง เขาได้กล่าวไว้ว่า การเป็นมนุษย์คือภาระที่คนเรารู้ค่าของการเป็นคริสตชนมากกว่าการเป็นมนุษย์

นิชเช (Friedrich Noetzsche, 1844-1900) ชาวเยอรมันให้เหตุผลว่า บุคคลจะต้องรับผิดชอบตนเองเพื่อการบรรลุความสมบูรณ์ในตนเอง การรับผิดชอบบุคคลจะต้องเป็นการอิสระในการเลือกซึ่งจะมีผลกระทบต่อตนเอง อิสรภาพจะไม่สมบูรณ์ได้นอกจากบุคคลไม่เพียงเลือกได้ระหว่างดีกับเลว แต่จะต้องเลือกเหนือกว่าดีกับเลวด้วย ซึ่งนิชเชเชื่อว่าสำเร็จได้เมื่อปราศจากพระเจ้าเท่านั้น การปราศจากพระเจ้าจะทำให้บุคคลมีโอกาสที่จะได้รับสชาติของเสรีภาพในการมีชีวิตซึ่งจะไม่มีวันเกิดขึ้นได้เลยในคนที่เป็นคริสเตียน

สำหรับ นิชเช ความเป็นอิสระนั้นมนุษย์จะต้องมีเสรีภาพที่จะรับหรือปฏิเสธความเชื่อในพระเจ้าด้วย เขาชี้ให้เห็นว่าด้วยเสรีภาพอันใหม่ก็จะก่อให้เกิดความรับผิดชอบใหม่ตามมาด้วย ฉะนั้น จะเห็นได้ว่าสิ่งต่าง ๆ ในตัวของมันเองไม่ได้สร้างคุณค่าหรือความสำคัญได้ บุคคลต้องรับผิดชอบในการให้ความสำคัญกับโลก คนเป็นผู้ให้ความหมายสิ่งต่าง ๆ ทั้งสิ้น

ซาร์ท (Jean Paul Sartre) ได้เห็นความทราฐนของสงครามโลกครั้งที่ 2 ประกอบกับการทำลายประสิทธิภาพของคนโดยอุตสาหกรรมขนาดยักษ์ ทำให้เขาเกิดความสงสัยในความสำคัญของคน ในปี 1947 เขาได้ให้บทสรุปไว้ว่า การดำรงอยู่ของบุคคลคือทุกสิ่งทุกอย่าง การดำรงอยู่คือสาระสำคัญ เราคือผลแห่งการเลือกของเราเอง

ต่อมา ในปี 1971 เขาขยายความว่า ความสำคัญไม่ได้อยู่ที่ความรับผิดชอบดังที่นิชเชเน้นเท่านั้น แต่อยู่ที่การพึ่งตนเองอีกด้วย เขากล่าวว่า

“มนุษย์จะทำอะไรไม่ได้เลย นอกเสียจากว่าเขาเข้าใจว่าเขาจะพึ่งใครไม่ได้อีก นอกจากตัวเขาเท่านั้นเป็นประการแรก เขามีเพียงตนเอง ถูกละทิ้งไว้บนโลกท่ามกลางความรับผิดชอบที่ไม่มีวันสิ้นสุด ปราศจากความช่วยเหลือ ไม่มี ความประสงค์จากใคร เขาเป็นผู้กำหนดขึ้นเอง เขาบังคับตนเองมากกว่าเป็นเรื่องของชะตากรรม”

การวิเคราะห์ตามแนวเอกซิสเทนเชียล (Existential Analysis)

ชาร์ทเน้นการพึ่งตนเอง (self-reliance) ซึ่งส่งผลถึงวิธีการบำบัดที่ให้กับคนที่มีปัญหาจิตแพทย์ชาวสวิส 2 ท่าน ได้แก่ Ludwig Binswanger (1881-1966) และ Medard Boss (1903) ได้พัฒนาแบบแผนการวิเคราะห์แบบเอกซิสเทนเชียล ในช่วงทศวรรษ 1920 แต่ก็ยังไม่เป็นที่ยอมรับอย่างเต็มที่ว่าเป็นวิธีการบำบัด จนกระทั่งไปแพร่หลายในสหรัฐอเมริกาโดยการนำของเมย์ (Rollo May) ในหนังสือ Existence : A New Dimension In Psycholtry and Psychology) เมื่อปี 1958

ปรัชญาของกลุ่มเอกซิสเทนเชียลที่กล่าวถึงอิสระขัดแย้งกับกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เชื่อในการกำหนดการวางเงื่อนไข ซึ่งจะแปล่าประโยชน์หากมีการเลือกโดยเสรี เมย์ได้ปกป้องฐานะของเอกซิสเทนเชียล เขาเขียนไว้ในปี 1967 ดังนี้

กลุ่มเอกซิสเทนเชียลเน้นความอิสระแต่ไม่ได้ปฏิเสธวิธีการวางเงื่อนไข การเกิดแรงขับเคลื่อนการศึกษาโลกที่ต่างแนวคิดกัน และอื่น ๆ เพียงแต่ว่าเหตุการณ์ดังกล่าวยังไม่สามารถอธิบายหรือเข้าใจมนุษย์ได้ ยิ่งอธิบายตามกฎว่าทำให้เกิดพฤติกรรมยิ่งทำให้สูญเสียความเป็นตัวบุคคลนั้น ขณะที่กลุ่มเอกซิสเทนเชียลเห็นว่ากลไกต่าง ๆ ควรจะอธิบายโดยความเป็นบุคคลนั้น

ความรับผิดชอบของบุคคล

ในแนวความคิดของกลุ่มเอกซิสเทนเชียล มนุษย์เป็นผลของการเลือกโดยตนเอง บุคคลไม่ใช่เหยื่อของสิ่งแวดล้อมแต่เป็นผู้ตีความสิ่งแวดล้อม จากการตีความของเขาเขาจะเลือกที่จะปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างไร เมย์ยืนยันว่าไม่มีอะไรที่จริงสำหรับมนุษย์ ยกเว้นเขาได้มีส่วนร่วมมีความสัมพันธ์ด้วย ทุก ๆ คนควรจะต้องรับผิดชอบในการมีส่วนร่วมของเขาซึ่งสามารถส่งผลให้ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว มากกว่าการที่ไปสละวนอยู่กับความรู้สึกหรือการกระทำของผู้อื่น

ความกังวลใจ

สิ่งที่สำคัญในการกล่าวถึงความกังวลใจคือการแยกความแตกต่างระหว่างความกังวลที่ให้ประโยชน์กับความกังวลที่ไร้ประโยชน์ ยกตัวอย่างนักวิ่งที่ตั้งเป้าไว้สูงแต่ก็แก้ไขอะไรไม่ได้ หากฝนตกลงมาในวันแข่งขัน ดังนั้น ความวิตกกังวลเกินเหตุในเรื่องดินฟ้าอากาศจะขัดขวางชัยชนะของเขาจึงเป็นความกังวลใจที่ไม่เกิดประโยชน์อะไรขึ้นมาเลย แต่หากความกังวลว่าน้ำหนักตัวจะทำให้วิ่งช้าลงแล้วพยายามคุมน้ำหนัก พักผ่อนให้ได้สัดส่วน ความกังวลเช่นนี้จะเป็นผลดีต่อการแข่งขัน

ความกังวลที่ไร้ประโยชน์มักจะได้แก่ การชอบวุ่นวายกับสวัสดิภาพของผู้อื่นและความเชื่อที่เกินจริงว่าจะทำให้ผู้อื่นคล้อยตามตนเองได้ ในทรรศนะของกลุ่มเอกซิสเทนเชียลไม่มีใครทำอะไรให้ผู้อื่นได้ เราจะทำให้คนลดน้ำหนัก ตกหลุมรัก หรือมีความสุขไม่ได้ และใครที่พยายามทำเช่นนั้นก็จะลงท้ายด้วยการหมดความสุข โชคร้าย และก็จะกล่าวหาคนที่ตนไปวุ่นวายด้วยว่าเป็นผู้ทำลายชีวิตของตน

ดูเหมือนจะไม่มีอะไรผิดในการผลักดันคนให้เลือกสิ่งที่เขาจะได้รับความสุข แต่ก็ไม่มีหลักประกันใดว่าการกระทำเช่นนั้นจะเป็นที่เข้าใจและประทับใจของผู้นั้น ผู้ที่จะรู้ความตั้งใจแท้จริงเบื้องหลังการกระทำนั้น ดังนั้น ถ้าเจ้าตัวกระทำเช่นนั้นด้วยความรู้สึกที่ดี นั่นก็เป็นเหตุผลเพียงพอแล้วในการกระทำไม่ต้องห่วงใยว่าจะได้รับผลอย่างไร

ความเห็นแก่ตัวอย่างรับผิดชอบ

เมื่อเราเป็นอิสระจากภาพลวงตาว่าเป็นไปได้ที่จะทำให้คนอื่นมีความสุข ก็ไม่จำเป็นอีกต่อไปที่จะรับผิดชอบต่อความสุขของผู้อื่น เราแต่ละคนพึงรับผิดชอบต่อความสุขของตนเอง ตามแนวทางของกลุ่มเอกซิสเทนเชียล การมีความสุขจำเป็นต้องคำนึงความรู้สึกของตนเองก่อน สำหรับคนส่วนใหญ่มองเห็นว่าการคำนึงถึงความรู้สึกของตนเองเป็นความเห็นแก่ตัว แต่สิ่งที่ตรงข้ามกับความเห็นแก่ตัวไม่เคยนึกถึงกัน นั่นคือ ความเห็นแก่ตัวอย่างรับผิดชอบ

กลุ่มเอกซิสเทนเชียลเชื่อว่า ทุกคนทำทุกอย่างด้วยเหตุผลที่เห็นแก่ตัว คนบริจาคก็เพราะตนได้เกิดความรู้สึกที่ดี คนรักกันก็เพราะทั้งคู่ได้ประสบการณ์ของความรู้สึกรักผลักดันเอาใจเป็นการโชคไม่ดีที่คนส่วนมากไม่ได้รับผิดชอบในความเห็นแก่ตัวของเขาและผลก็คือ เขาพยายามพิสูจน์ว่าเขาไม่ได้คิดถึงตัวเอง คำพูดที่คนพวกนี้ชอบใช้ก็คือ “ฉันทำเพื่อเธอแท้ ๆ” “ฉันคิดถึงแต่เธอ” “ฉันไม่ต้องการทำร้ายจิตใจเธอ” แต่เมื่อมองให้ซึ่งคนเหล่านี้ทำเพื่อตัวเองทั้งสิ้น พวกเขาคิดถึงตัวเขาเองและความรู้สึกเช่นนั้นแหละที่ทำให้เขายุ่งยากเอง

การโกหกหลอกลวงเพื่อป้องกันความรู้สึกของคนพึงเป็นความเห็นแก่ตัวที่ขาดความรับผิดชอบ การเห็นแก่ตัวที่รับผิดชอบต่อและคำนึงถึงความรู้สึกของตนเองก่อนเป็นการให้โอกาสที่จะล่วงรู้ความรู้สึกทั้งหลายเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้สึกซึ่งกันและกัน

ยิ่งกว่านี้ คนที่เริ่มจากการพิจารณาความรู้สึกที่แท้จริงของตนจะสามารถถ่ายทอดความรู้สึกได้ดีขึ้น สำคัญที่สุด คือ คนคนนี้จะซื่อสัตย์ต่อผู้อื่นด้วยการบอกผู้อื่นว่าตนรู้สึกอย่างไรจริง ๆ ความซื่อสัตย์เช่นนี้ไม่ควรถูกตีความไปผิด ๆ

การยอมรับตนเอง (Self-acceptance)

สิ่งสำคัญในการพิจารณาความรู้สึกตนเอง คือ ขบวนการที่จะรู้ซึ่งถึงความรู้สึกแท้จริงเหล่านี้ การตระหนักรู้ตนเอง (self-awareness) จะรวมไปถึงพัฒนาการในการเข้าใจความคิดของตนเองหลาย ๆ ด้าน ได้แก่ ความจำ ความไม่ไขว่เขว ความบกพร่อง การบิดเบือนไปเนื่องจากการเพื่อฝัน และรวมถึงการมีประสบการณ์ด้านอารมณ์ การรับรู้ และการสัมผัสที่ผู้อื่นจะล่วงรู้ไม่ได้ การรู้จักตนเองยังรวมถึงการตระหนักในความคาดหวังของตนเองมีใช้ของพ่อแม่ เพื่อน หรือสังคม บุคคลจะขวนขวายอย่างหนักเพื่อความคาดหวังของตนเองมีใช้ของผู้อื่น

กลุ่มเอกลิสเทนเซียลเชื่อว่า บุคคลจะพยายามยอมรับตนเองตามที่ตนเองเป็นและตาม
ที่ตนเองเลือก ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าเราจะชอบในสิ่งที่เลือกมาแล้วแต่เราจะต้องรับว่าเราเป็น
ผู้เลือกเอง เราจะต้องยอมรับเอกลักษณ์ในตัวเรา คักยภาพของเรา และความเป็นมนุษย์ของเรา
และเมื่อเราล้มเหลวเราก็ต้องยอมรับความจริงแล้วพยายามใหม่ เพราะเราเองเป็นผู้เลือกทั้งสิ้น
ด้วยอิสระในการเลือกที่เรามี

แนวความคิดของกลุ่มมนุษยนิยม (Humanistic Model)

แนวความคิดของกลุ่มมนุษยนิยมวิวัฒนาการมาจากแนวคิดของกลุ่มเอกลิสเทนเซียล
และจัดเป็นแนวที่ 3 ของจิตวิทยาทุกวันนี้ สิ่งที่มีการปรับแตกต่างจากกลุ่มเอกลิสเทนเซียล คือ
การมองธรรมชาติของมนุษย์ในด้านดี แต่กลุ่มเอกลิสเทนเซียลมองในลักษณะเป็นกลางและกล่าว
ว่า แต่ละคนต้องผ่านประสบการณ์การเลือกของตนเอง กลุ่มมนุษยนิยมเสนอว่า แต่ละคนควร
ชวนชวายไปสู่ระดับสูงสุดเท่าที่เขาจะสามารถเป็นไปได้

ข้อแตกต่างประการอื่นก็คือ เสรีภาพในการเลือก สำหรับกลุ่มเอกลิสเทนเซียลเห็น
ว่าคนเราสามารถเลือกที่จะละทิ้ง/เลื่อมลงได้เช่นเดียวกับความก้าวหน้า เช่น เลือกที่จะมีอาการ
โรคประสาท โรคจิต หรือฆ่าตัวตายได้ แต่เสรีภาพในการเลือกในทฤษฎีของกลุ่มมนุษย
นิยมจะมีทิศทางในทางก้าวหน้าเพื่อพัฒนาศักยภาพไปจนถึงขีดสูงสุด

โรเจอร์ (Carl Rogers, 1902) หนึ่งในกลุ่มมนุษยนิยมได้สร้างทฤษฎี self theory ที่
ให้การบำบัดทางอ้อมหรือให้คนใช้เป็นผู้ศูนย์กลาง ทฤษฎีของเขาย้ำว่า พื้นฐานของบุคลิกภาพของ
คนเรา คือ ความปรารถนาจะได้ตระหนักในศักยภาพของตนเอง การค้นพบอย่างสมบูรณ์จะ
สำเร็จต่อเมื่อตัวตนจริง (real self) ของคนนั้นใกล้เคียงกับตัวตนในอุดมคติ/สิ่งที่เราปรารถนาจะ
เป็น (ideal self) ในหนังสือ Client-Centered Theory, 1951 โรเจอร์กล่าวว่า อิสระจากความ
ตั้งเครียดภายในหรือการปรับตัวเกิดขึ้นเมื่อความคิดรวบยอดต่อตนเอง (self concept)
สอดคล้องกับประสบการณ์ของอินทรีย์ (organism)

โรเจอร์ เชื่อว่า การก้าวถึงระดับบูรณาการบุคคลจะต้องรู้จักพึงพอใจในความ
ปรารถนาแ่งบวก ซึ่งจะรวมถึงทัศนคติที่ดี ความชอบ นับถือ ความเห็นใจ และการยอมรับ
การพัฒนาด้านบวกจะเกิดจากการที่บุคคลรู้สึกว่ามีคุณค่าเขา นับถือ และรักเขาใน
สภาพที่เขาเป็น แต่ส่วนมากทารกมักจะได้รับประสบการณ์ของการยอมรับไม่ดีพอ

สำหรับ โรเจอร์ บุคคลที่มีวุฒิภาวะจะสามารถรับรู้ได้ว่า เป็นไปไม่ได้ที่จะเอาใจคน
ทุกคน เขาจะรับผิดชอบในความแตกต่างจากคนอื่นและรับผิดชอบในพฤติกรรมของตนเองมี
ความพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนตนเอง

มาสโลว์ (Abraham Maslow, 1908-1970) กล่าวถึงการบรรลุศักยภาพสูงสุดแห่งตน
(self-actualization) ทั้งทฤษฎีของโรเจอร์และมาสโลว์ยืนยันว่า การเจริญก้าวหน้าของบุคคลเป็น

สิ่งจำเป็นต่อการพัฒนาไปสู่บุคลิกภาพที่สมบูรณ์ (healthy prsonality) มีข้อแตกต่างกัน คือ ความคิดในเรื่องแรงจูงใจในการชวนขาย โรเจอร์ย้ำความสำคัญของการยอมรับตนเองเพื่อการพัฒนา ส่วนมาสโลว์จัดระดับแรงจูงใจให้เป็นขั้น ๆ เริ่มจากความต้องการพื้นฐานของร่างกายไปสู่ความต้องการขั้นสูงสุดจนถึงบรรลุศักยภาพสูงสุดแห่งตน

มาสโลว์ กล่าวว่า การบรรลุศักยภาพสูงสุดจะเกิดขึ้นได้โดยผ่านความต้องการขั้นก่อน ๆ มาแล้ว บุคคลจะต้องได้รับความพอใจในความต้องการขั้นก่อนหน้ามาแล้วตามลำดับความต้องการตามลำดับขั้นนี้ ได้แก่

1. ความต้องการทางร่างกาย
2. ความต้องการความปลอดภัย
3. ความต้องการความรักและการเป็นเจ้าของ
4. ความต้องการเป็นตัวของตัวเอง/ศรัทธาในตัวเอง
5. ความต้องการบรรลุศักยภาพสูงสุดแห่งตน