

## บทที่ 12

### ทฤษฎีของโรเจอร์

#### Roger's Self Theory

โดยทั่วไป คำว่า self ในระยะแรก ๆ หมายถึง จิตวิญญาณ ขบวนการทางจิต, ego เมื่อวิทยาศาสตร์เจริญขึ้น ความเชื่อในเรื่องเหล่านี้ถูกโจมตี แนวความคิดในเรื่อง self ก็เปลี่ยนไป William James ให้คำจำกัดความ 'self' ว่าเป็นความรู้สึกทั่ว ๆ ไปทั้งหมดของบุคคล ได้แก่ ในเรื่องร่างกาย, traits และความสามารถในเรื่องครอบครัว เพื่อน และศัตรู ในเรื่องอาชีพการมาหากินและอื่น ๆ

ความหมายทางจิตวิทยาของ self ที่ใช้กันในปัจจุบัน แบ่งออกได้เป็น 2 ด้าน

1. self-as-object ความหมายของคำว่า self หมายถึง ทัศนคติและความรู้สึกต่อตนเอง เป็นการประเมินค่าของตนเอง

2. self-as-process ความหมายของคำว่า self หมายถึงขบวนการทางจิตวิทยา ซึ่งทำหน้าที่บริหารพฤติกรรมและการปรับตัว บางทีก็ใช้คำว่า ego แทน self ที่หมายถึงขบวนการทำงานทางจิตวิทยา

ทฤษฎีในแนวใหม่ไม่ได้เน้น 'self' ในความหมายที่กล่าวมาแล้ว แต่เน้นหนักไปทางด้านวิทยาศาสตร์ นักจิตวิทยาได้ตั้ง self theory ขึ้น เมื่อพยายามอธิบาย ปรากฏการณ์ต่าง ๆ (phenomena) และสรุปพฤติกรรมของบุคคล

ทฤษฎี self theory ของ Carl Rogers นับว่าเป็นทฤษฎีที่สมบูรณ์ Roger ได้รับชื่อเสียงมากในด้านการบำบัดจิตบำบัด เขาเริ่มและพัฒนาการทำจิตบำบัดแบบที่ผู้ป่วยมีบทบาทในการพูดมากกว่าผู้บำบัด ผู้บำบัดจะชักจูงผู้ป่วยน้อยที่สุด แต่พยายามให้ผู้ป่วยได้ระบายอารมณ์ออกมา เพื่อจะได้ปลดปล่อยขึ้นในการหาทางแก้ปัญหาของตนเอง วิธีการของเขาเรียกว่า client-centered หรือ nondirective therapy ทฤษฎีของ Rogers พัฒนามาจากประสบการณ์ในการรักษามะเร็งบำบัดคนไข้ของเขาด้วยวิธี client-centered เพราะทำให้เขามองเห็นสิ่งที่ควรศึกษาในเรื่องบุคลิกภาพ และตัดสินที่ไม่เกี่ยวข้องออกไป

Rogers เกิดที่รัฐอิลลินอยส์ ปี ค.ศ. 1902 เขาสนใจด้านการเกษตรมาตั้งแต่เป็นเด็ก และเลือกศึกษาในวิชาฟิสิกส์และชีววิทยา เมื่อจบปริญญาตรีแล้วได้เข้าร่วมกลุ่มสนทนาทางปรัชญาและศาสนา และสอนที่คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยโคลัมเบีย เขาได้รับอิทธิพลจากแนวความคิด

ของ John Dewey และหันมาสนใจศึกษาทางจิตวิทยาคลินิคนจนจบปริญญาเอก หลังจากนั้นเขาทำงานด้านการแนะแนว และการรักษาคนไข้ด้วยวิธีจิตบำบัด (psychotherapy) ทฤษฎีของเขาได้มาจากประสบการณ์ในการทำงานของเขา

ทฤษฎีของ Rogers เน้นความสำคัญของ self ในฐานะที่เป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนาบุคลิกภาพที่มีความกลมกลืนกันระหว่างประสบการณ์ทั้งหมดของคนนั้น (เขาเรียกว่า phenomenal field) กับความคิดของคนนั้นต่อตนเอง (self concept) ซึ่งหมายความว่า ถ้าบุคคลพัฒนาถึงขั้นนี้ได้ก็จะเป็นอิสระจากความวิตกกังวล และความเครียดภายใน การแสดงออกจะสมเหตุสมผลและปรับตัวได้ แสดงว่าบุคคลได้สร้างระบบค่านิยมที่สอดคล้องและตรงกับที่คนอื่น ๆ ที่ปรับตัวได้ดีเช่นกัน

### โครงสร้างของบุคลิกภาพ (Structure of Personality)

บุคลิกภาพประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 อย่าง ได้แก่

1. Organism เป็นระบบที่ก่อตัวขึ้นจากประสบการณ์ทางจิตวิทยา ประสบการณ์ในที่นี้หมายถึง ทุก ๆ อย่างที่ทำให้อินทรีย์สามารถรับรู้หรือตื่นตัวได้ในขณะนั้น ประสบการณ์เหล่านี้ทั้งหมดเรียกว่า phenomenal field phenomenal field คือแหล่งของข้อมูลสำหรับบุคคลในการปรับตัว และมีปฏิกริยาต่อสิ่งต่าง ๆ ข้อมูลเหล่านี้เป็นข้อมูลส่วนตัวที่บุคคลนั้นสามารถรู้คนเดียวเท่านั้น บุคคลอื่นจะไม่สามารถล่วงรู้ได้ นอกจากในสภาพการณ์ของการใช้วิธีจิตบำบัด แต่ก็ไม่สามารถรู้ทุกอย่างแท้จริงได้ บุคคลจะแสดงพฤติกรรมอย่างไรขึ้นอยู่กับ phenomenal field ไม่ใช่สภาพการณ์ของสิ่งเร้าหรือสภาพการณ์จริง ๆ ของสิ่งแวดล้อม phenomenal field ไม่ใช่ field of consciousness (การรวมของจิตสำนึก) จิตสำนึกจัดเป็นส่วนที่ให้สัญลักษณ์ได้ (บุคคลรู้ตัว) ของ phenomenal field เท่านั้น นอกจากนี้ phenomenal field ยังรวมถึงประสบการณ์ส่วนที่จิตได้สำนึก หมายความว่าบุคคลนั้นไม่รู้ตัวหรือให้สัญลักษณ์ไม่ได้อีกด้วย

บุคคลจะได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ มาในลักษณะที่ให้สัญลักษณ์ (Symbolization) กับประสบการณ์นั้น ๆ ในส่วนที่เป็นจิตสำนึก ในบางครั้งการให้สัญลักษณ์ไม่ถูกต้องก็ทำให้บุคคลนั้นแสดงออกไม่เหมาะสม บุคคลจะพยายามตรวจสอบการกำหนดสัญลักษณ์ประสบการณ์ต่าง ๆ ของตนเองกับสิ่งแวดล้อมที่เป็นอยู่จริง เพื่อการปรับและแสดงออกให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด แต่บางอย่างก็อาจจะไม่ได้รับการตรวจสอบหรือตรวจสอบอย่างผิด ๆ ทำให้บุคคลแสดงออกไม่ตรงกับความเป็นจริง และทำให้ได้รับผลเสียหาย การตรวจสอบทำโดยตั้งสมมุติฐานขึ้นจาก phenomenal field แล้วค้นหาข้อเท็จจริงจากโลกภายนอก เช่น ต้องการเกลือตั้งสมมุติฐานว่าอยู่

ในขบวนการ ๑ จะระบุที่ผา การตรวจสอบก็คือลองหยิบขวดที่คิดไว้โยนออกมาเล็กน้อย และชิมก่อนให้แน่ใจว่าใช่

ดังนั้นระบบของ organism ก็คือ ระบบในการปรับตัวและโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อมซึ่งขึ้นอยู่กับ phenomenal field และการตรวจสอบสมมุติฐานในเรื่องต่าง ๆ จากสิ่งแวดล้อม ถ้าส่วนหนึ่งส่วนใดของ organism เปลี่ยนแปลงไปก็จะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบ

2. Self หมายถึง ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง (self-concept) เดิมเป็นส่วนหนึ่งของ phenomenal field แล้วค่อย ๆ พัฒนาขึ้นจนแยกออกมาเป็นอีกระบบหนึ่ง ความคิดเกี่ยวกับตนเองจะรวมทั้งความคิดในเรื่องความสัมพันธ์ของตนเองกับผู้อื่น ในช่วงต่าง ๆ ของชีวิต ระบบ self นี้เองเป็นหัวใจสำคัญของทฤษฎีของ Rogers เขาให้ความสำคัญ self มากเพราะเขาพบว่าในการให้คนใช้ระบายความรู้สึกออกมา คนใช้จะพูดในเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองเป็นส่วนใหญ่ และต้องการจะให้ความหวังของตนกลายมาเป็นความจริง Rogers ใช้คำว่า ideal self แสดงถึงลักษณะที่บุคคลนั้นต้องการจะเป็น และใช้คำว่า real self เพื่อแสดงถึงลักษณะที่บุคคลนั้นเป็นจริง ๆ

ความกลมกลืนกันระหว่าง organism และ self จะทำให้บุคคลปรับตัวได้ ถ้าแตกแยกกันรวมกันไม่ได้ บุคคลนั้นจะปรับตัวไม่ได้ เกิดความวิตกกังวล ความกลมกลืนกัน หมายความว่า ideal self และ real self ไม่แตกต่างกันมากนัก ถ้าแตกต่างกันมากก็จะยิ่งทำให้เกิดความยุ่งยากลำบากในการปรับตัวของคนนั้น

### **กลไกของบุคลิกภาพ (Dynamic of Personality)**

บุคลิกภาพเกิดจากแรงจูงใจเพื่อจะพัฒนาตนเองให้ก้าวหน้าออกไป ซึ่งทำให้บุคคลพยายามสนอง needs ต่าง ๆ เพื่อดำรงไว้และขยายตัวเองออกไป

### **พัฒนาการของบุคลิกภาพ**

บุคลิกภาพพัฒนาขึ้นเนื่องจากการประเมินค่าบุคคลโดยผู้อื่น ตั้งแต่วัยเด็กถ้าประเมินค่าออกมาทางบวก จะไม่มีความแตกแยกระหว่าง organism กับ self บุคคลนั้นจะปรับตัวได้ดี การประเมินของผู้อื่นจะมีผลต่อการปฏิบัติของเด็ก เด็กจะพยายามทำในสิ่งที่ได้รับการยอมรับ และเลิกทำสิ่งที่ไม่ได้รับการยอมรับ เด็กพยายามที่จะเป็นอย่างที่คนอื่นต้องการให้เป็นมากกว่าที่ตนเองเป็นจริง ๆ