

บทที่ 13

Existential Psychology

กลุ่ม existential psychology เป็นกลุ่มแนวความคิดใหม่ทางจิตวิทยาและจิตเวช ผู้นำของกลุ่มนี้คือ Martin Heidegger นักปราชญ์ชาวเยอรมัน

กลุ่มนี้นำหลักความคิดในเรื่อง phenomenology มาอธิบายบุคลิกภาพโดยการวิเคราะห์ปรากฏการณ์ทั้งหมดในการอธิบายบุคลิกภาพขณะนั้น (phenomenological analysis) นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้มีหลายคนด้วยกัน ทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวความคิด existential psychology ที่นำมาพูดในที่นี้ คือ ทฤษฎีที่เป็นแนวความคิดของ Ludwig Binswanger และ Medard Boss (ชาวสวิส)

การอธิบายบุคลิกภาพของกลุ่มนี้ขัดแย้งกับการอธิบายโดยหลักการทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งเน้นความสัมพันธ์ของสาเหตุและผล (Cause-effect relationship) และอธิบายว่าพฤติกรรมจะต้องเกิดจากสาเหตุ แต่กลุ่ม existential คัดค้านว่าบุคลิกภาพมิได้เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของสาเหตุและผลเลย สิ่งที่เกิดขึ้นมาก่อนมิได้สัมพันธ์หรือมีผลถึงการกระทำครั้งต่อไป ดังนั้นพฤติกรรมจึงมิได้เกิดจากความคิดหรือแนวโน้มหรือตัวกำหนดใด ๆ ทั้งสิ้น การอธิบายพฤติกรรมจะต้องอธิบายโดยการวิเคราะห์ปรากฏการณ์ในขณะที่เกิดพฤติกรรม

Concept สำคัญที่นำมาอธิบายพฤติกรรมแทนหลักของสาเหตุ คือ การจูงใจ (Motivation) โดยยกตัวอย่างให้เห็นความแตกต่างของเหตุการณ์ที่เกิดจากสาเหตุและพฤติกรรมที่เกิดจากการจูงใจ ได้แก่ การที่หน้าต่างปิดเพราะลมพัดแรงกับการที่บุคคลปิดหน้าต่าง การที่ลมพัดแรงเป็นสาเหตุให้หน้าต่างที่เปิดอยู่ด้านแรงลมไม่ไหว ลมเป็นเหตุให้หน้าต่างปิด เหตุการณ์นี้เกิดจากสาเหตุ (cause-effect) ส่วนการที่หน้าต่างปิดเพราะคน คนไม่ใช่สาเหตุตามธรรมชาติที่จะทำให้หน้าต่างปิด การที่คนปิดหน้าต่างเพราะเกิดแรงจูงใจ คนรู้ว่าเมื่อปิดหน้าต่างฝนจะไม่สาดหรือเสียงรบกวนจะไม่เข้ามา การแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ จะต้องอาศัยความเข้าใจถึงความสำคัญ ผลดี ผลเสียของพฤติกรรมนั้นด้วย หมายความว่าคนเราสามารถจะเลือกกระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับแรงจูงใจที่เกิดขึ้นได้

นอกจากนี้ยังปฏิเสธทุกอย่างที่จะนำมาอธิบายถึงสาเหตุของการกระทำของมนุษย์ เช่น self, unconscious, psychic or physical energy, instinct, drive เป็นต้น สิ่งที่ใช้อธิบายพฤติกรรมต่าง ๆ คือ ปรากฏการณ์ (phenomena) เท่านั้น

-Structure of existence

ใช้คำว่า existence เพราะต้องการแสดงว่าบุคลิกภาพหมายถึงการปรากฏหรือการ

แสดงออก เป็นการเปิดตนเองและโลกของเขาในขณะนั้น ๆ ออกมา Concept เกี่ยวกับการแสดง บุคลิกภาพ ได้แก่

1. Being-in-the-World หมายถึงการที่มนุษย์เปิดเผยโลกของตนเองออกมาในฐานะ being-in-the-world การแสดงพฤติกรรมเป็นการทำงานระหว่าง being กับ World ซึ่งจะแยกออกจากกันไม่ได้ มีลักษณะคล้ายกับ Person (P) และ Psychological environment (E) ของ Lewin, being กับ World จะรวมกันเป็นสิ่งเดียวในการแสดงบุคลิกภาพออกมา สิ่งที่อยู่ใน World อาจตรงหรือไม่ตรงกับความเป็นจริงในโลกภายนอกก็ได้

-World ของคนเราจะประกอบไปด้วยอาณาจักร 3 อาณาจักร คือ

(1) อาณาจักรเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ เช่น พ้ามืดครีمرอบ ๆ ตัวเต็มไปด้วยสิ่งที่น่าหวาดกลัว ความเยือกเย็น

(2) อาณาจักรเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับคนอื่น เช่น เดี่ยวดาย ถูกรบกวนความสงบ ถูกจำกัดอิสรภาพ ต้องการแยกตัวเป็นอิสระ ความกระด้างกระเดื่องของคนอื่น มีสัมพันธภาพดี ไม่ดี ฯลฯ

(3) อาณาจักรที่เกี่ยวกับตนเองโดยเฉพาะ เป็นการคิดที่มีต่อตนเอง เช่น โง่ ปัญญา ทึบ แก่แล้ว อ้วน น่าเกลียด ใกล้เคียง ไกลตาย ไร้อิสรภาพ อยากรู้อม เก่ง ว่องไว ขยัน ฯลฯ

2 Being-Beyond-the-World หมายถึงการที่มนุษย์พยายามทำสิ่งใหม่ ๆ ที่เห็นว่าดีขึ้นกว่าเดิม มนุษย์จะพัฒนาการแสดงออกของเขา (existence) ให้ถึงที่สุดเพื่อแสดงถึงลักษณะที่แท้จริงของเขา ฉะนั้นมนุษย์จึงสามารถเลือกแสดงสิ่งต่าง ๆ ได้ และมนุษย์จะต้องรับผิดชอบในการเลือกของตน

3. Ground of existence หมายถึงความจำกัดในการแสดงออกของมนุษย์ แม้ว่ามนุษย์จะมีอิสระในการเลือกทุกอย่างเต็มที่ แต่ก็มีข้อจำกัดอยู่อย่างหนึ่ง คือ สภาพที่มนุษย์หลีกเลี่ยงไม่ได้ ถูกบังคับให้ตกอยู่ในสภาพนั้น เช่น การเกิดมาเป็นเพศหญิง ก็ไม่สามารถจะเลือกเป็นผู้ชายได้ หรือการที่ตกเป็นทาสอยู่ในอำนาจของบางอย่าง ซึ่งทำให้มนุษย์ดิ้นไม่หลุด และมีอิสรภาพน้อยลง เช่น ดิถยาเสพติด สุรา การพนัน

4. World-Design หมายถึงสิ่งที่มนุษย์กำหนดการกระทำของมนุษย์ต่อสภาพการณ์ที่มนุษย์เผชิญอยู่ แบบแผนในการแสดงของมนุษย์อาจจะแคบหรือกว้างก็ได้

การอธิบายในเรื่องความวิตกกังวล (anxiety)

มนุษย์มีอิสระในการเลือกอย่างเต็มที่ที่จะทำอะไรเป็นอะไรก็ได้ แต่มนุษย์ก็ยังคงทนทุกข์ทรมานกับความวิตกกังวล และมีการปรับตัวที่ผิดปกติ เช่น phobias, delusions, Compulsion คำอธิบาย

ในเรื่องนี้แบ่งออกได้เป็น 2 ประเด็น คือ

1. อิศรภาพในการเลือก ไม่ได้หมายความว่าจะสามารถเลือกในสิ่งที่ฉลาดแล้วทุกเรื่องไป การเลือกที่ไม่ฉลาดคือการเลือกสิ่งที่คุณเองไม่สามารถจะทำได้ซึ่งถ้าเลือกเสีย หนีไปหาสิ่งใหม่ก็จะไม่เกิดปัญหา แต่ถ้ายังคงเลือกที่จะเป็นอยู่อย่างเดิมทั้งที่ความสามารถไม่ถึงก็จะมีผลให้ปรับตัวไม่ได้ เพราะมนุษย์ไม่สามารถจะเป็นทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณเลือกได้ เนื่องจากมีข้อจำกัดบางอย่างที่มนุษย์ไม่สามารถเลือกได้ เช่น เพศ พ่อ แม่ ความสามารถที่รับมาโดยกำเนิด

2. มนุษย์สามารถเปลี่ยนวิถีทางใหม่ได้ เช่น ไม่สบายก็สามารถทำให้หายได้ ทำสิ่งหนึ่งไม่ได้ก็ทำสิ่งอื่นแทนได้ แต่มีอย่างหนึ่งที่มนุษย์เปลี่ยนไม่ได้ คือ ความรู้สึกผิด (guilt) ความรู้สึกผิดอันแรกเริ่มจากการเกิด มนุษย์รู้สึกเป็นหนี้ที่จะต้องทำสิ่งต่าง ๆ ให้กับชีวิตและรู้สึกไปตลอดชีวิต ความรู้สึกผิดนี้เกิดจาก ความรู้สึกว่าคุณเองล้มเหลวในการทำให้ได้ตามที่ได้รับมอบหมายในการพัฒนาความสามารถของตนเองให้สมบูรณ์ที่สุด

นอกจากนี้ สิ่งที่มีมนุษย์หลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่น ความตาย การเปลี่ยนแปลง การถูกทอดทิ้ง และอื่น ๆ ทำให้มนุษย์เกิดความวิตกกังวลอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้