

บทวิจารณ์หนังสือ (Book Review)

จิตวิทยาภาษากลอน

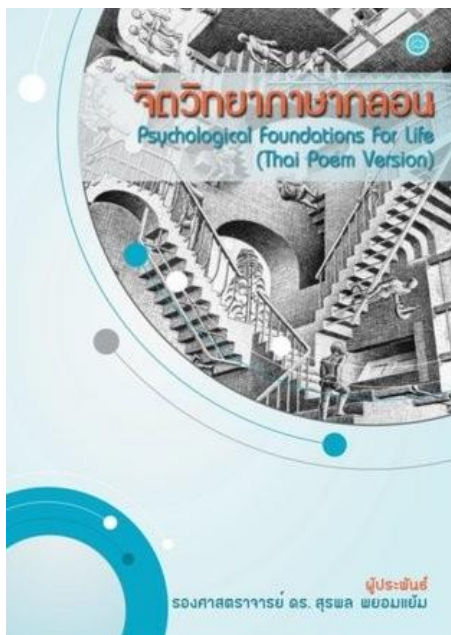
Psychological Foundations for Life (Thai Poem Version)

วารางคณา โสมะนันท์

อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Varangkana Somanandana

Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education, Kasetsart University



วันนี้ผ่านชั้นหนังสือ สะดุดตาเห็นหนังสือเล่มหนึ่งที่มีชื่อว่า “จิตวิทยาภาษากลอน” ประพันธ์โดยรองศาสตราจารย์ ดร.สุรพล พยอมแย้ม อดีตผู้สอนประจำภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยศิลปากร หนังสือเล่มนี้มีแนวทางการอธิบายถึงทฤษฎีต่างๆ ทางจิตวิทยาที่แปลกใหม่น่าสนใจ จุดเด่นของหนังสือเล่มนี้คือผู้ประพันธ์ได้นำหลักการสำคัญของทฤษฎีต่างๆ สื่อสารออกมาเป็นบทกวีที่อ่านแล้วเพลิดเพลินไปกับสาระความรู้ทางจิตวิทยา และสุนทรีย์จากท่วงทำนองของบทกลอนที่เรียงร้อยเข้าด้วยกัน เป็นหนังสือที่สะท้อนให้เห็นถึงการผนวกระหว่างศาสตร์ (หลักการทางจิตวิทยา) และศิลป์ (การตกแต่งภาษาให้มีความสละสลวย) อย่างแท้จริง

ในช่วงแรกของการทำความเข้าใจศาสตร์ทางจิตวิทยา หลายคนอาจมีคำถามว่า จิตวิทยาศึกษาเกี่ยวกับอะไร บ้างก็ว่า เป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องของจิต บ้างก็ว่า เป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องพฤติกรรมมนุษย์ บางคนเข้าใจคลาดเคลื่อนไปถึงว่า เป็นศาสตร์ที่อ่านใจคน หนังสือเล่มนี้ จึงเริ่มต้นด้วยการตอบคำถามว่า จิตวิทยาศึกษาอะไร

จิตวิทยา คือวิชา ที่อยากถาม
เรียนเรื่องความเข้าใจสิ่งใดหรือ
ฟังเดินเหมือนเรียนรู้และฝึกปรือ
เรื่องคนตื้อคนเพี้ยนคนเปลี่ยนไป
คงเกี่ยวข้องกับคนวิปาส
คนประหลาดผิดมนุษย์นั้นใช่ไหม
เมื่อเรียนแล้วมุ่งเน้นที่ความเข้าใจ
ทำอะไรให้หายบ้าหายนากแล้ว
คำตอบแรกก็อธิบายเป็นเบื้องต้น
จิตวิทยาศึกษาคนเท่าจรดหัว
สิ่งที่คิดสิ่งที่ทำใกล้ไกลตัว
จุดพันพัวกระตุ้นให้ตัดใจทำ
หาสาเหตุหาคำตอบที่มักถาม
ว่าดีงามน้อยหรือมากหรือน่าซ้ำ
ทำไมทำเรื่องเช่นนั้นเป็นประจำ
ทำซ้ำๆ ไม่ยอมเปลี่ยนเพราะอะไร
พฤติกรรมเช่นนั้นนี้มีแต่ต้น
บรรพชนทุกยุคทุกสมัย
ทุกคนเผ่าทุกภูมิภาคทุกเพศวัย
เมื่อสงสัยจึงร่วมหามาตอบกัน

ผู้ประพันธ์พยายามที่จะอธิบายให้เห็นว่า แท้จริงแล้ว จิตวิทยาเป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับมนุษย์ เพื่ออธิบายถึงสาเหตุของการเกิดพฤติกรรม ในแง่มุมต่างๆ โดยการจัดแบ่งเนื้อหาออกเป็นหมวดหมู่ มีเนื้อหาทั้งหมด 10 บท ได้แก่

บทที่ 1 บทนำ เป็นการอธิบายถึงศาสตร์ทางด้านจิตวิทยา และการแบ่งกลุ่มแนวคิดทางจิตวิทยาที่ถูกแบ่งออกเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ 1) แนวคิดกลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic) ซึ่งเน้นศึกษาผู้ป่วยทางจิตเวช เพื่อมาอธิบายถึงสาเหตุของพฤติกรรมที่คลาดเคลื่อนไปจากปกติ นั้นเกิดมาจากแรงขับนำพาบุคคลแสดงพฤติกรรมที่ตอบสนองความต้องการ 2) แนวคิดกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) เป็นกลุ่มที่เน้นศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ โดยเน้นความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้า (Stimulus) และการตอบสนอง (Respond) ซึ่งพฤติกรรมของมนุษย์เกิดมาจากการเรียนรู้ด้วยการตอบสนองต่อสิ่งเร้า อย่างไรก็ตามนักจิตวิทยาในกลุ่มนี้เน้นศึกษาพฤติกรรมภายนอกที่สังเกตเห็นได้เป็นหลัก 3) แนวคิดกลุ่มปัญญานิยม (Cognitivism) เป็นกลุ่มแนวคิดที่พัฒนาต่อมาจากกลุ่มพฤติกรรมนิยม โดยอธิบายถึงกระบวนการทางปัญญาที่อยู่ภายในตัวบุคคล ซึ่งมีผลต่อการแสดงหรือไม่แสดงพฤติกรรมด้วย เพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าด้วย 4) แนวคิดกลุ่มมนุษยนิยม (Humanism) เป็นกลุ่มที่มองมนุษย์ในทางบวกว่า มนุษย์เป็นผู้ที่มีศักดิ์ศรี และมีอิสระในการเลือกการดำเนินชีวิตของตนเองได้ โดยมีความต้องการที่จะพัฒนานไปสู่ศักยภาพสูงสุดของตนเอง (Self-actualization) และสุดท้ายแนวคิดกลุ่มชีวประสาท (Neurobiological) เป็นกลุ่มที่ศึกษากระบวนการทำงานของสมอง และระบบประสาทที่เกี่ยวข้องกับการสั่งการให้เกิดพฤติกรรม

บทที่ 2 การศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ โดย อธิบายถึงทฤษฎีทางจิตวิทยาพัฒนาการของจิตวิทยาสำคัญหลายคน เช่น Sigmund Freud หรือ Jean Piaget

บทที่ 3 การเรียนรู้ เป็นการอธิบายถึงทฤษฎีการเรียนรู้ของนักจิตวิทยากลุ่มต่าง ๆ และองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ ได้แก่ การจำและการลืม การรับรู้ และการเสริมแรง

บทที่ 4 บุคลิกภาพ เป็นการอธิบายบุคลิกภาพของบุคคลผ่านมุมมองของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ

บทที่ 5 พฤติกรรมในสังคม เป็นการอธิบายถึงทฤษฎีทางจิตวิทยาสังคม และกระบวนการเกิดพฤติกรรมหลักทางสังคม

บทที่ 6 กลุ่มและชุมชนในชีวิต เป็นการอธิบายถึงสาเหตุของการรวมกลุ่ม และพัฒนามาเป็นชุมชน ซึ่งก็คือกลุ่มที่ใหญ่ขึ้น รวมทั้งเรื่องของการพัฒนาชุมชนให้มีความเข้มแข็ง

บทที่ 7 อุตสาหกรรมและองค์กร เป็นการนำหลักการทางจิตวิทยาอธิบายในแง่มุมของการทำงานในองค์กร เพื่อหาวิธีการบริหารบุคคลให้มีศักยภาพในการทำงานให้แก่องค์กรได้สูงสุด ซึ่งนำพามาซึ่งผลประโยชน์ร่วมกันระหว่างบุคคลและองค์กร

บทที่ 8 หัวข้อพิเศษ ซึ่งเป็นการอธิบายถึงการงูจใจ อารมณ์ ความคิดแย้ง ความก้าวร้าว และการตัดสินใจ

บทที่ 9 ความสุขของชีวิต เป็นการอธิบายถึงเรื่องการปรับตัวของบุคคล และการสร้างความสุขให้แก่ตนเอง รวมทั้งความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

บทที่ 10 จิตวิทยาประจำวัน เป็นการอธิบายถึงลักษณะเด่นของบุคคลตามช่วงวัยต่างๆ รวมทั้งความต้องการของบุคคลที่แตกต่างไปตามช่วงวัย

หนังสือเล่มนี้จึงเหมาะกับผู้ที่เริ่มต้นศึกษาองค์ความรู้ทางด้านจิตวิทยา เพื่อให้เข้าใจหลักการสำคัญของทฤษฎีนั้นๆ รวมถึงผู้ที่อยู่ในแวดวงของจิตวิทยาอ่าน ก็ทำให้สามารถเข้าใจความคิดรวบยอดของทฤษฎีต่างๆ ได้ดีมากยิ่งขึ้น

References

- Payomyam, S. (2017). Psychological Foundations for Life (Thai Poem Version). Bangkok: Bangkok com-tech Intertrade Company Limited.