

ทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์ ตามภูมิปัญญาของชาวล้านนาและอีสาน ...หาทิ้งมาก

นำเสนอเมื่อ : 16 พ.ค. 2552

บทความทางจิตวิทยา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์เขียน วันทนียตระกูล

กลไกในการป้องกันตัว (Defense Mechanism)

ฟรอยด์และนุตรีแอนนาฟรอยด์ ได้แบ่งประเภทกลไกในการป้องกันตัวดังต่อไปนี้

1. **การเก็บกด (Repression)** หมายถึง การเก็บกดความรู้สึกไม่สบายใจ หรือความรู้สึกผิดหวัง ความคับข้องใจไว้ในจิตใต้สำนึก จนกระทั่งลืม กลไกป้องกันตัวประเภทนี้มีอันตราย เพราะถ้าเก็บกดความรู้สึกไว้มากจะมีความวิตกกังวลใจมากและอาจทำให้เป็นโรคประสาทได้

2. **การป้ายความผิดให้แก่ผู้อื่น (Projection)** หมายถึง การลดความวิตกกังวล โดยการป้ายความผิดให้แก่ผู้อื่น ตัวอย่าง ถ้าตนเองรู้สึกเกลียดหรือไม่ชอบใครที่ตนควรจะชอบก็อาจจะบอกว่าคนนั้นไม่ชอบตน เด็กบางคนทีโก่งในเวลาสอบก็อาจจะป้ายความผิดหรือใส่โทษว่าเพื่อนโกง

3. **การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Rationalization)** หมายถึง การปรับตัวโดยการหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง โดยให้คำอธิบายที่เป็นที่ยอมรับสำหรับคนอื่น ตัวอย่างเช่น พ่อแม่ที่ตีลูกมักจะบอกว่า การตีทำเพื่อเด็ก เพราะเด็กต้องการการกระทำโทษเป็นบางครั้งจะได้เป็นคนดี พ่อแม่จะไม่ยอมรับว่าตีเพราะโกรธลูก นักเรียนที่สอบตกก็อาจจะอ้างว่าไม่สบาย แทนที่จะบอกว่าไม่ได้ดูหนังสือ บางครั้งจะใช้เหตุผลแบบ “อู้งานเปรี้ยว” เช่นนักเรียนอยากเรียนแพทยศาสตร์ แต่สอบเข้าไม่ได้ ได้วิศวกรรมศาสตร์ อาจจะบอกว่าเขาแพทยไม่ได้ก็ดีแล้ว เพราะอาชีพแพทยเป็นอาชีพที่เห็นดีเห็นงาม ไม่มีเวลาของตนเอง เป็นวิศวกรดีกว่า เพราะเป็นอาชีพอิสระ “การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง” แตกต่างกับการโกหกเพราะผู้แสดงพฤติกรรมไม่รู้สีกว่าตนเองทำผิด

4. **การถดถอย (Regression)** หมายถึงการหนีกลับไปอยู่ในสภาพอดีตที่เคยทำให้ตนมีความสุข ตัวอย่างเช่น เด็ก 2-3 ขวบ ที่ช่วยตนเองได้ มีน้อยใหม่ เห็นแม่ให้ความเอาใจใส่กับน้อง ความรู้สึกกลัวแม่ไม่รักและไม่สนใจตนเท่าที่เคยได้ รับ จะมีพฤติกรรมถดถอยไปอยู่ในวัยทารกที่ช่วยตนเองไม่ได้ ต้องให้แม่ทำทุกอย่าง

5. **การแสดงปฏิกิริยาตรงข้ามกับความปรารถนาที่แท้จริง (Reaction Formation)** หมายถึงกลไกป้องกันตน โดยการทุ่มเทในการแสดงพฤติกรรมตรงข้ามกับความรู้สึกของตนเอง ที่ตนเองคิดว่าเป็นสิ่งที่สังคมอาจจะไม่ยอมรับ ตัวอย่างแม่ที่ไม่รักลูกคนเดียวคนหนึ่งอาจจะมีพฤติกรรมตรงข้าม โดยการแสดงความรักมากอย่างผิดปกติ หรือเด็กที่มีอคติต่อนักเรียนต่างชาติที่อยู่โรงเรียนเดียวกัน การจะแสดงพฤติกรรมเป็นเพื่อนที่ดีต่อนักเรียนนั้นๆโดยทำตนเป็นเพื่อนสนิทเป็นตน

6. **การสร้างวิมานในอากาศ หรือการฝันกลางวัน (Fantasy หรือ Day dreaming)** กลไกป้องกันตัวประเภทนี้เป็นการสร้างจินตนาการ หรือมโนภาพเกี่ยวกับสิ่งที่ตนมีความต้องการ แต่เป็นไปไม่ได้ ฉะนั้นจึงคิดฝัน หรือสร้างวิมานในอากาศขึ้นเพื่อสนองความต้องการชั่วขณะหนึ่ง เป็นต้นว่านักเรียนที่เรียนไม่ได้อาจจะฝันว่าตนเรียนเก่ง มีมโนภาพว่าตนได้รับรางวัล มีคนปรบมือให้เกียรติ เป็นต้น

7. **การแยกตัว (Isolation)** หมายถึงการแยกตนให้พ้นจากสถานการณ์ที่นำความคับข้องใจมาให้ โดยการแยกตนออกไปอยู่ตามลำพัง ตัวอย่างเช่น เด็กที่คิดว่าพ่อแม่ไม่รักอาจจะแยกตนปิดประตูคนเดียว

8. **การหาสิ่งมาแทนที่ (Displacement)** เป็นการระบายอารมณ์โกรธ หรือคับข้องใจ ต่อคนหรือสิ่งของที่ไม่ได้เป็นต้นเหตุของความคับข้องใจ เป็นต้นว่า บุคคลที่ถูกนายข่มขู่หรือทำให้คับข้องใจ เมื่อกลับมาบ้านอาจจะใช้ภรรยา หรือลูกๆ เป็นแพะรับบาป เช่น อาจจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่อภรรยาและลูกๆ นักเรียนที่โกรธครู แต่ทำอะไรครูไม่ได้ ก็อาจจะเลือกสิ่งของเช่น โต๊ะ เก้าอี้ เป็นสิ่งแทนที่ เช่น ตะเคียวโต๊ะเก้าอี้

9. **การเลียนแบบ (Identification)** หมายถึง การปรับตัว โดยการเลียนแบบบุคคลที่ตนนิยมยกย่อง ตัวอย่างเช่น เด็กชายจะพยายามทำตัวให้เหมือนพ่อ เด็กหญิงจะทำตัวให้เหมือนแม่ ในการพัฒนาการขั้นพอลลิคของฟรอยด์ การเลียนแบบนอกจากจะเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมือนบุคคลที่ตนเลียนแบบ และยังยึดถือค่านิยมและมีความรู้สึกร่วมกับผู้ที่เราเลียนแบบในความสำเร็จ หรือล้มเหลวของบุคคลนั้น การเลียนแบบไม่จำเป็นจะต้องเลียนแบบจากบุคคลจริงๆ แต่อาจจะเลียนแบบจากตัวเอกในละครโทรทัศน์ ภาพยนตร์โดยมีความรู้สึกร่วมกับผู้แสดง

เมื่อประสบความสำเร็จ ความเศร้าโศกเสียใจ หรือเมื่อมีความสุขก็จะพลอยเป็นสุขไปด้วย

กลไกในการป้องกันตัวเป็นวิธีการที่บุคคลใช้ในการปรับตัว เมื่อประสบปัญหาความคับข้องใจ การใช้กลไกป้องกันตัวจะช่วยยืดเวลาในการแก้ปัญหา เพราะจะช่วยให้ผ่อนคลายความเครียดความไม่สบายใจ ทำให้คิดหาเหตุผลหรือแก้ไขปัญหานั้นได้

สรุปแล้วทฤษฎีของ فروยด์ เป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลมากทั้งทางตรงและทางอ้อม ผู้ที่มีความเชื่อและเลื่อมใสในทฤษฎีของ فروยด์ ก็ได้ นำหลักการต่างๆ ไปใช้ในการรักษาคนที่มีปัญหาทางบุคลิกภาพ ซึ่งได้ช่วยคนมากกว่ากึ่งศตวรรษ ส่วนนักจิตวิทยาที่ไม่ใช่หลักจิตวิทยาก็ได้นำความคิดของ فروยด์ ไปทำงานวิจัยเกี่ยวกับพัฒนาการทางบุคลิกภาพ จึงนับว่า فروยด์ เป็นนักจิตวิทยาที่มีอิทธิพลมากต่อพัฒนาการของจิตวิทยา (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2544 : 37-39)^[5]

ทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์ ตามภูมิปัญญาของชาวล้านนาและอีสาน ซึ่งแสดงให้เห็นแนวความคิดที่คล้ายคลึงกันเกี่ยวกับเรื่องพัฒนาการของมนุษย์ดังนี้

| อีสาน | ล้านนา |
|-----------------------------|--------------------------|
| 10ปี อาบน้ำหนาว | 10ปี อาบน้ำอบหนาว |
| ชาว (20) ปี เวสาวชบ่อเปือ | ชาว (20) ปี อูสาวชบ่อกาย |
| 30ปี ฮูเมื่อก่อนโก | 30ปี บอหนายสงสาร |
| 40ปี ไปโฮมาโกวชา | 40ปี เยียะกานเหมือนฟ้าผา |
| 50ปี ไปนมาทอดฮุย | 50ปี สาวนอยดาบอเจ็บใจ |
| 60ปี เปาขลุบอดง | 60ปี โอิเหมือนฟานไชก |
| 70ปี เนื้อหนึ่งคือน้ำฮอนลวก | 70ปี มะเทกเต็มตัว |
| 80ปี หนักหนวกมาหาหู | 80ปี ไคหัวเหมือนไท |
| 90ปี ฟีนองมาดฮองไห | 90ปี ซี้ไหลบฮู |
| 100ปี ไชกอดตายบไชตะตาย | 100ปี ไชกอดตายบไชกอดตาย |

หนังสืออ้างอิง

เขียน วันทนีย์ตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, ส.ทรัพย์การพิมพ์ : เชียงใหม่, 2545.

โค้วตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.

, จิตวิทยาการศึกษา, สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 2540. เพราพรรณ เปลียนภู สุรางค์

^[5]สุรางค์ โค้วตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544), หน้า