

# ทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์ ตามภูมิปัญญาของชาวล้านนาและอีสาน ...หาทางมาก

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 เด็กบางคนทีโง่ในเวลาสอบก็อาจจะป้ายความผิดหรือใส่โทษว่าเพื่อนโง่

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 การจะแสดงพฤติกรรมเป็นเพื่อนที่ดีต่อนักเรียนนั้นโดยทำตนเป็นเพื่อนสนิทเป็นตน

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 แต่อาจจะเลียนแบบจากตัวเองในละครโทรทัศน์ 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)<sup>[5]</sup>

ทฤษฎีพัฒนาการของมนุษย์ ตามภูมิปัญญาของชาวล้านนาและอีสาน ซึ่งแสดงให้เห็นแนวความคิดที่คล้ายคลึงกันเกี่ยวกับเรื่องพัฒนาการของมนุษย์ดังนี้

อีสาน	ล้านนา
10ปี อาบน้ำหนาว	10ปี อาบน้ำอบหนาว
ชาว (20) ปี เวสาวชบ่อเปือ	ชาว (20) ปี อูสาวชบ่กาย
30ปี ฮูเมือกอนโก	30ปี บอหนายสงสาร
40ปี ไปโฮมาโกวชา	40ปี เยียะกานเหมือนฟ้าผา
50ปี ไปนมาทอดฮุย	50ปี สาวนอยดาบอเจ็บใจ
60ปี เปาขลุบอดง	60ปี ไอเหมือนฟานไชก
70ปี เนื้อหนึ่งคือน้ำฮอนลวก	70ปี มะเทกเต็มตัว
80ปี หนักหนวกมาหาหู	80ปี ไคหัวเหมือนไท
90ปี ฟีนองมาดฮองไห	90ปี ซี้ไหลบูนู
100ปี ไชกอดตายบไชตะตาย	100ปี ไชกอดตายบไชกอดตาย

### หนังสืออ้างอิง

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

โค้วตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.

, จิตวิทยาการศึกษา, สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 2540. เพราพรรณ เปลียนภู สุรางค์

<sup>[5]</sup>สุรางค์ โค้วตระกูล, จิตวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544), หน้า