

ໝວດວິຊາ ຄູ່ທົ່ວໄປ

ສາຍຄູມັດທະຍົມ

ຈິດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ



ສົກຮຽນ 2023

ຈິດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ

ປຶ້ມແບບຮຽນ

ລະບົບ 12+ 4	ປີ 2	ພາຮຽນທີ 1
-------------	------	-----------

ຮຽບຮຽງໂດຍ:

ຊອ ປທ ສົມບູນ ຊາມຸນຕີ

ຊອ ສີເພືອງ ຈອມພະຈັນ

ກວດແກ້ໂດຍ:

ຊອ ປອ ໂພທອງ ພົງສົງຄາມ

ອຈ ນ. ຄຳສະຫວັນ ຈັນສີຍະວົງ

ຊອ ນ. ນອນຈັນ ດອງບຸດຕາ

ວິທະຍາໄລຄູສາລະວັນ

ປີ2023



ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ
ສັນຕິພາບ ເອກະລາດ ປະຊາທິປະໄຕ ເອກະພາບ ວັດທະນະຖາວອນ
ສະພາວິທະຍາສາດ

ວິທະຍາໄລຄຸສາລະວັນ
ສະພາວິທະຍາສາດ

ເລກທີ.52.....ສພ.ວສ

ໃບຮັບຮອງ
ອະນຸມັດຜ່ານການຮັບຮອງການຮຽບຮຽງປຶ້ມຫ້ອງການວິທະຍາສາດທຳມະຊາດ

- ອີງຕາມ: ຂໍ້ຕົກລົງວ່າດ້ວຍການຈັດຕັ້ງການເຄື່ອນໄຫວກິດຈະກຳສະພາວິທະຍາສາດຂອງວິທະຍາໄລຄຸສາລະວັນປະຈຳສົກປີ 2023

ຈາກຜົນການກວດສອບ, ກວດກາທາງດ້ານເນື້ອໃນ, ຫຼັກການຂອງບັນດາອະນຸກຳມະການເຫັນວ່າບົດຮຽບຮຽງປຶ້ມແບບຮຽນມີຄວາມຖືກຕ້ອງຕາມເນື້ອໃນຫຼັກສູດທີ່ໄດ້ກຳນົດ ແລະ ສະພາວິທະຍາສາດຈຶ່ງໄດ້ຮັບຮອງເອົາປຶ້ມເຫຼົ່ານີ້ເປັນສ່ວນໜຶ່ງໃນການສົດສອນ ແລະ ຖືກນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນກິດຈະກຳການຮຽນ - ການສອນໃນວິທະຍາໄລຄຸສາລະວັນ.

ຄະນະກຳມະການກວດສອບ

ທ່ານ ປທ ອຸດຕະມະ ແສງອາລຸນ

ທ່ານ ປທ ລາຫຸນ ເພັດສິມພອນ

ລາຍເຊັນ



ທີ່, ສາລະວັນ, ວັນທີ 09 MAR 2023

ປະທານສະພາວິທະຍາສາດ



ອ.ຈ ນ. ສິມປອງ ແສນທະວິສຸກ



ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ
ສັນຕິພາບ ເອກະລາດ ປະຊາທິປະໄຕ ເອກະພາບ ວັດທະນະຖາວອນ
ສະພາວິທະຍາສາດ

ວິທະຍາໄລຄຸສາລະວັນ
ສະພາວິທະຍາສາດ

ໃບຮັບຮອງການກວດແກ້ບົດຮຽບຮຽງປຶ້ມ ວິຊາ ຈິດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ

ຊື່ຫົວຂໍ້: ຈິດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ

ຫ້ອງການ: ວິທະຍາສາດທຳມະຊາດ

ຜູ້ຮຽບຮຽງປຶ້ມ

ທ່ານ ຊອ ສີເພືອງ ຈອມພະຈັນ

ຄະນະກຳມະການກວດແກ້ບົດ

ລາຍເຊັນ

ທ່ານ ຊອ ປອ ໂພທອງ ພິງສິງຄາມ

ທ່ານ ອຈ ນາງ ຄຳສະຫວັນ ຈັນສີຍະວົງ

ທ່ານ ຊອ ນາງ ນວນຈັນ ດວງບຸດດາ

ວິທະຍາໄລຄຸສາລະວັນ

ທີ່, ສາລະວັນ, ວັນທີ 06 MAR 2023

ຫົວໜ້າຫ້ອງການວິທະຍາສາດທຳມະຊາດ

ລາທຸນ ເພັດສົມພອນ

Lahoun PHETSOMPHONE

ຄຳນຳ

ເອກະສານກ່ຽວກັບ ຈິດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ ແມ່ນເອກະສານວິທະຍາສາດຂະແໜງໜຶ່ງທີ່ຫນ້າ
ສົນໃຈເປັນພິເສດສຳຫລັບວົງການສຶກສາ ເວົ້າລວມ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາວິຊາຊີບຄູ ເວົ້າສະເພາະ,
ມັນມີຄວາມສຳຄັນເປັນຢ່າງຍິ່ງ ໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່ເຮັດວຽກງານສຶກສາໂດຍສະເພາະແມ່ນຜູ້ທີ່ເປັນຄູ. ເອກະສານ
ນີ້ມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ເຮັດຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ ແລະ ດ້ວຍຄວາມເຂົ້າໃຈໃນທຳມະຊາດຂອງເດັກຕະຫຼອດຈົນ
ເຂົ້າປັດໃຈຕ່າງໆທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ກັບການພັດທະນາພຶດຕິກຳຂອງເດັກຢ່າງພຽງພໍ.

ເອກະສານນີ້ ໄດ້ມີທີ່ຕັ້ງບົດບາດ ແລະ ຂະຫຍາຍຕົວໄປພ້ອມໆກັບການຂະຫຍາຍຕົວຂອງ
ວິທະຍາສາດອື່ນໆໃນສັງຄົມ ມັນເປັນພື້ນຖານຄວາມຮູ້ອັນໜັກແໜ້ນໃຫ້ແກ່ນັກສຶກສາຄູທີ່ຈະກຽມເຂົ້າສູ່
ວິຊາຊີບຂອງຕົນຢ່າງມີຄວາມໝັ້ນໃຈໃນອານາຄົດ.

ໃນຍຸກສະໄໝປະຈຸບັນ ເອກະສານສະບັບນີ້ຈະເປັນຄວາມຮູ້ໃຫ້ແກ່ນັກສຶກສາຄູ (ຜູ້ທີ່ຈະເປັນຄູ
) ຫຼືຜູ້ປົກຄອງເດັກໃນຫຼາຍບັນຫາກ່ຽວກັບໄລຍະພັດທະນາພຶດຕິກຳຫຼາຍດ້ານຂອງຄົນຢູ່ໃນແຕ່ລະສຳອາຍຸ
ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ.

ເຖິງແມ່ນວ່າ ເອກະສານສະບັບນີ້ ແມ່ນເອກະສານປັບປຸງໃໝ່ ແຕ່ຂ້າພະເຈົ້າຫວັງວ່າບໍ່ຫຼາຍກໍ່ໜ້ອຍ
ມັນຈະເປັນການຊ່ວຍເຫຼືອພວກເຮົາເຂົ້າໃຈໃນການຄົ້ນຄວ້າ ແລະ ຮຳຮຽນ ແລະ ກໍ່ບໍ່ປາສະຈາກ
ຄວາມຂາດຕົກບົກຜ່ອງໄດ້. ສະນັ້ນຫວັງວ່າບັນດາທ່ານນັກຄົ້ນຄວ້າ ແລະ ທ່ານຜູ້ອ່ານທັງຫຼາຍຈະໃຫ້
ຄວາມຮ່ວມມືໃນການປະກອບຄຳຄິດຄຳເຫັນເພື່ອໃຫ້ເອກະສານສະບັບນີ້ດີຂຶ້ນ.

ສະລະບານ

ເນື້ອໃນ	ໜ້າ
ບົດທີ 1	1
ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານກ່ຽວກັບຈິດຕະວິທະຍາ.....	1
1. ປະຫວັດ, ຄວາມໝາຍ ແລະ ຄຸນປະໂຫຍດຂອງຈິດຕະວິທະຍາ.....	1
2. ແນວຄວາມຄິດຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາ.....	4
3. ສາຂາ ແລະ ວິທີການທາງຈິດຕະວິທະຍາ	9
ບົດທີ 2	13
ອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	13
1. ກຳມະພັນ ແລະ ການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ	13
2. ສິ່ງແວດລ້ອມກັບພຶດຕິກຳ	21
3. ການພົວພັນລະຫວ່າງກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ	25
ບົດທີ 3	27
ພື້ນຖານທາງສະລິລະວິທະຍາທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດຕິກຳ	27
1. ຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງຈິດຕະວິທະຍາກັບສະລິລະວິທະຍາ.....	26
2. ລະບົບກຳມເນື້ອ ແລະ ລະບົບຕ່ອມກັບພຶດຕິກຳ.....	27
3. ລະບົບປະສາດກັບພຶດຕິກຳ.	32
ບົດທີ 4	40
ສະຕິປັນຍາ.....	40
1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ປັດໃຈທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາ	40
2. ທິດສະດີຂອງສະຕິປັນຍາ	43
3. ການທົດສອບສະຕິປັນຍາ.	48
4. ລະດັບ ແລະ ຄຸນປະໂຫຍດຂອງສະຕິປັນຍາ.....	50
ບົດທີ 5	53
ອາລົມຈິດ ແລະ ແຮງຈູງໃຈ	53

1. ອາລົມ.....	53
2. ທິດສະດີກ່ຽວກັບອາລົມ	55
3. ພັດທະນາການທາງອາລົມ.....	58
4. ການຄວບຄຸມອາລົມ.....	59
5. ຄວາມສະຫງ່າທາງອາລົມ.	60
6. ແຮງຈູງໃຈ.....	62
ບົດທີ 6	68
ການຮັບຮູ້ ແລະ ການຮຽນຮູ້	68
1. ການສຳຜັດ.....	68
2. ການຮັບຮູ້	75
3. ວຸດທິພາວະ ແລະ ການຮຽນຮູ້.....	79
4. ການຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້	86
ບົດທີ 7	87
ການຄົ້ນຄິດ ແລະ ຈົນຕະນາການ	88
1. ການຄົ້ນຄິດ.....	88
2. ຈົນຕະນາການ.....	91
3. ພາສາ.....	93
4. ການຈີ່ ແລະ ການລືມ	95
5. ການໃສ່ໃຈ.....	99
ບົດທີ 8	104
ບຸກຄະລິກກະພາບ ແລະ ຄວາມສຳຄັນຂອງ.....	103
ບຸກຄະລິກກະພາບ	103
1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ຄວາມສຳຄັນຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ	103
2. ຄວາມສຳຄັນຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ ແລະ ທິດສະດີບຸກຄະລິກກະພາບ.....	108
3. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນ.....	113
4. ຄວາມໝາຍ ແລະ ສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ມີການປັບຕົວ	118

5. ວິທີແກ້ໄຂບັນຫາທາງຈິດຕະວິທະຍາ	123
6. ສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ	123
ບົດທີ 9	133
ຄຸນທາດ ແລະ ນິໄສ	133
1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ທິດສະດີຕ່າງໆກ່ຽວກັບຄຸນທາດ	133
2. ປະເພດ ແລະ ລັກສະນະຕ່າງໆຂອງຄຸນທາດ.....	135
3. ນິໄສ ແລະ ໂຄງປະກອບຂອງນິໄສ	136
ບົດທີ 10	140
ຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ທັກສະ	140
1. ຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ທິດສະດີຄວາມຕ້ອງການ	140
2. ຄວາມໝາຍ, ປະເພດ, ແລະ ລັກສະນະຕ່າງໆຂອງທັກສະ.....	142

ບົດທີ 1

ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານກ່ຽວກັບຈິດຕະວິທະຍາ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ຈຳແນກຂອບເຂດ, ຜົນສະທ້ອນ ແລະ ວິທີການທາງດ້ານຈິດຕະວິທະຍາໄດ້.
- ອະທິບາຍທິດສະດີຂອງກຸ່ມຈິດຕະວິທະຍາຕ່າງໆໄດ້.
- ຈຳແນກຄວາມສຳຄັນ ແລະ ຄຸນປະໂຫຍດຂອງຈິດຕະວິທະຍາໄດ້.

1. ປະຫວັດ, ຄວາມໝາຍ ແລະ ຄຸນປະໂຫຍດຂອງຈິດຕະວິທະຍາ

1.1. ປະຫວັດຄສາມເປັນມາຂອງຈິດຕະວິທະຍາ

ຈິດຕະວິທະຍາໃນເມື່ອກ່ອນແມ່ນວິຊາກ່ຽວກັບວິນຍານ. ຕັ້ງແຕ່ສະໄໝເກຣັກບູຮານກ່ອນສ້າງຕັ້ງ ຄ.ສ ມີທານ ປລາໂຕ (plato 427-347 ກ່ອນ ຄ ສ) ແລະ ທານ ອາຣິດສະໂຕເຕິນ (Aristotle 384-322 ກ່ອນ ຄ ສ) ທານທັງສອງໄດ້ເວົ້າເຖິງທຳມະຊາດ ແລະ ພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດໄວ້ຫຼາຍແຫ່ງ ແລະ ໄດ້ຂຽນປຶ້ມເຫຼັ້ມທຳອິດຂຶ້ນກ່ຽວກັບ “ວິນຍານ” ວິນຍານເປັນຕົ້ນເຫດຂອງການຮຽນຈິດຕະວິທະຍາ.

ຄົນເກຣັກບູຮານເຊື່ອວ່າວິນຍານເປັນວັດຖຸລະອຽດຄືກັນກັບຂີ້ຝຸນ, ຄົນເປັນພະລັງແຫ່ງຈິດ, ເປັນລົມຮ້ອນເຮັດໃຫ້ຊີວິດເກີດຂຶ້ນໄດ້, ຄົນສະໄໝບູຮານເຊື່ອວ່າປາກົດການທຳມະຊາດແມ່ນແຕ່ຝົນຕົກ, ແຜ່ນດິນໄຫວ, ເກີດຟ້າຮ້ອງ ຟ້າຜ່າ ແລະ ອື່ນໆ ຍ້ອນ ມີສິ່ງເລິກລັບເຊື່ອງຊ້ອນຢູ່ໃນເຊິ່ງມີອຳນາດທີ່ບັນດິນບັນດານໃຫ້ເກີດຂຶ້ນ ແມ່ນກະທັ່ງມະນຸດກໍຍັງມີສິ່ງເລິກລັບເຊື່ອງຊ້ອນຢູ່ໃນຮ່າງກາຍເປັນສິ່ງກະຕຸ້ນ ແລະ ຄວບຄຸມການກະທຳຕ່າງໆຂອງມະນຸດສິ່ງເລິກລັບນີ້ເອີ້ນວ່າ ວິນຍານ ແລະ ພ້ອມທັງເຊື່ອວ່າວິນຍານປັນສິ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດມະນຸດ ມີອິດທິພົນເໜືອຮ່າງກາຍຂອງມະນຸດ ແລະ ບັນຊາຮ່າງກາຍຂອງເຮົາເຮັດສິ່ງຕ່າງໆ ວິນຍານຈະສຶງຢູ່ໃນຮ່າງກາຍໃນຂະນະທີ່ຄົນເຮົາມີຊີວິດຢູ່ ເມື່ອຄົນເຮົາຕາຍໄປ ໝາຍເຖິງຮ່າງກາຍປາສະຈາກວິນຍານ ວິນຍານຈະອອກຈາກຮ່າງກາຍໄປຊົ່ວໄລຍະໜຶ່ງ ແລ້ວຈະກັບເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍເກົ່າ ແລະ ເມື່ອນັ້ນລະທີ່ຈະຄືນຊີວິດມາອີກ. ຍ້ອນແນວນັ້ນຄົນເກຣັກບູຮານຈຶ່ງຮັກສາຊາກສົບຄົນຕາຍໄວ້ເພື່ອການກັບມາຂອງວິນຍານ “ວິນຍານບໍ່ມີວັນດັບສູນ”.

ໃນສະໄໝນັ້ນເຊື່ອວ່າຈິດຕະວິທະຍາແມ່ນວິຊາທີ່ສຶກສາກ່ຽວກັບ ວິນຍານ ແລະ ຍັງເປັນເລື່ອງເລິກລັບຢູ່ ແຕ່ເຖິງແນວໃດກໍຕາມຍັງມີການຂັດແຍ້ງກັນເກີດຂຶ້ນໃນກຸ່ມຂອງນັກປັດສະຍາຈົນເຖິງສະໄໝເກີດມີພະເຍຊູຄຣິດເກີດຂຶ້ນໃນສະຕະວັດທີ 11-12 ທີ່ໄດ້ເກີດມີລັດທິຕົກຍະທຳ (realism) ເຊິ່ງເຊື່ອເລື່ອງສະພາບຄວາມເປັນຈິງຂອງສິ່ງຕ່າງໆ ແຕ່ກໍ່ມີຄວາມຂັດແຍ້ງກັນຈົນບໍ່ສາມາດຈະອະທິບາຍໄດ້ວ່າ ວິນຍານແມ່ນຫຍັງ? ມີຢູ່ໃສ ມີຕົວຕົນບໍ່? ຈັບບາຍໄດ້ບໍ່? ເບິ່ງເຫັນບໍ່? ພິສູດໄດ້ບໍ່? ຍັງເປັນເລື່ອງເລິກລັບ,

ໜ້າເບື້ອງໜ້າ ແລະ ໝົດສັດທາ. ຍ້ອນແນວນັ້ນການສຶກສາກ່ຽວກັບວິນຍານຈຶ່ງຄ່ອຍໆຫ່າງເຫີນໄປ ແຕ່ ກາຍມາເປັນຄວາມສົນໃຈເລື່ອງຈິດແທນເພາະເມື່ອເວົ້າເຖິງຈິດໃຈເຫັນວ່າຈະເຂົ້າໃຈງ່າຍກວ່າ; ບາງຄົນຄິດ ວ່າຈິດແມ່ນຢູ່ທີ່ໃຈ ແຕ່ຄວາມເປັນຈິງແລ້ວ, ຈິດບໍ່ແມ່ນໃຈ ຈຶ່ງມັກເວົ້າຄວບຄູ່ກັນໄປວ່າ ຈິດໃຈ ເຫັນ ວ່າການສຶກສາເລື່ອງຈິດເປັນການສຶກສາຄົນທີ່ມີຊີວິດຢູ່, ຈິດໝາຍເຖິງການທີ່ຄົນເຮົາມີຄວາມຮູ້ສຶກຕົວວ່າ ເຮັດຫຍັງ ຄິດຫຍັງ ຄວາມຮູ້ສຶກຕົວນີ້ເອີ້ນວ່າ ຈິນຕະນາການ (**CONSCIOUS**) ຄືມີສະຕິນັ້ນເອງ ເຊື່ອ ວ່າຊີວິດປະກອບດ້ວຍຮ່າງກາຍກັບຈິດໃຈ (**body and mind**) ແລະ ສ່ວນທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດຂອງຈິດນັ້ນ ກໍຄືທີ່ສາມາດສັງເກດການກະທຳ ການເຄື່ອນໄຫວຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ ເຊິ່ງໃນທີ່ສຸດຈຶ່ງປ່ຽນຄວາມສົນໃຈເລື່ອງ ວິນຍານມາເປັນຄວາມສົນໃຈກ່ຽວກັບຈິດ.

ທ່ານ ຈອນລ໌ອກ (**john lock 1632-1704**) ນັກປັດສະຍາຊາວອັງກິດໄດ້ເລີ່ມສົນໃຈສຶກສາ ເລື່ອງຈິດຢ່າງຈິງຈັງ. ທ່ານເວົ້າວ່າ ຈິດ ຄືຄວາມຮູ້ສຶກຕົວ ເຮັດຫຍັງຢູ່ໃສ ຄິດຫຍັງ ແລະ ເປັນຈິດທີ່ບໍລິສຸດ ຄືຜ້າຂາວ ແຕ່ມີການຈະເລີນເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນ ຈິດຈຶ່ງຖືກຍ້ອມສີເຮັດໃຫ້ຈິດຄົນມີສີ ແຕກຕ່າງກັນໄປ ເພາະ ໄດ້ມາຈາກການຮຽນຮູ້. ໝາຍຄວາມວ່າ ສິ່ງແວດລ້ອມມີອິດທິພົນຕໍ່ຈິດຂອງຄົນເຮົາ ຍ້ອນແນວນັ້ນທ່ານ ເຊື່ອວ່າ ຈິດຂອງຄົນເຮົາສະສົມປະສົບການຈາກການຮຽນຮູ້ຕ່າງໆ ແລະ ສະສົມໄວ້ໃນດວງຈິດ.

ຈົນມາເຖິງສະຕະວັດທີ 19 ເປັນຍຸກແຫ່ງວິທະຍາສາດທຳມະຊາດ ມີຜູ້ສຶກສາທົດສະດີຕ່າງໆທາງ ຈິດຕະວິທະຍາເພີ່ມຂຶ້ນຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ ຜູ້ເຮັດໃຫ້ວິຊາຈິດຕະວິທະຍາແຍກອອກຈາກວິຊາປັດສະຍາ ແລະ ເປັນທີ່ຍອມຮັບວ່າເປັນວິຊາວິທະຍາສາດຢ່າງສົມບູນນັ້ນແມ່ນທ່ານ ແມກ ວິນແຮມ ວູນ (**Max willhelm wundt 1832-1920**) ນັກຈິດວິທະຍາຄົນເຢຍລະມັນໄດ້ສ້າງຫ້ອງທົດລອງທາງຈິດວິທະຍາ ຂຶ້ນໃນປີ 1897 ທີ່ມະຫາວິທະຍາໄລ (**Leipzig**) ປະເທດເຢຍລະມັນ. ທ່ານໄດ້ເຮັດການທົດລອງກ່ຽວ ກັບຄວາມຮູ້ສຶກ ປະສາດສຳພັດ ແລະ ທົດລອງກ່ຽວກັບການໃສ່ໃຈ ອາລົມຈິດ ຄວາມຈື່ຈຳ ຈິນຕະນາ ການ ການຄິດຫາເຫດຜົນ ຄວາມເຂົ້າໃຈພາສາ ແລະ ຄະນິດສາດ.

ຜົນການສຶກສາຂອງທ່ານແມ່ນ ຮ່າງກາຍກັບຈິດນັ້ນບໍ່ສາມາດແຍກອອກຈາກກັນໄດ້, ຈິດຮັບຮູ້ ໄດ້ຈາກການສຳຜັດ ເຊິ່ງເກີດຈາກຂະບວນການຂອງປະສາດສຳຜັດ ຕໍ່ມາ ຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ແຜ່ລາມໄປ ທົ່ວໂລກ ແລະ ປັດຈຸບັນນີ້ ເກືອບທຸກໆວິຊາຊີບ ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄູ ແພດໝໍ ພໍ່ຄ້າ ນັກໂຄສະນາ ປະຊາສຳພັນ ນັກການເມືອງການປົກຄອງ ການທະຫານ ທະນາຍຄວາມ ນັກເສດຖະສາດ ແລະ ນັກສັງຄົມສົງເຄາະໄດ້ ເລັ່ງເຫັນຄວາມສຳຄັນຂອງຈິດຕະວິທະຍາ ແລະ ນຳໄປໝູນໃຊ້ໃຫ້ເໝາະສົມແກ່ວິຊາຊີບຂອງຕົນ.

1.2. ຄວາມໝາຍຂອງຈິດຕະວິທະຍາ

ຄຳສັບທີ່ວ່າ ຈິດຕະວິທະຍາ ພາສາອັງກິດໃຊ້ຄຳວ່າ **Psychology** ແມ່ນກຳເນີດມາຈາກຄຳສັບ ຈາກພາສາເກຣັກບູຮານໂດຍອາງຄຳປະສົມເຂົ້າກັນຄື **Psyche** ໝາຍເຖິງຈິດ ຫຼື ວິນຍານ ແລະ **Logos**

ໝາຍເຖິງການສຶກສາຄົ້ນຄ້ວາສອງຄໍານີ້ປະສົມເຂົ້າກັນເປັນ **Psychology** ເຊິ່ງຕໍ່ມາຄໍາສັບນີ້ມີການປ່ຽນແປງເປັນ **Psychology** ແລະ ໄດ້ການມາເປັນພາສາສາກົນທີ່ໃຊ້ຢູ່ໃນຫຼາຍໃນປະເທດໃນໂລກ.

ວິຊາຈິດຕະວິທະຍາບໍ່ແມ່ນເປັນວິຊາທີ່ເລິກລັບຂອງຈິດ ຫຼື ມັດຫັດສະຈັນຂອງວິນຍານ. ຈິດຕະວິທະຍາແມ່ນວິຊາຄົ້ນຄ້ວາກ່ຽວກັບກົດເກນກໍາເນີດແລະແຜ່ຂະຫຍາຍຕົວທາງດ້ານຈິດຂອງຄົນເຮົາເປັນວິຊາໜຶ່ງທີ່ສ້າງຄວາມເຂົ້າໃຈເຖິງສາເຫດຕ່າງໆທີ່ສົ່ງຜົນສະທ້ອນເຖິງລັກສະນະສະເພາະຂອງແຕ່ລະຄົນເຊັ່ນ: ການຄົ້ນຄິດ, ຈິນຕະນາການ, ຄວາມຈຳ, ການຮຽນຮູ້ ແລະ ອື່ນໆ, ພ້ອມກັນນັ້ນຈິດຕະວິທະຍາຍັງເປັນວິຊາທີ່ຄົ້ນຄ້ວາກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳ (**Behavior**) ເຊິ່ງພຶດຕິກຳເລົ່ານັ້ນຈະເປັນສິ່ງເບິ່ງເຫັນ ຫຼື ເບິ່ງບໍ່ເຫັນກໍຕາມເຊັ່ນ: ການຫົວ ຫຼື ຮ້ອງໃຫ້, ອາລົມຈິດ, ສະເໜີອາລົມ ແລະ ອື່ນໆ.

1.3. ຄຸນປະໂຫຍດຂອງຈິດຕະວິທະຍາ

ວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ ນັບມື້ຍັງມີບົດບາດສໍາຄັນຕໍ່ການດໍາລົງຊີວິດຂອງມະນຸດໃນສັງຄົມ ຈະເຫັນໄດ້ວ່າ ສະຖາບັນການສຶກສາຊັ້ນສູງສ່ວນຫຼາຍກໍານົດໃຫ້ນັກສຶກສາຮຽນວິຊາຈິດຕະວິທະຍາເປັນພື້ນຖານເຖິງວ່າຈະບໍ່ໃຊ້ຄວາມຮູ້ທາງຈິດຕະວິທະຍາໂດຍກົງໃນການປະກອບອາຊີບກໍຕາມ ສະນັ້ນ ວິຊາຈິດຕະວິທະຍາມີປະໂຫຍດຕໍ່ຜູ້ຮຽນດັ່ງນີ້:

1. ຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ຮຽນເຂົ້າໃຈເຖິງທຳມະຊາດຂອງມະນຸດຢ່າງເຖິງທ່ອງແທ້ໃນເລື່ອງອາລົມ ຄວາມຕ້ອງການ ການເກີດທັດສະນະຄະຕິ ແລະ ການປ່ຽນແປງທັດສະນະຄະຕິ ການປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບສະພາບແວດລ້ອມອື່ນໆ. ຄວາມເຂົ້າໃຈທຳມະຊາດຂອງມະນຸດ ຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາສາມາດປັບຕົວໄດ້ດີ ດໍາລົງຊີວິດເປັນສະມາຊິກຂອງສັງຄົມຢູ່ຮ່ວມກັນກັບຜູ້ອື່ນໄດ້ເປັນຢ່າງດີ.

2. ຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາສາມາດວິເຄາະທຳຄວາມເຂົ້າໃຈຕົນເອງໄດ້ດີຂຶ້ນ ໂດຍໃຊ້ເຄື່ອງມືໃນການທົດສອບທາງຈິດຕະວິທະຍາການຕ່າງໆ ເພື່ອຮູ້ເຖິງຄວາມສາມາດ ຄວາມຖະໜັດ ແລະ ບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຕົນເອງ.

3. ຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ຮຽນເຂົ້າໃຈເຖິງເຫດຜົນ ຫຼື ບັນຫາເບື້ອງໜຶ່ງ. ການສະແດງອອກຂອງພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດໃນສະພາບການຕ່າງໆ ແລະ ສາມາດດຳເນີນການຢ່າງເໝາະສົມໃນການຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບຜູ້ອື່ນ

4. ໃນຂົງເຂດວຽກງານການຮຽນການສອນ ໂດຍສະເພາະວຽກງານໃຫ້ຄຳເປີກສາຢູ່ໂຮງຮຽນ ຫຼື ຢູ່ສະຖາບັນການສຶກສາຕ່າງໆ ເພື່ອແນໃສ່ໃຫ້ນັກຮຽນ ນັກສຶກສາດຳເນີນຊີວິດໃນໄວຮຽນໃຫ້ມີປະສິດທິພາບ ນັກບໍລິຫານການສຶກສາຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ຄວາມຮູ້ທາງຈິດຕະວິທະຍາເຊັ່ນ: ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບພັດທະນາການດ້ານຕ່າງໆຂອງນັກຮຽນ ຊ່ວຍໃຫ້ຄູ່ຮູ້ວ່າຕົນເອງຄວນສອນຫຍັງ ຄວນສອນແນວໃດ ແລະ ຈະສອນດ້ວຍວິທີໃດຈຶ່ງຈະເໝາະສົມກັບລະດັບການພັດທະນາການ ແລະ ຄວາມສາດຂອງນັກຮຽນ

5. ໃນຂົງເຂດວຽກງານອຸດສາຫະກຳກໍມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ຈິດຕະວິທະຍາ ໂດຍສະເພາະແມ່ນແບບວິທີການທົດສອບສະຕິປັນຍາ ແລະ ຄວາມຖະໜັດງານຂອງຜູ້ສະໜັກງານເພື່ອຈັດຕໍາແໜ່ງງານ

ໃຫ້ເໝາະສົມ. ພ້ອມກັນນັ້ນກໍໃຊ້ຈິດຕະວິທະຍາເຂົ້າໃນການປັບປຸງແກ້ໄຂບັນຫາໃນການເຝິກອົບຮົມຜູ້ປະຕິບັດງານໃນລະດັບຕ່າງໆ ສໍາຫຼວດຄວາມພໍໃຈ ຫຼື ບໍ່ພໍໃຈຂອງຜູ້ຖືກຈ້າງ ແລະ ອື່ນໆ.

6. ຂົງເຂດວຽກງານຂອງພັກລັດ ຈຳໜ່າຍທີ່ຜູ້ບໍລິຫານສາມາດໃຊ້ຄວາມຮູ້ທາງດ້ານຈິດຕະວິທະຍາເຂົ້າໃນການຄັດເລືອກລັດຖະກອນ ແລະ ໃນການຈັດຕໍາແໜ່ງງານໃຫ້ລັດຖະກອນຕາມໜ້າທີ່ ພາລະບົບາດ ແລະ ຄວາມສາມາດຂອງແຕ່ລະຄົນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນເໝາະສົມ ໃຊ້ວິທີການທາງດ້ານຈິດຕະວິທະຍາຕ່າງໆ ເຂົ້າໃນການບໍລິຫານອົງການຈັດຕັ້ງຂັ້ນຕ່າງໆຂອງລັດ ເພື່ອຄວາມເປັນເອກະພາບ ແລະ ແທດເໝາະກັບຕົວຈິງແຫ່ງຍຸກສະໄໝ ແລະ ອື່ນໆ.

1.4. ຈຸດປະສົງຂອງຈິດຕະວິທະຍາ

❖ ການຮຽນຈິດຕະວິທະຍາມີ 3 ຈຸດປະສົງໃຫຍ່:

- ກ. ໃຫ້ຜູ້ຮຽນຮູ້ຈັກຕົນເອງແລະຮູ້ຈັກຜູ້ອື່ນຢູ່ອ້ອມຕົວ.
- ຂ. ໃຫ້ຜູ້ຮຽນຮູ້ມີຄວາມຮູ້ກວ້າງກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳ ແລະ ຄວາມເປັນທຳມະຊາດຂອງມະນຸດ.
- ຄ. ໃຫ້ຜູ້ຮຽນຮູ້ຖືກກົດເກນການກຳເນີດ ແລະ ຂະຫຍາຍຕົວທາງດ້ານຈິດຂອງມະນຸດ.

1.5. ຈຸດມຸ່ງໝາຍຂອງການສຶກສາວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ

- 1) ເພື່ອສຶກສາດ້ານຄວາມຮູ້, ຄວາມເຂົ້າໃຈຄື: ຊ່ວຍໃຫ້ຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈຫຼັກສາດສາຄັນ ແລະ ທິດສະດີຈິດຕະວິທະຍາ ຫຼັກປະຕິບັດໃນການປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບສະພາບແວດລ້ອມໄດ້ຢ່າງເໝາະສົມ ແລະ ຮູ້ຈັກແຫຼ່ງຄື້ນຄວ້າເພີ່ມພູນຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບຈິດຕະວິທະຍາ.
- 2) ເພື່ອສຶກສາກ່ຽວກັບດ້ານທັກສະດີມີຄວາມສາມາດຄື: ຊ່ວຍໃຫ້ມີທັກສະ, ສາມາດໃນການຕັດສິນໃຈເລືອກທິດສະດີຈິດຕະວິທະຍາເພື່ອນຳມາໃຊ້ໄດ້ຢ່າງເໝາະສົມ, ມີທັກສະໃນການພິສູດ, ທົດລອງ ເພື່ອກວດສອບທິດສະດີ ຫຼື ຫຼັກການຈິດຕະວິທະຍາກ່ອນຈະນຳໄປໃຊ້, ມີສະມັດຖະພາບໃນການເອົາເຄື່ອງມື ແລະ ວິທີການຕ່າງໆທີ່ໄດ້ຈາກການຮຽນຮູ້ໃນວິຊາຈິດຕະວິທະຍາໄປໃຊ້ໃຫ້ເກີດປະໂຫຍດ, ມີທັກສະໃນການເລືອກໃຊ້ແຫຼ່ງຄວາມຮູ້ຢ່າງເໝາະສົມ.
- 3) ເພື່ອສຶກສາກ່ຽວກັບທັດສະນະຄະຕິຄື: ພັດທະນາດ້ານທັດສະນະຄະຕິ ເພື່ອໃຫ້ມີທັດສະນະຄະຕິແບບນັກວິທະຍາສາດມີໃຈຮັກ ແລະ ນິຍົມຊົມຊອບໃນວິຊາຊີບຂອງຕົນເອງ. ມີຄວາມພ້ອມທີ່ຈະເຮັດວຽກງານຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນ, ສົນໃຈເພື່ອນຮ່ວມງານ, ມີຄວາມສົນໃຈໃຜສຶກສາຫາຄວາມຮູ້ໃຫມ່ຢູ່ສະເໝີ.

2. ແນວຄວາມຄິດຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາ

ເລີ່ມແຕ່ ຄ ສ 1879 ເຊິ່ງ ນັບວ່າເປັນປີທີ່ຈິດຕະວິທະຍາເລີ່ມມີສະຖານະພາບເປັນວິທະຍາສາດທີ່ໃຊ້ວິທີການທາງວິທະຍາສາດຢ່າງແທ້ຈິງນັ້ນ,ມາເຖິງປັດຈຸບັນໄດ້ມີການສຶກສາຄົ້ນຄວ້າຈິດຕະວິທະຍາສາດຢ່າງກວ້າງຂວາງ, ມີຫຼາຍກຸ່ມຈິດຕະວິທະຍາ ແລະ ນັກຈິດຕະວິທະຍາໃໝ່ໆເກີດຂຶ້ນ ບັນດາແນວຄິດຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມຕ່າງໆ ສາມາດແບ່ງອອກຫຼາຍກຸ່ມຕົ້ນຕໍລຸ່ມນີ້:

ກ. ກຸ່ມໂຄງສ້າງແຫ່ງຈິດ



Wilhelm Max Wundt

ແມ່ນກຸ່ມທີ່ມີແນວຄວາມຄິດໂດຍ
ທ່ານ ວຸນດແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລໄລໂຊຊິກ (Leipzig),
ປະເທດເຢຍລະມັນ ແລະທ່ານເອດເວີຣ໌ດ (Edvard–
Titchener 1867–1927) ແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລ
U.S.A ນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ເຊື່ອກັນວ່າ ຈິດຂອງມະ
ນຸດສາມາດແຍກອອກເປັນອົງປະກອບຍ່ອຍໆໄປເຖິງ
ບ່ອນແຍກບໍ່ໄດ້ອີກ ແລະ ເອີ້ນຊື່ສ່ວນຍ່ອຍໆທີ່ແຍກ
ອອກມານັ້ນວ່າແມ່ນຈິດທາດ (Element of mind) ດັ່ງ
ນັ້ນ, ການຄົ້ນຄວ້າຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ຈຶ່ງມຸ່ງໃສ່
ຕອບຄໍາຖາມ 3 ປະການຄື:

- ຈິດທາດມີອັນໃດແດ່?

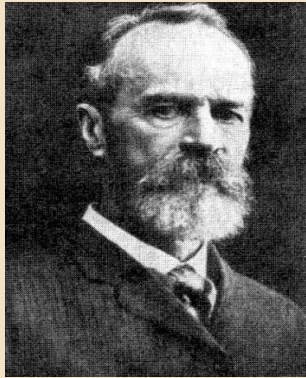
- ຈິດທາດລວມເຂົ້າກັນເປັນຈິດ ຫຼື ປະສົບການຂອງຈິດຄືແນວໃດ?
- ສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ຈິດທາດລວມເຂົ້າກັນເປັນຈິດແມ່ນອັນໃດ?

ຜ່ານການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈຂອງເຂົາໄດ້ພົບວ່າຈິດທາດມີຢູ່ 3 ຊະນິດດ້ວຍກັນຄື:

- ການຮັບສຳພັດ (Sensation) ເຊິ່ງໄດ້ແກ່ການເຫັນ, ການໄດ້ຍິນສຽງ, ການຮັບກິ່ນ, ລົດຊາດ ແລະ
ການສຳຜັດທາງຜິວໜັງ (ກາຍ).
- ການຈົນຕະນາການ (Images) ເຊິ່ງໄດ້ແກ່ການຈິ ແລະ ການຄິດເຊິ່ງບໍ່ແມ່ນປະສົບການໃນປັດຈຸບັນ.
- ຄວາມຮູ້ສຶກ (Affection) ໄດ້ແກ່ອາລົມຕ່າງໆ, ຈິດທັງສາມຢ່າງນີ້ລວມກັນຢູ່ໂດຍອາໃສການເຊື່ອມຕໍ່
ກັນ (Association) ຕົວຢ່າງ ໃນການນັ່ງຟັງການບັນລະຍາຍໄດ້ຍິນສຽງ ແລະ ທັງເຫັນຕົວຜູ້ບັນຍາຍ, ບາງ
ຄັ້ງກໍ່ເກີດອາລົມ (ຄວາມຮູ້ສຶກ) ຕາມທີ່ຜູ້ສອນ ແລະ ຜູ້ບັນຍາຍ.

ວິທີການຄົ້ນຄວ້າຈິດທາດນັ້ນ, ນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ຈະວິເຄາະເອົາຈາກການພິຈາລະນາພາຍ
ໃນ (Introspection) ຂອງຜູ້ຖືກທົດລອງ, ໂດຍໃຫ້ຜູ້ຖືກທົດລອງບັນຍາຍພາວະທາງຈິດຂອງຕົນອອກມາ
ແລ້ວນຳເອົາຄຳບັນຍາຍໄປວິເຄາະຫາຈິດທາດ ແລະ ການຮ່ວມກັນຂອງຈິດທາດຕ່າງໆເທື່ອໜຶ່ງ ເຊິ່ງວິທີການນີ້
ຖືກວາຈານວ່າເຮັດໃຫ້ຜົນການທົດລອງຂາດຄວາມທ່ຽງຕຶງ ເພາະພົບເຫັນວ່າ ເມື່ອມີການທົດລອງຊ້ຳອີກ
ເທື່ອໜຶ່ງກໍ່ຈະໄດ້ຮັບຜົນແຕກຕ່າງຈາກເດີມ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຖານະຂອງກຸ່ມແນວຄິດນີ້ຕົກຕໍ່າລົງຫຼັງ ປີ
1920

ຂ. ກຸ່ມໜ້າທີ່ແຫ່ງຈິດ (Functionalism)



William James

ແມ່ນກຸ່ມແນວຄວາມຄິດຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາອາເມລິກາໂດຍມີທ່ານຈອນດິວ (John Dewey 1859 - 1952) ແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລ ຊີຣາກ໌ ແລະ ທ່ານ ວິລລຽມເຈມສ (William - James 1842 - 1910) ແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລ ຮາວາຣດ (Harvard-University) ເປັນຜູ້ນຳແນວຄວາມຄິດຂອງກຸ່ມນີ້ໂດຍໄດ້ຮັບອິດທິພົນຈາກທິດສະດີວິວັດທະນາການທີ່ເວົ້າວ່າມະນຸດຕ້ອງເປັນຕົວໄປຕາມສະພາບແວດລ້ອມ, ຈຶ່ງເກີດຄວາມສົນໃຈວ່າຂະບວນການທາງຈິດກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດຕິກຳຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ. ດັ່ງນັ້ນ, ສິ່ງທີ່ນັກ

ຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ມີຈຸດມຸ້ງໝາຍຄືນຄວາມວ່ານັ້ນແມ່ນຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງພາວະທາງຈິດ ຫຼື ຂະບວນການທາງຈິດກັບພຶດຕິກຳຫຼືເປັນການຄົ້ນຄວ້າເຖິງໜ້າທີ່ (Function) ຂອງຈິດນັ້ນເອງ, ເນື້ອໃນຂອງຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ເນັ້ນໜັກການຈື່, ການຄືນຄິດ, ການເຂົ້າໃຈ ແລະ ພຶດຕິກຳຄວາມຮູ້ສຶກເຊິ່ງເປັນຂະບວນການທາງຈິດທີ່ມີພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດ.

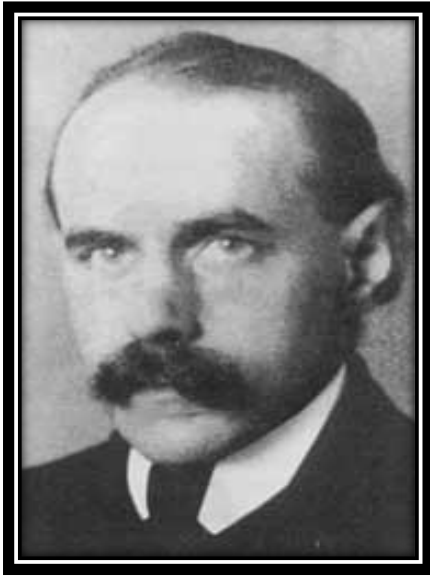
ຄ. ກຸ່ມພຶດຕິກຳນິຍົມ (Behaviorism)



ແມ່ນກຸ່ມຈິດຕະວິທະຍາ ທີ່ມີແນວຄວາມຄິດໄປຕາມທ່ານຈອນບີວັດສັນ (John B Watson) ເຊິ່ງເປັນນັກຈິດຕະວິທະຍາຄົນອາເມລິກາ ແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລຈອນຮອບກິນສ, ຈົບການສຶກສາຈາກມະຫາວິທະຍາໄລ ຊີຣາກ໌ ແລະ ປະກາດລັດທິພຶດຕິກຳນິຍົມ ໃນປີ 1913 ໄດ້ຮຽກຮ້ອງໃຫ້ຈິດຕະວິທະຍາເລີກລື່ມການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈກ່ຽວກັບຈິດຫັນມາຄົ້ນຄວ້າພຶດຕິກຳ ເຊິ່ງສາມາດວັດແທກ ແລະ ໄດ້ກວດສອບເພື່ອເຮັດໃຫ້ຈິດຕະວິທະຍາເປັນວິທະຍາສາດທີ່ແທ້ຈິງເໝືອນວິທະຍາສາດຂະແໜງອື່ນໆ

ໂດຍມີຄວາມເຊື່ອວ່າພຶດຕິກຳຂອງຄົນເຮົານີ້ມີຄວາມສຳພັນກັບສິ່ງກະຕຸກ (Stimulus) ແລະກໍຈະປັບປ່ຽນໄດ້ກໍຕໍ່ເມື່ອມີການປ່ຽນແປງສິ່ງກະຕຸກ ແລະ ແຮງກະຕຸກ

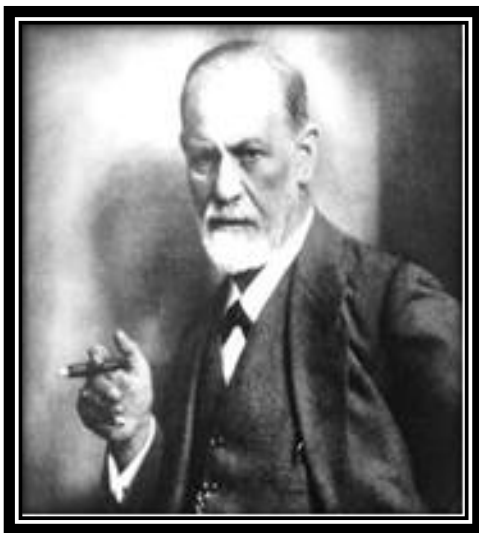
ງ. ກຸ່ມປັນຍານິຍົມ (Cognitivism)



ກຸ່ມປັນຍານິຍົມນີ້ຍັງເອີ້ນວ່າ ກຸ່ມແກສຕອລ (Gestalt) ເຊິ່ງເປັນແນວຄິດຂອງກຸ່ມນັກຈິດຕະວິທະຍາແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລ ແບ່ກແລງ ໃນເຢຍລະມັນເຊິ່ງ ແມ່ນທ່ານ ແມກເວີຣ ໄທເມີຣ (Max Wertheimer 1880 – 1943) ເປັນຜູ້ນຳ ທ່ານໄດ້ປະກາດແນວຄວາມຄິດຂອງກຸ່ມແກສຕອລ ໃນປີ 1912 ເປັນແນວຄວາມຄິດທີ່ບໍ່ເຫັນກັບການວິເຄາະຈິດທາດ. ໂດຍມີຄວາມເຫັນວ່າການທຳງານຂອງຂະບວນການທາງຈິດນີ້ບໍ່ໄດ້ແຍກອອກເປັນສ່ວນໆ ແຕ່ຈະທຳງານຮ່ວມກັນທັງໝົດ, ເຊິ່ງບໍ່ແມ່ນການເອົາປະສົບການຍ່ອຍໆ ແຕ່ລະປະສົບການມາຮວມກັນ, ນອກຈາກກຸ່ມນີ້ ແກສຕອລຍັງບໍ່ເຫັນພ້ອມກັບແນວຄວາມ

ຄິດຂອງກຸ່ມພຶດຕິກຳນິຍົມທີ່ພະຍາຍາມວິເຄາະພຶດຕິກຳທີ່ສະຫຼັບສັບຊ້ອນອອກເປັນພຶດຕິກຳຍ່ອຍໆ ແລະ ມີຄວາມເຫັນວ່າມະນຸດເຮົາບໍ່ໄດ້ຕັກຢູ່ໃນອິດທິພົນຂອງສິ່ງກະທົບ ແຕ່ມະນຸດເຮົາມີການຄົ້ນຄິດ, ການຈຶ່ງ, ການວາງແຜນການຕັດສິນໃຈ, ເຊິ່ງເປັນຂະບວນການທາງປັນຍາຫຼືຂະບວນການທາງຈິດທີ່ໄດ້ກັນຕອງກ່ອນການຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງແວດລ້ອມຂ້າງ.

ຈ. ກຸ່ມຈິດວິເຄາະ (Psychoanalysis)



ແມ່ນກຸ່ມທີ່ມີແຮວຄວາມຄິດຖືກພັດທະນາຂຶ້ນໂດຍນັກການແພດຄົນໂອຕຣິດ, ທ່ານຊິກມັນຟຣອຍ (Sigmund Freud 1856 – 1959) ຈາກປະສົບການບຳບັດຮັກສາຄົນເຈັບທີ່ມີຄວາມບົກຜ່ອງທາງຈິດເຮັດໃຫ້ ທ່ານ ຟຣອຍ ມີຄວາມຄິດວ່າມະນຸດເຮົາມີພາວະທາງຈິດເປັນ 3 ພາກສ່ວນຄື:

- ຈິດຮູ້ສຳນຶກ (Conscious mind) ແມ່ນສະພາວະທີ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກຕົວວ່າຕົນເອງກຳລັງເຮັດຫຍັງ, ຢູ່ໃສ ແລະ ອື່ນໆສາມາດຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະທົບໂດຍຜ່ານອິນຊີທັງ 5.
- ຈິດໃຕ້ສຳນຶກ (Subconscious mind) ຫຼື ຈິດກ່ອນສານຶກ ແມ່ນສະພາວະທີ່ບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວເປັນບາງຄັ້ງ ຄາວມີການປະພຶດຫຍັງລົງໄປໂດຍບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວ, ໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈລວມເຖິງປະສົບການທີ່ເກັບກິດເອົາໄວ້ໃນຮູບແບບຄວາມຊົງຈຳກໍແມ່ນຢູ່ໃນຈິດໃຕ້ສຳນຶກ.
- ຈິດໄຮ້ສຳນຶກ (Unconscious mind) ແມ່ນພາວະທາງຈິດທີ່ເກັບກິດ ເອົາສິ່ງທີ່ປາຖະໜາຢາກຈະປະພຶດແຕ່ບໍ່ໄດ້ປະພຶດຕາມຈຸດປະສົງ ແລະ ເປັນການເກັບເອົາໄວ້ໂດຍບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວພະລັງຄວາມປາຖະໜາ

ເຫຼົ່ານີ້ຈະມີອິດທິພົນຕໍ່ພຶດຕິກຳ ແລະ ການລະບາຍອອກມາໃນຮູບແບບຂອງການຝັນຫຼືການເວົ້າໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ, ຖ້າຫາກບໍ່ລະບາຍອອກມາ ແລະ ສະສົມເອົາໄວ້ຫຼາຍໆກໍຈະອອກມາຄວບຄຸມພຶດຕິກຳຂອງບຸກຄົນ ແລະ ເປັນຜົນເຮັດໃຫ້ຄົນມີພຶດຕິກຳຜິດປົກກະຕິເພາະຄວາມປາຖະໜາທີ່ເກັບກົດເອົາໄວ້ນັ້ນລ້ວນແຕ່ເປັນ ເລື່ອງທີ່ຢາກປະພຶດ, ແຕ່ມັນເຮັດບໍ່ໄດ້ເພາະມັນຝັນຕໍ່ລະບຽບກົດໝາຍຂອງສັງຄົມ. ຄວາມປາຖະໜາທີ່ ຖືກເກັບກົດເອົາໄວ້ນັ້ນສ່ວນຫຼາຍແມ່ນຄວາມຕ້ອງການທາງເພດ, ຄວາມຮຸນທາງສັນຊາດຍານ, ເຊິ່ງຄວາມ ຕ້ອງການທັງສອງຢ່າງນີ້ ທ່ານ ຟຣອຍ ເຊື່ອວ່າມະນຸດທຸກຄົນມີຕິດຕົວມາພ້ອມນັບແຕ່ເວລາກຳເນີດ ຫຼື ເປັນສັນຊາດຍານ, ໂດຍເອີ້ນຄວາມຕ້ອງການທາງເພດວ່າ ສັນຊາດຍານແຫ່ງຊີວິດ ແລະ ເອີ້ນຄວາມ ຕ້ອງການຮຸນແຮງ ຕໍ່ກັບສັນຊາດຍານວ່າສັນຊາດຍານແຫ່ງຄວາມຕາຍ ໃນແນວຄວາມຄິດຂອງ ທ່ານ ຟຣອຍ ຖືວ່າສິ່ງທີ່ເກັບກົດເອົາໄວ້ໄຮ້ສຳນຶກຂອງມະນຸດເປັນສິ່ງສຳຄັນ.

ສ. ກຸ່ມມະນຸດນິຍົມ (Humanism)



ກຸ່ມນີ້ແມ່ນແນວຄວາມຄິດທີ່ຖືກ ພັດທະນາຂຶ້ນໃນໄລຍະ ປີ 1950 ໂດຍມີຄວາມມຸ້ງໝັ້ນຄັດ ຄານຂອງກຸ່ມແນວຄວາມຄິດພຶດຕິກຳນິຍົມ ແລະ ກຸ່ມຈິດ ວິເຄາະ. ທ່ານ ຄານ ໂຮເຈີ (1902-1958) ໂດຍຮຽກຕີນ ເອງວ່າເປັນ ພະລັງທີ 3 (Third force) ໃນວົງການ ຈິດຕະວິທະຍາຕາມທັດນະສະນະນີ້ເຫັນວ່າ ກຸ່ມພຶດຕິກຳ ນິຍົມ ແລະ ກຸ່ມຈິດວິເຄາະ ລວມທັງກຸ່ມປັນຍານິຍົມ ໄດ້ ສະເຫຼີຍຄຳຕອບທີ່ມີຄຸນຄ່າຂອງການເປັນມະນຸດ, ຄວາມ ຈິງແລ້ວມະນຸດເຮົາທຸກຄົນ ລ້ວນແຕ່ມີຄວາມຫວັງດີ,ແຕ່

ການທີ່ມະນຸດເຮົາມີບັນຫາກໍເນື່ອງມາຈາກການຂາດອິດສະຫຼະພາບ ແລະ ຖືກຄວບຄຸມດ້ວຍສິ່ງກະທົບ ຈາກພາຍນອກຢູ່ຕະຫລອດເວລາ.

ດັ່ງນັ້ນ,ສິ່ງທີ່ນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ ສົນໃຈຄືການພັດທະນາເຫງົ້າພະລັງ ແຫ່ງຄວາມເປັນມະ ນຸດໃຫ້ເຖິງຈຸດສູງສຸດ ທີ່ແຕ່ລະຄົນຢຸດສາໄປເບິ່ງ, ເຊິ່ງແຕ່ລະຄົນມີລັກສະນະສະເພາະຂອງຕົນເອງ(Unignehes) ທີ່ບໍ່ມີຄືຜູ້ອື່ນນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ບໍ່ເຫັນພ້ອມກັບວິທີການສຶກສາຄົ້ນຄ້ວາທາງວິທະຍາ ສາດ, ເພາະຈະເຮັດໃຫ້ມະນຸດມີສະພາບຄືກັບວັດຖຸ ຫຼື ເຄື່ອງກົນຈັກ. ຄວາມຈິງແລ້ວມະນຸດມີຄວາມຮູ້ ສຶກນຶກຄິດ, ການເວົ້າເຖິງຄວາມຮູ້ສຶກນຶກຄິດຂອງມະນຸດນັ້ນຄວນໃຊ້ວິທີອັດຕາສ່ວນຕົວ (Personal Intuition) ນັ້ນຄືການຢັ້ງຮູ້ເຂົ້າໄປເຖິງຄວາມຮູ້ສຶກນຶກຄິດຂອງຕົນເອງ ແລະ ຂອງບຸກຄົນອື່ນ.ໂດຍໃຊ້ ຄວາມຮູ້ສຶກນຶກຄິດຂອງຕົນ,ຜົນຂອງການຢັ້ງຮູ້ຈຶ່ງເປັນເລື່ອງອັດຕະໂນ (Subectivity) ເຊິ່ງບໍ່ຈຳເປັນ ຕ້ອງໃຫ້ເໝືອນຄົນອື່ນ, ການເຂົ້າເຖິງຄວາມຮູ້ສຶກນຶກຄິດຂອງຄົນອື່ນໂດຍວິທີການອັດຕາສ່ວນຕົວນີ້ກໍຄືວິ ທິການເຂົ້າຫາຜູ້ອື່ນໂດຍເອົາໃຈເຂົາມາໃສ່ເຮົານີ້ເອງ

3. ສາຂາ ແລະ ວິທີການທາງຈິດຕະວິທະຍາ

➤ ບັນດາສາຂາຂອງຈິດຕະວິທະຍາ

ນັບແຕ່ຈິດຕະວິທະຍາຫັນມາໃຊ້ວິທີການສຶກສາຄົ້ນຄວ້າທາງວິທະຍາສາດ, ວິຊາຈິດຕະວິທະຍາກໍໄດ້ກ້າວໜ້າໄປຢ່າງວຽວໄວ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບຈິດຕະວິທະຍາມີລາຍຢ່າງຫຼາຍແນວ. ສະນັ້ນ, ຈຶ່ງຈຳເປັນຫຼາຍສາຂາແຕກຕ່າງກັນ, ເຊິ່ງໃນນີ້ຈະແບ່ງອອກເປັນ 10 ສາຂາດ້ວຍຄືກັນ:

ກ. ຈິດຕະວິທະຍາການທົດລອງ (Experimental Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ເນັ້ນໃສ່ການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈເຖິງພື້ນຖານຂອງພຶດຕິກຳໂດຍອາໄສການທົດລອງໃນຫ້ອງປະຕິບັດການຕົວຈິງເປັນລັກ, ເລື່ອງໃນການທົດລອງເປັນເລື່ອງຂອງລະບົບປະສະລິລະສາດທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດຕິກຳ ຫຼື ເອີ້ນອີກແບບໜຶ່ງວ່າສະລິລະຈິດຕະວິທະຍາ, ເຊິ່ງສຶກສາຄົ້ນຄວ້າກ່ຽວກັບການພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດເວົ້າລວມໃນນັ້ນມີການຮັບຮູ້, ການຈື່, ການຄື້ນຄິດ, ການຮຽນຮູ້ ແລະ ອື່ນໆ... ຜົນງານຂອງຈິດຕະວິທະຍາສາຂານີ້ຈະເປັນພື້ນຖານໃຫ້ແກ່ຈິດຕະວິທະຍາສາຂາອື່ນໆເພື່ອນຳໄປປັບປຸງ ແລະ ນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນສາຂານັ້ນໆຕໍ່ໄປ.

ຂ. ຈິດຕະວິທະຍາສັງຄົມ (Social Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ມີການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈອິດທິພົນຂອງສັງຄົມ ຫຼື ກຸ່ມຄົນໃນສັງຄົມທີ່ມີພຶດຕິກຳລວມເຖິງພຶດຕິກຳຂອງກຸ່ມຄົນ ແລະ ຄຸນລັກສະນະຂອງບຸກຄົນ ເຊັ່ນ: ເຈດຕະຄະຕິ, ຄຳນິຍົມເຊິ່ງບຸກຄົນໄດ້ຮັບອິດທິພົນມາຈາກສັງຄົມດ້ວຍ.

ຄ. ຈິດຕະວິທະຍາບຸກຄະລິກກະພາບ (Personally of Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ສຶກສາຄົ້ນຄວ້າວິໄຈເຖິງຄວາມຄ້າຍຄືກັນ ແລະ ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນ ແລະ ຄື້ນຄວ້າຫາອົງປະກອບຕ່າງໆ ທີ່ເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນມີລັກສະນະເປັນຂອງຕົນເອງທີ່ບໍ່ຄືກັບບຸກຄົນອື່ນ.

ງ. ຈິດຕະວິທະຍາພັດທະນາການ (Developmental Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ສຶກສາຄົ້ນຄວ້າເຖິງພຶດຕິກຳຕ່າງໆຂອງມະນຸດທີ່ພັດທະນາ ຫຼື ປ່ຽນແປງໄປຕາມອາຍຸນັບແຕ່ເກີດ ຈົນເຖິງເຖົ້າແກ່ຊາລາການ, ອາດຈະປ່ຽນສາຂາຍ່ອຍອອກເປັນ ຈິດຕະວິທະຍາເດັກ, ຈິດຕະວິທະຍາໄວລຸ້ນ, ຈິດຕະວິທະຍາຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ຈິດຕະວິທະຍາໄວຊາລາ.

ຈ. ຈິດຕະວິທະຍາກ່ຽວກັບຈິດ (Psychometric Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ມີການສຶກສາຄົ້ນຄ້ວາເຖິງເຕັກນິກວິທີການສ້າງ, ການພັດທະນາເຄື່ອງມື, ແບບທົດສອບມາດຕະຖານທີ່ໃຊ້ເຂົ້າໃນການວັດແທກຄຸນລັກສະນະ ແລະ ພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດເຊັ່ນ: ການວັດແທກລະດັບຄະຕິປັນຍາ (IQ) ຄວາມຖະໜັດ, ຄວາມສົນໃຈ, ແຮງຈູງໃຈ, ເຈດຕະຄະຕິ ແລະ ວັດແທກບຸກຄະລິກກະພາບ.ແບບທົດສອບ ແລະ ເຄື່ອງມືເຫຼົ່ານີ້ສາມາດນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການສຶກສາຄົ້ນຄ້ວາແກ່ສາຂາວິຊາຈິດຕະວິທະຍາອື່ນໆອີກດ້ວຍ.

ສ. ຈິດຕະວິທະຍາໃຫ້ການປຶກສາ ແລະ ແນະແນວ (Counselling and guidance Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ມີການຄົ້ນຄ້ວາເຖິງເຕັກນິກ ແລະ ວິທີການຊ່ວຍເຫຼືອຄົບປຶກກະຕິທີ່ໄປແຕ່ມີບັນຫາໃນການປັບຕົວ ຫຼື ມີພຶດຕິກຳຜິດປົກກະຕິແຕ່ບໍ່ຮຸນແຮງສາມາດເຮັດໃຫ້ມີການປັບຕົວ ຫຼື ແກ້ບັນຫາໄດ້ເຊິ່ງສ່ວນຫຼາຍສາຂາວິຊານີ້ມັກຖືກນຳໃຊ້ຢ່າງແຜ່ຫຼາຍຢູ່ຕາມຖານການສຶກສາຕ່າງໆໂດຍສະເພາະແມ່ນຢູ່ລະດັບມັດທະຍົມສຶກສາ ແລະ ກຽມມະຫາວິທະຍາໄລ.

ຊ. ຈິດຕະວິທະຍາການສຶກສາ (Educational Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາການທີ່ມີການຄົ້ນຄ້ວາວິໄຈເຖິງພຶດຕິກຳທີ່ກ່ຽວກັບການຮຽນການສອນເພື່ອໃຫ້ການຮຽນການສອນມີປະສິດທິພາບ ແລະ ປະສິດທິຜົນ, ເປັນວິຊາທີ່ມີຂອບເຂດກ້ວາງຂວາງກ່ຽວຂ້ອງສຳພັນກັບສາຂາວິຊາອື່ນໆຢ່າງຫຼວງຫຼາຍເຊັ່ນ: ຈິດຕະວິທະຍາພັດທະນາການ, ຈິດຕະວິທະຍາບຸກຄະລິກກະພາບ ແລະ ອື່ນໆ...

ຍ. ຈິດຕະວິທະຍາການຮຽນຮູ້ (Learning Psychology)

ແມ່ນວິຊາທີ່ມີການຄົ້ນຄ້ວາວິໄຈເຖິງເຕັກນິກ ແລະ ວິທີການວິໄສ ແລະ ຊ່ວຍເຫຼືອນັກຮຽນທີ່ມີບັນຫາທາງອາລົມ ແລະ ບັນຫາການຮຽນໂດຍສະເພາະມີເປົ້າໝາຍເພື່ອເຮັດໃຫ້ຜູ້ຮຽນປະສົບຄວາມສຳເລັດໃນການຮຽນເປັນສຳຄັນ.

ດ. ຈິດຕະວິທະຍາຄຣິນິກ (Clinic Psychology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ມີການຄົ້ນຄ້ວາເຖິງເຕັກນິກ ແລະ ວິທີການຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ບຳບັດຜູ້ທີ່ມີພຶດຕິກຳຜິດປົກກະຕິ ເຊັ່ນ: ປັນຍາອ່ອນ, ໂລກປະຫວັດສາດ, ໂລກຈິດເປັນຕົ້ນ. ນັກຈິດຕະວິທະຍາສາຂານີ້ແມ່ນເຮັດວຽກຢູ່ຕາມໂຮໝ໌ໂລກຈິດ, ສູນສຸຂະພາບຈິດ ຫຼື ເປີດຄຣິນິກໃຫ້ຄຳເປີກສາແກ່ຄົນທີ່ໄປ. ນັກຈິດຕະວິທະຍາຄຣິນິກຕ່າງກັບຈິດຕະແພດຢູ່ບ່ອນວ່າບໍ່ສາມາດບຳບັດດ້ວຍການໃຊ້ຢາໄດ້ເພາະຂາດພື້ນຖານທາງແພດ, ແຕ່ທີ່ໄປແລ້ວແມ່ນເຮັດວຽກຄຽງຄູ່ກັບຈິດຕະແພດ.

ຕ. ຈິດຕະວິທະຍາອຸດສາຫະກຳ (Industria Psycology)

ແມ່ນສາຂາວິຊາທີ່ສຶກສາຄື້ນຄວາມເຖິງເຕັກນິກ ແລະ ວິທີຄັດເລືອກ ແລະ ພັດທະນາຄົນໃຫ້ເຮັດວຽກມີປະສິດທິພາບຕະຫຼອດເຖິງການພັດທະນາ ແລະ ອອກແບບເຄື່ອງມື ແລະ ເຄື່ອງໃຊ້ໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ ທີ່ອ່ານວຍຄວາມສະດວກຕໍ່ການເຮັດວຽກງານ. ສາຂາວິຊານີ້ມັກເອີ້ນອີກແບບໜຶ່ງວ່າ ຈິດຕະວິທະຍາອົງການ ແລະ ຈິດຕະວິທະຍາວິສາວະກອນ (**Organization and Engineering Psychology**).

1. ວິທີການຄື້ນຄວາມຈິດຕະວິທະຍາ

ວິທີຄື້ນຄວາມວິໄຈຫາຂໍ້ມູນ ກ່ຽວກັບຈິດຕະວິທະຍານັ້ນມີຫຼາຍວິທີດ້ວຍກັນ, ແຕ່ໃນທີ່ນີ້ຈະເວົ້າເຖິງພຽງແຕ່ 6 ວິທີການຕົ້ນຕໍທີ່ນິຍົມໃຊ້ຢ່າງແຜ່ຫຼາຍດັ່ງນີ້:

1) ວິທີການສັງເກດ (Observational method)

ແມ່ນວິທີການຄື້ນຄວາມຈະຕ້ອງໄດ້ຮັບການເຝິກຝົນໃນເລື່ອງການສັງເກດການບັນທຶກພຶດຕິກຳຄວາມເປັນຈິງທີ່ໄດ້ສັງເກດເຫັນ ແລະ ການຕີລາຄາຄວາມໝາຍ ຂໍ້ມູນຈະຕ້ອງຊັດເຈນບໍ່ລຳອຽງ ຫຼືໃຊ້ຄວາມຄິດເຫັນສ່ວນຕົວເຂົ້າມາກ່ຽວຂ້ອງ

2) ວິທີການສຳຫຼວດ (Survey method)

ການສຳຫຼວດອາດຈະໃຊ້ຫຼາຍວິທີການເຊັ່ນ:

- ✓ ການສຳພາດ (Interviews)
- ✓ ການໃຊ້ແບບສອບຖາມ (Questionnaires)

3) ການທົດສອບ (Test method)

ການທົດສອບຈະເລືອກໃຊ້ແບບທົດສອບເຊິ່ງມີຫຼາຍຊະນິດໃຫ້ເໝາະສົມ ແລະ ຕ້ອງມີຄວາມຮູ້, ຄວາມຊຳນິຊຳນານໃນການໃຊ້ແບບທົດສອບນັ້ນຢ່າງພຽງພໍ.

4) ວິທີການຄະລິນິກ (Clinical method)

ວິທີນີ້ໃຊ້ສະເພາະກັບບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງຈິດເຊິ່ງມີພຶດຕິກຳອະຜິດປົກກະຕິເປັນວິທີການຄື້ນຄວາມເປັນແຕ່ລະກໍລະນີ (Case study), ຄື້ນຄວາມວິໄຈຕັ້ງແຕ່ອະອິດຈົນເຖິງປັດຈຸບັນຢ່າງລະອຽດໃນຫຼາຍດ້ານ.

5) ວິທີການທົດລອງ (Experimental method)

ວິທີການທົດລອງອາດຈະທົດລອງໃນຫ້ອງທົດລອງປະຕິບັດການຕົວຈິງຫຼືນອກຫ້ອງປະຕິບັດການກໍໄດ້, ຖ້າທົດລອງປະຕິບັດການຖືກເອີ້ນວ່າ: Labortory Experiment. ຖ້າທົດລອງນອກຫ້ອງປະຕິບັດການຖືກເອີ້ນວ່າ: Field Experiment ແຕ່ສ່ວນຫຼາຍຈະມັກທົດລອງໃນຫ້ອງປະຕິບັດການເພາະສະດວກໃນການໃຊ້ເຄື່ອງມືອຸປະກອນ ແລະ ຄວບຄຸມເງື່ອນໄຂຕ່າງໆໄດ້ດີກ່ວາ.

6) ການວິໄຈໝາກຜົນຂອງການເຄື່ອນໄຫວ

ວິທີການນີ້ແມ່ນນຳເອົາໝາກຜົນຂອງການປະພຶດໃນການເຄື່ອນໄຫວເຮັດວຽກງານການດຳລົງຊີວິດມາສຶກສາຄົ້ນຄວ້າ ເພື່ອຊອກຫາຂໍ້ມູນແນວຄວາມຄິດ ອາລົມຈິດ ຄວາມປາດຖະໜາ ແລະ ອື່ນໆຂອງບຸກຄົນ.

ການທີ່ໃຊ້ວິທີການໃດໜຶ່ງເຂົ້າໃນການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈນັ້ນ ພວກເຮົາບໍ່ສາມາດທີ່ຈະການົດໄດ້ວ່າວິທີການໃດສຳຄັນກ່ວາ ພວກເຮົາຕ້ອງສັງເກດ ແລະ ໃຊ້ວິທີໃດທີ່ເໝາະສົມ. ຖ້າໃຊ້ຫຼາຍວິທີຄວບຄູ່ກັນໄປກໍຈະເຮັດໃຫ້ຜົນການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈນັ້ນສົມບູນແບບຍິ່ງຂຶ້ນ.

❖ ສະຫຼຸບ

ໃນບົດນີ້ໄດ້ເວົ້າເຖິງປະຫວັດຄວາມເປັນມາ, ຄວາມໝາຍສຳຄັນ, ຈຸດປະສົງ, ຄຸນປະໂຫຍດ, ວິທີການຕ່າງໆທີ່ຄົ້ນຄວ້າຈິດຕະວິທະຍາ ແລະ ປັດໄຈທີ່ເປັນຜົນສະທ້ອນທາງດ້ານຮ່າງກາຍຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງເດັກ.

❖ ວຽກມອບໝາຍ

1. ຈົ່ງບອກຄວາມໝາຍຂອງຄຳວ່າ “ຈິດຕະ”
2. ຈຸດປະສົງຂອງຈິດຕະວິທະຍາມີຈັກຈຸດປະສົງ?
3. ໃຫ້ອະທິບາຍວິທີການຕ່າງໆທີ່ໃຊ້ເຂົ້າໃນການຄົ້ນຄວ້າຈິດຕະວິທະຍາ?

❖ ວຽກເພີ່ມຄຳຖາມທ້າຍບົດ

ໃຫ້ນັກຮຽນຂຽນບົດສະຫຼຸບໂດຍຫຍໍ້ ກ່ຽວກັບປະຫວັດຄວາມເປັນມາຄຸນປະໂຫຍດ ແລະ ແນວຄວາມຄິດຂອງຈິດຕະວິທະຍາ.

ບົດທີ 2

ອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ

- ອະທິບາຍອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນ, ອິດທິພົນຂອງຄອບຄົວຕໍ່ການດູແລເດັກ, ອິດທິພົນຂອງສັງຄົມ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມໄດ້
- ນຳໃຊ້ຄວາມເຂົ້າໃຈໃນວຽກງານສິດສອນໂຕຈົງຢູ່ໃນຊັ້ນປະຖົມ ແລະ ຮູ້ຈັກນຳໃຊ້ໃນຊີວິດປະຈຳວັນໄດ້

1. ກຳມະພັນ ແລະ ການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ

1.1. ຄວາມໝາຍຂອງກຳມະພັນ

ເມື່ອພິຈາລະນາເບິ່ງບຸກຄົນໃດໜຶ່ງ ເຮົາເຫັນບໍ່ພຽງແຕ່ຄວາມແຕກຕ່າງເທົ່ານັ້ນ ແຕ່ມີລັກສະນະບາງຢ່າງຄ້າຍຄືກັນກັບບັນພະບູລຸດ ນັ້ນໝາຍຄວາມວ່າບຸກຄົນໄດ້ຮັບລັກສະນະບາງຢ່າງຫຼ້າມາຈາກບັນພະບູລຸດ ໂດຍຂະບວນການຂອງການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ.

ທ່ານ ວິໄລວັນ ສີສິງຄາມ ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍວ່າ: ກຳມະພັນ ໝາຍເຖິງລັກສະນະທີ່ຖ່າຍທອດຈາກບັນພະບູລຸດໄປສູ່ຮຸ່ນລູກຫຼານດ້ວຍຂະບວນການທາງຊີວະວິທະຍາ ມີສານຊີວະເຄມີທີ່ສຳຄັນຄື ດີເອັນເອ ເຊິ່ງເປັນສານກຳມະພັນ ແລະ ເຮັດໜ້າທີ່ດ້ວຍຢືນ, ຢືນຈຶ່ງມີໜ້າທີ່ໃນການບັນທຶກລັກສະນະຕ່າງໆຂອງບຸກຄົນເອົາໄວ້ເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນມີລັກສະນະຕ່າງໆ ຕາມບັນພະບູລຸດຂອງຕົນ. ເມື່ອໄດ້ຮັບຂະບວນການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ ລັກສະນະທີ່ໄດ້ຮັບການຖ່າຍທອດມີຫຼາຍຢ່າງ ເຊັ່ນ: ລັກສະນະທາງບຸກຄະລິກກະພາບ ພະຍາດ ແລະ ຄວາມບົກພ່ອງທາງຮ່າງກາຍ ແລະ ສະຕິປັນຍາ ອາລົມ ຄວາມຕຶງຄຽດ ເປັນຕົ້ນ.

ທ່ານ ສຸຊາ ຈັນທະເອັມ ເວົ້າວ່າ: ກຳມະພັນໝາຍເຖິງກຳທີ່ສືບທອດທີ່ເນື່ອງມາຈາກພັນ ຈາກເຊື້ອສາຍຂອງຕົນເອງ ຫຼື ກຳມະພັນໝາຍເຖິງການຖ່າຍທອດລັກສະນະຕ່າງໆ ຈາກພໍ່ແມ່ ທີ່ມີລັກສະນະເດັ່ນແນວໃດກໍ່ຖ່າຍທອດໃຫ້ແກ່ລູກຫຼານແນວນັ້ນ

ເຮົາຈະເຫັນວ່າຕົວຂອງເຮົາທີ່ເປັນຢູ່ຂະນະນີ້ກໍ່ຄືມໍລະດົກທີ່ໄດ້ຮັບຈາກພໍ່ແມ່ ປູ່ຍ່າຕາຍາຍ. ເພາະສະນັ້ນ ຖ້າພໍ່ແມ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາສູງຕົວເຮົາກໍ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາສູງຄືກັນ ກຳມະພັນເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາແຕກຕ່າງກັນ ລັກສະນະຕ່າງໆທີ່ໄດ້ຮັບການຖ່າຍທອດຈາກບັນພະບູລຸດໂດຍທາງກຳມະພັນຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາແຕກຕ່າງກັນ.

ທ່ານ ດຣ ຫຼຸຍທອດ (louis thorp) ເວົ້າວ່າ: ກຳມະພັນແມ່ນການຖ່າຍທອດລັກສະນະຕ່າງໆທີ່ຕິດຕົວມາຕັ້ງແຕ່ເກີດ ລັກສະນະຕ່າງໆ ຫຼ້ານັ້ນມີຄຸນສົມບັດທີ່ຕິດຕົວຄືງ່າທີ່ ບໍ່ອາດປ່ຽນແປງໄດ້

ດັ່ງນັ້ນ ເຮົາພໍສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ກຳມະພັນໝາຍເຖິງລັກສະນະຕ່າງໆ ທີ່ຖ່າຍທອດມາຈາກບັນພະບູລຸດດ້ວຍຂະບວນການທາງຊີວະວິທະຍາ ເຮັດໃຫ້ພັນທີ່ເກີດມາມີລັກສະນະຄ້າຍຄືກັບບັນພະບູລຸດ ແລະ ລັກສະນະຕ່າງໆ ຫຼ້ານັ້ນມີຄຸນສົມບັດຕິດຕົວມາຕັ້ງແຕ່ເກີດ ແລະ ບໍ່ອາດປ່ຽນແປງໄດ້.

1.2. ການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ

ການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ ໝາຍເຖິງລັກສະນະທາງຮ່າງກາຍ ແລະ ພຶດຕິກຳຂອງບຸກຄົນທີ່ໄດ້ຮັບການຖ່າຍທອດຈາກບັນພະບູລຸດໂດຍການສືບສາຍເລືອດ

1) ຄຸນລັກສະນະທາງກຳມະພັນຂອງມະນຸດ

ລັກສະນະດ້ອຍ (recessive traits) ມີລັກສະນະຈຳນວນຫຼາຍຂອງມະນຸດທີ່ມີສາເຫດມາຈາກຢືນດ້ອຍ ເຊັ່ນ: ລັກສະນະສີ ຜິວເປັນສີເຜືອກ ພະຍາດບາງຊະນິດ ເຊັ່ນ: ຕາບອດສີ ເລືອດໄຫຼບໍ່ຢຸດ ເປັນຕົ້ນ ເຊິ່ງລັກສະນະດ້ອຍຈະສະແດງອອກ ກໍຕໍ່ເມື່ອຄູ່ຂອງຢືນຈະຕ້ອງເປັນ **homozygous (aa)** ຕົວຢ່າງຂອງບຸກຄົນທີ່ມີລັກສະນະສີຜິວເຜືອກ ຮ່າງການບໍ່ສາມາດຜະລິດສີເມລາມິນທີ່ປົກປ້ອງຜິວຈາກລັງສີອຸນຕຣາໄວໂອເລດທີ່ອັນຕະລາຍໄດ້ ຄົນທີ່ເປັນຜິວສີເຜືອກຈະມີຜິວ ແລະ ຕາທີ່ມີຄວາມໄວຕ່ແສງ ຄູ່ຂອງຢືນທີ່ເປັນຢືນດ້ອຍທັງຄູ່ຈະມີລັກສະນະການປະກົດການຂອງພະຍາດຫຼາຍກວ່າຄູ່ຂອງແບບຢືນ **homozygous** ຕາມສະຖິຕິໃນປະເທດອາເມລິກາມີປະມານ 1 ໃນ 38.000 ຂອງປະຊາກອນຜິວຂາວ ແລະ 1 ໃນ 10.000 ຂອງປະຊາກອນຜິວດຳທີ່ເປັນພະຍາດຜິວສີເຜືອກ ສັດສ່ວນຂອງການເກີດພະຍາດຈາກຢືນດ້ອຍຮຸ່ນພໍ່ແມ່ຂອງຄົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈະມີຄວາມສຳພັນ ນອກຈາກນີ້ລັກສະນະອື່ນໆຂອງຕະກຸນທີ່ມີລັກສະນະດ້ອຍກໍມີຄວາມສຳຄັນດັ່ງນີ້:

- **ສິ່ງທຳອິດ** ຖ້າທັງພໍ່ແມ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ຈິໂນທາຍ ທີ່ເປັນລັກສະນະດ້ອຍ ລູກຫຼານທັງໝົດຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ໝາຍຄວາມວ່າ ໃນຮຸ່ນລູກຫຼານຈະສະແດງລັກສະນະດ້ອຍນັ້ນ

- **ສິ່ງທີ່ສອງ** ໃນຊ່ວງຮຸ່ນລູກຫຼານທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຖ້າພໍ່ແມ່ບໍ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈະມີປະມານ 1 ໃນ 4 ຂອງຮຸ່ນຕໍ່ມາຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ສະແດງລັກສະນະດ້ອຍ ເຊິ່ງເປັນໄປຕາມລັກສະນະເກນຂອງການແບ່ງແຍກຢືນຂອງ ເມນເດນ

- **ສິ່ງທີ່ສາມ** ຄວາມໜ້າຈະເປັນເດັກທີ່ເກີດມາເພີ່ມຫຼາຍຂຶ້ນ ໃນຄອບຄົວທີ່ມີການຖ່າຍທອດລັກສະນະດ້ອຍຈະມີລັກສະນະນີ້ປາກົດ 1 ໃນ 4 ການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນຂອງລະບົບຍາດພີ່ນ້ອງໃນພະຍາດທີ່ຖ່າຍທອດຢືນລັກສະນະດ້ອຍ ສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ດັ່ງນີ້:

1. ໂດຍທົ່ວໄປພໍ່ແມ່ຈະບໍ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ບໍ່ໄດ້ເປັນພະຍາດ
2. ປະມານ 1/2 ຂອງພີ່ນ້ອງຂອງຜູ້ທີ່ເປັນພະຍາດຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ເປັນພະຍາດ
3. ຄວາມໜ້າຈະເປັນທີ່ຮຸ່ນລູກທີ່ເກີດມາຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ເປັນພະຍາດ

4. ລັກສະນະດ້ອຍຈະໄດ້ຮັບຜົນມາຈາກການແຕ່ງງານໃນຍາດພີ່ນ້ອງດຽວກັນ
5. ພໍ່ແມ່ທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ເປັນພະຍາດທັງສອງຄົນຈະມີຜົນຕໍ່ຮຸ່ນລູກໃນການເປັນພະຍາດ

ລັກສະນະເດັ່ນ (**dominant traits**) ມີລັກສະນະເດັ່ນຫຼາຍລັກສະນະທີ່ຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນໄດ້ແກ່: ລັກສະນະເຕັຍທີ່ເອີ້ນວ່າ ອະຊອນໂດພລາເຊຍ (**achondroplasia**) ພະຍາດຫັນທົງຕົ້ນ (**huntington's disease**) ເຊິ່ງເປັນຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງລະບົບປະສາດ ຫຼື ລັກສະນະທີ່ເອີ້ນວ່າ ລັກສະນະເສັ້ນຜົມ ຜົມກູດ ລັກສະນະເດັ່ນດັ່ງກ່າວເປັນການຖ່າຍທອດຂອງຢີນລັກສະນະເດັ່ນ ອໍໂຕໂຊມ ແລະ ບໍ່ແມ່ນວ່າເດັກທີ່ເກີດທຸກຄົນຈາກພໍ່ແມ່ທີ່ມີໄດ້ຮັບກະທົບ ຫຼື ເປັນພະຍາດ ຈະສະແດງລັກສະນະນີ້ ຈຶ່ງສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ ບຸກຄົນທີ່ມີຜົມກູດໂດຍສ່ວນຫຼາຍຈະມີລັກສະນະທາງພັນທີ່ມາຈາກຄູ່ຢີນທີ່ມີລັກສະນະເດັ່ນມາກ່ຽວຂ້ອງ ຫຼື ອີກກໍລະນີຄື ບຸກຄົນທີ່ມີຄູ່ຂອງຢີນເປັນລັກສະນະເດັ່ນທັງຄູ່ ແນວໃດກໍຕາມ ລັກສະນະເດັ່ນໄດ້ໃຫ້ຜົນຮັບທາງດ້ານຄະລິນິກຢ່າງຮຸນແຮງ ການຄັດເລືອກຕາມທຳມະຊາດມີທ່າອ່ຽງທີ່ຈະລົດຄວາມຖີ່ຂອງຄູ່ຢີນນັ້ນ ຫຼື ເຄື່ອນຍ້າຍຄູ່ຂອງຢີນນັ້ນຈາກປະຊາກອນ ໝາຍເຖິງບຸກຄົນອາດບໍ່ສາມາດມີຊີວິດ ຫຼື ສືບພັນຕໍ່ໄປໄດ້ເຊິ່ງພະຍາດທີ່ຖ່າຍທອດມາຕາມຢີນລັກສະນະເດັ່ນ ສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ດັ່ງນີ້:

1. ລັກສະນະຈະປາກົດຢູ່ໃນທຸກໆຮຸ່ນ ຢ່າງໜ້ອຍທີ່ສຸດພໍ່ແມ່ຄົນໃດຄົນໜຶ່ງຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ
2. ເມື່ອພໍ່ແມ່ຄົນໃດຄົນໜຶ່ງໄດ້ຮັບຜົນກະທົບປະມານ $\frac{1}{2}$ ຂອງຮຸ່ນຕໍ່ມາຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ເປັນພະຍາດ
3. ຄວາມໜ້າຈະເປັນທີ່ເດັກເກີດມາເພີ່ມຂຶ້ນ ຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ຫຼື ເປັນພະຍາດນີ້
4. ພໍ່ແມ່ທີ່ເປັນພະຍາດນີ້ທັງສອງຄົນຈະບໍ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຜົນກະທົບຕໍ່ຮຸ່ນລູກ
5. ພໍ່ແມ່ທີ່ເປັນພະຍາດທັງສອງຄົນ ຈະສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດຮຸ່ນລູກທີ່ບໍ່ໄດ້ເປັນພະຍາດໄດ້ເຊັ່ນ: ກໍລະນີພໍ່ແມ່ເປັນແນວພັນ

ການຖ່າຍທອດລັກສະນະເດັ່ນໃນກໍລະນີປົກກະຕິແລ້ວຢີນລັກສະນະເດັ່ນຈະຂົ່ມຢີນລັກສະນະດ້ອຍໄດ້ຢ່າງສົມບູນ ເຊັ່ນ: ພະຍາດຕ່າງໆທີ່ຖ່າຍທອດມາຕາມຢີນລັກສະນະເດັ່ນພະຍາດຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ຈະປາກົດອອກມາໃຫ້ເຫັນຊັດເຈນ ລັກສະນະນີ້ ເອີ້ນວ່າການຂົ່ມຢ່າງສົມບູນ (complete dominance) ໃນບາງກໍລະນີຢີນເດັ່ນຈະຂົ່ມຢີນດ້ອຍໄດ້ບໍ່ສົມບູນເອີ້ນວ່າ ການຂົ່ມບໍ່ສົມບູນ (incomplete dominance) ເຊັ່ນ ຜົມກູດເປັນລັກສະນະເດັ່ນຈະບໍ່ສາມາດຂົ່ມຢີນດ້ອຍ ຄື ຜົມຊື່ແຕ່ບໍ່ສົມບູນ, ໃນກໍລະນີຢີນທີ່ຢູ່ໃນ ຈີໂນໂທຍ ທີ່ເປັນລັກສະນະແນວພັນ ຈະມີການສະແດງອອກຂອງຢີນທັງ 2 ຕົວທີ່ສະແດງເດັ່ນເທົ່າກັນ ເຊິ່ງເອີ້ນ ຂົ່ມຮ່ວມກັນ (codominance) ເຊັ່ນ: ໝວດເລືອດ A B O ເຊິ່ງມີແອນຕີເຈນຈາກຄູ່ຂອງ alleles ທີ່ແຕກຕ່າງກັນແອນຕີເຈນຈະເປັນຕົວກຳນົດສານເຄມີທີ່ເກີດຂຶ້ນຕາມເມມເບຣນຂອງເຊວ ເປັນເລືອດ

ແດງ ເຊັ່ນ: AB ຈະມີແອນຕີເຈນ A ແລະ B ຫຼື ໝວດເລືອດ O ຈະບໍ່ມີແອນຕີເຈນທັງສອງ 2 ຊະນິດ ດັ່ງນັ້ນ ໝວດເລືອດ AB ຈະບໍ່ມີຕົວໃດໜຶ່ງທີ່ສະແດງອາການເດັ່ນ ຫຼື ອີກໜຶ່ງຈຶ່ງມີການຂົ່ມຂູ່ກັນໃນ ຂະນະທີ່ໝວດເລືອດ O ຈະເປັນຢືນດ້ອຍ ໝວດເລືອດ A ທີ່ມີລັກສະນະຈີໂນທາຍ AO ຢືນ A ສາມາດ ຂົ່ມຢືນ O ເຊິ່ງເປັນລັກສະນະດ້ອຍໄດ້

ລັກສະນະເດັ່ນ-ລັກສະນະດ້ອຍມີການສະແດງອອກດັ່ງນີ້:

ລັກສະນະເດັ່ນ	ລັກສະນະດ້ອຍ
ຜົມກູດ	ຜົມຊື່
ຜົມດຳ	ຜົມສີນ້ຳຕານ ຫຼື ສີທອງ
ຕາດຳ	ຕາສີຟ້າ ສີຂຽວອອກເທົາ
ສີຜິວປົກກະຕິ	ສີເຜືອກ
ອະໄວຍະວະອື່ນໆຜິດປົກກະຕິ	ອະໄວຍະວະອື່ນໆປົກກະຕິ

2) ໂຄຣໂມໂຊມຂອງມະນຸດ ແລະ ການກຳນົດເພດ

ໂຄຣໂມໂຊມ ແລະ ຢືນ (CHROMOSOME AND GENE)

ໂຄຣໂມໂຊມ ແມ່ນມາຈາກພາສາເກຣັກໝາຍເຖິງຕົວທີ່ຍ້ອມມີຕິດ, ໂຄຣໂມໂຊມແມ່ນສິ່ງທີ່ມີຢູ່ ພາຍໃນ ນິວເຄລຍ ແລະ ນິວເຄລຍນີ້ເປັນເມັດກົມໆ ທີ່ມີຢູ່ພາຍໃນເຊວຂອງຮ່າງກາຍ

ໃນແຕ່ລະໂຄຣໂມໂຊມຈະມີຊັ້ນສ່ວນນ້ອຍໆ ເອີ້ນວ່າ ຢືນ ເປັນໜ່ວຍມວນສານເຄມີທີ່ຊັບຊ້ອນ ຂອງໂປຣຕິນ ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ ດີເອນເອ (DNA : deoxy ribonucleic acid) ແລະ (RNA : ribonucleic acid) ເປັນສິ່ງທີ່ຖ່າຍທອດລັກສະນະຕ່າງໆໄປສູ່ລູກຫຼານ

ສັດແຕ່ລະຊະນິດມີຈຳນວນໂຄຣໂມໂຊມບໍ່ເທົ່າກັນ ເຊັ່ນ: ລົງຊິມແຟນຊີ ມີ 48 ໝາ 78 ແມວ 72 ຄົນ 46 ເຊິ່ງໂຄຣໂມໂຊມນີ້ໄດ້ຈາກພໍ່ ແລະ ແມ່ ຢ່າງລະເຄິ່ງ ສຳລັບໂຄຣໂມໂຊມມະນຸດສາມາດແບ່ງເປັນ 2 ຊະນິດຄື:

1. ອໂຕໂຊມ (autosome) ໝາຍເຖິງໂຄຣໂມໂຊມຮ່າງກາຍ ມີຈຳນວນ 22 ຄູ່ ຫຼື 44 ໂຄຣໂມໂຊມ
2. ໂຄຣໂມໂຊມເພດ (sex chromosome) ໝາຍເຖິງໂຄຣໂມໂຊມທີ່ເພດຊາຍ ແລະ ເພດຍິງມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນມີຈຳນວນ 1 ຄູ່ ເພດຊາຍມີ ໂຄຣໂມໂຊມເພດ XY ສ່ວນ ເພດຍິງ ມີໂຄຣໂມໂຊມ XX ດັ່ງນັ້ນຈະເຫັນໄດ້ວ່າ ໂຄຣໂມໂຊມຂອງມະນຸດເພດຊາຍ ແລະ ເພດຍິງດັ່ງນີ້:

ເພດຊາຍ ມີ ໂຄຣໂມໂຊມປົກກະຕິ $44 + XY$

ເພດຍິງ ມີ ໂຄຣໂມໂຊມປົກກະຕິ $44 + XX$

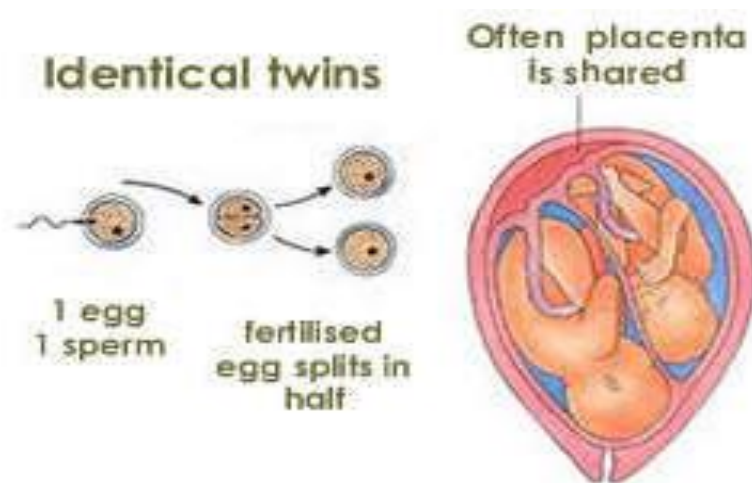
ຈາກຄວາມຮູ້ເລື່ອງຄຸນສົມບັດຂອງໂຄຣໂມໂຊມເພດຊາຍ ແລະ ເພດຍິງ ເຮັດໃຫ້ສາມາດບອກໄດ້ວ່າເພດຊາຍເປັນຜູ້ກຳນົດເພດຂອງລູກ ທັງນີ້ ເພາະໂຄຣໂມໂຊມເພດຊາຍຈະນຳຍິງມີພຽງແຕ່ໂຄຣໂມໂຊມ X ທັງສອງ

ຊະນິດຂອງໂຄຣໂມໂຊມ ເພດຊາຍ	ຊະນິດຂອງໂຄຣໂມໂຊມ ເພດຍິງ	ລູກທີ່ໄດ້	ເພດ
22+X	22+X	44+X	ຍິງ
22+Y	22+Y	44+XY	ຊາຍ

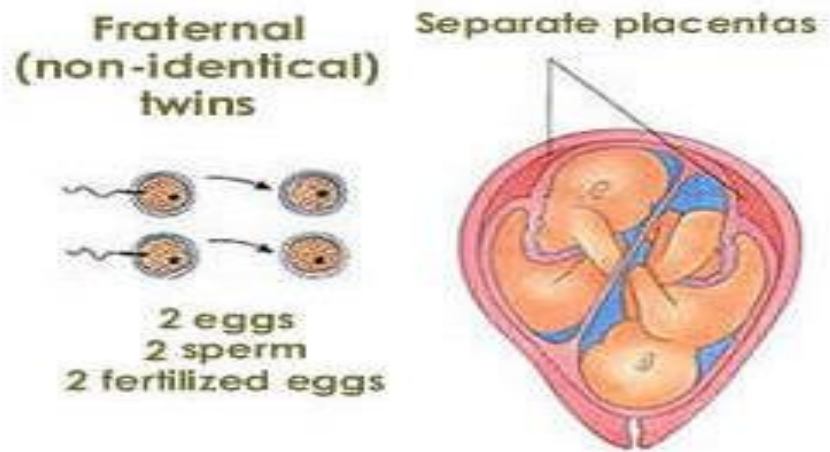
❖ ການເກີດລູກແຝດ

ການເກີດລູກແຝດເປັນປາກົດການຂອງການຖືພາທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ຍາກ ອາດເວົ້າໄດ້ວ່າຝາແຝດເປັນການຖືພາທີ່ຜິດປົກກະຕິ ນັກຈິດວິທະຍາມີຄວາມສົນໃຈສຶກສາລັກສະນະຕ່າງໆຂອງຝາແຝດຫຼາຍ ທັງນີ້ເພາະຝາແຝດມີຄວາມໃກ້ຄຽງກັນທາງກຳມະພັນຫຼາຍກວ່າພື້ນຖານໃນຄອບຄົວດຽວກັນຕາມປົກກະຕິ ສຳລັບປະເພດຝາແຝດນັ້ນຈຳແນກໄດ້ເປັນ 2 ປະເພດໄດ້ແກ່:

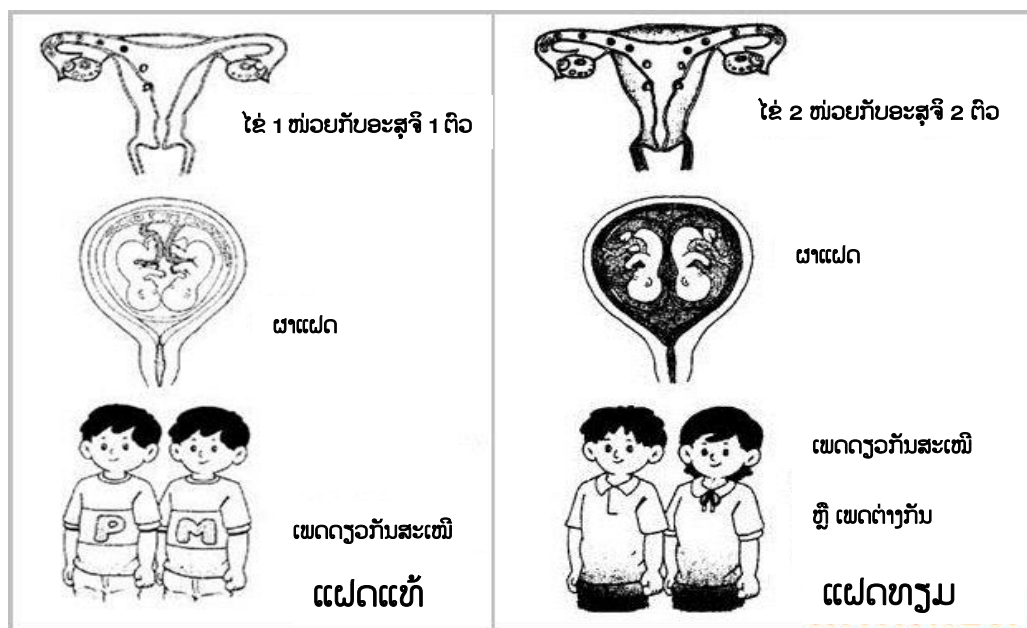
1. ຝາແຝດແທ້ ຫຼື ຝາແຝດໄຂ່ໜ່ວຍດຽວກັນ (**identical twins**) ຝາແຝດຊະນິດນີ້ໜ້າຕາຄືກັນ ເກີດຈາກໄຂ່ໜ່ວຍດຽວກັນ ແລະ ມີການແບ່ງເຊວແບບ ໄມໂຕຊິນ ແຍກເປັນເຊວຄົນລະກຸ່ມ ແຕ່ລະກຸ່ມຈະມີການແບ່ງເຊວ ແລະ ພັດທະນາຕໍ່ໄປໄດ້ແຕ່ລະຄົນ ຈຶ່ງບໍ່ປັນການແປກວ່າ ເປັນຫຍັງຝາແຝດປະເພດນີ້ຈຶ່ງມີທັງຮູບຮ່າງໜ້າຕາ ຫໝວດເລືອດ ແລະ ເພດຄືກັນ ແນວໃດກໍຕາມ ຝາແຝດນີ້ມີບາງກໍລະນີທີ່ມີສ່ວນຂອງຮ່າງກາຍບາງສ່ວນຕິດກັນ ເຊິ່ງເກີດຈາກໃນຂະນະແບ່ງເຊວມີການແບ່ງບໍ່ຂາດຈາກກັນຢ່າງສົມບູນ ເຊັ່ນ ຝາແຝດອິນ ແລະ ຈັນ ເຊິ່ງເອີ້ນອີກຊື່ໜຶ່ງວ່າ ຝາແຝດສະຫຍາມ (Siamese twins)



2. ຝາແຝດທຽມ ຫຼື ຝາແຝດຄົນລະໜ່ວຍ (**fraternal twins**) ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ ຝາແຝດແບບພີ່ນ້ອງ ເນື່ອງຈາກລັກສະນະຂອງຝາແຝດແບບນີ້ຈະມີອົງປະກອບທາງກຳມະພັນແຕກຕ່າງກັນເພາະເກີດຈາກໄຂ່ ແລະ ສະເປີມຄົນລະເຊວ ເຊິ່ງແມ່ອາດຈະມີໄຂ່ຕົກໃນເດທອນນັ້ນຫຼາຍກວ່າເຊວແລະ ໄຂ່ທີ່ຕົກນີ້ສາມາດ ເຂົ້າປະສົມກັບສະເປີມໄດ້ເຮັດໃຫ້ພັດທະນາໄປເປັນເດັກອ່ອນທີ່ມີລັກສະນະແຕກຕ່າງກັນຄືຝາແຝດແບບ ນີ້ອາດເປັນເພດດຽວກັນ ຫຼື ຕ່າງກັນມີຮູບຮ່າງໜ້າຕາແຕກຕ່າງກັນຕະຫຼອດຮອດອາດມີໝວດເລືອດຄືກັນ ຫຼື ແຕກຕ່າງກັນ



ໃນບາງກໍລະນີການເກີດຄັ້ງໜຶ່ງ ອາດມີລັກສະນະປະສົມໄດ້ລະຫວ່າງຝາແຝດແທ້ ແລະ ຝາ ແຝດທຽມ ໂດຍທີ່ການເກີດຝາແຝດທຽມມີໂອກາດຫຼາຍກວ່າການເກີດຝາແຝດແທ້



ຮູບ ກໍລະນີ ແຝດແທ້ ແລະ ແຝດທຽມ

3) ອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນທີ່ມີຕໍ່ບຸກຄົນ

1. ຄວາມຜິດປະກະຕິຂອງຢີນ ແລະ ໂຄຣໂມໂຊມ

ຄວາມຜິດປະກະຕິຫຼາຍຢ່າງທີ່ເປັນຜົນມາຈາກ ຢີນ ແລະ ໂຄຣໂມໂຊມ ເຊິ່ງຄວາມຜິດປະກະຕິນີ້ ກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມພິການຂອງຮ່າງກາຍ ຮູບຮ່າງລັກສະນະ ໜ້າຕາ ສະຕິປັນຍາ ຕະຫຼອດຈົນເຮັດໃຫ້ບໍ່ສາມາດດຳລົງຊີວິດຢູ່ໄດ້

ກ ຄວາມຜິດປະກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມຮ່າງກາຍ

ຄວາມຜິດປະກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມຮ່າງກາຍພົບໄດ້ຫຼາຍກໍລະນີ ເຊິ່ງອາດເປັນເພາະມີໂຄຣໂມໂຊມຂາດ ຫຼື ເກີນໄປຈາກປົກກະຕິ ອາດມີສາເຫດມາຈາກການຫັກໂຄຣໂມໂຊມ ແລະ ມີການຕໍ່ກັນ ຫຼື ບໍ່ມີການຕໍ່ກັນ ໂດຍອາດຈະບໍ່ຕໍ່ກັບຈຸດຕຳແໜ່ງອື່ນໜຶ່ງໃນໂຄຣໂມໂຊມແຫ່ງດຽວກັນ ຫຼື ແຫ່ງຕ່າງກັນກໍ່ໄດ້ ພະຍາດທາງກຳມະພັນທີ່ມີຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບຄວາມຜິດປະກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມຮ່າງກາຍໄດ້ແກ່:

1) **Dow's syndrome** ຜູ້ທີ່ມີອາການດາວ ຈະມີໂຄຣໂມໂຊມ 47 ໂຄຣໂມໂຊມ ເນື່ອງມາຈາກໂຄຣໂມໂຊມຄູ່ທີ 21 ເກີນມາ 1 ແຫ່ງ ບາງອາດຈະເອີ້ນຄວາມຜິດປະກະຕິນີ້ວ່າມົງໂກລິຊິມ (mongolism) ເພາະມີລັກສະນະໜ້າຕາແບບເລິງ ເປັນລັກສະນະທີ່ພົບເຫັນຂ້ອນຂ້າງຫຼາຍເມື່ອທຽບກັບຄວາມຜິດປະກະຕິໃນກໍລະນີອື່ນໆ ລັກສະນະເດັ່ນຄື ມີສະຕິປັນຍາທີ່ຕ່ຳສຸດ ຕາຊັກຂຶ້ນ ປາກແຄບ ລິ້ນໃຫຍ່ຄັບປາກ ລັກສະນະຮູບຮ່າງບໍ່ໄດ້ຊັດສ່ວນປົກກະຕິ ມີເສັ້ນລາຍມືຂາດ (simian crease) ບາງຄົນມີຄວາມຜິດປະກະຕິພາຍໃນຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ: ເປັນພະຍາດຫົວໃຈມາຕັ້ງແຕ່ເກີດ.

2) **Patau's syndrome** ຈະມີໂຄຣໂມໂຊມ 47 ໂຄຣໂມໂຊມ ໂດຍອາດຈະມີໂຄຣໂມໂຊມຄູ່ທີ 13 ຫຼື ຄູ່ທີ 15 ຄູ່ໃດຄູ່ໜຶ່ງເກີນມາ 1 ແຫ່ງ ລັກສະນະມີສະໜອງພິການ ທູໜວກ ປາກແຫວ່ງ ເພດານໄວ້ ປັນຍາອ່ອນ ປະສາດຕາຜິດປະກະຕິ ດັງມືຊື່ນປິ່ງ ມີຈຳນວນນິ້ວມືເກີນ ມີອະໄວຍະວະພາຍໃນ ເຊັ່ນ: ຫົວໃຈ ຕັບ ໝາກໄຂ່ຫຼັງລວມທັງອະໄວຍະວະສືບພັນຜິດປະກະຕິ ແອນ້ອຍສ່ວນຫຼາຍຈະຕາຍຫຼັງຈາກເກີດໄດ້ປະມານ 3 ເດືອນ ເນື່ອງຈາກມີຄວາມຜິດປະກະຕິຢ່າງຮຸນແຮງ

3) **Cri du chat syndrome** ຫຼື **cat cry syndrome** ມີໂຄຣໂມໂຊມ 46 ໂຄຣໂມໂຊມແຕ່ມີການຂາດຫາຍໄປຂອງສັດສ່ວນແຂນຂ້າງສິ້ນຂອງ ໂຄຣໂມໂຊມຄູ່ທີ 5 ສາເຫດທີ່ເອີ້ນວ່າ cry cat syndrome ກໍ່ເພາະວ່າລັກສະນະເດັ່ນຂອງແອນ້ອຍທີ່ເກີດມາໃໝ່ຈະມີສຽງຮ້ອງຄືກັບສຽງແມວ ໜ້າມົນກົມ ຫົວນ້ອຍ ຕາທັງສອງຊັກລົງລຸ່ມ ແລະ ຫ່າງກັນ ຫູມີລະດັບການຮັບຮູ້ ຕ່ຳກວ່າຄົນປົກກະຕິ ດັງແໜບສ່ວນການຈະເລີນເຕີບໂຕທາງດ້ານຮ່າງກາຍຈະມີລັກສະນະບໍ່ສົມບູນ ແລະ ມີກ້າມເນື້ອອ່ອນແອ

4) **Edward's syndrome** ມີໂຄຣໂມໂຊມ 47 ໂຄຣໂມໂຊມ ໂດຍມີໂຄຣໂມໂຊມຄູ່ທີ 18 ເກີນມາ 1 ແຫ່ງ ມີລັກສະນະປັນຍາອ່ອນ ຄາງນ້ອຍ ຫົວນ້ອຍ ມີງ່ອນດິ້ນສວດອອກ ກ້າມເນື້ອແຂງ ມີລັກສະນະກຳມີ ແລະ ນິ້ວມືຕິດກັນ ມີຄວາມຜິດປະກະຕິຂອງອະໄວຍະວະພາຍໃນເຊັ່ນ: ຫົວໃຈ ຫຼື ໝາກໄຂ່ຫຼັງ

ຂ ຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມເພດ

ນອກເໜືອຈາກຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມຮ່າງກາຍແລ້ວ ໃນສ່ວນຂອງຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມເພດ ເຊິ່ງຈະສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນໃນຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງໂຄຣໂມໂຊມ X ຫຼື Y ບາງກໍລະນີຈະມີ X ຂາດ ຫຼື ເກີນ ລັກສະນະຄວາມຜິດປົກກະຕິດັ່ງກ່າວຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ລັກສະນະທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ຈິດໃຈ ແລະ ສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງໄດ້ແກ່:

1) ເທີເນຊິນໂດຣມ (**turner's syndrome**) ມີ ໂຄຣໂມໂຊມ 45 ໂຄຣໂມໂຊມ ເນື່ອງຈາກການຂາດໄປຂອງໂຄຣໂມໂຊມ X 1 ແຫ່ງ (44+XO) ລັກສະນະເປັນເພດຍິງ ຮູບຮ່າງເຕັຍ ຄໍສັນ ລຳຄໍເປັນແຜ່ນກວ້າງ ໜ້າຕາຄືຄົນເຖົ້າ ຕາຜິດປົກກະຕິ ເຊິ່ງຈະຕາສວດ ຫຼື ຕາເລ່ວ ຫຼື ເປັນຕາຕໍ່ກະຈົກ ມີຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງອະໄວຍະວະສືບພັນ ບໍ່ມີປະຈຳເດືອນ ເປັນໝັນ ບໍ່ມີຮັງໄຂ່ ແລະ ສະຕິປັນຍາຕ່ຳ

2) **Triple X syndrome** ມີໂຄຣໂມໂຊມຈຳນວນ 47 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XXX) ບາງກໍລະນີອາດເປັນ 48 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XXXX) ຫຼື 49 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XXXXX) ເຊິ່ງພົບໄດ້ໜ້ອຍ ແລະ ເພດຍິງ ລັກສະນະທົ່ວໄປຄືຜູ້ຍິງປົກກະຕິ ແຕ່ບໍ່ສົມບູນເທົ່າຜູ້ຍິງປົກກະຕິບາງຄົນເປັນໝັນ ແລະ ມີລະດັບສະຕິປັນຍາຕ່ຳ

3) **Klinefelter's syndrome** ທີ່ພົບຈະມີໂຄຣໂມໂຊມ 47 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XXY) ບາງກໍລະນີທີ່ພົບເປັນ 48 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XXXY) ຫຼື 49 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XXXXY) ເປັນເພດຊາຍ ແຕ່ມີລັກສະນະພາຍນອກບາງຢ່າງຂອງເພດຍິງປະສົມ ເຊັ່ນ: ໜ້າເອິກ ມີກະໂພກກວ້າງ ແຕ່ມີອັນທະນ້ອຍ ບໍ່ສາມາດຜະລິດສະເປີມໄດ້ ຈຶ່ງເປັນໝັນ ແລະ ມີສະຕິປັນຍາຕ່ຳ ຫຼື ສະຕິປັນຍາອ່ອນ

4) **XYY syndrome** ມີໂຄຣໂມໂຊມ 47 ໂຄຣໂມໂຊມ (44+XYY) ເປັນເພດຊາຍທີ່ມີ Y ເກີນມາ 1 ແຫ່ງ ມີລັກສະນະຮູບຮ່າງສູງໃຫຍ່ ມີນິໄສຫ້ວຫັນ ແລະ ມີຄວາມຄິດເຫັນຕໍ່ຕ້ານສັງຄົມ ມີລັກສະນະປັນຍາອ່ອນ ກໍລະນີນີ້ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສັງຄົມເພາະສ່ວນຫຼາຍພົບໃນຜູ້ກະທຳຄວາມຜິດທີ່ກໍ່ອາດຊະຍາກຳວ່າ ມີລັກສະນະຂອງໂຄຣໂມໂຊມຜິດປົກກະຕິໃນລັກສະນະ XYY syndrome

ສິ່ງທີ່ເປັນໜ້າສັງເກດເຫັນໄດ້ຢ່າງຍິ່ງມີ X ໂຄຣໂມໂຊມ ຫຼາຍເທົ່າໃດກໍ່ຍິ່ງມີຄວາມຮຸນແຮງຂອງລັກສະນະປັນຍາອ່ອນຫຼາຍເທົ່ານັ້ນ

ຄ ຄວາມຜິດປົກກະຕິໃນເມຕາລິຊິມ ແລະ ຍືນທີ່ຄວບຄຸມໂຄງສ້າງຂອງໂປຣຕີນ

ຍືນ ແລະ ເອັນໄຊມີຄວາມສຳພັນກັນ ທັງນັ້ນເພາະຍືນເປັນຕົວຄວບຄຸມການສ້າງເອັນໄຊ ແລະ ເອັນໄຊກໍເປັນຕົວທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດລັກສະນະຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ຄວາມຜິດປົກກະຕິໃນການຍ່ອຍກົດອະມິໂນ **phenylalanine hydroxylase** ຂອງຄົນ ສາມາດກໍ່ໃຫ້ເກີດພະຍາດບາງຊະນິດເຊິ່ງຈະໄດ້ກ່າວຕໍ່ໄປ.

1) **Phenylketonuria** ຫຼື ເອີ້ນວ່າ **PUK** ເປັນພະຍາດທີ່ມີຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບລັກສະນະຍືນຄືເປັນຍືນດ້ອຍຕາມອໍໂຕໂຊມ ເປັນຜົນມາຈາກຄວາມຜິດປົກກະຕິໃນການຍ່ອຍໂປຣຕີນ ໂດຍທີ່ຮ່າງກາຍບໍ່ສາມາດສ້າງເອັນໄຊ ໃນການທີ່ຈະປ່ຽນ ເຟນິອະລາມິນໃຫ້ກາຍເປັນສານໄທໂຣຊິນໄດ້ ຈຶ່ງມີການສະສົມເຟນິອະລາມິນໃນເລືອດເຮັດໃຫ້ປັນຍາອ່ອນ ຜູ້ເປັນພະຍາດນີ້ຈະມີສີຕາ ສີຝົມ ແລະ ສີຜິວຈາກວ່າຄົນປົກກະຕິເພາະຂາດສານ ໄທໂຣຊິນທີ່ເປັນປະກອບສຳຄັນຂອງເຊວສີໃນຮ່າງກາຍ

2) ພະຍາດສີເຜືອກ (**albinism**) ຖືກຄວບຄຸມດ້ວຍຢືນດ້ອຍອໍໂຕໂຊມ ຄົນທີ່ພະຍາດນີ້ຈະຂາດສານເມລານິນ ເຮັດໃຫ້ອາການຜິວຂາວ ຕາສີຈາງ ຜິວຂາວ ມ່ານຕາບອດແສງ ບໍ່ສາມາດປົກປ້ອງຜິວຈາກລັງສີຂອງແສງຕາເວັນໄດ້ ເຊິ່ງອາດເຮັດໃຫ້ເປັນພະຍາດມະເຮັງຜິວໜັງຫຼາຍກວ່າຄົນປົກກະຕິ

3) **Alkaptonuria** ຖືກຄວບຄຸມດ້ວຍຢືນດ້ອຍອໍໂຕໂຊມ ເຊິ່ງບໍ່ສາມາດສ້າງເອນໄຊ **homogentisic acid oxidase** ເພື່ອຍ່ອຍສານ **homogentisic** ເຮັດໃຫ້ມີການສະສົມສານນີ້ໃນເລືອດ ແລະ ຮ່າງກາຍຈະຂັບສານນີ້ອອກມາທາງນ້ຳຍ່ຽວ ເຊິ່ງຈະມີນ້ຳຍ່ຽວເປັນສີດຳ ແລະ ມີອາການເຈັບບວມຕາມຂໍ້

4) **Sickle cell anemia** ເກີດຈາກຢືນດ້ອຍອໍໂຕໂຊມ ເຊິ່ງມີອາການເມັດເລືອດແດງບໍ່ສົມບູນ ເປັນຮູບໂຄ້ງເຄິ່ງສ່ວນຫຼາຍມັກເຫັນນຳຄົນຜິວດຳ ເຊັ່ນ: ພວກນິກໂກ ອະເມຣິກາ ຜູ້ເປັນພະຍາດນີ້ຈະມີອາການເລືອດຈາງ.

ຈະເຫັນໄດ້ວ່າ ອາການຂອງພະຍາດທີ່ເກີດຈາກຄວາມບົກຜ່ອງຂອງຢືນ ແລະ ໂຄຣໂມໂຊມຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ລັກສະນະຮ່າງກາຍພາຍນອກ ລັກສະນະສະຕິປັນຍາຈົນເຖິງລັກສະນະພາຍໃນ ເຊິ່ງຄວາມບົກຜ່ອງຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ຈະເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນບໍ່ສາມາດດຳລົງຊີວິດ ຫຼື ມີພຶດຕິກຳໃນຊີວິດປະຈຳວັນໄດ້ຢ່າງເປັນປົກກະຕິ.

2. ສິ່ງແວດລ້ອມກັບພຶດຕິກຳ

2.1. ອິດທິພົນຂອງສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ມີຕໍ່ບຸກຄົນ

ສິ່ງແວດລ້ອມ ໝາຍເຖິງສິ່ງທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງຂອງຕົວເຮົາ ນັບທັງສິ່ງທີ່ມີຊີວິດ ແລະ ບໍ່ມີຊີວິດ ຖືໄດ້ວ່າສິ່ງແວດລ້ອມມີອິດທິພົນຕໍ່ບຸກຄົນຕັ້ງແຕ່ມື້ເກີດຈົນຮອດມື້ຕາຍ ເຊິ່ງສາມາດແບ່ງສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ບຸກຄົນໄດ້ດັ່ງນີ້:

1) **ສິ່ງແວດລ້ອມກ່ອນເກີດ (prenatal environment)** ມີສິ່ງແວດລ້ອມກ່ອນເກີດຫຼາຍຢ່າງເປັນຕົ້ນວ່າ ອາຍຸຂອງແມ່ ອາຫານທີ່ແມ່ໄດ້ຮັບ ສະພາບທາງດ້ານອາລົມ ການໃຊ້ຢາຂອງແມ່ ຄວາມເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍຂອງແມ່ ແລະ ສະພາບພາຍໃນທ້ອງຂອງແມ່ທີ່ສາມາດຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ພັດທະນາການຂອງລູກໃນທ້ອງໄດ້ ເຊິ່ງລວມມີດັ່ງນີ້:

❖ **ອາຍຸຂອງແມ່** ຈະເປັນປັດໄຈໜຶ່ງທີ່ກຳນົດວ່າເດັກຈະມີດີ ຫຼື ບໍ່ ແມ່ທີ່ມີອາຍຸສູງຈະສ່ຽງຕໍ່ການມີລູກພິການ ຫຼື ມີຄວາມຜິດປົກກະຕິສູງ ເຊັ່ນ: ອາການດາວ ແລະ ຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງໂຄຣໂມໂຊມອື່ນໆ ຂອງລູກໄດ້ຫຼາຍກວ່າແມ່ທີ່ມີອາຍຸໜ້ອຍກວ່າ

❖ **ການກິນອາຫານຂອງແມ່** ມີຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບນິໄສການກິນອາຫານຂອງແມ່ ແມ່ທີ່ຖືພາຄວນກິນອາຫານປະມານ 300-500 ກະລໍລີ ເຊິ່ງຈະຫຼາຍກວ່າການກິນອາຫານຕາມປົກກະຕິໃນຊີວິດປະຈຳວັນ ແລະ ຄວນເພີ່ມອາຫານທີ່ມີຄຸນຄ່າສູງທາງດ້ານໂປຣຕີນ ຜັກໃນຂຽວ ຕັບ ແລະ ໝາກໄມ້ ເຊິ່ງອາຫານເຫຼົ່ານີ້ມີຄວາມສຳຄັນໂດຍສະເພາະໃນໄລຍະທຳອິດຂອງການຖືພາການທີ່ແມ່ໄດ້ຮັບໂພສະນາການທີ່ບໍ່ດີ

ຈະນຳໄປສູ່ຄວາມລຳບາກກ່ອນການເກີດ ເຊິ່ງຈະມີຜົນເຮັດໃຫ້ເດັກເກີດໃໝ່ມີນ້ຳໜັກຕົວໜ້ອຍ ເກີດກ່ອນກຳນົດ ແລະ ຕາຍໃນຂະນະເກີດ ການຕາຍຂອງເດັກໃນລະຫວ່າງປີທຳອິດ ລວມທັງຮູບຮ່າງທີ່ຜິດປົກກະຕິຂອງເດັກເກີດໃໝ່ ຜົນຕໍ່ສະໜອງທີ່ກຳລັງພັດທະນາໄດ້ຖືກທຳລາຍ ໂດຍສະເພາະໃນໄລຍະ 3 ເດືອນສຸດທ້າຍ

❖ **ການອອກກຳລັງກາຍ:** ໃນອາດີດມີຄວາມເຊື່ອວ່າການອອກກຳລັງກາຍໃນລະຫວ່າງຖືພາອາດເປັນຕະລາຍຕໍ່ເດັກ ແນວໃດກໍຕາມ ການອອກກຳລັງກາຍຢ່າງເໝາະສົມພໍດີຈະເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ການຖືພາ ເພາະການອອກກຳລັງກາຍຈະຊ່ວຍໃຫ້ຫຼັງ ຕື່ນຂາ ແລະ ກ້າມເນື້ອຊ່ວງທ້ອງຂອງແມ່ຮອງຮັບເດັກໄດ້ດີ ເມື່ອທ້ອງໃຫຍ່ຂຶ້ນ ແລະ ອາດຊ່ວຍໃນຂະບວນການເກີດລູກໄດ້

❖ **ສະພາບທາງດ້ານອາລົມຂອງແມ່:** ການທີ່ແມ່ມີອາລົມບໍ່ດີອາດເປັນສາເຫດໃຫ້ເກີດອັນຕະລາຍຢ່າງໃຫຍ່ຫຼວງ ແນວໃດກໍຕາມ ອາລົມບໍ່ດີທີ່ຮຸນແຮງ ແລະ ມີຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງໃນລະຫວ່າງຖືພາຈະກ່ຽວຂ້ອງກັບການລູກຕາມທຳມະຊາດ ການເກີດກ່ອນກຳນົດ ນ້ຳໜັກຂອງລູກເກີດໃໝ່ຕໍ່າ ຈາກການວິໄຈພົບວ່າ ການຕິດຄຽດຂອງແມ່ສິ່ງຜົນຕໍ່ເດັກໃນແງ່ຂອງອັດຕາການເຕັ້ນຂອງຫົວໃຈ ແລະ ການຕອບສະໜອງທາງການເຄື່ອນຂອງຮ່າງກາຍໜ້ອຍກວ່າເດັກທີ່ເກີດຈາກແມ່ທີ່ບໍ່ຕິດຄຽດຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງຮ່າງກາຍ ແລະ ການຂາດອົກຊີແຊນໃນລະຫວ່າງຂະບວນການເກີດ.

❖ **ການໃຊ້ຢາຂອງແມ່:** ຈາກການສຶກສາວິໄຈທີ່ຜ່ານມາພົບວ່າມີຢາທີ່ມີຜົນຕໍ່ເດັກອ່ອນເຊັ່ນ: thalidomide ເຊິ່ງມີການໃຊ້ຢານີ້ໃນປີ 1950 ເຖິງປີ 1960 ແມ່ທີ່ໃຊ້ຢານີ້ຈະມີຜົນຕໍ່ລູກຄື ເດັກຈະເກີດມາຮູບຮ່າງຜິດປົກກະຕິ ຫຼື ບໍ່ມີແຂນ ຂາ ນິ້ວມືຫຼື ອະໄວຍະວະພາຍໃນຕ່າງໆຜິດປົກກະຕິ ນອກຈາກນັ້ນ ແມ່ທີ່ໃຊ້ສານເສບຕິດ ຫຼື ຢາທີ່ຜິດກົດໝາຍກໍຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ເດັກໃນທ້ອງ ເຊັ່ນ: ຄວາມເຈັບປວດຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ຄວາມຕິດຄຽດນອກຈາກນີ້ ຍັງສົ່ງຜົນໄລຍະຍາວຄື ເດັກຈະມີອາການໃຈຮ້າຍງ່າຍ ຕື່ນເຕັ້ນງ່າຍ ຮ້ອງໄຫ້ ຫຼື ເມື່ອເສີຍຕໍ່ສິ່ງແວດລ້ອມ.

❖ ແມ່ທີ່ດື່ມເຫຼົ້າຈະສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ເດັກໃນໄລຍະຍາວ ເຊິ່ງກໍ່ໃຫ້ເກີດພະຍາດ fetal alcohol syndrome ເດັກເກີດມາຈະມີຫົວນ້ອຍກວ່າເດັກປົກກະຕິມັກຈະປັນຍາອ່ອນ ຫຼື ບໍ່ສາມາດຮຽນຮູ້ໄດ້ ມີຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງຫົວໃຈ ແລະ ມີຄວາມຍາກລຳບາກໃນການຄວບຄຸມການເຄື່ອນໄຫວ ລະດັບຄວາມຮຸນແຮງພະຍາດປາກົດຈະບໍ່ແນ່ນອນ ແຕ່ມີຫຼັກຖານຢັ້ງຢືນວ່າໄລຍະເວລາທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ມີຜົນຕໍ່ເດັກຫຼາຍທີ່ສຸດໃນຊ່ວງປະມານ 20 ມື້ຫຼັງຈາກການເລີ່ມຖືພາ ໃນໄລຍະນີ້ ຖ້າແມ່ດື່ມເຫຼົ້າຈະມີຄວາມຮຸນແຮງຕໍ່ສະໜອງ ແລະ ພັດທະນາການທີ່ສະແດງອອກມາໃນລັກສະນະທາງໃບໜ້າ

❖ ການສູບຢາຂອງແມ່ ແລະ ພໍ່ ໃນຢາສູບຈະມີສານນິໂຄຕິນ ເຊິ່ງຈະມີຜົນຕໍ່ເດັກໄດ້ແມ່ທີ່ສູບຢາຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ຖືພາລູກນອກໝົດລູກ ເກີດກ່ອນກຳນົດ ລູກ ແຕ່ຖ້າປ່ອຍໃຫ້ເກີດມາກໍຈະມີບັນຫາທາງພຶດຕິກຳ ແລະ ບໍ່ສາມາດໃນການຮຽນຮູ້.

❖ ຄວາມເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍຂອງແມ່ ມີພະຍາດຫຼາຍຊະນິດທີ່ແມ່ເປັນໃນໄລຍະຖືພາ ແລະ ສົ່ງຜົນໃຫ້ລູກມີຄວາມຜິດປົກກະຕິໄດ້ຄື:

① ພະຍາດຫັດເຍຍລະມັນ **German illness** ເກີດຈາກໄວຣັດ ລູເບລລາ ຖ້າແມ່ທີ່ເລີ່ມຖືພາ ແລະ ປ່ວຍເປັນພະຍາດນີ້ ຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດການລູລູກ ຖ້າປ່ອຍໃຫ້ເດັກເກີດມາກໍຈະເປັນພະຍາດ ເຊັ່ນ: ຫູໜວກ ຕາບອດ ຫົວໃຈຜິດປົກກະຕິ ແລະ ປັນຍາອ່ອນ

② ພະຍາດທອດໂຊພລາສໂມຊິດ **Toxoplasmosis** ເຊິ່ງເກີດຈາກການທີ່ແມ່ຖືພາແລ້ວກິນ ອາຫານທີ່ບໍ່ສະອາດ ຖ້າແມ່ເປັນພະຍາດນີ້ຈະລູລູກກ່ອນກຳນົດ ແລະ ມີຄວາມບົກຜ່ອງທາງສະໝອງ ແລະ ທາງສາຍຕາ

③ ພະຍາດຊີຟິລິດ ແມ່ທີ່ເກີດເປັນພະຍາດນີ້ໃນໄລຍະຖືພາຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ເປັນອັນຕະລາຍທີ່ ສຸດຕໍ່ລູກ ເຊັ່ນ: ຕາບອດ ແລະ ມີບັນຫາທີ່ກ່ຽວກັບລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ

④ ພະຍາດ ເຮີບ **Herpes** ສາມາດເກີດກັບເດັກເກີດໃໝ່ ໂດຍຜ່ານມາຈາກຊ່ວງການເກີດ ເຊິ່ງຈະມີຜົນຕໍ່ເດັກຄື ທຳລາຍສະໝອງ ຫຼື ເດັກອາດຈະຕາຍໄດ້ ຖ້າເປັນໄປໄດ້ຄວນຜ່າຕັດເອົາເດັກອອກ ກ່ອນຈະໃຫ້ເດັກເກີດມາ.

❖ **ລັງສີທີ່ແມ່ໄດ້ຮັບໃນໄລຍະຖືພາ:** ມີການສຶກສາທີ່ໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນຜົນຂອງການໄດ້ຮັບລັງສີ ຂອງແມ່ໃນໄລຍະຖືພາ ເຊັ່ນ ລັງສີລະເບີດໃນປີ 1945 ທີ່ປະເທດຍີ່ປຸ່ນເຊິ່ງສ່ວນຫຼາຍເດັກທີ່ໄດ້ຮັບລັງສີ ໃນທ້ອງແມ່ຈະລູກກ່ອນເກີດ ແຕ່ຖ້າເກີດ ເດັກຈະມີຄວາມບົກຜ່ອງທາງສະໝອງ ແລະ ຮ່າງກາຍ

❖ **ສານເຄມີ:** ທີ່ປ່ອຍຈາກໂຮງງານຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ເດັກເກີດມາມີນ້ຳໜັກຕົວໜ້ອຍ ແລະ ມີຫົວນ້ອຍ ແລະ ປັນຍາອ່ອນ ພິການຂອງອະໄວຍະວະອື່ນໆຢ່າງຮ້າຍແຮງ

2) ສິ່ງແວດລ້ອມຂະນະກຳລັງເກີດ

ສິ່ງແວດລ້ອມຂະນະເກີດຈະເນັ້ນໄປທີ່ຂະບວນການທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການເກີດ ບໍ່ວ່າຈະເປັນວິທີ ການເກີດ ການຂາດອົກຊີ ນ້ຳໜັກຕົວຕ່ຳ ແລະ ການເກີດກ່ອນກຳນົດ

❖ **ວິທີການເກີດ:** ການເກີດມີຫຼາຍວິທີ ແຕ່ການເກີດໂດຍທຳມະຊາດຈະໃຫ້ຜົນທີ່ດີທີ່ສຸດ ເພາະແມ່ ຈະຟື້ນຕົວໄດ້ໄວ ແລະ ເດັກທີ່ເກີດມາຈະໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກການເກີດໜ້ອຍກວ່າວິທີອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ວິທີ ການໃຊ້ຢາສະຫຼົບ ວິທີເກີດໂດຍການຜ່າຕັດ ການເກີດໃນທ່າທີ່ບໍ່ເໝາະສົມ ການໃຊ້ເຄື່ອງມືດູດອອກຈະ ສົ່ງຜົນກະທົບກະເທືອນເຖິງສະໝອງຂອງເດັກ ແລະ ການຂາດອົກຊີຂອງເດັກ ເຊິ່ງອາດເປັນອັນຕະລາຍ ເຖິງຊີວິດໄດ້

❖ **ການຂາດອົກຊີ:** ຈະເປັນສະພາບທີ່ເດັກໄດ້ຮັບອົກຊີບໍ່ພຽງພໍໃນລະຫວ່າງການເກີດ ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ anoxia ການຂາດອົກຊີຢ່າງຮຸນແຮງຈະມີຜົນຕໍ່ການທຳລາຍສະໝອງຂອງເດັກເຮັດໃຫ້ເດັກມີການເສຍຊີ ວິດໄດ້

❖ **ນ້ຳໜັກເດັກຕ່ຳກວ່າເກນປົກກະຕິ:** ເດັກບາງຄົນເກີດໂດຍຄົບກຳນົດ ແຕ່ມີຂະໜາດນ້ອຍກວ່າປົກ ກະຕິຖ້າເດັກເຫຼົ່ານີ້ນ້ຳໜັກໜ້ອຍກວ່າ 2500 ກຣາມ ໂດຍມີເດັກປະມານ 7,5% ທີ່ເກີດມາ ແລະ ມີນ້ຳໜັ ກຕ່ຳແລ້ວຍັງມີຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງດ້ານຮູບຮ່າງ ມີພູມຕ້ານທານຕ່ຳ ສະໝອງຖືກທຳລາຍ ບໍ່ສາມາດ ຮຽນຮູ້ ຫຼືມີບັນຫາໃນເລື່ອງຂອງພຶດຕິກຳ ໂດຍຊ່ວງປີທຳອິດຊີວິດຂອງເດັກຈະສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງຄວາມ ເສື່ອມຂອງສະໝອງເດັກກວ່າເດັກປົກກະຕິຄົນອື່ນໆ

3) ສິ່ງແວດລ້ອມຫຼັງເກີດ

ສິ່ງແວດລ້ອມຫຼັງເກີດຈະມີຊ່ວງໄລຍະຍາວນານຫຼາຍກວ່າຊ່ວງອື່ນໆ ຫຼື ອາດຈະເວົ້າໄດ້ວ່າ ສິ່ງແວດລ້ອມຈະມີອິດທິພົນຕໍ່ບຸກຄົນຕະຫຼອດຊ່ວງຊີວິດຂອງບຸກຄົນກໍ່ວ່າໄດ້ ສິ່ງແວດລ້ອມດັ່ງກ່າວມີຫຼວງຫຼາຍ ແລະ ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນອອກໄປໃນແຕ່ລະບຸກຄົນ ແມ່ນແຕ່ຝາແຝດແທ້ເອງກໍ່ມີສິ່ງແວດລ້ອມຫຼັງເກີດບາງຢ່າງທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ສິ່ງແວດລ້ອມຫຼັງເກີດທີ່ມີຄວາມສໍາຄັນມີດັ່ງນີ້:

❖ **ເຮືອນຊານບ້ານຊ່ອງ:** ໂດຍຜ່ານສິ່ງແວດລ້ອມພາຍໃນບ້ານ ແລະ ຂະບວນການອົບຮົມລ້ຽງດູເຊິ່ງຮູບແບບຂອງການອົບຮົມລ້ຽງດູທີ່ໃຊ້ໃນບ້ານຈະມີຜົນຕໍ່ບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນ ບ້ານທີ່ໃຫ້ການອົບຮົມລ້ຽງດູແບບປະຊາທິປະໄຕ ຈະສ້າງບຸກຄະລິກກະພາບໃຫ້ເດັກເປັນຄົນມີເຫດຜົນ ມີຄວາມເຊື່ອໝັ້ນໃນຕົນເອງ ເບິ່ງໂລກໃນແງ່ດີ ມີລັກສະນະໃຜຜົນສໍາເລັດສູງ ເປັນຕົ້ນ ແຕ່ຖ້າບ້ານໃຫ້ການອົບຮົມລ້ຽງດູແບບຜະເດັດການ ຫຼື ເຂັ້ມງວດຈະສ້າງຄວາມຕຶງຄຽດໃຫ້ກັບເດັກ ເບິ່ງໂລກໃນແງ່ຮ້າຍ ແລະ ຂາດຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕົນເອງ ມັກເພິ່ງພາຄົນອື່ນ ແລະ ເກັບກິດ

❖ **ໂຮງຮຽນ:** ເປັນສະຖາບັນທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ບຸກຄົນລໍາດັບທີສອງຮອງຈາກບ້ານ ໂຮງຮຽນແຕ່ລະໂຮງຮຽນຈະມີປັດໄຈຕ່າງໆທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ເຊັ່ນ: ສິ່ງແວດລ້ອມໃນເວລາຮຽນ ຄຸນນະພາບຂອງຄູ ນະໂຍບາຍຂອງໂຮງຮຽນ ໝູ່ເພື່ອນຮ່ວມຊັ້ນຮຽນ ແລະ ບັນຍາກາດຂອງຫ້ອງຮຽນ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເດັກທີ່ຮຽນໃນໂຮງຮຽນແຕກຕ່າງກັນມີລັກສະນະຄວາມຄິດ ຄວາມເຊື່ອ ແລະ ພຶດຕິກຳທີ່ບໍ່ຄືກັນ

❖ **ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ:** ເປັນສະຖານທີ່ທີ່ບຸກຄົນໃຊ້ເວລາຂ້ອນຂ້າງຫຼາຍໃນການໃຊ້ຊີວິດປະຈຳວັນ ເພື່ອເຮັດວຽກ ບາງຄົນອາດມີການປ່ຽນແປງສະຖານທີ່ເຮັດວຽກຫຼາຍຄັ້ງ ປັດໄຈໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກທີ່ມີຜົນໃຫ້ຄົນແຕກຕ່າງກັນຄື ບັນຍາກາດຂອງສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ ໝູ່ເພື່ອນຮ່ວມງານ ວັດທະນະທຳອົງການ ນະໂຍບາຍ ແລະ ໂຄງສ້າງໃນການບໍລິຫານງານຂອງອົງການ

❖ **ສື່ສານມວນຊົນ:** ປັດຈຸບັນສື່ສານມວນຊົນຖືໄດ້ວ່າມີອິດທິພົນຫຼາຍ ທັງນີ້ເນື່ອງຈາກປັດຈຸບັນເປັນຍຸກຂອງຂໍ້ມູນຂ່າວສານເຮັດໃຫ້ສື່ສານມວນຊົນເຂົ້າສູ່ຕົວບຸກຄົນໄດ້ຫຼາຍຊ່ອງທາງ ເຊັ່ນ: ໂທລະພາບ ວິທະຍຸ ໜັງສືພິມ ສື່ຕ່າງໆ ອິນເຕີເນັດ ຈຶ່ງມີຜົນຕໍ່ຄວາມເຊື່ອ ການລອກແບບ ລວມທັງການປັບປ່ຽນພຶດຕິກຳທີ່ບຸກຄົນສະແດງອອກໃນສະຖານທີ່ຕ່າງໆ

2.2. ການຈັດສິ່ງແວດລ້ອມເພື່ອຊ່ວຍສົ່ງເສີມພັດທະນາການ

ການມີລູກແຕ່ລະຄັ້ງນັ້ນ ແມ່ທຸກຄົນຍ່ອມຄາດຫວັງໃຫ້ລູກຂອງຕົນເອງພັດທະນາໄດ້ດີທີ່ສຸດ ແລະ ເຕີບໃຫຍ່ເປັນບຸກຄົນທີ່ມີຄຸນຄ່າແກ່ສັງຄົມ ດັ່ງນັ້ນ ເພື່ອໃຫ້ຈຸດປະສົງດັ່ງກ່າວຈຶ່ງສະເໜີວິທີການຈັດສິ່ງແວດລ້ອມເພື່ອຊ່ວຍສົ່ງເສີມພັດທະນາການໄວ້ ດັ່ງນີ້:

2.2.1. ການມີການວາງແຜນ ກຽມພ້ອມໃນດ້ານຕ່າງໆ

ຕັ້ງແຕ່ກ່ອນການແຕ່ງງານເປັນຕົ້ນວ່າ: ຄວາມພ້ອມທາງດ້ານການເງິນ ຄວາມພ້ອມໃນການມີລູກ ເຊັ່ນ: ອາຍຸ ຄວາມແຂງແຮງຂອງຮ່າງກາຍ.

2.2.2. ມີການກວດສຸຂະພາບຂອງພໍ່ ແລະ ແມ່

ໂດຍສະເພາະຄາມເຈັບປ່ວຍດ້ວຍພະຍາດຕ່າງໆ ພະຍາດທີ່ມີການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ ພະຍາດທີ່ອາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ໃນລະຫວ່າງຖືພາເຊິ່ງພະຍາດຕ່າງໆ ເຫຼົ່ານີ້ອາດມີຜົນຕໍ່ການພັດທະນາການເຕັກໄດ໌ນອກຈາກນີ້ກໍ່ຄວນມີການກວດເລືອກກ່ອນການແຕ່ງງານ ເພາະອາດມີກໍລະນີທີ່ເລືອດຂອງແມ່ ແລະ ເລືອດຂອງລູກມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນຈະເຮັດໃຫ້ລູກຕາຍໄດ້.

2.2.3. ການປະຕິບັດຕົວໃນຊ່ວງຖືພາ

ແມ່ຄວນດູແລຕົວເອງເປັນຢ່າງດີ ເມື່ອເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍບໍ່ຄວນຊື້ຢາມາກິນເອງ ບໍ່ຄວນດື່ມເຫຼົ້າ ຫຼື ສູບຢາ ການກິນອາຫານທີ່ເປັນປະໂຫຍດ ແລະ ຄົບຖືກໝວດ ແລະ ຕ້ອງຮັກສາອາລົມໃຫ້ແຈ່ມໃສຢູ່ສະເໝີ.

2.2.4. ການຈັດສິ່ງແວດລ້ອມຫຼັງເກີດ

ຫຼັງຈາກເກີດຈາກທ້ອງແມ່ແລ້ວ ແມ່ຄວນໃຫ້ເດັກຢູ່ໃນສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີ ໃຫ້ຄວາມຮັກຄວາມອົບອຸ່ນ ໃຫ້ການອົບຮົມລ້ຽງດູ ສັງສອນທີ່ດີເພື່ອໃຫ້ເດັກໄດ້ພັດທະນານິໄສ ບຸກຄະລິກກະພາບຕະຫຼອດຮອດອາລົມທີ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ເດັກເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນເປັນບຸກຄົນທີ່ມີລັກສະນະທີ່ເພິ່ງປະສົງຂອງສັງຄົມ.

3. ການພົວພັນລະຫວ່າງກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ

ບຸກຄົນເປັນຜົນມາຈາກກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ ແນວໃດກໍ່ຕາມເປັນການຍາກທີ່ຈະບອກໄດ້ເລີຍວ່າ ກຳມະພັນ ຫຼື ສິ່ງແວດລ້ອມມີອິດທິພົນຕໍ່ພຶດຕິກຳຂອງບຸກຄົນເໝືອກວ່າກັນ ເພາະບຸກຄົນຕ້ອງໄດ້ຮັບອິດທິພົນທາງກຳມະພັນເປັນທີ່ຮູ້ກັນແລ້ວ ແລະ ຕ້ອງເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນພາຍໃຕ້ສິ່ງແວດລ້ອມຕ່າງໆ ຢູ່ສະເໝີ ກຳມະພັນຈຶ່ງເປັນຕົວກຳນົດເພດານຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນ ສ່ວນສິ່ງແວດລ້ອມຈະເປັນຕົວຊ່ວຍສົ່ງເສີມໃຫ້ມີການພັດທະນາທີ່ດີຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ຄົນປັນຍາອ່ອນ ກຳມະພັນເປັນຕົວກຳນົດລະດັບສະຕິປັນຍາບຸກຄົນເອົາໄວ້ວ່າ ຈະມີຄວາມສາມາດໃນການຮຽນລະດັບໃດ ມີຄວາມສາມາດປະກອບອາຊີບຫຍັງ ແຕ່ຖ້າຄົນປັນຍາອ່ອນນີ້ໄດ້ຮັບສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ພັດທະນາໄດ້ເຕັມສັກກະຍະພາບທີ່ມີຢູ່ ແຕ່ກໍ່ບໍ່ອາດພັດທະນາໄດ້ເກີນຂອບເຂດສະຕິປັນຍາຕາມທີ່ກຳມະພັນກຳນົດໄວ້ ດັ່ງນັ້ນ ເຮົາຈຶ່ງບໍ່ອາດພັດທະນາຄົນປັນຍາອ່ອນດ້ວຍສິ່ງແວດລ້ອມໃດໆ ໃຫ້ຄົນປັນຍາອ່ອນເປັນຄົນສະຫຼາດຫຼາຍ ຫຼື ອັດສະລິຍະໄດ້ ສ່ວນຄົນທີ່ໄດ້ຮັບສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ບໍ່ດີ ກໍ່ຈະມີຜົນເຮັດໃຫ້ການພັດທະນາບໍ່ເຕັມສັກກະຍະພາບຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງຈະມີຜົນເຮັດໃຫ້ພັດທະນາດ້ອຍລົງກວ່າຄວນທີ່ຈະເປັນ ເຊິ່ງອາດເວົ້າໄດ້ວ່າສັກກະຍະພາບຂອງບຸກຄົນຈະມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນໄປໂດຍຜົນມາຈາກກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມຕະຫຼອດຊ່ວງຊີວິດຂອງບຸກຄົນນັ້ນເອງ ສະນັ້ນກຳມະພັນຈຶ່ງເປັນປັດໄຈທີ່ບຸກຄົນໄດ້ຮັບມາຈາກບັນພະບູລຸດ ຈຶ່ງເປັນສິ່ງທີ່ກຳນົດຂອບເຂດຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນ ສ່ວນສິ່ງແວດລ້ອມຈະເປັນປັດໄຈທີ່ຊ່ວຍສົ່ງເສີມໃຫ້ບຸກຄົນໄດ້ພັດທະນາສັກກະຍະພາບໃຫ້ສູງຂຶ້ນໄດ້ ຫຼື ແມ່ນແຕ່ຂັດຂວາງສັກກະຍະພາບຂອງບຸກຄົນ ດັ່ງນັ້ນ ກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມຈຶ່ງມີຄວາມສຳພັນກັນຢ່າງໃກ້ຊິດຈົນບໍ່ສາມາດບອກໄດ້ວ່າປັດໄຈໃດມີອິດທິພົນຕໍ່ບຸກຄົນໄດ້ຫຼາຍກວ່າກັນ ທັງນີ້ເພາະບຸກຄົນແຕ່ລະຄົນຍ່ອມມີກຳມະພັນແຕກຕ່າງກັນ ແລະ ເກີດມາພາຍ

ໃຕ້ສິ່ງແວດລ້ອມໃດໜຶ່ງສະເໝີ ແມ່ນແຕ່ຢູ່ໃນທ້ອງແມ່ ເດັກແຕ່ລະຄົນກໍມີປັດໄຈສະພາບແວດລ້ອມພາຍໃນທ້ອງແມ່ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ຈຶ່ງເປັນຂໍ້ຢັ້ງຢືນວ່າ ເຖິງແມ່ນວ່າບຸກຄົນບາງຄົນຈະມີກຳມະພັນທີ່ດີຫຼາຍ ມີພໍແມ່ທີ່ສະຫຼາດທັງສອງ ແຕ່ຖ້າຂາດສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີແລ້ວ ສັກກະຍະພາບຂອງເດັກກໍອາດຈະລົດຕໍ່າລົງກວ່າທີ່ຄວນຈະເປັນກໍໄດ້.

ແນວໃດກໍຕາມ ແມ່ນວ່າບຸກຄົນນັ້ນມີສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີຫຼາຍພຽງໃດ ແຕ່ການພັດທະນາສັກກະຍະພາບກໍຍ່ອມຂຶ້ນຢູ່ກັບກຳມະພັນທີ່ບຸກຄົນນັ້ນໄດ້ຈາກພໍ່ ແລະ ແມ່ ດ້ວຍເຊັ່ນ: ບຸກຄົນທີ່ເກີດມາປັນຍາອ່ອນ ສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີອາດຊ່ວຍໄດ້ສ່ວນໜຶ່ງ ແຕ່ບໍ່ອາດສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ສິ່ງເສີມໄດ້ເກີນກວ່າຂອບເຂດຂອງສະຕິປັນຍາທີ່ກຳມະພັນກຳນົດມາ ເຖິງແມ່ນວ່າບຸກຄົນປັນຍາອ່ອນຈະໄດ້ຮັບສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີທີ່ສຸດກໍຕາມ ແຕ່ກໍບໍ່ອາດສາມາດພັດທະນະໃຫ້ມີ ລະດັບປັນຍາສູງເທົ່າກັບຄົນປົກກະຕິໄດ້.

ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ພັດທະນາການຂອງບຸກຄົນ ເປັນການລວມກັນລະຫວ່າງກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ ຫຼື ພັດທະນາຂອງບຸກຄົນ = ກຳມະພັນ x ສິ່ງແວດລ້ອມ.

ບົດທີ 3

ພື້ນຖານທາງສະລິລະວິທະຍາທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດຕິກຳ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງການສອນ

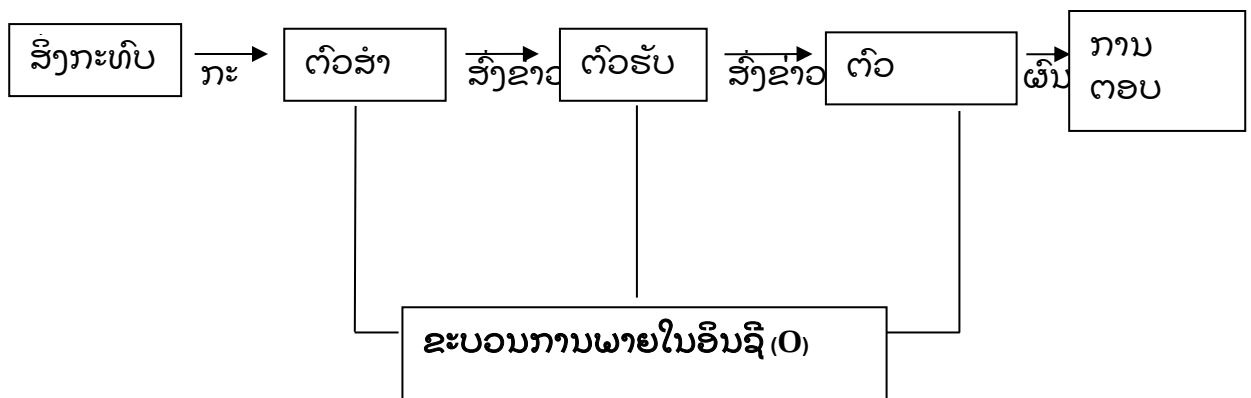
- ສາມາດອະທິບາຍໂຄງສ້າງການເຮັດວຽກ ແລະ ລະບົບຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ
- ໃຫ້ເຂົ້າໃຈພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດໄດ້ຊັດເຈນຢຶ່ງຂຶ້ນຜູ້ສຶກສາຈຶ່ງຕ້ອງໃຫ້ຄວາມສົນໃຈໃນວິຊາສາລິລະວິທະຍາ ຄຽງຄູ່ໄປນຳ

1. ຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງຈິດຕະວິທະຍາກັບສະລິລະວິທະຍາ.

ຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງຈິດຕະວິທະຍາກັບສະລິລະວິທະຍາແມ່ນເລີ່ມຈາກການວິເຄາະຂະບວນການເກີດພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດວ່າເປັນແນວໃດ, ພວກເຮົາກໍຈະຮູ້ການພົວພັນດັ່ງກ່າວເມື່ອພິຈາລະນາເບິ່ງການເກີດພຶດຕິກຳພົບວ່າມີ 3 ສິ່ງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັນຢູ່ສະເໝີຄື:

- ສິ່ງກະທົບ
- ອິນຊີທັງ 5
- ການຕອບສະໜອງ

ໃນເມື່ອມີສິ່ງກະທົບມາກະຕຸ້ນອິນຊີຂອງພວກເຮົາ, ເມື່ອນັ້ນອິນຊີຂອງພວກເຮົາຈະສະແດງປະຕິກິລິຍາອາການຕອບໂຕ້ກັບສິ່ງທີ່ກະທົບນັ້ນ ເຮັດໃຫ້ເກີດການຕອບສະໜອງ ຫຼື ພຶດຕິກຳເກີດຂຶ້ນ ແລະ ວິເຄາະຂະບວນການພາຍໃນອິນຊີຕໍ່ໄປອີກ ກໍຈະພົບວ່າສິ່ງກະທົບທີ່ມາກະຕຸ້ນໃສ່ອິນຊີນັ້ນແມ່ນການກະຕຸ້ນຜ່ານອະໄວຍະວະຮັບສຳຜັດ ຫຼື ເອີ້ນວ່າ: ຕົວຮັບສຳຜັດ ຕົວຮັບສຳຜັດຈະສົ່ງຂ່າວ (ຂໍ້ມູນ) ໄປຍັງສະໜອງໃຫ້ຕົວຄວາມໝາຍວ່າສິ່ງກະທົບນັ້ນແມ່ນຫຍັງ? ແລະ ຈະຄວນຕອບໂຕ້ແນວໃດ? ເມື່ອສະໜອງຕັດສິນວ່າຄວນເຮັດແນວໃດຈະສົ່ງຂ່າວ (ຂໍ້ມູນ) ໄປໃຫ້ລະບົບຕ່ອມ ແລະ ລະບົບກ້າມເນື້ອຈະສະແດງປະຕິກິລິຍາຕອບໂຕ້ຄືນ. ການສະແດງອາການໂຕ້ຕອບຂອງລະບົບຕ່ອມ ແລະ ລະບົບກ້າມເນື້ອເຮັດໃຫ້ເກີດການຕອບສະໜອງ ຫຼື ເກີດພຶດຕິກຳພາຍໃນອິນຊີຂຶ້ນ. ນອກຈາກການເຮັດວຽກຂອງຕົວສຳຜັດແລ້ວ ຍັງມີການເຮັດວຽກຂອງອິນຊີກ່ຽວກັບການຕົວຄວາມໝາຍ ແລະ ການສັ່ງ ເຊິ່ງຖືກເອີ້ນວ່າ: ຕົວຮັບຮູ້ ແລະ ການທຳປະຕິກິລິຍາໂຕ້ຕອບ ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ: ຕົວປະຕິບັດການອີກດ້ວຍ, ເຊິ່ງສາມາດຈຽນແຜນວາດສະແດງຂະບວນການເກີດພຶດຕິກຳໄດ້ລຸ້ມນີ້:



ເມື່ອວິເຄາະເບິ່ງແລ້ວຕົວຮັບສຳຜັດແມ່ນ ອະໄວຍະວະຮັບສຳຜັດ (ອິນຊີທັງຫ້າ) ນັ້ນເອງເຊັ່ນ: ຕາ, ຫູ, ດັງ, ລິ້ນ ແລະ ຜິວໜັງ. ຕົວຮັບຮູ້ສຳຜັດແມ່ນສະໜອງ ເຊິ່ງຢູ່ໃນລະບົບປະສາດຂອງຄົນເຮົາ, ການສົ່ງຂ່າວທາງໃນອິນຊີອາໄສການທຳງານຂອງເຊວປະສາດ, ເຊິ່ງເປັນອົງປະກອບຫຼັກຂອງລະບົບປະສາດ ແລະ ການທຳງານຂອງຕົວປະຕິບັດການ ແມ່ນຕ່ອມລະບົບກ້າມເນື້ອນັ້ນເອງ. ດັ່ງນັ້ນ, ການພົວພັນລະຫວ່າງສະລິລະກັບການເກີດພຶດຕິກຳ ຈຶ່ງມີຢູ່ 4 ພາກສ່ວນຄື:

1. ອະໄວຍະວະສຳຜັດ
2. ລະບົບປະສາດ
3. ລະບົບກ້າມເນື້ອ
4. ລະບົບຕ່ອມ

ແຕ່ໃນບົດນີ້ຈະເວົ້າເຖິງລະບົບກ້າມເນື້ອ, ລະບົບຕ່ອມ ແລະ ລະບົບປະສາດຕໍ່ກັບພຶດຕິກຳ, ສ່ວນອະໄວຍະວະຮັບສຳຜັດແມ່ນຈະໄດ້ເວົ້າຢູ່ໃນພາກໃຫມ່ຂອງວິຊານີ້ (ໃຫ້ເບິ່ງຄືນຢູ່ພາກວິຊາກາຍະວິພາກ - ສະລິລະວິທະຍາມະນຸດ) ເຊິ່ງໃນພາກວິຊາດັ່ງກ່າວໄດ້ເວົ້າຢ່າງລະອຽດສົມຄວນແລ້ວ.

2. ລະບົບກ້າມເນື້ອ ແລະ ລະບົບຕ່ອມກັບພຶດຕິກຳ

2.1. ລະບົບກ້າມເນື້ອກັບພຶດຕິກຳ

ລະບົບກ້າມເນື້ອເປັນລະບົບຂອງເຊລ (ຈຸລັງ) ທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ສະແດງປະຕິກິລິຍາເມື່ອຖືກກະທົບຈາກລະບົບປະສາດ ຫຼື ເປັນຕົວປະຕິບັດການສ່ວນໜຶ່ງເທົ່ານັ້ນ. ລະບົບກ້າມເນື້ອຈະເຮັດວຽກໂດຍການຫົດຕົວ ແລະ ຍືດຕົວເມື່ອຖືກກະຕຸ້ນຈາກລະບົບປະສາດ. ການຫົດຕົວ ແລະ ການຍືດຕົວຂອງລະບົບກ້າມເນື້ອເຮັດໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳຕ່າງໆຂຶ້ນ. ລະບົບກ້າມເນື້ອປະກອບດ້ວຍ 3 ປະພຸດຄື:

1. ກ້າມເນື້ອລະລາຍ
2. ກ້າມເນື້ອຮຽບ (ກ້ຽງ)
3. ກ້າມເນື້ອຫົວໃຈ

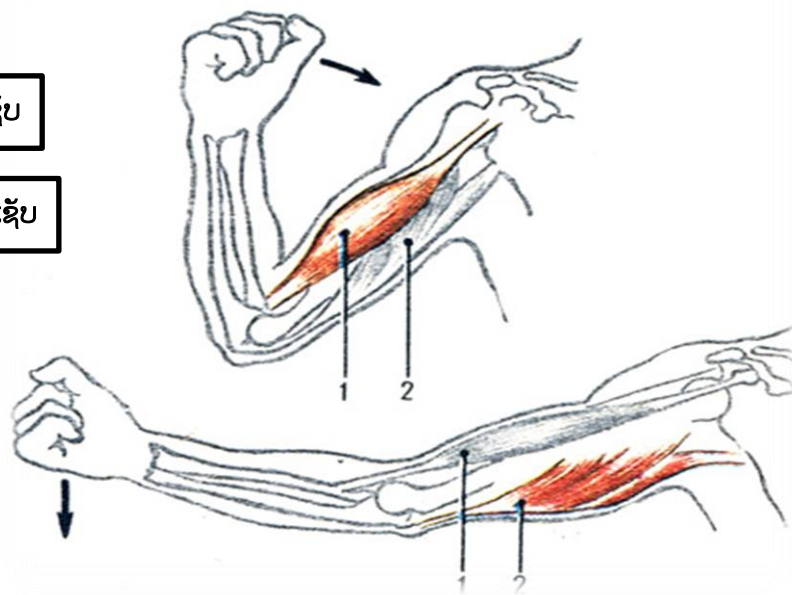
1). ກ້າມເນື້ອລະລາຍ: ແມ່ນກ້າມເນື້ອທີ່ມີເອັນຢືດຢູ່ຕາມໂຄງກະດູກຮວມຕົວກັນເປັນມັດມີທັງໝົດປະມານ 7000 ມັດ ແຕ່ລະມັດຈະເຮັດໜ້າທີ່ເປັນເອກະເທດ ແລະ ຢູ່ໃຕ້ການຄວບຄຸມຂອງລະບົບປະສາດຈຶ່ງເອີ້ນວ່າກ້າມເນື້ອຊະນິດວ່າ: ກ້າມເນື້ອເຈຕະນາ ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວມີຢູ່ 2 ຊຸດຄືໄບເຊັບ ແລະ ໄທຣເຊັບ. ແຕ່ລະຊຸດຈະຫົດຕົວ ແລະ ຍືດຕົວສະຫລັບກັນ. (ກ້າມ ແລະ ກ້າມລຸ່ມ ເບິ່ງໃນຮູບ)

2). ກ້າມເນື້ອຮຽບ (ກ້ຽງ) : ແມ່ນກ້າມເນື້ອທີ່ຢູ່ຕາມອະໄວຍະວະພາຍຂອງຄົນເຮົາເຊັ່ນ: ລຳໄສ້, ກະເພາະອາຫານ ຫຼື ຫຼອດເລືອດ. ກ້າມເນື້ອຮຽບສາມາດທຳງານໄດ້ເອງໂດຍບໍ່ຕ້ອງຖ້າການສັ່ງການຂອງການຄິດໃນສະໝອງຈຶ່ງເອີ້ນກ້າມເນື້ອຊະນິດນີ້ວ່າ: ກ້າມເນື້ອບໍ່ເຈຕະນາ. ແຕ່ການເຄື່ອນໄຫວຂອງກ້າມເນື້ອຮຽບຈະຊ້າກວ່າ ກ້າມເນື້ອລະລາຍ, ໃນເວລາທີ່ກ້າມເນື້ອລະລາຍຍືດຕົວຄັ້ງໜຶ່ງບໍ່ເຖິງ 1/10 ວິນາທີ, ແຕ່ກ້າມເນື້ອຮຽບຈະໃຊ້ເວລາຫຼາຍວິນາທີ.

3). ກ້າມເນື້ອຫົວໃຈ: ແມ່ນກ້າມເນື້ອເໝືອເຈຕະນາ ເຊັ່ນກັນກັບກ້າມເນື້ອຮຽບ ແຕ່ວ່າມີລັກສະນະຊິວະວິທະຍາຄ້າຍຄືກ້າມເນື້ອລະລາຍ, ແຕ່ຕ່າງກັນບ່ອນທີ່ເຊລກ້າມເນື້ອຫົວໃຈຈະໂຍງເປັນຜືນດຽວກັນ, ບໍ່ໄດ້ຮວມເປັນມັດໆຄືກັບກ້າມເນື້ອລະລາຍ.

1. ໄບເຊັບ

2. ໄຕຣເຊັບ



2.2. ລະບົບຕ່ອມກັບພຶດຕິກຳ (Glans System)

ຕ່ອມແມ່ນກຸ່ມ ເຊວ ທີ່ສາມາດຜະລິດສານຢ່າງໃດຢ່າງໜຶ່ງອອກມາຈາກເລືອດໄດ້. ຕ່ອມໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາມີ 2 ຊະນິດດ້ວຍກັນຄື:

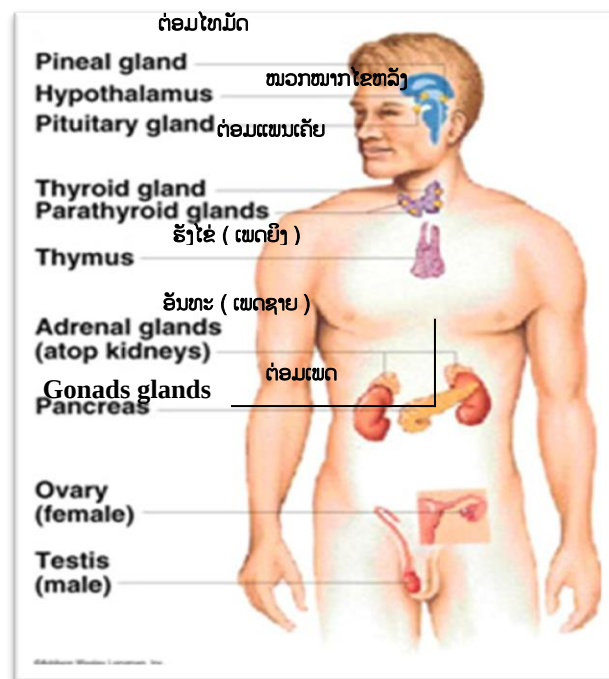
1. ຕ່ອມທີ່ມີທໍ່ (Exocrine glands): ເປັນຕ່ອມທີ່ລະລາຍສານຕ່າງໆທີ່ຕ່ອມຜະລິດຂຶ້ນອອກຈາກຕ່ອມໄປສູ່ອະໄວຍະວະອື່ນໆໂດຍມີທໍ່ນຳໄປໃຊ້ ເຊັ່ນ: ຕ່ອມນ້ຳລາຍ, ຕ່ອມເຫືອ, ຕ່ອມນ້ຳຍ່ອຍ ແລະ ຕ່ອມນ້ຳຕາ ເປັນຕົ້ນ.

2. ຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່ (Endocrine glands) ເປັນຕ່ອມທີ່ບໍ່ມີທໍ່ເຊື່ອມຕໍ່ກັບອະໄວສ່ວນຕ່າງໆທີ່ມີຕ່ອມຜະລິດອອກຈະເຊື່ອມໄປກະແສເລືອດ ຜ່ານທາງເນື້ອເຍື້ອທີ່ຫຸ່ມເຊວຂອງຕ່ອມສານທີ່ຕ່ອມຊະນິດນີ້ຜະລິດອອກມາຈະເອີ້ນວ່າ: ຮໍໂມນ (Hormone) ມີຫຼາຍຊະນິດ ເຊິ່ງສຸດແລ້ວແຕ່ວ່າມັນຖືກຜະລິດອອກຈາກຕ່ອມໃດ, ຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່ມັນເຮັດວຽກເປັນລະບົບ, ຖ້າເກີດຜິດປົກກະຕິຂຶ້ນຢູ່ທີ່ຕ່ອມໃດໜຶ່ງກໍຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ອື່ນໆເຮັດວຽກຜິດປົກກະຕິໄປພ້ອມ. ຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່ມີຫຼາຍຊະນິດກະຈາຍຢູ່ຕາມສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍແລະທີ່ສຳຄັນໄດ້ແກ່ຕ່ອມໄຟເນີຍ (Pineal glands), ຕ່ອມໃຕ້ສະໝອງ (Pituitary glands), ຕ່ອມໄທຣອຍ (Thyroid glands), ຕ່ອມພາຣາໄທຣອຍ (Parathyroid glands) , ຕ່ອມໝວກໝ

າກໄຂຫລັງ (Adrenal glands), ຕ່ອມແຟນເຄີຍ (Pancreas glands), ຕ່ອມເພດ (Gonads glands), ຕ່ອມໄທມັດ (Thymus glands).

ຕ່ອມໄທມັດ

ຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່ ມີອິດທິພົນຕໍ່ກັບຮ່າງກາຍ ແລະພຶດຕິກຳໃຫຍ່ໆ. ໃນບັນດາຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່ນັ້ນຕ່ອໃຕ້ສະຫມອງຖືວ່າເປັນຕ່ອມທີ່ອິດທິພົນຫລາຍ ຫຼື ວ່າຄວບຄຸມ (Master glands) ເພາະວ່າມັນຜະລິດຮໍໂມນຫຼາຍຊະນິດ ແລະ ຄວບຄຸມການທຳງານຂອງຕ່ອມອື່ນໆອີກຫຼາຍຕ່ອມ. ບົດບາດ ແລະໜ້າທີ່ຂອງ



ຕ່ອມທີ່ບໍ່ມີທໍ່ທີ່ມີຕໍ່ພຶດຕິກຳດັ່ງນີ້:

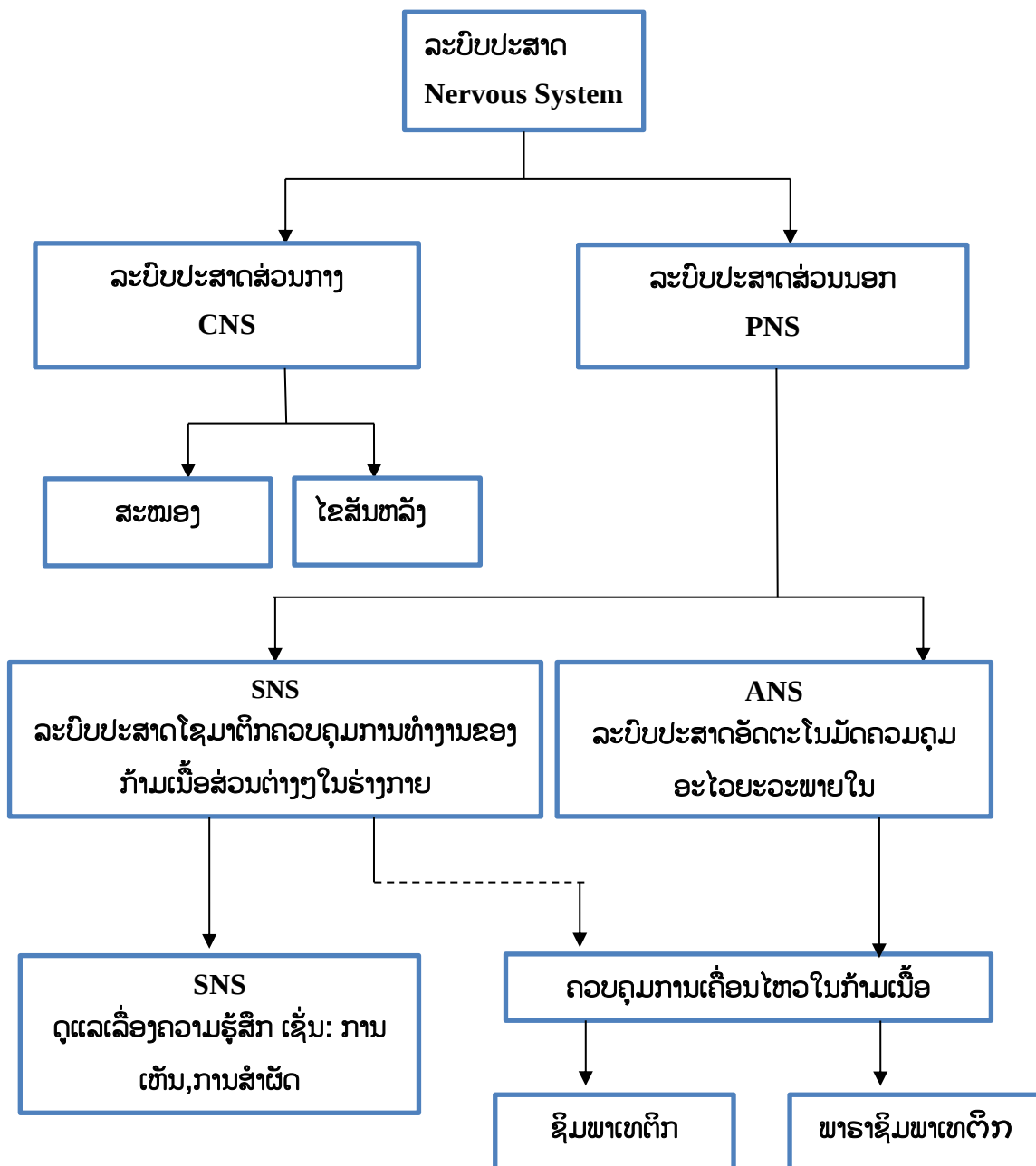
ລ/ດ	ຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່	ຮໍໂມນທີ່ຜະລິດອອກ	ບົດບາດ,ໜ້າທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດຕິກຳ
1	ຕ່ອມສະຫມອງ	- ຄວາມຈະເລີນເຕີບໂຕ (growth) - ໂປຣແລຄຕິນ(prolactin) - ໄທໂຣໂທຟິນ - ໂກນາໂດໂທຣຟິນ - ຄໍຕິໂກໂທຟິນ	- ການກະຕຸ້ນການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງຮ່າງກາຍ - ກະຕຸ້ນໃຫ້ຕ່ອມນ້ຳນົມສ້າງນ້ຳນົມ - ກະຕຸ້ນການທຳງານຂອງຕ່ອມໄທຣອຍ - ກະຕຸ້ນການທຳງານຂອງຕ່ອມເພດ - ກະຕຸ້ນການທຳງານຂອງຕ່ອມໝວກໄຕ
2.	ຕ່ອມໄທມັດ	ເມລາໂຕນິນ	ຄວບຄຸມການຈະເລີນເຕີບໂຕເມື່ອເຖິງໄວລຸ້ນຕອນຕົ້ນ ແລ້ວຈະຢຸດເຮັດວຽກ

3.	ຕ່ອມໄທຣອຍ	▪ ໄທໂຣຊິນ	▪ ຄວບຄຸມການເຜົາຜ່ານ ແລະເພີ່ມລະດັບນ້ຳຕານໃນເລືອດ, ຖ້າມີຫຼາຍຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍຕື່ນຕົວ, ນອນບໍ່ຫຼັບ, ຖ້າມີໜ້ອຍຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາອ່ອນເພຍແລະຫງ່ວມເຫງົາ, ຊັກຊ້າ.
4.	ຕ່ອມໝວກໜາໄຂ່ຫຼັງ	▪ ອະດຣີນາລິນ ແລະ ນໍຣາດີນາລິນ ▪ ຄໍຕິນ ▪ ຣໍໂມນເພດຊາຍ	▪ ກະຕຸ້ນໃຫ້ຕັບອ່ອນປຽກໄກລໂຄເຈນເປັນນ້ຳຕານກລູໂກສເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍພະລັງງານຫຼາຍ, ກ້ຽງພ້ອມທີ່ຈະສູ້ຊິນ ຫຼື ລົບໜີ ▪ ຄວບຄຸມລະດັບເກືອໃນເລືອດແລະປະລິມານຄາຣໂບໄຮເດັຣທໃນຮ່າງກາຍ, ພວກທີ່ຂາດຣໍໂມນນີ້ອາດຈະເສຍຊີວິດໄດ້. ▪ ກະຕຸ້ນຄວາມເປັນເພດຊາຍທັງໃນຜູ້ຍິງແລະ ຜູ້ຊາຍ, ຜູ້ຍິງທີ່ມີຣໍໂມນນີ້ຫຼາຍຈະມີລັກສະນະເພດຊາຍປາກົດອອກມາເຊັ່ນ : ມີໝວດ, ມີຂົນໜ້າ, ແຄ່ງ.....
5.	ຕ່ອມເພດເຄືຣຍ	▪ ອິນຊູລິນ	• ຄວບຄຸມປະລິມານນ້ຳຕານໃນເລືອດ, ກະຕຸ້ນໃຫ້ຕັບປ່ຽນນ້ຳຕານເປັນໄກລໂຄເຈນໄປເກັບໄວ້ໃນຕັບອ່ອນ, ຖ້າມີການປົກພ້ອງຈະເກີດເປັນໂລກເປົາຫວານ.
6.	ຕ່ອມເພດ	• ແອນໂດຣເຈນໃນເພດຊາຍ • ເອສໂຕຣເຈນໃນເພດຍິງ	• ກະຕຸ້ນພັດທະນາການທາງເພດຂອງຊາຍແລະ ຄວບຄຸມການທຳງານຂອງອະໄວຍະວະຂອງເພດ • ກະຕຸ້ນພັດທະນາການລັກສະນະທາງເພດຂອງເພດຍິງ.
7.	ຕ່ອມໄທມັດ	• ໄທໂມວີຕິນ	• ຄວມຄຸມການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງຮ່າງກາຍໃຫ້ໄປຕາມໄວເຊັ່ນ: ຄວມຄຸມບໍ່ໃຫ້ເດັກມີຄວາມຮູ້ສຶກທາງເພດໄວເກີນກຳນົດ. • ສ້າງພູມຕ້ານທານໃນລະບົບນ້ຳເຫຼືອງຂອງຮ່າງກາຍ.

ອີກຢ່າງໜຶ່ງ, ການທຳງານຂອງຕ່ອມບໍ່ມີທຳບາງຕ່ອມຖືກຄວມຄຸມໂດຍລະບົບປະສານອັດຕາໂນມັດ ເຊິ່ງເປັນລະບົບຍ່ອຍຂອງລະບົບປະສາດ. ສະນັ້ນຈຶ່ງທຳຄວາມເຂົ້າໃຈຕ່ອມນີ້ໃຫ້ໄດ້ດີຈະໄດ້ເຊື່ອມຕໍ່ ແລະ ເຂົ້າໃຈງ່າຍຂຶ້ນ, ເວລາພວກເຮົາຄົ້ນຄ້ວາເຖິງກ່ຽວກັບລະບົບປະສາດອັດຕາໂນມັດ.

3. ລະບົບປະສາດກັບພຶດຕິກຳ.

ລະບົບປະສາດນັ້ນປະກອບດ້ວຍເຊວປະສາດ ເປັນອົງປະກອບຫຼັກ, ການທຳງານຂອງເຊວປະສາດຈະເຮັດເປັນລະບົບ, ເຊິ່ງສາມາດຈຳແນກໄດ້ຕາມແຜນວາດດັ່ງລຸ່ມນີ້

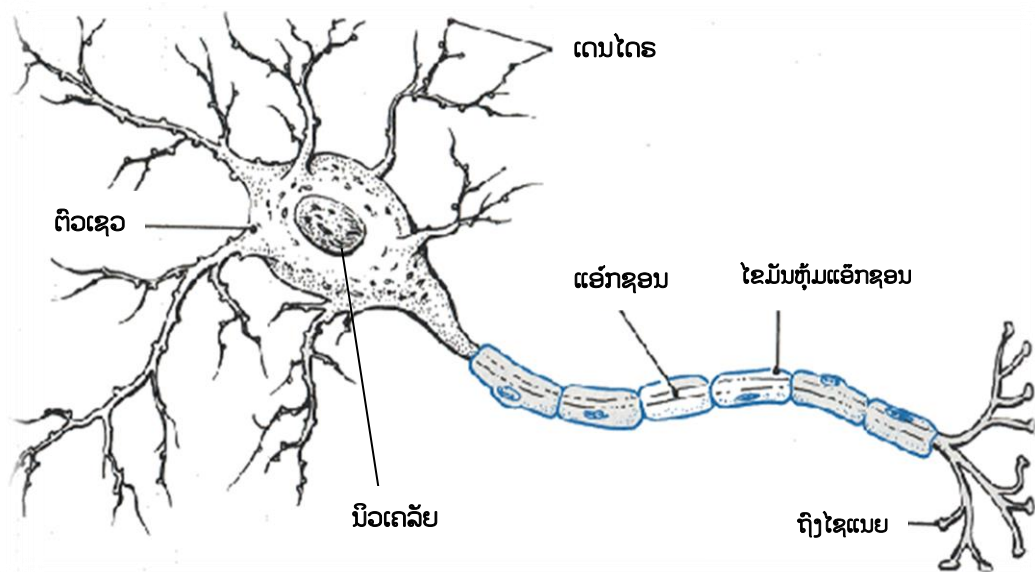


ລະບົບປະສາດກັບພຶດຕິກຳນີ້ຈະແບ່ງອອກເປັນ 3 ພາກສ່ວນຍ່ອຍເຊິ່ງລາຍລະອຽດມີດັ່ງນີ້:

- ເຊວປະສາດ
- ລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ
- ລະບົບປະສາດສ່ວນນອກ

3.1. ເຊວປະສາດ

ເຊວປະສາດເປັນໜ່ວຍພື້ນຖານຂອງລະບົບປະສາດ, ມີບົດບາດສໍາຄັນຕໍ່ການເກີດພຶດຕິກຳເຊິ່ງມີຈຳນວນຫຼາຍ, ມັນຈະທຳງານເຊື່ອມຕໍ່ກັນໂດຍໃຊ້ກະແສໄຟຟ້າຄື: ກະແສໄຟຟ້າທີ່ແລ່ນໃນຫລອດທອງແດງຂອງລະບົບໄຟຟ້າທີ່ແລ່ນຕາມເຮືອນຊານເຮົາ, ແຕ່ເປັນກະແສໄຟຟ້າອ່ອນໆທີ່ແລ່ນດ້ວຍຄວາມໄວປະມານ 0,6-120 ມ/ວິນາທີເທົ່ານັ້ນແລະຖືກເອີ້ນວ່າກະແສປະສາດ, ກະແສໄຟຟ້ານີ້ເກີດຈາກການປ່ຽນແປງບັນຈຸໄຟຟ້າຂອງສານໂປຣແທສຊຽມທີ່ຢູ່ໃນເຊວ, ເມື່ອໃດເຊວປະສາດຖືກກະຕຸ້ນ, ການສົ່ງກະແສປະສາດຂອງເຊວປະສາດນີ້ຈະສົ່ງໃນແບບສົ່ງບໍ່ໝົດຫຼືບໍ່ສົ່ງເລີຍນັ້ນຄືເມື່ອມີກະແສປະສາດເກີດຂຶ້ນເຖິງລະດັບກໍຈະສົ່ງໃຫ້ເຊວປະສາດຕໍ່ໄປໝົດເລີຍ.



1). ຕົວເຊວ (Cell body) ປະກອບດ້ວຍນິວເຄຣຍ ແລະ ໂປຣໂຕປະຣາຊິມ ຄືກັບເຊວອື່ນໆ ແລະ ໃນໂປຣໂຕປະຣາຊິມນີ້ເອງມີສານໂປຣແທຊຽມທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດກະແສດັ່ງກ່າວແລ້ວຍັງເຊື່ອວ່າຕົວເຊວສາດນີ້ນອກຈາກມີໜ້າທີ່ຮວບຮວມ ແລະ ສົ່ງຂ່າວສານໄປຍັງຕົວເຊວອື່ນໃນຮູບແບບຂອງກະແສປະສາດແລ້ວຍັງອາດເປັນທີ່ເກັບຄວາມຮູ້ຕ່າງໆນອກຈາກມະນຸດອີກດ້ວຍ.

2). ເດນໄດຣ (Dendrite) ເປັນໃບປະສາດຍ່ອຍໆທີ່ຕໍ່ຈາກຕົວເຊວ, ມີໜ້າທີ່ຮັບຂ່າວສານມາຈາກຕົວຮັບສຳຜັດ ຫຼື ເຊວປະສາດຕົວອື່ນ, ເດນໄດຣຂອງເຊວປະສາດໜຶ່ງໆມີຫຼາຍອັນ.

3). ແອັກຊອນ (Axon) ເປັນໃບປະສາດທີ່ແຍກອອກຈາກເຊວ, ເຮັດໜ້າທີ່ສົ່ງຂ່າວສານຈາກຕົວເຊວໄປຍັງຕົວປະຕິບັດການ ຫຼື ເຊວປະສາດຕົວອື່ນ, ແອັກຊອນຂອງເຊວປະສາດມີອັນດຽວ ແລະ ຍາວບໍ່ເທົ່າກັນ, ອ້ອມຮອບແອັກຊອນມີໄຂມັນຫຸ້ມຢູ່ ແລະ ທີ່ປາຍແອັກຊອນຈະແຕກຂະແໜງ, ແຕ່ລະປາຍຂະແໜງມີປຸ່ມເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ: ປຸ່ມໄຊແນຍຕົກນອບ ພາຍໃນປຸ່ມມີຖົງນ້ອຍໆເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ: ຖົງໄຊແນຍຕົກ ເວສ

ໄຊໂກ, ປຸ່ມໄຊແນບຕິກຈະໄປເຊື່ອມຕໍ່ກັບເດນໄດຣຂອງເຊວຕົວປະສາດອື່ນໆ ແຕ່ເຊື່ອມບໍ່ແໜ້ນໜາ ເພາະມີຊ່ອງຫວ່າງຂອງປຸ່ມໄຊແນບ ກັບເດນໄດຣຂອງເຊວຕົວອື່ນ, ຊ່ອງຫວ່າງນີ້ເອີ້ນວ່າ: ຊ່ອງຫວ່າງໄຊແນບຕິກນັ້ນເອງ, ກະແສປະສາດຂອງເຊວປະສາດໜຶ່ງແລ່ນໄປສູ່ເຊວປະສາດອີກຕົວໜຶ່ງ ໂດຍຜ່ານຊ່ອງໄຊແນບຕິກນີ້ ແອັກຊອນຂອງເຊວປະສາດທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ແບບດຽວກັນຈະຮ່ວມກັນເປັນມັດ ອາດມີແອັກຊອນ 100 – 100 ເລັ້ນ, ມັດແອັກຊອນນີ້ເອີ້ນວ່າ: ເລັ້ນປະສາດນັ້ນເອງ.

3.2. ລະບົບປະສາດກາງ (CNS)

ແມ່ນລະບົບປະສາດທີ່ມີເຊວປະສາດຫຼາຍທີ່ສຸດໃນບັນດາລະບົບປະສາດທັງໝົດປະກອບດ້ວຍ: ໄຂສັນຫຼັງ ແລະ ສະໝອງ, ໄຂສັນຫຼັງເຮັດໜ້າທີ່ຮັບສິ່ງຂ່າວສານລະຫວ່າງສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍກັບສະໝອງ, ສ່ວນສະໝອງເຮັດໜ້າທີ່ຕິດຄວາມໝາຍຂ່າວສານ ແລະ ສັງການ. ດັ່ງນັ້ນ, ການຮັບຮູ້, ການຈື່ຈຳ, ການຄິດ, ການຕັດສິນໃຈ ແລະ ຮູ້ສຶກຕ່າງໆຈຶ່ງເກີດຂຶ້ນໃນຫົວສະໝອງ, ການທຳງານຂອງລະບົບປະສາດມີລາຍລະອຽດດັ່ງລຸ່ມນີ້:

ໄຂສັນຫຼັງ: ເປັນທໍ່ລຳຍາວໄປຕາມຕາມຊ່ອງກະດູກສັນຫຼັງຂອງຄົນເຮົາ ເຊິ່ງປະກອບດ້ວຍເຊວປະສາດ 3 ປະເພດຄື: - ເຊວປະສາດທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ຮັບຂ່າວສານຈາກຕົວຮັບຈາກຕົວຮັບສຳຜັດໄປຫາໄຂສັນຫຼັງ ເອີ້ນວ່າ: ເຊວປະສາດນຳເຂົ້າ. ເຊວປະສາດທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ຮັບຂ່າວສານຈາກໄຂສັນຫຼັງໄປຫາກ້າມເນື້ອ ແລະ ຕ່ອມເອີ້ນວ່າ: ເຊວປະສາດສົ່ງອອກ ສ່ວນເຊວປະສາດທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ເຊື່ອມຕໍ່ລະຫວ່າງ ເຊວປະສາດນຳເຂົ້າ ແລະ ເຊວປະສາດສົ່ງອອກຂະເຮັດໜ້າທີ່ສົ່ງຂ່າວສານເຂົ້າ ແລະ ອອກຈາກສະໝອງເອີ້ນວ່າ: ເຊວປະສາດຕົວເຊື່ອມ. ຊ່ອງກະດູກສັນຫຼັງມີຮູບຮ່າງຄ້າຍຄືແມງກະເບື້ອ ຫຼື ຕົວອັກສອນ H ໄຂສັນຫຼັງຈະຢູ່ເຕັມໃນຊ່ອງນີ້, ສ່ວນກາງໄຂສັນຫຼັງມີສີເທົາ ແລະ ເປັນບ່ອນລວມຕົວຂອງເຊວປະສາດຕົວເຊື່ອມ ແລະ ເຊວປະສາດຕົວສົ່ງອອກ, ອ້ອມຮອບໄຂສັນຫຼັງເປັນສີຂາວປະກອບດ້ວຍໃຍປະສາດທີ່ເຊື່ອມຕໍ່ກັບສະໝອງ, ໃຍປະສາດນີ້ມັກມີໄຂມັນຫຸ້ມຢູ່ສະເໝີ ສະນັ້ນຂຶ້ນເບິ່ງເຫັນເປັນສີຂາວ.

❖ ໄຂສັນຫຼັງມີໜ້າທີ່ 2 ຢ່າງຄື:

1. ສົ່ງກະແສປະສາດໄປໃຫ້ສະໝອງຕິດຄວາມໝາຍສັງການ ແລະ ຮັບກະແສປະສາດທີ່ເປັນຄຳສັ່ງຈາກສະໝອງໄປສູ່ຕົວປະຕິບັດການຄືກ້າມເນື້ອ ແລະ ຕ່ອມ.
2. ເຊື່ອມຕໍ່ຕົວຮັບສຳຜັດ ແລະ ຕົວປະຕິບັດການໂດຍກົງ, ເຮັດໃຫ້ເຮົາຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະທົບໄດ້ຢ່າງວອງໄວເຊັ່ນ: ເມື່ອແຂນຖືກເຂັມແທງຈະກະຕຸກແຂນທັນທີ, ເມື່ອຫົວເຂົ້າຖືກເຄາະຈະຕະຕິທັນທີ, ພຶດຕິກຳລັກສະນະນີ້ເອີ້ນວ່າ: ກິລິຍາສະທ້ອນ, ກິລິຍາສະທ້ອນມີຂະບວນການ 3 ຂັ້ນຕອນຄື:

ຂັ້ນຕອນ 1 : ຕົວຮັບສຳຜັດສົ່ງຂ່າວໄປຫາເຊວປະສາດທີ່ສົ່ງອອກ

ຂັ້ນຕອນ 2 : ຂ່າວສານຜ່ານເຊວປະສາດຕົວເຊື່ອມໄປຫາເຊວປະສາດສົ່ງອອກ

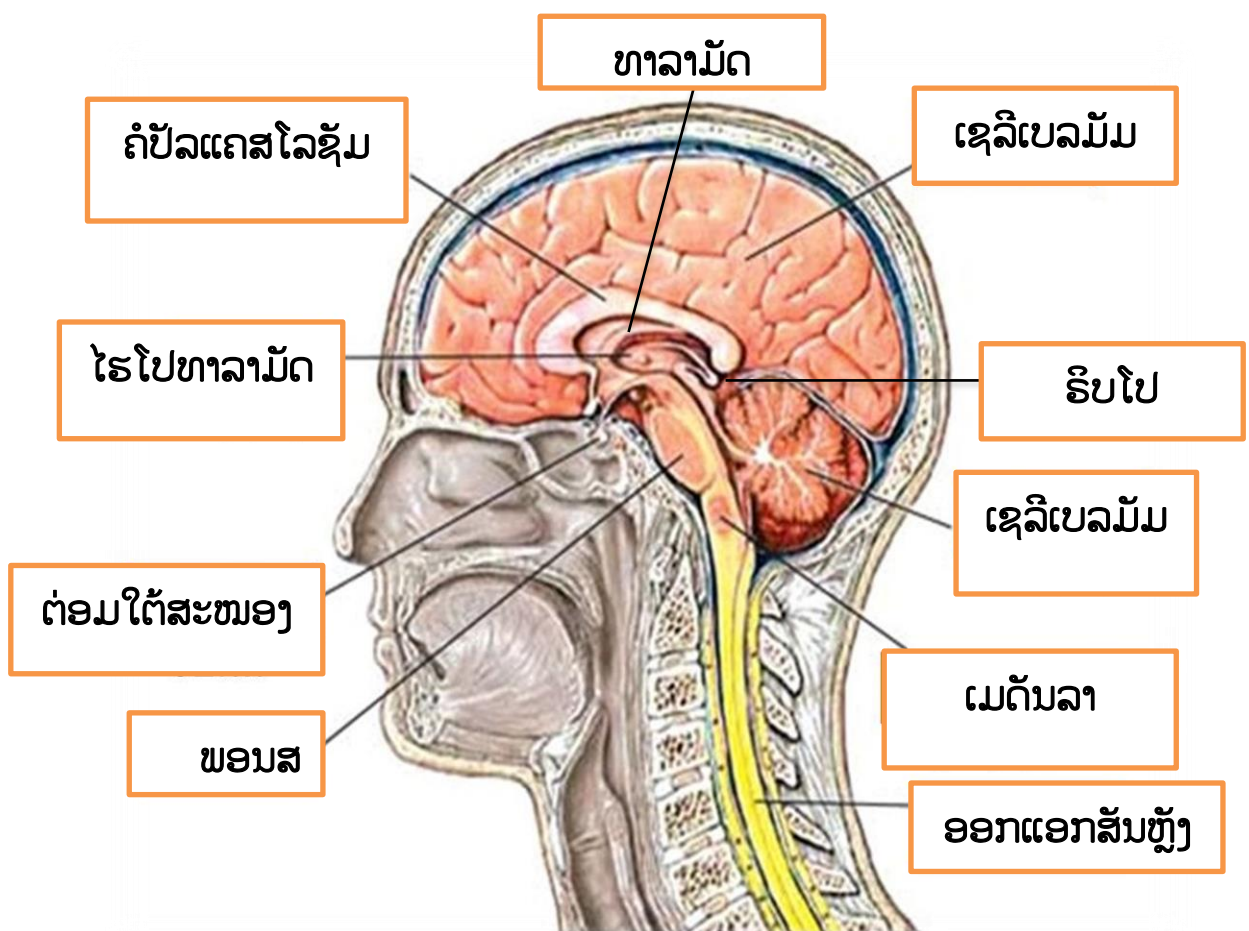
ຂັ້ນຕອນ 3 : ເຊວປະສາດສົ່ງອອກສົ່ງຂ່າວໄປຫາຕົວປະຕິບັດການໃຫ້ສະແດງອາການຕອບສະໜອງ.

ການເກີດກິລິຍາສະທ້ອນນີ້ເປັນກິລິຍາສະທ້ອນທີ່ຜ່ານໄຂສັນຫຼັງ. ກິລິຍາບາງຢ່າງຄວບຄຸມໂດຍສະໝອງບໍ່ຜ່ານໄຂສັນຫຼັງກໍ່ມີ ເຊັ່ນ: ການຂະຍິບຕາເມື່ອມີລົມພັດຕາ ແລະ ມີບາງຢ່າງທີ່ຄວບຄຸມຮ່ວມກັນທັງໄຂສັນລັງ ແລະ ສະໝອງ ເຊັ່ນ: ອາການສະດັງຕື່ນເມື່ອໄດ້ຍິນສຽງດັງ.

❖ ສະໝອງ:

ເປັນສູນກາງຂອງພຶດຕິກຳ ແລະ ຄວບຄຸມການທຳງານຂອງລະບົບປະສາດອື່ນໆຂອງຮ່າງກາຍໃຫ້ເປັນໄປຢ່າງມີລະບົບລະບຽບສອດຄ່ອງກັນ. ເຊິ່ງແບ່ງອອກປັນ 3 ພາກສ່ວນດ້ວຍກັນຄື:

1. ສ່ວນທີ່ 1: ສະໝອງສ່ວນໜ້າ
2. ສ່ວນທີ່ 2: ສະໝອງສ່ວນກາງ
3. ສ່ວນທີ່ 3: ສະໝອງສ່ວນຫຼັງ



1. ສະໝອງສ່ວນໜ້າ: ເປັນສ່ວນທີ່ຢູ່ເທິງຂວັນສະໝອງຂຶ້ນໄປ ແບ່ງອອກເປັນ 3 ສ່ວນໃຫຍ່ໆຄື:

1. **ທາລາມັດ:** ຢູ່ເທິງຍອດຂອງສະໝອງສ່ວນກາງ, ເປັນສູນກາງຖ່າຍທອດກະແສປະສາດທີ່ມາຈາກໄຂສັນຫຼັງ, ອະໄວຍະວະສຳຜັດ, ສະໝອງສ່ວນກາງ ແລະ ສະໝອງສ່ວນຫຼັງເພື່ອໄປຫາເຊຣີບຮັມເພື່ອຕິຄວາມໝາຍ ແລະ ສັງການ.

2. **ໄຮໂບທາຣາມັດ:** ເປັນສ່ວນນ້ອຍໆທີ່ຢູ່ໃຕ້ທາຣາມັດ, ເຮັດໜ້າທີ່ຄວບຄຸມການເກີດອາລົມ ແລະ ແຮງຈູງໃຈ, ຄວາມຫົວໂຫຍ, ການທຳງານຂອງຕ່ອມບໍ່ມີທາຣາມັດ ແລະ ຄວບຄຸມອຸນຫະພູມຂອງຮ່າງກາຍອີກດ້ວຍ.

3. **ລະບົບລິມລິກ:** ເປັນສູນປະສາດທີ່ກະຈາຍຢູ່ອ້ອມຮອບທາຣາມັດມີການທຳງານເປັນລະບົບທີ່ສະຫລັບຊັບຊ້ອນຫຼາຍ ແລະ ມີສ່ວນສຳຄັນຢູ່ 4 ສ່ວນຄື:

ສ່ວນທີ 1: ອະມິກດາລາ ເປັນສ່ວນທີ່ຢູ່ດ້ານຂ້າງຂອງໄຮໂບທາລາມັດມີບົດບາດໃນການກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດຄວາມແຂງກ້າ, ສັດທີ່ດູຮ້າຍ ຖ້າອະມິດາລາຖືກທຳລາຍກໍຈະເຊື່ອມຊຶມອ່ອນແອ.

ສ່ວນທີ 2: ບໍລິເວນເຊບໂທເອີເຣຍ ເປັນສ່ວນໜຶ່ງທີ່ຢູ່ດ້ານໜ້າຂອງທາລາມັດແຕ່ສູງກວ່າເລັກນ້ອຍ, ມີບົດບາດໜ່ວງໜ່ຽວຄວາມແຂງກ້າ, ສັດທີ່ຖືກທຳລາຍເຊບໂທເອີເຣຍຈະມີຄວາມດູຮ້າຍ ແລະ ແຂງກະດ້າງ.

ສ່ວນທີ 3: ຮິບໂປແຄັມປັດ ເປັນສ່ວນທີ່ຢູ່ໃຕ້ທາລາມັດ ແລະ ໄຮໂບທາລາມັດ, ມີບົດບາດໃນການຈື່ຈຳປະສົບການ, ຖ້າຖືກທຳລາຍກໍຈະຈື່ຫຍັງບໍ່ໄດ້ໝົດ.

ສ່ວນທີ 4: ເຊລິເບລຳ ເປັນສ່ວນເທິງສຸດຂອງສະໝອງ, ປົກຄຸມຢູ່ຂັ້ນສະໝອງເຕັມກະໂຫລກຫົວຂອງຄົນເຮົາ ຫຼື ເຄີຍເອີ້ນກັນວ່າ: ມັນສະໝອງມີ 2 ຊິກດ້ວຍກັນຄື: ຊິກຂວາ ແລະ ຊິກຊ້າຍ, ເຊລິເບລຳທັງສອງຊິກນີ້ເຊື່ອຕໍ່ກັນດ້ວຍໃບປະສາດຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ, ໃບປະສາດເຫຼົ່ານີ້ຢູ່ບໍລິເວນສ່ວນລຸ່ມຂອງ ເຊລິເບລຳ ເອີ້ນວ່າ: ຄໍປັສແຄໂລຊັມ, ເຊລິເບລຳແຕ່ລະຊິກຈະຄວບຄຸມການທຳງານຂອງຮ່າງກາຍພຽງຊິກດຽວ ແຕ່ສະລັບຂ້າງກັນຄື: ເຊລິເບລຳຊິກຊ້າຍຈະຄວບຄຸມການທຳງານຂອງຮ່າງກາຍຊິກຂວາ ແລະ ກົງກັນຂ້າມ, ສ່ວນຜິວຂອງເຊລິເບລຳເປັນທີ່ຮວມຂອງເຊວປະສາດຈຶ່ງມີສີເທົາ ແລະ ເອີ້ນສ່ວນຜິວທີ່ເປັນເໝືອນເປືອກຂອງເຊລິເບລຳນີ້ວ່າ: ຄໍເທັກຂອງເຊລິເບລຳ, ສ່ວນໃນຂອງເຊລິເບລຳເປັນໃບປະສາດ ເຊິ່ງມີໄຂມັນຫໍ່ຫຸ້ມຢູ່ມີສີຂາວ, ຄາດວ່າ ເຊລິເບລຳປະກອບດ້ວຍ: ເຊວປະສາດປະມານ 9 ພັນລ້ານຕົວ ຫຼື ປະມານ 3 ສ່ວນ 4 ຂອງເຊວປະສາດທັງໝົດໃນສະໝອງຄົນເຮົາ.

ຮິເບລຳຂອງຄົນເຮົາອອກຈາກແບ່ງອອກ 2 ຊິກແລ້ວ, ຍັງມີຮ່ອງແບ່ງ ເຊຣເບລຳອອກເປັນສ່ວນໆອີກຄື: ມີຮ່ອງແບ່ງຊິຣິເບລຳອອກເປັນສ່ວນໜ້າແລະສ່ວນຫຼັງຢູ່ເຄິ່ງກາງກະໂຫລກຫົວ ເຊິ່ງຖືກເອີ້ນວ່າ: ຮອງກາງ (Central fissure), ທີ່ດ້ານຂ້າງຍັງມີຮ່ອງບໍລິເວນໃບຫູເບື້ອງໜຶ່ງຂອງເຮົາເປັນທາງຜ່ານໄປດ້ານໜ້າເຖິງບໍລິເວນໃບຫູເບື້ອງໜຶ່ງ, ແບ່ງ ຊິຣິເບລຳ ອອກເປັນສ່ວນເທິງກັບໃສ່ແລ້ວຮ່ອງທັງສອງນີ້ແບ່ງຊິຣິເບລຳແຕ່ລະຊິກອອກເປັນ 4 ກີບ.

ທໍລຳຍາວຂະໜາດນີ້ວກ້ອຍຂອງພວກເຮົາຢູ່ໃນແຖນກາງຂອງຂົ້ວສະໝອງ, ຕັ້ງແຕ່ເມ ດັນລາໃນສະໝອງສ່ວນຫຼັງຜ່ານສະໝອງສ່ວນກາງໄປເຖິງ ໃຕ້ທາລາມັດ, ການຕໍ່ໄຍຂອງເຊວປະສາດກຸ່ມນີ້ນີ້ກໍຄື

ກັບຕາໜາງແຫ່ຈຶ່ງເອີ້ນວ່າ: ຣິຕິຄິວລາຣຟໍຣເມຊັນ (Reticular formation), ມີບົດບາດເຮັດໃຫ້ກະແສປະສາດທີ່ມາຈາກສ່ວນຕ່າງໆ ຈອງຮ່າງກາຍກະຈາຍໄປທົ່ວສະໝອງກົບບໍ່ຄືທາລາມັສ ເຊິ່ງກັນຕອງສິ່ງກະແສປະສາດໄປສະເພາະບໍລິເວນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງທັງນັ້ນ, ການນຳເຮັດວຽກຂອງຣິຕິຄິວລາຣຟໍຣເມຊັນ ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ສະໝອງທຸກສ່ວນມີການຕື່ນຕົວ, ເຊິ່ງເອີ້ນອີກແບບໜຶ່ງວ່າ ລະບົບຕື່ນຕົວຂອງຣິຕິຄິວລາຣ (Reticular activating system)

2. ສະໝອງສ່ວນກ່າງ: ເປັນສ່ວນທີ່ຕໍ່າຈາກສະໝອງສ່ວນຫຼັງໄປຈົນສຸດຂົ້ວສະໝອງ, ເປັນທາງຜ່ານຂອງເສັ້ນປະສາດໄປສູ່ສະໝອງສ່ວນໜ້າ, ມີບົດບາດຄວບຄຸມການກຶ່ງໜ່ວຍແກ່ນຕາແລະຄວບຄຸມກິລິຍາສະທ້ອນກ່ຽວກັບການເຫັນ, ການໄດ້ຍິນ ແລະ ການສຳພັດ.

3. ສະໝອງສ່ວນຫຼັງ: ເປັນສ່ວນທີ່ຢູ່ຕໍ່າຈາກປາຍເທິງຂອງໄຂຫຼັງ ເຊິ່ງປະກອບດ້ວຍ 3 ສ່ວນສຳຄັນຄື:

ກ) ເມດູລາ (Medulla): ເປັນບໍລິເວນທຳອິດທີ່ຕໍ່າຈາກໄຂສັນຫຼັງ ແລະເປັນສູນຮ່ວມຂອງເສັ້ນປະສາດຈາກໄຂຫຼັງໄຂ່ວກັນສະຫຼັບຊ້າຍ ຂວາ. ນອກຈາກນີ້ຍັງມີເຊວປະສາດທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ຄວບຄຸມການຫາຍໃຈ ແລະ ກິລິຍາສະທ້ອນກ່ຽວກັບການຮັກສາການສິ່ງຕົວໃນແນວເນື່ອງຂອງຄົນເຮົາອີກດ້ວຍ.

ຂ) ພອນ (Pons): ຢູ່ເທິງເມດູລາຂຶ້ນມາເປັນທາງຜ່ານຂອງເສັ້ນປະສາດຈາກໄຂສັນຫຼັງໄປສູ່ສ່ວນສະໝອງອື່ນໆ, ເປັນຮ່ວມຂອງເຊວປະສາດທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການໄດ້ຍິນສຽງ, ການໄດ້ຮັບສຳພັດຈາກບໍລິເວນຫົວ ແລະ ມີບົດບາດການຄວບຄຸມການເຄື່ອນໄຫວເທິງໃບໜ້າອີກດ້ວຍ.

ຄ) ເຊຣີເບລລາ (Cerebellum): ມີຊື່ເອີ້ນອີກຢ່າງໜຶ່ງວ່າ: ສະໝອງນ້ອຍ, ຕັ້ງຢູ່ບໍລິເວນງ່ອນດິນພໍດີມີບົດບາດໃນການສ້າງໃຫ້ກ້າມເນື້ອຕ່າງໆ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການເຄື່ອນໄຫວຂອງຮ່າງກາຍສົດຊື່ນ ແລະ ເກີດຄວາມສຳພັນກັນ. ຖ້າຂາດເຊຣີເບລລາແມ່ຄົນເຮົາຂະເກີດກະຕຸກກະຕັກ ແລະ ເກະກະໜ້າລຳຄານ, ເຖິງແມ່ນວ່າຈະເອົານົ້ວມີຈັບທີ່ປ້າຍດັງກໍຈະເຮັດໄດ້ຍາກ. ເຊຣີເບລລາມີ 2 ຊີກຄື ຊີກຊ້າຍ ແລະ ຂວາ ເຊື່ອມຕໍ່ເຂົ້າກັນໂດຍໄສພອນ.

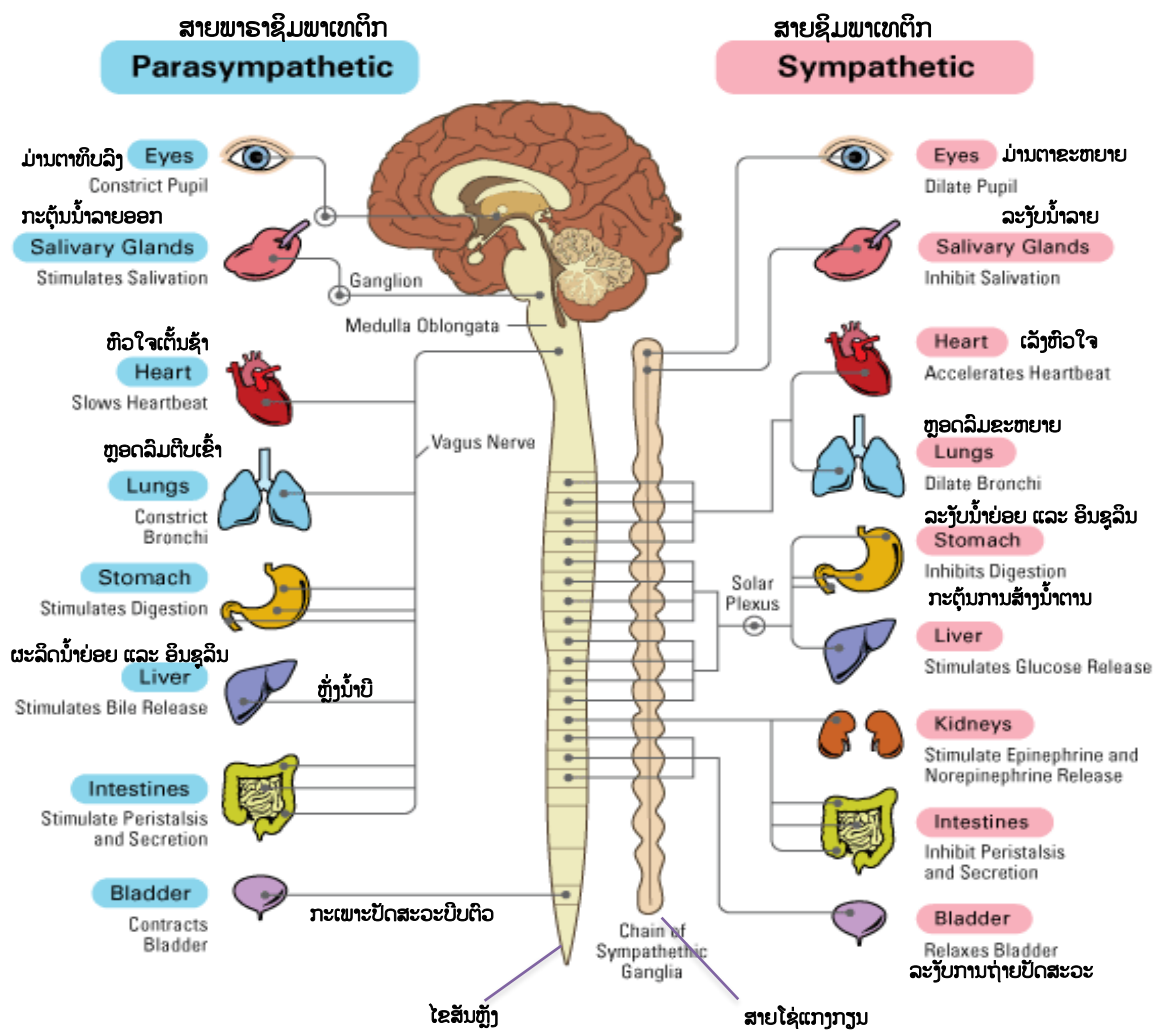
3.3. ລະບົບປະສາດສ່ວນນອກ

ເປັນລະບົບປະສາດທີ່ເຊື່ອມຕໍ່ລະຫວ່າງສະໝອງ ແລະ ໄຂຫຼັງສ່ວນຕ່າງໆການແບ່ງອອກເປັນ 2 ລະບົບຍ່ອຍຄື: **ລະບົບປະສາດ ໂຊມາຕິກ (Somatic nervous system SNS)** ແລະ **ລະບົບປະສາດ ອັດຕະໂນມັດ (Automatic nervous system SNS)** ລະບົບປະສາດສອງຊະນິດນີ້ມີບົດບາດກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳດັ່ງນີ້:

- **ລະບົບປະສາດໂຊມາຕິກ (SNS)** ແມ່ນລະບົບປະສາດທີ່ເຊື່ອມຕໍ່ລະຫວ່າງຕົວຮັບສຳຜັດທາງຜິວໜັງ ແລະ ກ້າມເນື້ອລາຍເຂົ້າສູ່ລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ, ມີໜ້າທີ່ຮັບຂ່າວຈາກຜິວໜັງ ແລະ ກ້າມລາຍ, ເຊິ່ງຖືກກະຕຸ້ນຈາກສິ່ງກະທົບພາຍນອກແລ້ວຖ່າຍທອດໄປສູ່ລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ

ແລ້ວຮັບຂ່າວສານຈາກລະບົບປະສາດສ່ວນກາງໄປສູ່ກ້າມເນື້ອລາຍ ແລະ ບໍລິເວນຜິວໜັງທີ່ຮັບສຳຜັດ, ດັ່ງນັ້ນ, ເຮົາສະຫຼຸບໄດ້ວ່າລະບົບປະສາດ ໂຊມາຕິກຄວບຄຸມການທຳງານຂອງກ້າມເນື້ອລາຍ ແລະ ຄວາມຮູ້ສຶກຕາມຜິວໜັງ.

- **ລະບົບປະສາດອັດຕະໂນມັດ (SNS)** ແມ່ນລະບົບປະສາດທີ່ເຊື່ອມຕໍ່ລະຫວ່າງລະບົບປະສາດສຳຜັດກ້າມເນື້ອລຽບ, ກ້າມເນື້ອຫົວໃຈ ແລະ ລິບົບຕ່ອມ. ດັ່ງນັ້ນ, ລະບົບປະສາດອັດຕະໂນມັດນີ້ຈຶ່ງເປັນລະບົບທຳງານຂອງມຳນຕາ, ຕ່ອມ ແລະ ອະໄວຍະວະຕ່າງໆ ໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາເປັນສ່ວນຫຼາຍ (ເບິ່ງຮູບສະແດງການທຳງານຂອງລະບົບປະສາດອັດຕະໂນມັດ) ລະບົບປະສາດອັດຕະໂນມັດຈະແຍກອອກຈາກສະໝອງ ຫຼື ໄຂຫຼັງໂດຍເຊື່ອມຕໍ່ກັບຈຸລັງປະສາດຕົວໜຶ່ງ ແລ້ວຈຶ່ງເຊື່ອມຕໍ່ໄປສູ່ອະໄວຍະວະຕ່າງໆເຫຼົ່ານັ້ນ. ສ່ວນປະສາດໂຊມາຕິກບໍ່ໄດ້ຜ່ານປະສາດຕົວເຊື່ອມ.



❖ ລະບົບປະສາດແບບອັດຕະໂນມັດແບ່ງອອກເປັນ 2 ສາຍຄື:

ກ. ສາຍ ຊິມພາເທຕິກ ດີວີເຊິນ (Sympathetic division)

ຂ. ສາຍ ພາຣາຊິມພາເທຕິກ ດີວີເຊີນ (Parasympathetic division)

ການເຮັດວຽກຂອງປະສາດ ອັດຕະໂນມັດສອງສາຍນີ້ ຈະເປັນໄປໃນລັກສະນະກົງກັນຂ້າມຄື: ຖ້າສາຍໜຶ່ງກະຕຸ້ນໃຫ້ອະໄວຍະວະນັ້ນທຳການແມ່ນອີກສາຍໜຶ່ງຈະຄ່ອຍລະງັບ. ນອກຈາກນີ້, ຍັງພົບວ່າ ການເຮັດວຽກໃນສາຍຊິມພາເທຕິກຈະເຮັດວຽກພ້ອມກັນຄື ເມື່ອສາຍຊິມພາເທຕິກທຳການ ແມ່ນທຸກອະໄວຍະວະທີ່ມັນເຊື່ອມຕໍ່ນັ້ນຈະທຳການພ້ອມກັນໝົດໂດຍມີສາຍໂສ້ແກງກະລຽນ (Chain of ganglion) ເປັນຕົວເຊື່ອມ, ສ່ວນພາຍໃນສາຍພາລາຊິມພາເທຕິກຈະເຮັດວຽກໃນສາຍຊິມພາເທຕິກຈະເຮັດໜ້າທີ່ສົ່ງອອກເຊິ່ງບໍ່ມີສາຍໂຊແກງກະລຽນ. ເມື່ອພິຂາລະນາການການທຳການຂອງອະໄວຍະວະທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຂະເຫັນໄດ້ວ່າ ການທຳການຂອງສາຍຊິມພາເທຕິກ ເຮັດໃຫ້ເກີດການຕົ້ນຕົວ, ມີພະລະກຳລັງເພີ່ມຂຶ້ນ, ເມື່ອສະຖານະການເຄັ່ງຕຶງ ຫຼື ເກີດເຫດການພາວະສຸກເສີນຈະເຮັດໃຫ້ເກີດກຽມຕໍ່ສູ້ກັບເຫດການນັ້ນໆ. ສ່ວນການທຳການຂອງສາຍພາຣາຊິມພາເທຕິກ ຈະເຮັດໃຫ້ເກີດມີຄວາມສະຫງົບລົງ. ດັ່ງນັ້ນ, ສາຍພາຣາຊິມພາເທຕິກ ທຳການຫຼາຍຄົນເຮົາພັກຜ່ອນ ຫຼື ວ່າຄົນເຮົາອນຫຼັບນັ້ນເອງ.

ບົດທີ 4

ສະຕິປັນຍາ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດເຂົ້າໃຈ ແລະ ອະທິບາຍທິດສະດີຕ່າງໆຂອງສະຕິປັນຍາໄດ້.
- ສາມາດອະທິບາຍຄຸນປະໂຫຍດຂອງສະຕິປັນຍາ

1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ປັດໃຈທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາ

1.1. ຄວາມມາຍຂອງສະຕິປັນຍາ

ສະຕິປັນຍາ (**Intelligence**) ມີຄວາມໝາຍແຕກຕ່າງກັນຕາມແຕ່ລະແນວທາງ ແລະ ທັດສະນະ ທີ່ມັງສິນໃຈໃນເລື່ອງໃດ ເຊິ່ງຈະເຫັນໄດ້ວ່າບໍ່ມີຄວາມຈຳກັດຄວາມໃດທີ່ມີຄວາມສົມບູນຄົບຖ້ວນທຸກດ້ານ, ໂດຍທົ່ວໄປນັກຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍໃນແຕ່ລະທັກສະນະທີ່ແບ່ງໄດ້ເປັນກຸ່ມຄື:

ກຸ່ມທີ1: ສະຕິປັນຍາ ແມ່ນຄວາມສາມາດທາງສະໝອງເຊັ່ນ: ຄວາມຄິດ, ຄວາມຈື່ຈຳ, ຄວາມຄິດຮວມຍອດ ໃນກຸ່ມນີ້ເຊື່ອວ່າສະຕິປັນຍາສິ່ງຜົນຕໍ່ຄວາມຄິດຫາເຫດຜົນ ເຊິ່ງນຳມາຕໍ່ການມີພຶດຕິກຳທີ່ມີເຫດຜົນ ແລະ ມີພຶດຕິກຳທີ່ເໝາະສົມຕໍ່ໄປ.

ກຸ່ມທີ2: ສະຕິປັນຍາຄືຄວາມສາມາດໃນການປັບຕົວ ກຸ່ມນີ້ມີຄວາມເຊື່ອວ່າສະຕິປັນຍາຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນທີ່ຈະປັບຕົວເຂົ້າກັບສິ່ງແວດລ້ອມຫຼືສະຖານະການໃໝ່ໆໄດ້ວ່ອງໄວ.

ກຸ່ມທີ3: ສະຕິປັນຍາຄືຄວາມສາມາດໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ຮຽນຮູ້, ຄົນທີ່ມີສະປັນຍາສູງຈະມີຄວາມສາມາດໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ຮຽນຮູ້ໄດ້ດີ.

ກຸ່ມທີ4: ສະຕິປັນຍາຄືຄວາມສາມາດໃນການຄິດແບບຕ່າງໆໄດ້ແກ່: ຄວາມຄິດແບບນາມມະທຳ, ຄວາມຄິດສ້າງສັນ.

ນອກຈາກນີ້ແລ້ວຍັງມີນັກຈິດຕະວິທະຍາຫຼາຍທ່ານໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍກ່ຽວກັບສະຕິປັນຍາໄວ້ດັ່ງນີ້:

ທ່ານ ອານເຟຣດ ບິເນ (Alfred Binet) ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍສະຕິປັນຍາໄວ້ວ່າ: ແມ່ນຄວາມສາມາດໃນການຄິດ, ການຕັດສິນໃຈ ແລະ ຄວາມສາມາດໃນການປັບຕົວເພື່ອບັນລຸສິ່ງທີ່ຕົນເອງຕັ້ງໃຈໄວ້.

ທ່ານ ເທີແມນ (LM. Terman) ໄດ້ອະທິບາຍວ່າຄວາມໝາຍຂອງສະຕິປັນຍາຄືຄວາມສາມາດໃນການຄິດຢ່າງເປັນນາມມະທຳ (Abstract Thinking).

ທ່ານ ເດວິ ເວດສະເລີ (David Wechsler) ໄດ້ອະທິບາຍສະຕິປັນຍາໄວ້ວ່າ: ເປັນຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນທີ່ສະແດງພຶດຕິກຳຢ່າງມີເຫດຜົນ, ສາມາດຢູ່ໃນສັງຄົມໄດ້ຢ່າງມີປະສິທິພາບ.

ທ່ານ ຄາເຕີ ວີ ກຸດ (Cater V Good) ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍສະຕິປັນຍາໄວ້ວ່າ: ແມ່ນໝາຍສາມາດໃນການປັບຕົວເອງໃຫ້ເໝາະສົມກັບສະຖະການໃໝ່ໆໄດ້ວ່ອງໄວ, ສາມາດຢູ່ໃນສັງຄົມໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິພາບ.

ຈາກຄວາມໝາຍດັ່ງກ່າວສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ສະຕິປັນຍາແມ່ນຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນໃນການຄິດ, ການກະທຳ ແລະ ການແກ້ໄຂບັນຫາຕ່າງໆທັງສິ່ງທີ່ເປັນຮູບປະທຳ ແລະ ນາມມະທຳໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິພາບ.

1.2. ປັດໃຈທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາ

ນັກຈິດຕະວິທະຍາເຊື່ອວ່າ ກຳມະພັນເຮັດວຽກກັບສິ່ງແວດລ້ອມແຕ່ມີອັດຕາສ່ວນບໍ່ເທົ່າກັນ, ບາງທ່ານເຊື່ອວ່າກຳມະພັນມີອິດທິພົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາຫຼາຍກວ່າສິ່ງແວດລ້ອມ, ແຕ່ມີບາງທ່ານເຊື່ອວ່າສິ່ງແວດລ້ອມມີອິດທິພົນຫຼາຍກວ່າກຳມະພັນ.

1.2.1. ອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນ.

ການພິຈາລະນາອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນກັບສິ່ງແວດລ້ອມແຍກເປັນສະຕິປັນຍາ A ແລະ B, ສະຕິປັນຍາ A ເປັນສິ່ງທີ່ຕິດຕົວມາໂດຍກນເນີດ ຖືກກຳນົດໂດຍກຳມະພັນ ສ່ວນສະຕິປັນຍາ B ຈະເປັນສະຕິປັນຍາທີ່ເກີດຈາກປະຕິສຳພັນລະຫວ່າງ A ກັບສິ່ງແວດລ້ອມ.

ຈາກການສຶກສາກ່ຽວກັບອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມພົບວ່າ: ບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບກຳມະພັນຫຼາຍເທົ່າໃດ, ຈະມີລະດັບສະຕິປັນຍາໃກ້ຄຽງກັນເທົ່ານັ້ນ, ດັ່ງການທົດລອງກັບເດັກຜາແຝດທີ່ລ້ຽງດູດ້ວຍການແຍກກັນລ້ຽງ, ພົບວ່າຄຳລະດັບສະຕິປັນຍາບໍ່ແຕກຕ່າງກັນຫຼາຍ ແລະ ໃນກໍລະນີສະຕິປັນຍາຂອງພໍ່ແມ່ກັບລູກຄືມີຄຳສຳພັນສູງກວ່າລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງພໍ່ແມ່ກັບລູກລ້ຽງ (ລູກບຸນທາ) ທັງໆທີ່ພໍ່ແມ່ແທ້ກໍບໍ່ໄດ້ກ່ຽວຂ້ອງກັນໃນການລ້ຽງດູລູກເລີຍ, ທັງສອງກໍລະນີນີ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງອິດທິພົນກຳມະພັນທີ່ມີຕໍ່ລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນຫຼາຍກວ່າສິ່ງແວດລ້ອມ.

ທ່ານ ເຈນເຊນ (Jensen 1969) ໄດ້ທຳການທົດລອງກັບເດັກໄວຮຽນໃນລະດັບປະຖົມສຶກສາ, ໂດຍໃຊ້ເວລາ 2-3 ເດືອນເຖິງ 1 ປີ ການທົດລອງປາກົດວ່າເດັກທີ່ເຂົ້າກຽມຄວາມພ້ອມມີຜົນສຳທາງການຮຽນ ແລະ ພັດທະນາທາງສະຕິປັນຍາບໍ່ແຕກຕ່າງກັນກັບເດັກທີ່ບໍ່ໄດ້ເຂົ້າໂຄງການກຽມຄວາມພ້ອມ.

ນອກຈາກນີ້ຍັງມີການສຶກສາທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການຍົກລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງເດັກກ່ອນໄວຮຽນ, ໃນໂຄງການຈັດສິ່ງແວດລ້ອມເພື່ອກະຕຸ້ນພັດທະນາການທາງສະຕິປັນຍາຂອງເດັກເປັນພິເສດໂດຍໄດ້ເວລາ 1-2 ປີອີກຫຼາຍໂຄງການເຊິ່ງປະກົດຜົນການທົດລອງທີ່ຄ້າຍຄືກັນໝາຍເຖິງໃນໄລຍະທີ່ສຳເລັດ

ໂຄງການທົດລອງໃໝ່ໆຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ການຍົກລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງເດັກເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້ໃນລະດັບໜຶ່ງແຕ່ຜ່ານໄປອີກໄລຍະໜຶ່ງລະດັບສິຕິປັນຍາຂອງເດັກເຫຼົ່ານັ້ນຈະກັບເຂົ້າສູ່ລະດັບເກົ່າ.

ຈາກການທົດລອງນີ້ສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ສິ່ງແວດລ້ອມບໍ່ສາມາດສົ່ງຜົນຕໍ່ລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນຫຼາຍເທົ່າກັບອິດທິພົນຂອງກຳມະພັນ.

ທ່ານເຈນເຊນ ໄດ້ສະຫຼຸບວ່າ: ອິດທິພົນທີ່ມີຕໍ່ສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນເປັນມາຈາກກຳມະພັນ 80 ສ່ວນຮ້ອຍ ແລະ ອີກ 20 ສ່ວນຮ້ອຍເປັນມາຈາກອິດທິພົນຂອງສິ່ງແວດລ້ອມ.

1.2.2. ອິດທິພົນຂອງສິ່ງແວດລ້ອມ

ອິດທິພົນທີ່ມີສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນແບ່ງອອກເປັນ 2 ດ້ານຄື:

1). **ສິ່ງແວດລ້ອມທາງຊີວະພາບ:** ເປັນສິ່ງແວດລ້ອມໃນຂະນະທີ່ແມ່ຖືພາໄດ້ແກ່: ສະພາບຮ່າງກາຍຂອງແມ່, ເຊື້ອພະຍາດຕ່າງໆ, ຄວາມເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍຂອງແມ່ຫຼືສານພິດຕ່າງໆເຊັ່ນ: ສານຕະກົວ, ອາຍແກັດຕ່າງໆ, ພາວະການເກີດກ່ອນກຳນົດທີ່ມີຜົນຕໍ່ນ້ຳໜັກຂອງເດັກໃນຕອນເກີດທຳອິດຫຼືສິ່ງແວດລ້ອມໃນຂະນະການເກີດ, ຂະບວນການເກີດແບບຜິດປົກກະຕິເກີດຈາກສະພາບຂາດອົກຊີແຊນທີ່ໄປລ້ຽງຮ່າງກາຍບໍ່ພຽງພໍ, ການໄດ້ຮັບການກະທົບກະເທືອນທາງສະໝອງຈາກເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ໃນການເກີດ, ທີ່ມີຜົນຕໍ່ພັດທະນາການທາງສະໝອງຂອງເດັກ, ການຂາດສານອາຫານຂອງເດັກກ່ອນຈະມີຜົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນໃນໄວຕໍ່ມາ.

2). **ສິ່ງແວດລ້ອມທາງສັງຄົມ:** ໝາຍເຖິງຄວາມສຳພັນຂອງບຸກຄົນທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງ, ສື່ການຮຽນຮູ້, ສິ່ງຂອງທີ່ເດັກຫຼິ້ນເຊິ່ງມີຄວາມເຊື່ອວ່າສົ່ງຜົນຕໍ່ພັດທະນາການທາງສະຕິປັນຍາຂອງເດັກໂດຍກົງ, ມີການສຶກສາປຽບທຽບລະຫວ່າງສະຕິປັນຍາຂອງເດັກທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕຢູ່ໃນເມືອງ ແລະ ຊົນນະບົດພົບວ່າມີລະດັບສະຕິປັນຍາທີ່ແຕກຕ່າງກັນຢ່າງຊັດເຈນ.

ແນວໃດກໍ່ຕາມການສຶກສາປຽບທຽບນີ້ຍັງມີຂໍ້ຄວນຄຳນຶງເຖິງປັດໃຈສຳຄັນດ້ານກຳມະພັນໃຫ້ໄດ້ຄືຕ້ອງສຶກສາຈາກເດັກທີ່ແມ່ທັງໃນຕົວເມືອງ ແລະ ຊົນນະບົດທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາທີ່ໃກ້ຄຽງກັນຫຼືລະດັບດຽວກັນ, ທັງນີ້ເພາະວ່າຫາກມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນຂອງລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງພໍ່ແມ່ທັງສອງກຸ່ມຈະບໍ່ສາມາດສະຫຼຸບຜົນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນວ່າຕາມທີ່ເດັກໃນຊົນນະບົດທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາຕໍ່າກວ່າລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງເດັກໃນເມືອງ, ເກີດຈາກອິດທິພົນກຳມະພັນຂອງພໍ່ແມ່ທີ່ຢູ່ໃນຊົນນະບົດທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາຕໍ່າກວ່າລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງພໍ່ແມ່ທີ່ຢູ່ໃນເມືອງ.

ສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ສິ່ງແວດລ້ອມມີສ່ວນສົ່ງເສີມ ແລະ ພັດທະນາລະດັບສະຕິປັນຍາໃຫ້ສູງ-ຂຶ້ນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ບໍ່ດີມີຜົນໃຫ້ລະດັບສະຕິປັນຍາຕໍ່າລົງໄດ້.

ໃນປັດຈຸບັນ, ຂໍ້ສະຫຼຸບກ່ຽວກັບອິດທິພົນທີ່ມີຕໍ່ລະດັບສະຕິປັນຍາທີ່ດີທີ່ສຸດກໍ່ຄືການໃຫ້ຄວາມສົນໃຈກ່ຽວກັບທິດສະດີປະຕິສຳພັນລະຫວ່າງກຳມະພັນແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ມີຜົນຕໍ່ລະດັບສະຕິປັນຍາຮ່ວມກັນແທນການມຸ່ງສົນໃຈສຶກສາວ່າປັດໃຈໃດທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ສະປັນຍາເໝືອນກັນ.

2. ທິດສະດີຂອງສະຕິປັນຍາ

ການສຶກສາກ່ຽວກັບສະຕິປັນຍາແບ່ງອອກເປັນ 2 ແນວທາງຄື: ແນວທາງທີ່ໜຶ່ງແມ່ນການສຶກສາລັກສະນະພັດທະນາການຂອງສະຕິປັນຍາ ແລະ ແນວທາງທີສອງເນັ້ນການສຶກສາອົງປະກອບຂອງສະຕິປັນຍາໃນສ່ວນທີ່ເປັນໂຄງສ້າງຂອງສະຕິປັນຍາເຊິ່ງລວມມີດັ່ງນີ້:

2.1. ທິດສະດີໜຶ່ງອົງປະກອບ

ທິດສະດີອົງປະກອບນີ້ມີຮາກຖານເຊື່ອວ່າ ສະຕິປັນຍາມີຜົນຮ່ວມຂອງຄວາມສາມາດຕ່າງໆ ຂອງບຸກຄົນທີ່ບໍ່ວ່າຄົນຈະກະທຳກິດຈະກຳໃດ ເຊັ່ນ: ການຄິດ, ການແກ້ໄຂບັນຫາ, ການຕັດສິນໃຈ ເປັນສະໝັດຕະພາບທາງສະໝອງທີ່ມີລັກສະນະເປັນເອກະພາບ ຫຼື ມີລັກສະນະເປັນອົງປະກອບຮ່ວມດຽວກັນ.

ແນວຄວາມຄິດຕາມທິດສະດີນີ້ເລີ່ມຈາກນັກຈິດຕະວິທະຍາຄົນຝຣັ່ງ ທ່ານ ອານເຟຣດ (Alfred Binet) ແລະ ທີໂອຟີ, ໄຊມອນ (Theophile Simon) ໄດ້ສ້າງແບບທົດສອບເພື່ອແຍກເດັກທີ່ມີຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງສະໝອງຈາກເດັກປົກກະຕິ ແລະ ຕໍ່ມາທ່ານ ດູອີວິດ ເອັມເທີແມນ ແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລສະແຕນຟອດ ຂອງສະຫະລັດອາເມຣິກາ ໄດ້ນຳເອົາແບບທົດສອບນີ້ມາປັບປຸງຈົນເປັນທີ່ນິຍົມ ແລະ ໃຊ້ຢ່າງແຜ່ຫຼາຍເອີ້ນແບບທົດສອບນີ້ວ່າ (Stanford Binet Intelligence Test).

2.2. ທິດສະດີສອງອົງປະກອບ

ທິດສະດີສອງອົງປະກອບນີ້ ມີຄວາມເຊື່ອວ່າສະຕິປັນຍາຂອງມີນຸດເຮົາມີ 2 ອົງປະກອບຄື:

1) ທິດສະດີສອງອົງປະກອບຂອງທ່ານສະເປີຍແມນ (Charis Spearman) ເຊື່ອວ່າສະມັດຕະພາບທາງສະໝອງຂອງມະນຸດແບ່ງອອກເປັນ 2 ອົງປະກອບຄື:

❖ ອົງປະກອບທົ່ວໄປ (General Factor) ຫຼືເອີ້ນວ່າ G Factor ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດພື້ນຖານທີ່ສະໜັບສະໜູນກິດຈະກຳຕ່າງໆຂອງບຸກຄົນໃຫ້ມີປະສິດທິພາບເຊັ່ນ: ຄວາມສາມາດທາງຄວາມຄິດ, ການສັງເກດ, ການຈື່ຈຳສຳລັບຜູ້ທີ່ມີອົງປະກອບ G ຕ່ຳຈະມີປະສິດທິພາບໃນການເຮັດກິດຈະກຳຕ່າງໆຕ່ຳໄປດ້ວຍ.

❖ ອົງປະກອບສະເພາະ (Specific Factor) ຫຼືເອີ້ນວ່າ S Factor ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດຂອງແຕ່ລະຄົນເຊັ່ນ: ຄວາມສາມາດໃນການຄຳນວນ, ຄວາມສາມາດທາງດ້ານສິລະປະການດົນຕີ...

ອົງປະກອບ G Factor ແລະ ອົງປະກອບ S Factor ມີຄ່າຄວາມສຳພັນຕໍ່ກັນບໍ່ສູງປານໃດໝາຍຄວາມວ່າບຸນຄົນທີ່ມີ G Factor ຢູ່ໃນລະດັບສູງບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເຮັດວຽກທຸກຢ່າງໄດ້ດີໂດຍສະເພາະວຽກ

ທີ່ຕ້ອງໃຊ້ S Factor ໃນລະດັບສູງ, ແຕ່ຄົນມີອົງປະກອບ G Factor ຢູ່ໃນລະດັບສູງ ແລະ ມີ S factor ຢູ່ໃນລະດັບສູງດ້ວຍຈະມີຄວາມສາມາດໃນການເຮັດວຽກນັ້ນໄດ້ດີ.

2) ທິດສະດີສອງອົງປະກອບຂອງທ່ານ ແຄດເທວ (Raymond B. Cattell) ແບ່ງອອກເປັນ 2 ອົງປະກອບຄື:

- ❖ **ອົງປະກອບຟລູອິດ (Fluid Intelligence)** ໝາຍເຖິງອົງປະກອບທີ່ເປັນການຖ່າຍທອດທາງກຳມະພັນ, ເປັນສະມັດຖະພາບທາງສະໝອງໃນດ້ານທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການຫາເຫດຜົນ, ການຄິດແບບນາມມະທຳ ແລະ ຄວາມສາມາດໃນການແກ້ໄຂບັນຫາໂດຍທີ່ບໍ່ໃຊ້ຜົນຂອງການຮຽນຮູ້ ການໄດ້ຮັບປະສົບການມາກ່ອນ.
- ❖ **ອົງປະກອບຄຣິສຕັນໄລ (Crystallized Intelligence)** ເປັນອົງປະກອບທີ່ເປັນຜົນມາຈາກການຮຽນຮູ້, ການໄດ້ຮັບປະສົບການ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ, ອົງປະກອບສະຕິປັນຍາຄຣິສຕັນໄລນີ້ຈະສາມາດພັດທະນາເພີ່ມຂຶ້ນຂອງອາຍຸ ແລະ ປະສົບການ.

2.3. ທິດສະດີຫຼາຍອົງປະກອບ

ທ່ານ ທອນໄດ (Thorndike) ໄດ້ແບ່ງອົງປະກອບຂອງສະຕິປັນຍາເປັນ 3 ກຸ່ມຄື:

- ❖ **ອົງປະກອບນາມມະທຳ:** ເປັນຄວາມສາມາດທາງດ້ານການຄິດສ່ວນທີ່ເປັນນາມມະທຳເຊັ່ນ: ສັນຍະລັກຕ່າງໆ, ຄວາມສາມາດດ້ານຄວາມຄິດ, ຄວາມເຂົ້າໃຈດ້ານປັດຊະຍາ ແລະ ສາສະໜາ.
- ❖ **ອົງປະກອບທາງສັງຄົມ:** ເປັນຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນທີ່ເປັນຄວາມສາມາດໃນການຮຽນຮູ້, ການປັບຕົວ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດໃນສັງຄົມຢ່າງມີປະສິດິພາບ.
- ❖ **ອົງປະກອບທາງເຄື່ອງກົນຈັກ:** ເປັນອົງປະກອບຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນທີ່ເຂົ້າໃຈໂຄງສ້າງຂອງເຄື່ອງກົນໄກ, ໂຄງສ້າງຂອງເຄື່ອງກົນໄກຕ່າງໆ.

ຕໍ່ມາມັນກໍຈົດຕະວິທະຍາຄົນອາເມຣິກາ ຊື່ທ່ານ ເທີສະໂຕນ (Thurstone) ໄດ້ນຳວິທີທາງສະຖິຕິມາພັດທະນາທິດສະດີຫຼາຍອົງປະກອບນີ້ເອີ້ນວ່າ: Factor Analysis ໂດຍສະຫຼຸບວ່າພື້ນຖານຂອງຄວາມສາມາດທາງສະໝອງຂອງມະນຸດມີ 7 ດ້ານຄື:

1) **ຄວາມສາມາດທາງພາສາ (Verbal Comprehension: V Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດທາງດ້ານການຮຽນຮູ້, ຄວາມເຂົ້າໃຈໃນການໃຊ້ພາສາ ແລະ ຄວາມສຳພັນຂອງຄຳເວົ້າ ຫຼື ຄຳສັບຕ່າງໆ.

2) **ຄວາມສາມາດທາງການຄິດຄຳນວນ (Number: N Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດໃນການຄິດຄຳນວນບັນຫາ ຫຼື ໂຈດທາງຄະນິດສາດ.

3) **ຄວາມສາມາດທາງດ້ານເຫດຜົນ (Reasoning: R Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດໃນການຄິດແບບອະນຸບານ, ຄວາມເປັນເຫດຜົນ ແລະ ຄວາມສາມາດໃນການສະຫຼຸບເຫດການຕ່າງໆ.

4) **ຄວາມສາມາດທາງດ້ານມິຕິສຳພັນ (Spatial Relation: S Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດໃນການສ້າງຈິນຕະນາການເປັນການເຫັນຄວາມສຳພັນຂອງສິ່ງຂອງຕ່າງໆ

5) **ຄວາມສາມາດທາງດ້ານການຈື່ຈຳ (Memory: M Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດໃນການຈື່ຈຳ ແລະ ລະນຶກໄດ້ໃນສິ່ງທີ່ບັນທຶກໄວ້ໃນຄວາມຊຶ່ງຈຳ.

6) **ຄວາມສາມາດທາງດ້ານການຮຽນຮູ້ (Perceptual: P Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດທາງດ້ານການຮັບຮູ້ໄດ້ຢ່າງວ່ອງໄວ, ແມ່ນຢາໃນລາຍລະອຽດຂອງສິ່ງທີ່ໄດ້ສຳຜັດ.

7) **ຄວາມສາມາດໃຊ້ສັບຢ່າງຄ່ອງແຄ້ວ (Word Fluency: W Factor)** ໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດໃນການໃຊ້ຖ້ອຍຄຳທີ່ມີມວນ, ມ່ວນຫຼື ແລະ ໃຊ້ຄຳສັບຕ່າງໆໄດ້ຢ່າງຕ້ອງ.

2.4. ທິດສະດີໂຄງສ້າງສະຕີປັນຍາ

ທ່ານ ກົບຟອດ ໄດ້ແບ່ງໂຄງສ້າງທາງສະຕີປັນຍາອອກເປັນ 3 ມິຕິຄື:

➤ **ມິຕິທີ1:** ມິຕິເນື້ອໃນໃຈຄວາມແບ່ງອອກເປັນ 4 ລັກສະນະຄື:

1) **ພາບ (Figural)** ຄືສິ່ງທີ່ເປັນຮູບປະທຳທີ່ສາມາດສຳຜັດໄດ້ດ້ວຍສາຍຕາເຊັ່ນ: ການເຫັນວັດຖຸຕ່າງໆ ແລະ ສຳຜັດດ້ວຍຫູ ຄືການໄດ້ຍິນສຽງຕ່າງໆ.

2) **ສັນຍະລັກຕ່າງໆ (Synbolic)** ເປັນຂໍ້ມູນທີ່ຢູ່ໃນຮູບແບບຂອງເຄື່ອງໝາຍຕ່າງໆທີ່ໃຊ້ສື່ຄວາມໝາຍໃຫ້ເກີດຄວາມເຂົ້າໃຈພະຍັນຊະນະ, ຕົວເລກ, ໂນ້ດເພງ...

3) **ພາສາ (Sematic)** ເປັນຂໍ້ມູນໃນຮູບແບບຖ້ອຍຄຳ, ຮູບພາຍທີ່ມີຄວາມໝາຍ.

4) **ພຶດຕິກຳ (Behavioral)** ເປັນຂໍ້ມູນທີ່ເປັນກິລິຍາທຳທາງທີ່ໃຊ້ໃນປະຕິສຳພັນຂອງບຸກຄົນ, ຄວາມເຂົ້າໃຈ, ຄວາມສົນໃຈ, ຄວາມຄິດ, ຄວາມເຫັນ. ຫັດສະນະຄະຕິ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການຕ່າງໆຂອງບຸກຄົນທີ່ກ່ຽວກັບປະຕິສຳພັນ.

➤ **ມິຕິທີ2:** ມິຕິວິທີການ ເປັນຂະບວນການທາງສະໝອງແບ່ງອອກເປັນ 5 ລັກສະນະຄື:

1) ການຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈ (Cognition) ການຮັບຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈສິ່ງອ້ອມຕົວ.

2) ການຈື່ຈຳ (Memory) ຄວາມສາມາດຈື່ຈຳສິ່ງຕ່າງໆ.

3) ການຄິດແບບອະເນກໄນ (Dinvergent Thinking) ເປັນວິທີການຄິດທີ່ຫຼາກຫຼາຍຮູບແບບທີ່ເປັນພື້ນຖານຂອງການຄິດສ້າງສັນ.

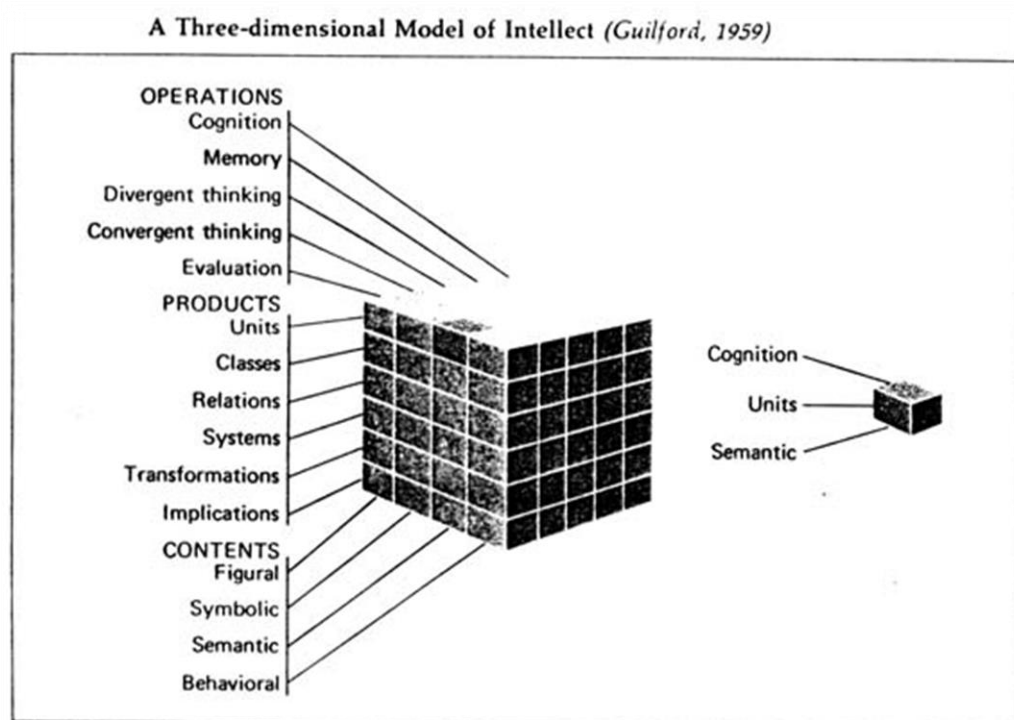
4) ການຄິດແບບເອກະໄນ (Convergent Thinking) ເປັນການຄິດທີ່ມີຄຳຕອບ.

5) ການປະເມີນຄ່າ (Evaluation) ໝາຍເຖິງການຕັດສິນໃຈໂດຍຢຶດຖືຄວາມຖືກຕ້ອງເໝາະສົມ ແລະ ຄວາມປາຖະໜາເປັນເກນ.

➤ **ມິຕິທີ3:** ມິຕິຜົນຂອງຄວາມຄິດ (**Product**) ໝາຍເຖິງສິ່ງທີ່ໄດ້ຈາກການຄິດເຊິ່ງແບ່ງອອກເປັນ 6 ລັກສະນະຄື:

1) **ໜ່ວຍ (Units)** ຄືສິ່ງທີ່ຮ່ວມຕົວເປັນໜຶ່ງດຽວທີ່ມີລັກສະນະສະເພາະຕົວ ເຊັ່ນ: ລົດ, ຄົນ, ສັດ ເປັນຕົ້ນ.

- 2) **ພວກ ຫຼື ກຸ່ມ (Classes)** ຄືກຸ່ມຂອງໜ່ວຍຕ່າງໆທີ່ມີຄຸນສົມບັດຮ່ວກັນ ຫຼື ຄ້າຍຄືກັນເຊັ່ນ: ສັດປີກ, ສັດນ້ຳ, ສັດປີກເປັນຕົ້ນ.
- 3) **ຄວາມສຳພັນ (Relation)** ໝາຍເຖິງການເຊື່ອມຕໍ່ຂໍ້ມູນຈາກໜ່ວຍຫຼື ກຸ່ມ ຫຼື ພວກ ຫຼື ລັກສະນະຫຼັກເກນຕ່າງໆ ທີ່ສະແດງຄວາມສຳພັນໃນຮູບມະໂນທັດ ເຊັ່ນ: ຄວາມເໝືອນກັນ, ຄວາມແຕກຕ່າງກັນ, ການປຽບທຽບ, ຫຼາຍນ້ອຍກວ່າກັນ.
- 4) **ລະບົບ (System)** ໝາຍເຖິງໂຄງສ້າງຂອງໜ່ວຍ,ພວກຂໍ້ມູນທີ່ມີຄວາສຳພັນອັນສັບຊ້ອນ, ອາດຢູ່ໃນຮູບແບບຂອງທິດສະດີ, ຫຼັກການ ຫຼື ກົດເກນຕ່າງໆ.
- 5) **ການແປຮູບ (Transformation)** ໝາຍເຖິງການປ່ຽນແປງຂໍ້ມູນຈາກລັກສະນະເດີມໄປສູ່ຮູບແບບໃໝ່.
- 6) **ການປະຍຸກ (Implications)** ໝາຍເຖິງການອະທິບາຍ,ການປຽບທຽບ, ການເຂົ້າໃຈເພື່ອປະຍຸກໃຊ້ໃນການຄາດຄະເນ ຫຼື ການກະຕຽງ



ຮູບໂຄງສ້າງທາງປັນຍາຂອງ ທ່ານ ກິນຟອດ

2.5. ທິດສະດີປັນຍານິຍົມ

ທິດສະດີນີ້ເປັນແນວຄວາມຄິດຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາເຢຍລະມັນ 3 ຄົນ ຊຶ່ງນຳໂດຍ ແມັກເວີ ທາຍເມີ, ໂວແກງໂຄເລີ ແລະ ເຄີດຄອບກາ ຫຼື ເອີ້ນວ່ານັກຈິດຕະວິທະຍາເກັສຕັນ. ທິດສະດີປັນຍານິຍົມນີ້ມີຫຼັກເກນວ່າໃນການຮຽນຮູ້ຫຼືໃນການແກ້ໄຂບັນຫານັ້ນ, ອິນຊີຈະຮັບຮູ້ສິ່ງກະຕຸ້ນ ຫຼື ໂຄງສ້າງຂອງປັນຍາໂດຍສ່ວນລວມທັງໝົດທຸກແງ່ມູມສາກ່ອນເອີ້ນວ່າສ່ວນລວມທີ່ມີຄວາມໝາຍຈາກນັ້ນຈຶ່ງສຶກສາຫາ

ຄວາມສຳພັນຫາສ່ວນຍ່ອຍໆຈົນກະທັ້ງເກີດຄວາມຄິດຫຼືຊ່ອງທາງໃນການແກ້ໄຂບັນຫາເອີ້ນວ່າການຢັ່ງເຫັນໂດຍສະຫຼຸບວ່າ “ ສ່ວນລວມມີຄ່າກວ່າສ່ວນຍ່ອຍລວມກັນ”.

ການຮຽນຮູ້ແບບຢັ່ງເຫັນ ນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມນີ້ໄດ້ທຳການທົດລອງກ່ຽວກັບການຮຽນຮູ້ແບບຢັ່ງເຫັນທີ່ມີຊື່ສຽງຫຼາຍແມ່ນການທົດລອງຂອງ ໂຄເລີ.. ທ່ານໄດ້ທົດລອງພຶດຕິກຳການແກ້ໄຂບັນຫາຂອງລົງຊິມແຟນຊີ ຊື່ສຸລະຕານ ໂດຍຈັບເອົາລົງທີ່ກຳລັງຫົວໃສ່ໃນຄອກ.

ການທົດລອງຄັ້ງທີ 1 ເອົາກ້ວຍແຂວນໄວ້ທີ່ເພດານໃນໄລຍະສູງທີ່ລົງຢື່ມໍ່ເຖິງ, ພາຍໃນຄອກມີແກັດໄມ້ໃຫຍ່ພໍສົມຄວນໜຶ່ງແກັດ, ລົງສຸລະຕານມີຄວາມຫົວເມື່ອເຫັນກ້ວຍກໍພະຍາຍາມກະໂດດເອົາກ້ວຍແຕ່ກໍກະໂດດບໍ່ເຖິງ. ສຸລະຕານຍ່າງໄປອ້ອມໆຄອກ ແລະ ໃນທີ່ສຸດສຸລະຕານກໍຢູ່ແກັດໄມ້ເຊິ່ງກັບກ້ວຍທີ່ແຂວນຢູ່ ແລ້ວຍື່ນເອົາເອົາກ້ວຍມາກິນ.

ການທົດລອງຄັ້ງທີ 2 ກໍ່ທຳການທົດລອງຄືເກົ່າແຕ່ບ່ອນແຂວນກ້ວຍຈະສູງຂຶ້ນໄປກວ່າເກົ່າແລ້ວ ເອົາແກັດໄມ້ຄືເກົ່າມາປະໄວ້ຫຼາຍແກັດ, ສຸລະຕານທີ່ຫົວເມື່ອເຫັນກ້ວຍກໍພະຍາຍາມກະໂດດຍື່ນເອົາກ້ວຍແຕ່ກໍບໍ່ເຖິງ, ສຸລະຕານຍ່າງໄປຍ່າງມາ ໃນທີ່ສຸດກໍຍົກແກັດມາຊ້ອງກັນ ແລ້ວປີນຂຶ້ນຍື່ນເອົາກ້ວຍມາກິນໄດ້.

ການທົດລອງນີ້ສະແດງເຖິງລົງໄດ້ໃຊ້ປັນຍາແກ້ໄຂບັນຫາ ສາມາດພິຈາລະນາສິ່ງຮອບຕົວ ແລະ ຮູ້ຈັກພິຈາລະນາຫາຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງສິ່ງກະຕຸ້ນປະສົມປະສານກັບປະສົບການເດີມ ເຊິ່ງໃນຕອນທຳອິດລົງໃຊ້ເວລາ ແລະ ຄວາມພະຍາຍາມລອງຜິດລອງຖືກຢູ່ພໍສົມຄວນ. ໃນທີ່ສຸດລົງກໍ່ເກີດການຢັ່ງເຫັນຂຶ້ນມາໄດ້ວ່າຈະເອົາກ້ວຍມາກິນດ້ວຍວິທີໃດ ຈາກນັ້ນກໍ່ສາມາດເອົາກ້ວຍມາກິນໄດ້ທຸກໆຄັ້ງ.



ພາບການ ທົດລອງ ຂອງ ໂຄເລີ

❖ ອົງປະກອບທີ່ສົ່ງເສີມການຮຽນຮູ້ແບບຍິ່ງເຫັນ

1. ການກະຕຸ້ນ ແລະແຮງຈູງໃຈ: ເປົ້າໝາຍຂອງການຮຽນຮູ້ເປັນສິ່ງສໍາຄັນຕໍ່ແຮງຈູງໃຈໃຫ້ເກີດຄວາມຄິດ.
2. ປະສົບການ: ການສ້າງປະສົບການເປັນພື້ນຖານຄວາມສາຄັນຂອງການຄິດແກ້ໄຂບັນຫາໃນສະຖານະການຕ່າງໆ.
3. ຄວາມສໍາພັນຂອງສິ່ງແວດລ້ອມ: ສິ່ງກະຕຸ້ນຢູ່ໃນໄລຍະທີ່ເໝາະສົມໃນການເຊື່ອມໂຍງຄວາມສໍາພັນຈອງບັນຫາ.

3. ການທົດສອບສະຕິປັນຍາ.

ໃນປີ ຄ.ສ 1989 ທ່ານ ເຊີຟຣານຊິດກໍຕັນ (Sir Francis Galton) ນັກຊີວະສະຖິຕິຄົນອັງກິດ ເປັນຜູ້ລິເລີ່ມສຶກສາຄວາມແຕກຕ່າງດ້ານຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນ ແລະ ໄດ້ສະຫຼຸບວ່າຄວາມສາມາດສະຕິປັນຍາເປັນຄຸນລັກສະນະທີ່ໄດ້ຮັບການຖ່ຍທອດທາງກຳມະພັນ, ໃນທັກສະນະຂອງທ່ານເຫັນວ່າທຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສາມາດຕໍ່າແມ່ນບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສາມາດໃນການຮັບຮູ້ທາງປະສາດສໍາພັດບໍ່ໄດ້ດີ, ຍ້ອນແນວນັ້ນທ່ານເຫັນວ່າແບບທົດສອບການວັດການຈຳແນກການຮັບຮູ້ທາງປະສາດສໍາຜັດຄືແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາທີ່ແທ້ຈິງ.

3.1. ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາລາຍບຸກຄົນ

ການທົດສອບສະຕິປັນຍາບຸກຄົນນີ້, ຜູ້ດໍາເນີນການທົດສອບຢ່າງຖືກຕ້ອງຈະເຮັດໃຫ້ຜົນການທົດສອບມີຄວາມທ່ຽງຕົງ (Validity) ຄວາມເຊື່ອໝັ້ນ (Reliability) ເພື່ອປ້ອງກັນຄວາມຜິດພາດໃນການນໍາຜົນການທົດສອບໄປໃຊ້ໃຫ້ເກີດປະໂຫຍດ.

1) ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາຂອງ ທ່ານອານເຟຣດ ບີເນັດ (Alfred Binet) ໃນປີ1904 ຜູ້ບໍລິຫານການສຶກສາຂອງປະເທດຝຣັ່ງໄດ້ໃຫ້ຄວາມສົນໃຈຕໍ່ບັນຫາກ່ຽວກັບເດັກຮຽນຊ້າ, ໄດ້ຈັດຕັ້ງສະຖາບັນສໍາລັບພັດທະນາເດັກທີ່ມີບັນຫາເຫຼົ່ານີ້ຂຶ້ນເປັນພິເສດ, ທ່ານ ອານເຟໝດ ບີເນັດ ເຊິ່ງເປັນນັກຈິດຕະວິທະຍາທີ່ມີຊື່ສຽງໄດ້ຮັບການມອບໝາຍໃຫ້ຫາວິທີການແຍກເດັກທີ່ມີບັນຫາການຮຽນຊ້າອອກຈາກເດັກປົກກະຕິ ແລະໃນປີ 1905 ທ່ານ ອານເຟຣດ ບີເນັດ ໄດ້ຮ່ວມມືກັບ ທ່ານ ໄຊມອນ ສ້າງແບບທົດສອບເອີ້ນວ່າ **Binet Simon Scale** ເພື່ອວັດຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງເດັກປົກກະຕິ ກັບ ເດັກຮຽນຊ້າ, ແບບທົດສອບຊຸດນີ້ປະກອບດ້ວຍຄໍາຖາມເນັ້ນໜັກທາງດ້ານພາສາກ່ຽວກັບເຫດຜົນ (**Reasoning**) ການຕັດສິນໃຈ (**Judgment**) ແລະ ຄວາມເຂົ້າໃຈ (**Comprehension**) ແບບທົດສອບຊຸດນີ້ປະກອບດ້ວຍແບບທົດສອບຍ່ອຍໆຈຳນວນ 30 ຂໍ້.

2) ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາຂອງ ທ່ານເທີແມນ (LM. Terman) ໃນປີ1916ທ່ານເທີແມນນັກຈິດຕະວິທະຍາແຫ່ງມະຫາວິທະຍາໄລສະແຕນຟອດສະຫາລັດອາເມຣິກາໄດ້ນໍາແບບທົດສອບຂອງທ່ານ

ບິເນດມາປັບປຸງປັກໄຂເອີ້ນວ່າ **The Stanford-Binet Test** ແລະ ຕໍ່ມາໄດ້ມີການພັດທະນາປັບປຸງຂຶ້ນ ອີກຫຼາຍຄັ້ງຈົນກາຍເປັນທີ່ຮູ້ຈັກຢ່າງແພ່ຫຼາຍໃນປັດຈຸບັນ.

3) ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາຂອງ **ທ່ານເດວິດ ເວດສະເລີ (David Wechsler)** ໃນປີ1929 ທ່ານໄດ້ສ້າງແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາສໍາລັບຜູ້ໃຫຍ່ຂຶ້ນເອີ້ນວ່າ Wechsler Adult Intelligence Scale ຫຼືທີ່ຮູ້ຈັກໃນຊື່ວ່າ WAIS ແບບທົດສອບຊຸດນີ້ຖືວ່າເປັນແບບທົດສອບມາດຕະຖານສໍາລັບຜູ້ໃຫຍ່.

ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາຂອງທ່ານ ເວດສະເລີ ໄດ້ແບ່ງຕາມລະດັບອາຍຸມີ 3 ສະບັບຄື:

- ❖ **Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS)** ໃຊ້ທົດສອບບຸກຄົນແຕ່ອາຍຸ 16-75 ປີ, ເວລາດໍາເນີນການທົດສອບປະມານ 1 ຊົ່ວໂມງ.
- ❖ **Wechsler Intelligence Scale For Children (WISC-R)** ໃຊ້ທົດສອບເດັກອາຍຸ 6-15 ປີ 11 ເດືອນ, ໃຊ້ເວລາໃນການທົດສອບ 1 ຊົ່ວໂມງ.
- ❖ **Wechsler Preschool and Primary Scale Of Intelligence (WPPSI)** ໃຊ້ທົດສອບເດັກອາຍຸ 4 - 6 ປີ 6 ເດືອນ.

3.2. ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາເປັນກຸ່ມ

ແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາເປັນກຸ່ມນັ້ນສ້າງຂຶ້ນເພື່ອທົດສອບກຸ່ມຂອງບຸກຄົນທີ່ມີຈຸດດີຄື: ຜູ້ດໍາເນີນການທົດສອບບໍ່ໄດ້ຮັບການເຝິກຝົນທັກສະຫຍັງຫຼາຍ, ແບບທົດສອບທີ່ມີຊື່ສຽງແມ່ນແບບທົດສອບຄວາມຖະໜັດດ້ານວິຊາການ (Scholastic Aptitude Test: SAT) ແບບທົດສອບລັກສະນະທີ່ໃຊ້ສໍາຫລັບວັດຄວາມສາມາດຫຼາຍໆດ້ານ ເຊັ່ນ: ການຄິດຄຳນວນ, ການຄິດທາງນາມມະທຳ, ຄວາມສາມາດດ້ານມະຕິສໍາພັນ ແລະ ສາມາດດ້ານເຄື່ອງກົນຈັກ, ຜົນຂອງແບບທົດສອບຈະແຍກອອກເປັນຄວາມສາມາດໃນແຕ່ລະດ້ານໂດຍບໍ່ນຳຮວມແລ້ວຫາຄ່າອື່ນໆອີກ.

ຄວາມທະນັດ (Aptitude) ຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນທີ່ມີລັກສະນະສະເພາະຕົວ, ບາງເທື່ອເອີ້ນວ່າພອນສະຫວັນ ເມື່ອໄດ້ນຳມາປະສົມປະສານກັບປະສົບການເກີດການຮຽນຮູ້ທີ່ມີປະສິດທິພາບຢູ່ຂຶ້ນ, ເປັນຜົນໃຫ້ເກີດການຄິດ, ການຕັດສິນໃຈ ແລະ ການກະທຳຂອງບຸກຄົນມີປະສິດທິພາບອັນເປັນລັກສະນະປະຈຳຕົວ.

ປັດຈຸບັນ ໄດ້ນຳແບບທົດສອບວັດຄວາມຖະໜັດມາໃຊ້ໃນການຂັດເລືອກບຸກຄົນເຂົ້າສຶກສາໃນລະດັບມັດທະຍົມສຶກສາໃນສາຂາວິຊາຊີບ ແລະ ຍັງໃຊ້ໃນການຄັດເລືອກເຂົ້າຮຽນລະດັບມະຫາວິທະຍາໄລເປັນສາຂາວິຊາສະເພາະເຊັ່ນ: ແພດ, ວິສາວະກອນ, ພະຍາບານ ແລະ ອື່ນໆ... ໃຊ້ໃນການຂັດເລືອກບຸກຄົນເຂົ້າເຮັດວຽກໃນລະດັບລາຊະການ ແລະ ອົງກອນວິຊາຊີບຕ່າງໆອີກດ້ວຍ.

❖ ເກນໃນການວັດສະຕິປັນຍາ (Intelligence Quotient)

ເກນໃນການວັດສະຕິປັນຍາໝາຍເຖິງການກຳນົດລະດັບສະຕິປັນຍາແລະບຸກຄົນທີ່ເອີ້ນວ່າ Intelligence Quotient (IQ) ເປັນຄ່າຄວາມສະຫຼາດຂອງຄົນດ້ວຍການນຳເອົາຄ່າທີ່ໄດ້ຈາກການທົດລອງ ເອີ້ນວ່າ ອາຍຸສະໝອງ (Mental Age : MA) ມາປຽບທຽບກັບອາຍຸຈິງ (Chronological Age : CA) ຄ່າທີ່ເອີ້ນວ່າເກນສະຕິປັນຍາໂດຍໃຊ້ສູດຄຳນວນດັ່ງນີ້:

$$IQ = \frac{\text{Mental Age}}{\text{Chronological}} \times 100$$

ຕົວຢ່າງ: ນັກສຶກສາຄົນໜຶ່ງອາຍຸ 20 ປີ ເຮັດແບບທົດສອບສະຕິປັນຍາໄດ້ເທົ່າກັບອາຍຸສະໝອງ 22 ປີ ສະເລ່ຍຄ່າ IQ ຂອງນັກສຶກສາຄົນນີ້ຄື:

$$IQ = \frac{22}{20} \times 100$$

ສະເລ່ຍ IQ ຂອງນັກສຶກສາມີຄ່າເທົ່າກັບ 105

4. ລະດັບ ແລະ ຄຸນປະໂຫຍດຂອງສະຕິປັນຍາ

4.1. ລະດັບສະຕິປັນຍາ

ການແບ່ງລະດັບສະຕິປັນຍາທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຊະນິດຂອງວຽກອາຊີບ ທີ່ບຸກຄົນສາມາດເລືອກປະກອບອາຊີບໄດ້ໂດຍທົ່ວໄປສາມາດແບ່ງລະດັບສະຕິປັນຍາຄື:

ຕາຕະລາງລະດັບສະຕິປັນຍາ

ລະດັບ IQ	ຄວາມໝາຍ	ຄວາມສາມາດ	ຊະນິດຂອງວຽກອາຊີບ
140 ຂຶ້ນໄປ	ອັດສະລິຍະ	ສາມາດສຳເລັດປະລິນຍາເອກ	ເປັນຜູ້ນຳວິຊາຊີບຕ່າງໆ ເປັນນັກວິທະຍາສາດຊັ້ນສູງ
120 – 139	ສະຫຼາດຫຼາຍ	ສາມາດສຳເລັດປະລິນຍາຈາກມະຫາວິທະຍາໄລ	ເຮັດວຽກຊັ້ນສູງ, ນັກບັນຊີ, ແພດ, ຄູ, ທະນາຍຄວາມ, ນັກຂ່າວ
110 – 119	ສະຫຼາດ	ສາມາດສຳເລັດວິທະຍາໄລ, ມີໂອກາດຈົບມະຫາວິທະຍາໄລ	ຄົນຂາຍເຄື່ອງຕາມຮ້ານໃຫຍ່ໆ, ສິນລະປິນ
90 – 109	ປານກາງ	ສາມາດຈົບມັດທະຍົມສຶກສາ	ຊ່າງເຄື່ອງຍົນ,
80 – 94	ຕ່ຳກວ່າປົກກະຕິ	ເຮັດວຽກທີ່ໃຊ້ສິນເປັນສູງປານໃດ, ຄ້າຂາຍເລັກໆນ້ອຍໆ	ກຳມະກອນ, ຊ່າງຕັດຜົມ
70 – 79	ຂ້ອນຂ້າງປັນຍາອ່ອນ	ໂອກາດທີ່ຈະຈົບ ຫຼື ບໍ່ຈົບປະຖົມ	ກຳມະກອນ, ລູກຈ້າງ
69ລົງມາ	ປັນຍາອ່ອນ	ຕ້ອງສອນເປັນພເສດ ອ່ານອອກຂຽນໄດ້	ເຮັດວຽກທີ່ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຄວາມຄິດ ຫຼື ສິນ
50 – 68	ໄວ້	ຕ້ອງສອນຫຼາຍໆຈຳສາມາດເຮັດໄຮ່	

25 – 49 24 ລົງມາ		ເຮັດສວນໄດ້	
	ໂງ່ງາວ	ມີຄວາມສາມາດເທົ່າກັບເດັກ 6-7 ປີ	
	ໂງ່ງທີ່ສຸດ	ບໍ່ສາມາດຊ່ວຍເຫຼືອຕົນເອງໄດ້ເລີຍ	

4.2. ປະໂຫຍດຂອງສະຕິປັນຍາ

1. **ດ້ານການສຶກສາ:** ການຈັກການສຶກສາຕ້ອງຄໍານຶງເຖິງອົງປະກອບດ້ານຄວາມເໝາະສົມຂອງລະດັບສະຕິປັນຍາ ຈຶ່ງຈະເກີດປະສິດທິພາບຢ່າງເຕັມທີ່.

2. **ດ້ານການປັບຕົວ:** ເດັກທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາຕໍ່າປັບຕົວເຂົ້າສະພາບແວດລ້ອມບໍ່ໄດ້ດີ ເຊິ່ງຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ສໍາພັນທະພາບ, ຜົນສໍາເລັດໃນການຮຽນ, ການເຮັດວຽກ, ການດໍາລົງຊີວິດ.

ນອກຈາກນີ້ບຸກຄົນທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາສູງກວ່າບຸກຄົນອື່ນຫຼາຍໆ ມັກມີບັນສໍາພັນຕະພາບດີກັນ.

3. **ດ້ານການປະກອບອາຊີບ:** ບຸກຄົນທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາສູງ, ຈະມີໂອກາດເລືອກສຶກສາທີ່ນໍາໄປສູ່ການປະກອບອາຊີບທີ່ມີປະສິດທິພາບ ແລະ ລາຍໄດ້ສູງຕໍ່ມທີ່ຕ້ອງການ.

4. **ດ້ານການເລືອກຄູ່ຄອງ:** ຕາມທິດສະດີສະຕິປັນຍາເຊື່ອວ່າກໍາມະພັນມີອິດທິພົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນ ແລະ ສະຕິປັນຍາເປັນປັດໄຈສໍາຄັນທີ່ສົ່ງຜົນຕໍ່ຄວາມສໍາເລັດຂອງບຸກຄົນໃນທຸກໆດ້ານ, ສະນັ້ນໃນບຸກຄົນທີ່ມີສະຕິປັນຍາສູງຈຶ່ງເຫັນຄວາມສໍາຄັນຂອງການເລືອກຄູ່ຄອງທີ່ມີສະປັນຍາສູງດ້ວຍເພື່ອຕ້ອງການໄດ້ລູກທີ່ມີສະຕິປັນຍາສູງໄວ້ສືບຕະຫຼຸດຕໍ່ໄປ.

5. **ດ້ານການດໍາລົງຊີວິດ:** ບຸກຄົນທີ່ມີສະຕິປັນຍາສູງ ຈະປະສົບຜົນສໍາເລັດໃນການງານທີ່ສົ່ງຜົນຕໍ່ລາຍໄດ້ ແລະ ຄວາມເປັນຢູ່ທີ່ພຽບພ້ອມ, ເດັກໆທີ່ເຕີບໃຫ້ໃນຄອບຄົວທີ່ພຽບພ້ອມ, ອົບອຸ່ນ, ການເຕີບໂຕໃນສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີຈະສົ່ງເສີມໃຫ້ມີລະດັບສະຕິປັນຍາທີ່ສູງຂຶ້ນ, ນອກເໜືອທີ່ໄດ້ຮັບາຈາກກໍາມະພັນ.

ດັ່ງນັ້ນ, ບຸກຄົນທີ່ມີລະດັບສະຕິປັນຍາສູງ ຈຶ່ງມີໂອກາດພັດທະນາລະດັບສະຕິປັນຍາໃຫ້ສູງຍິ່ງຂຶ້ນໆ ກໍຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ມີລະດັບການດໍາລົງຊີວິດທີ່ດີໃນດ້ານອື່ນໆຕໍ່ໄປ.

4.3. ສິ່ງສໍາຄັນກ່ຽວກັບກໍາມະພັນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ສົ່ງຜົນຕໍ່ສະຕິປັນຍາບຸກຄົນ

1. ລະດັບສະຕິປັນຍາບຸກຄົນຖືກກໍານົດດ້ວຍກໍາມະພັນ ແລະ ສາມາດປ່ຽນແປງໄປຕາມສິ່ງແວດລ້ອມ, ຈາກການສຶກສາຂອງນັກຈິດຕະວິທະຍາ ສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນໄດ້ຮັບການຖ່າຍທອດຈາກບັນພະບູລຸດ ແລະ ຈາກການສຶກສາເດັກຜາແຝດທີ່ມີກໍາມະພັນຄືກັນທຸກຢ່າງ, ແຕ່ເມື່ອເດັກເຫຼົ່ານັ້ນໄປລ້ຽງດູໃນສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ແຕກຕ່າງກັນ, ພົບວ່າລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງເດັກມີຄວາມ

ແຕກຕ່າງກັນ, ຈຶ່ງສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນນັ້ນ, ນອກຈາກຈາກຈະຂຶ້ນຢູ່ກັບ ກຳມະພັນ ແລະ ຍັງຂຶ້ນຢູ່ກັບສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ດີ ແລະ ເໝາະສົມສາມາດສົ່ງຜົນສະທ້ອນສະຕິສູງຂຶ້ນໄດ້.

2. ລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນນັ້ນບໍ່ຄົງທີ່, ສາມາດປ່ຽນແປງເພາະສະນັ້ນຈຶ່ງສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ ລະດັບສະຕິປັນຍາຂອງບຸກຄົນທີ່ທົດສອບແຕ່ລະຄັ້ງອາດໄດ້ລະດັບທີ່ແຕກຕ່າງກັນມີການປ່ຽນແປງເພີ່ມຂຶ້ນ ຫຼື ຫຼຸດລົງ ຂຶ້ນກັບການເຝິກຝົນ, ການຮຽນຮູ້, ແລະ ປັດໃຈອື່ນໆ ເຊັ່ນວ ຄວາມພ້ອມຂອງຈິດໃຈ.

3. ຂະບວນການທົດລອງສະຕິປັນຍາທ່ຽງຕົງ, ເຊື່ອຖືໄດ້ພຽງໃດ, ການທົດສອບສະຕິປັນຍາ ຕ້ອງເຮັດໂດຍຜູ້ຊ່ຽວຊານຢ່າງແທ້ຈິງ ແລະ ຂະບວນການທົດສອບທີ່ເປັນມາດຕະຖານ, ຜົນຂອງການທົດສອບຈຶ່ງຈະມີຄວາມເຊື່ອຖືໄດ້

ບົດທີ 5

ອາລົມຈິດ ແລະ ແຮງຈູງໃຈ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດບອກສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ເກີດຄວາມສະເໜີອນໃຈອາລົມຈິດຂອງບຸກຄົນໄດ້.
- ສາມາດອະທິບາຍການພັດທະນາດ້ານອາລົມຂອງຄົນເຮົາໄດ້.
- ສາມາດຮູ້ວິທີການຄວບຄຸມອາລົມໄດ້ ແລະ ການໃຊ້ອາລົມທີ່ເປັນເຫດຜົນໃນການຕັດສິນໃຈ
- ອະທິບາຍຄວາມໝາຍ ແລະ ຄວາມສໍາຄັນຂອງແຮງຈູງໃຈໄດ້.

1. ອາລົມ

1.1. ຄວາມໝາຍຂອງອາລົມ

ອາລົມເປັນຄໍາສັບທີ່ມີຄວາມໝາຍເຂົ້າໃຈຍາກ ແລະ ເຫັນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ ເພາະມີຄວາມລະອຽດ, ຊັບຊ້ອນ ແລະ ເປັນນາມມະທຳ, ບໍ່ສາມາດສໍາຜັດໄດ້, ແຕ່ມີການຕອບສະໜອງທີ່ເປັນຮູບປະທຳ ມີທັງທີ່ສັງເກດໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ ແລະ ບໍ່ສາມາດສັງເກດໄດ້ ຖ້າຫາກບຸກຄົນນັ້ນບໍ່ສະແດງອາລົມອອກມາ.

ຄຳວ່າອາລົມກັບພາສາອັງກິດທີ່ວ່າ “ **Emotion** ” ເຊິ່ງໃນທາງຈິດຕະວິທະຍາແລ້ວອາລົມຄື: ຄວາມວຸ່ນວາຍໃຈ, ຄວາມປັນປ່ວນເປັນສະພາວະທີ່ບຸກຄົນສູນເສຍຄວາມເປັນຕົວຂອງຕົວເອງເປັນຄວາມຮູ້ສຶກສ່ວນຕົວພາຍໃນຂອງບຸກຄົນນັ້ນໆ ເພາະມະນຸດທຸກຄົນມີຄວາມມັກຄວາມເປັນທຳທີ່ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຕອບສະໜອງທາງອາລົມ, ເພາະຄວາມຕ້ອງການທາງອາລົມເປັນສິ່ງຈຳເປັນຄືກັນກັບຄວາມຕ້ອງການທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ອັນເປັນສິ່ງທີ່ເກີດມາຈາກການມີປະຕິສຳພັນຂອງຕົນເອງກັບບຸກຄົນອື່ນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ. ນອກຈາກນີ້, ອາລົມຍັງມີຄວາມສຳພັນກ່ຽວຂ້ອງກັບຄຳວ່າຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ຈິດໃຈອີກດ້ວຍ.

1.2. ຊະນິດຂອງອາລົມ

ທ່ານ ໂຣເບີດ ພລູຊິກ (Robert Plutchik) ໄດ້ເຮັດການວິໄຈເລື່ອງອາລົມ ແລະ ໄດ້ຍອມຮັບວ່າອາລົມພື້ນຖານຢູ່ 8 ຊະນິດຄື: ອາລົມຢ້ານກົວ, ອາລົມຕົກໃຈ, ອາລົມໂສກເສົ້າ, ອາລົມລັງກຽດ, ອາລົມຮ້າຍ, ອາລົມຄາດຫວັງ, ອາລົມມ່ວນຊື່ນ, ອາລົມຍອມຮັບ. ອາລົມພື້ນຖານທັງ 8 ນີ້ຍັງປ່ຽນແປງໄປຕາມລະດັບຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນຂອງອາລົມ ແລະ ຍັງມີຊື່ເອີ້ນແຕກຕ່າງກັນອີກເຊັ່ນ: ອາລົມໂສກເສົ້າຈະມີລະດັບຕັ້ງແຕ່ເສົ້າ, ເສຍໃຈ, ທຸກໃຈ ເປັນຕົ້ນ. ອາລົມທີ່ມີລະດັບຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນໜ້ອຍຈະບໍ່ສາມາດແຍກໄດ້ວ່າເປັນອາລົມໃດ. ນອກຈາກນີ້ ອາລົມທັງ 8 ນີ້ຍັງປະສົມປະສານກັນເປັນອາລົມຊັບຊ້ອນຂຶ້ນອີກ ຕົວຢ່າງ ເດັກຊາຍຄົນໜຶ່ງກຳລັງກິນເຂົ້າໜົມທີ່ລັກມາຈາກເຮືອນຄົວ, ກໍຈະເກີດອາລົມມ່ວນຊື່ນປະສົມກັບອາລົມຢ້ານກົວ ເຊິ່ງກໍຄືຄວາມຮູ້ສຶກຜິດ (Guilt) ຫຼື ອາລົມອິດສາກໍເປັນອາລົມທີ່ປະສົມປະສານລະຫວ່າງຮ້າຍ, ຄຽດ ແລະ ຢ້ານກົວ ເປັນຕົ້ນ.

ທ່ານ ແພງເຊນ (Jaak Panksepp) ໄດ້ສະເໜີແນວຄວາມຄິດການຈາແນກອາລົມ, ໂດຍທ່ານສະເໜີພື້ນຖານນັ້ນທັງໝົດມີຢູ່ 4 ຊະນິດໄດ້ແກ່: ຄາດຫວັງ, ເດືອດຮ້ອນ, ຕົກໃຈ ແລະ ຢ້ານກົວ. ໂດຍທີ່ອາລົມພື້ນຖານແຕ່ລະຊະນິດເກີດຂຶ້ນສຳພັນກັບຕຳແໜ່ງໃນສະໜອງທີ່ຕັ້ງຢູ່ບໍລິເວນໄຮໂປທາລາມັດ. ເຊິ່ງໃນແຕ່ລະຕຳແໜ່ງທີ່ສະໜອງຈະສະໜອງຕອບຕໍ່ອາລົມຕ່າງຊະນິດກັນ, ໂດຍທີ່ອາໄສການແປຂໍ້ມູນທີ່ຖືກກະຕຸ້ນຈາກສິ່ງແວດລ້ອມເປັນກະແສປະສາດສິ່ງໄປຫາລະບົບປະສາດສັງການເຮັດໃຫ້ເກີດການສະແດງພຶດຕິກຳທີ່ສອດຄ່ອງກັບອາລົມຕ່າງໆ.

ນອກຈາກນີ້, ອາລົມຂອງຄົນເຮົາຍັງຈຳແນກອອກເປັນ 2 ປະເພດໃຫຍ່ຄື: ອາລົມເພິ່ງປາຖະ ໜາ, ເບີກບານມ່ວນຊື່ນ, ອາລົມສະຫງົບ, ອາລົມເພີດເພີນ, ອາລົມຮັກ, ອາລົມປອດໄປ, ອາລົມເປັນອາລົມທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມສຸກ ແລະ ໃຫ້ປະໂຫຍດເປັນທີ່ເກີດຄວາມພໍໃຈ ແລະ ຍິນດີທີ່ຈະມີອາລົມແບບນີ້ຢູ່ເລື້ອຍໆ ອາລົມເຫຼົ່ານີ້ຈະໄປກະຕຸ້ນໃຫ້ອະໄວຍະວະຕ່າງໆໃນຮ່າງກາຍເຮັດວຽກຕາມປົກກະຕິ. ອາລົມອີກປະເພດໜຶ່ງຄື ອາລົມບໍ່ເພິ່ງປາຖະໜາໄດ້ແກ່: ອາລົມທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມທຸກ, ຫາກບຸກຄົນມີອາລົມປະພດນີ້ພຽງໜ້ອຍດຽວກໍສາມາດໃຫ້ໂທດໄດ້, ແຕ່ຖ້າມີຫຼາຍກໍຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ຄວາມເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍຂອງຮ່າງກາຍໄດ້ ເຊັ່ນ: ອາລົມທີ່ຖ້ອຍ, ອາລົມວຸ່ນວາຍ, ອາລົມວິຕົກກັງວົນ, ອາລົມເບື້ອໜ້າ, ອາລົມເຫຼົ່ານີ້ຈະເຮັດໃຫ້ອະໄວຍະວະຕ່າງໆໃນຮ່າງກາຍເຮັດວຽກຫຼາຍຂຶ້ນ, ເຮັດໃຫ້ຮູ້ສຶກບໍ່ດີ ເປັນໂທດຕໍ່ລະບົບປະສາດ, ລະບົບກ້າມເນື້ອ, ລະບົບຫາຍໃຈ, ການເຕັ້ນຂອງຫົວໃຈ ແລະ ລະບົບຂັບຖ່າຍ.

1.3. ໜ້າທີ່ຂອງອາລົມ

ອາລົມມີໜ້າທີ່ສຳຄັນດັ່ງນີ້:

- 1) **ເປັນຕົວກະຕຸ້ນ:** ໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳຄືກັບການໃຫ້ສັນຍານວ່າ: ຈະມີບາງສິ່ງທີ່ສຳຄັນເກີດຂຶ້ນ ແລະ ອາລົມຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດການກະທຳທີ່ຮຸນແຮງຂຶ້ນເຊັ່ນ: ອາລົມຮ້າຍ, ຮ່າງກາຍພ້ອມທີ່ຈະກະທຳການຕອບສະໜອງໄດ້ໃນທັນທີທັນໃດ.
- 2) **ເປັນຕົວຮວບຮວມ:** ອາລົມຈະເຮັດໃຫ້ການຮັບຮູ້ຂອງເຮົາມີສີສັນກັບຕົວເຮົາເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນ. ຮວມທັງຍັງເຮັດໃຫ້ຮວບຮວມການຄິດເປັນລະບົບທີ່ຮູ້ສຶກໄດ້ ເຊັ່ນ: ຫາກເຮົາອາລົມດີບໍ່ວ່າຈະສະຖານະການໂຫດຮ້າຍແນວໃດ ກໍຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາເບິ່ງໂລກໃນແງ່ດີຫຼາຍກວ່າອາລົມທີ່ໜື່ນໜອງ. ດັ່ງນັ້ນ, ຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ເຮົາຮູ້ສຶກຕົວຈິງຈະເປັນຕົວທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ການຮັບຮູ້ຂອງເຮົາໄປດ້ວຍ.
- 3) **ເປັນຕົວນຳ ແລະ ເປັນຕົວສະໜັບສະໜູນ:** ໃຫ້ພຶດຕິກຳຕໍ່ເນື່ອງໄປ: ເຮົາພົບວ່າສັດຮ້າຍຈະຕໍ່ສູ້ຄົນທີ່ມີຄວາມຢ້ານກົວຈະຖອຍໜີ. ດັ່ງນັ້ນ, ຈຶ່ງເວົ້າໄດ້ວ່າອາລົມເປັນຕົວນຳໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳ ແລະ ຍັງສະໜັບສະໜູນໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳທີ່ຕໍ່ເນື່ອງໄປເຊັ່ນ: ຫາກເຮົາຢ້ານກົວເຮົາກໍຈະສາມາດແລ່ນໄດ້ດີ ແລະ ໄວຂຶ້ນ.
- 4) **ການສື່ສານ:** ການສື່ສານຂອງອາລົມ ຫຼື ສັນຍານຂອງອາລົມນັ້ນຈະສະແດງອອກທາງສີໜ້າໄດ້ໃນລະດັບໜຶ່ງເຊັ່ນ: ນັກສຶກສາອາດເວົ້າກັບອາຈານວ່າສົນໃຈໃນວິຊາທີ່ອາຈານສອນ, ແຕ່ໃນ

ເວລາຮຽນຕົວຈິງພັດທັບຕາມນັ້ງຫວນອນ ແລະ ເບິ່ງອອກໄປທີ່ປ່ອງຢ້ຽມ, ເຊິ່ງສີ່ໃຫ້ເຫັນວ່າບໍ່
ສົນໃຈການສອນຂອງອາຈານເລີຍ.

1.4. ການເກີດອາລົມ

ນັກວິທະຍາສາດ, ສະລິລະສາດ ແລະ ນັກວິວັດທະນາການຕ່າງໆພາກັນສຶກສາກ່ຽວກັບເກີດອາລົມ
ພົບວ່າ: ອາລົມເປັນພະລັງຊະນິດໜຶ່ງ ແລະ ອາລົມເກີດຂຶ້ນເພາະສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ຖືກສົ່ງເຂົ້າມາສະໜອງໂດຍ
ສະເພາະສ່ວນທີ່ເອີ້ນວ່າ: ທາລາມັດ (Thalamus) ເຊິ່ງເປັນສະໜອງສ່ວນທຳອິດຂອງການຮັບຮູ້ ແລະ
ເປັນສູນກາງໃນການຮັບຮູ້ຂ່າວສານ ຈາກນັ້ນຂໍ້ມູນກໍຈະເຂົ້າສູ່ລະບົບລົມບິກ (Limbic System) ແລະ
ສະໜອງສ່ວນອາມິກດາລາ (Amygdala) ແລະ ສະໜອງສ່ວນໜ້າ, ໂດຍທີ່ລະບົບລົມບິກ ແລະ ສະໜ
ອງສ່ວນອາມິກດາລານັ້ນເປັນສະໜອງສ່ວນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບອາລົມພື້ນຖານ ເຊັ່ນ: ຫ້າວຫານ, ໃຈຮ້າຍ
ເປັນຕົ້ນ. ນັກວິທະຍາສາດພົບວ່າ ຫາກເຫດການນັ້ນໆມີສ່ວນເຮັດໃຫ້ອາມິກດາລາເກີດການຕື່ນຕົວຫຼາຍ
ຂຶ້ນເທົ່າໃດ ເຮົາຈະສາມາດຈິດຈຳເຫດການໄດ້ດີທີ່ສຸດ ເອີ້ນວ່າ ຄວາມຊົງຈຳອັນເນື່ອງມາຈາກອາລົມ.
ນອກຈາກນີ້ໃນທາງກາຍະວິພາກພົບວ່າ: ບໍລິເວນສະໜອງສ່ວນໜ້ານັ້ນມີໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບກ່ຽວກັບ
ອາລົມຕ່າງໆ ອີກດ້ວຍ.

2. ທິດສະດີກ່ຽວກັບອາລົມ

ນັກຈິດຕະວິທະຍາພະຍາຍາມຕັ້ງທິດສະດີຕ່າງໆ ຂຶ້ນເພື່ອອະທິບາຍກ່ຽວກັບການເກີດອາລົມເຊິ່ງ
ທິດສະດີທີ່ສຳຄັນມີດັ່ງນີ້:

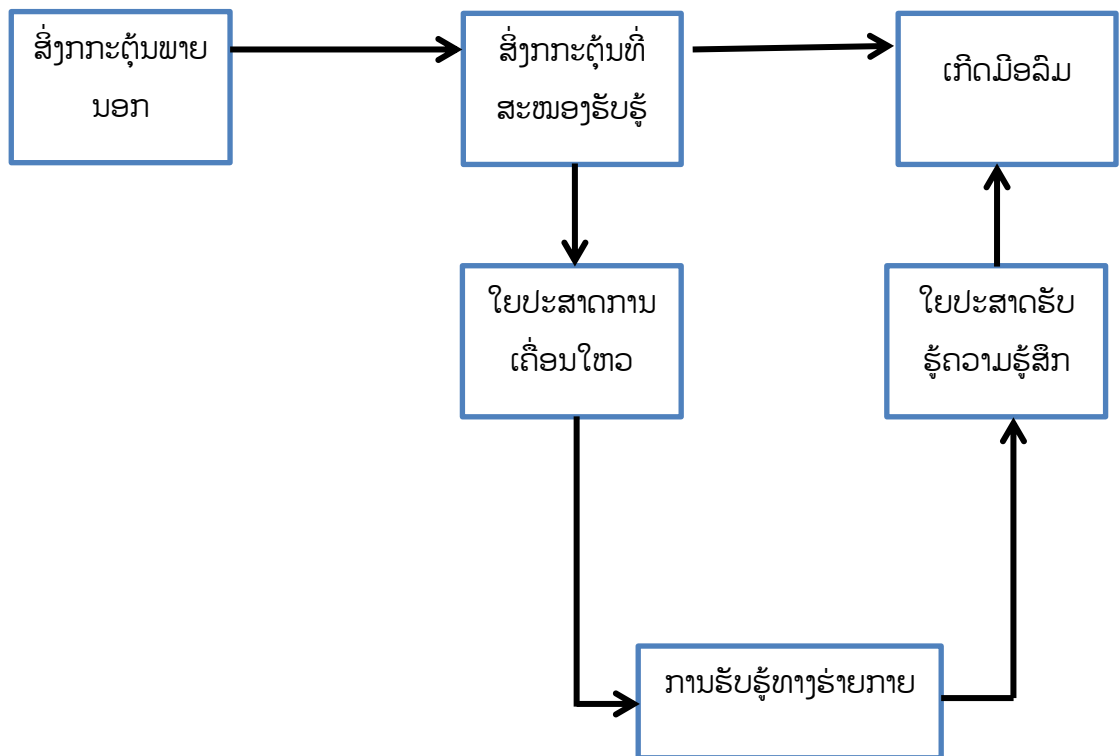
2.1. ທິດສະດີອາລົມຂອງ ເຈມ - ແລງ (James Lange Theory)

ທິດສະດີນີ້ເນັ້ນວ່າ ອາລົມຂອງຄົນເຮົາເກີດຂຶ້ນເນື່ອງຈາກມີສິ່ງກະຕຸ້ນເຂົ້າມາກະຕຸ້ນໃສ່ອິນຊີ ຫຼັງ
ຈາກນັ້ນຮ່າງກາຍຈະເກີດການປ່ຽນແປງເຮັດໃຫ້ເກີດພະລັງປະສາດ (Nerve Impulse) ແລະ ລາຍງານ
ການປ່ຽນແປງນີ້ໄປຫາສະໜອງ ສິ່ງຜິດເຮັດໃຫ້ເກີດອາລົມ

ທ່ານ ເຈມ ໄດ້ສະເນີປັດໃຈສຳຄັນໃນການເຮັດມັດຕະຖານມີຄວາມຮູ້ສຶກມີອາລົມເກີຂຶ້ນກໍຄືການຮູ້ສຶກ
ໃນການປ່ຽນແປງຕ່າງໆທາງສິລິລະເກີດຂຶ້ນໃນຂະນະທີ່ມີການຕອບສະໜອງຕໍ່ສະຖານະການຢ້ານກົວ ຫຼື
ຕົກໃຈ. ນອກຈາກນີ້ ທ່ານຄານແລງຍັງມີຄວາມເຫັນສອດຄ່ອງ ວິນລໝມເຈມໄດ້ຮ່ວມກັນຕັ້ງທິດສະດີ
ອະທິບາຍວ່າ ມະນຸດມີການຮັບຮູ້ເປັນຄັ້ງທຳອິດຕໍ່ມາເກີດການະຕຸ້ນທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ແລະ ຄວາມຮູ້ສຶກ.
ທິດສະດີນີ້ສະເໜີຄວາມຄິດວ່າການເກີດອາລົມເກີດການປະຕິກິລິຍາ ແລະ ການປ່ຽນແປງທາງດ້ານ
ຮ່າງກາຍ

ທິດສະດີ ເຈມ

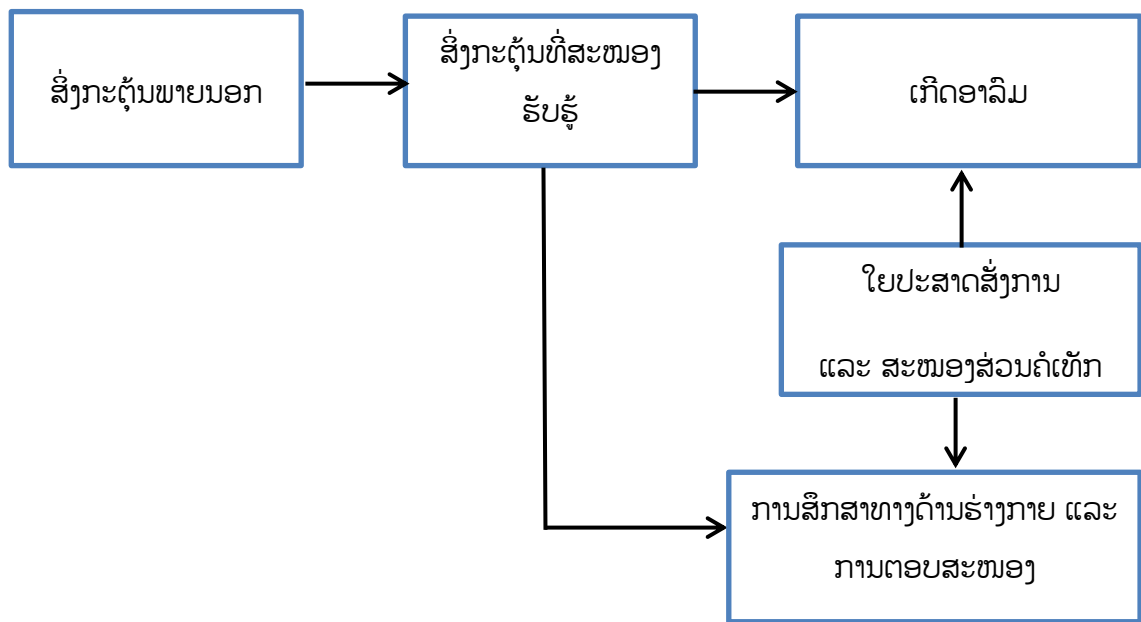
ເຫັນໆ → ຫົວໃຈເຕັ້ນໄວ ແລະ ແລ່ນໜີ → ເກີດການຢ້ານກົວ



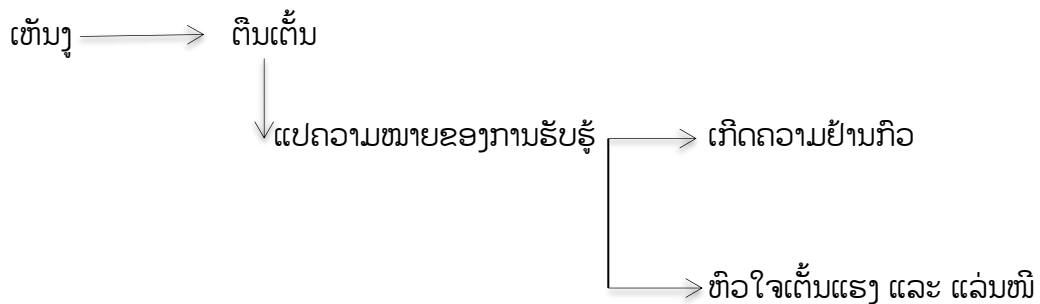
ຕົວຢ່າງ: ການເກີດອາລົມພາຍຫຼັງຈາກມີການປ່ຽນແປງທາງສະລິລະ ເຊັ່ນ: ເມື່ອເຮົາຢ່າງສຸດຂັ້ນໄດ ເຮົາຈະໃຊ້ມື້ຈົບຮາວຂັ້ນໄດໂດຍອັດຕະໂນມັດ. ເຫດການດັ່ງກ່າວນີ້ຈະເກີດຂຶ້ນກ່ອນທີ່ຈະເກີດຄວາມຮູ້ສຶກຫົວໃຈເຕັ້ນແຮງ, ຫາຍໃຈຫອບ, ມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າແຂນຂາອ່ອນແຮງ ຫຼື ສັ່ນ.

2.2. ທິດສະດີອາລົມຂອງ ແຄນນອນ - ບາ (Cannon Bard Theory)

ທິດສະດີທີ່ມີຄວາມເຊື່ອວ່າ ສະໜອງສ່ວນໜ້າພາກສ່ວນໄຮໂປທາລາມັດ (Hypothalamus) ຈະຄວບຄຸມອາລົມຂອງສິ່ງທີ່ມີຊີວິດເມື່ອກະຕຸ້ນການສົ່ງກະແສໄປຍັງສະໜອງສ່ວນນີ້. ຈາກນັ້ນ, ກະແສແບກໄປ 2 ທາງ, ທາງໜຶ່ງອະໄວຍະວະຕອບໂຕ້ເກີດຂຶ້ນກັບພຶດຕິກຳ ອີກທາງໜຶ່ງລົງໄປສະໜອງສ່ວນຄໍເທັກສິງຜົນໃຫ້ເກີດອາລົມເກີດໃນເວລາທີ່ໃກ້ຄຽງ



ທິດສະດີອາລົມຂອງ ແຄນອນ - ບາ

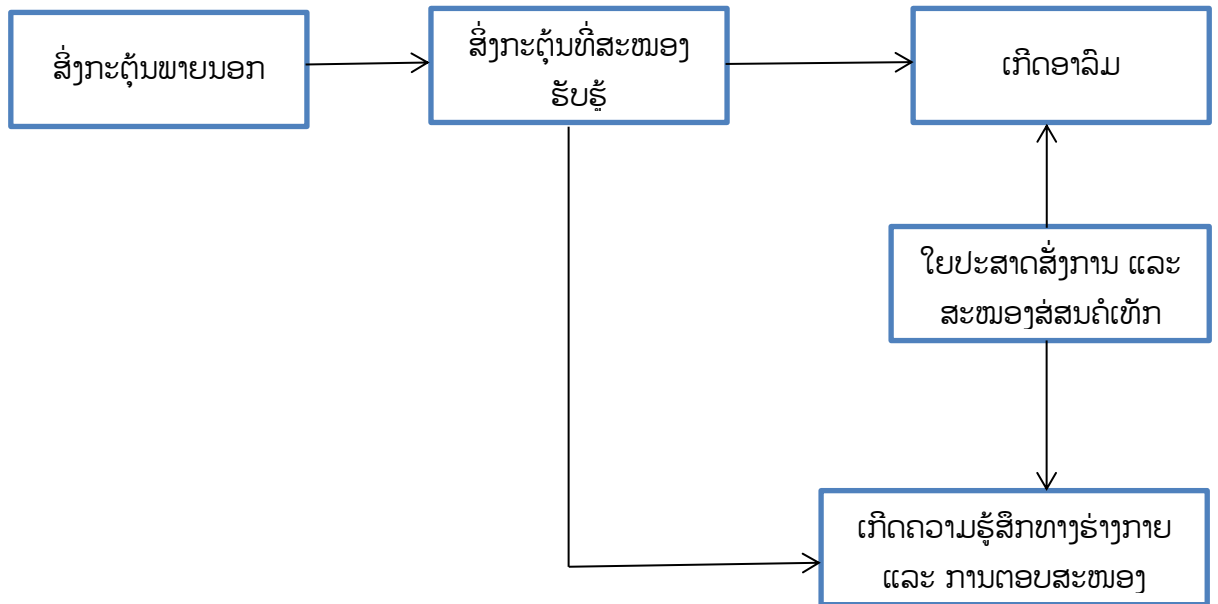


ທັງສອງທິດສະດີມີການຖືກຖຽນກັນຢູ່, ໃນບາງສະຖານະການ ເຊັ່ນ: ໃນກໍລະນີທີ່ມະນຸດປະສົບກັບອັນຕະລາຍຢ່າງກະທັນຫັນ ການເກີດອາລົມຈະເກີດຂຶ້ນພາຍຫຼັງຈາກການເກີດພຶດຕິກຳຊະນິດທີ່ເກີດໂດຍອັດຕະໂນມັດ ແລະ ໃນບາງສະຖານະການ, ອາລົມຂອງມະນຸດຈະເກີດຂຶ້ນພ້ອມກັບການປ່ຽນແປງທາງສະລິລະ ແລະ ກ່ອນການເກີດພຶດຕິກຳຊະນິດທີ່ເກີດອັດຕະໂນມັດ ເຊັ່ນ: ອາລົມຢ້ານກົວຂຶ້ນລຸກແລ້ວແລ່ນໜີ

2.3. ທິດສະດີອາລົມຂອງ ແຊດເຕີ - ຊິງເກີ (Schachter Singer Theory)

ສະໜອງບໍ່ຈາເປັນຕ້ອງມີການຕອບສະໜອງທາງອາລົມດ້ວຍການມີພຶດຕິກຳທີ່ສະເພາະຕາຍຕົວ ແຕ່ການຮັບຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈຕ່າງໆທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດການສ້າງແບບແຜນປະຕິວັດທາງອາລົມໃຫ້ແຕກຕ່າງກັນໂດຍຂຶ້ນຢູ່ກັບຕົວກະຕຸ້ນປະສົບການຂອງແຕ່ລະຄົນ. ດັ່ງນັ້ນ ທິດສະດີນີ້ຈຶ່ງເນັ້ນວ່າ: ອາດຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ເກີດຈາກການປະເມີນຂອງສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ສະໜອງຮັບຮູ້ເຊິ່ງເປັນການເຮັດໜ້າທີ່ຄວບຄຸມສະໜອງຂັ້ນຕົ້ນເພື່ອຮັກສາຊີວິດ ຕົວຢ່າງ ບົດເພງບາງບົດຈະເຫັນວ່າບາງຄົນຟັງແລ້ວຮ້ອງໄຫ້ ອາດເປັນເພາະເນື້ອເພງມີຄວາມຄ້າຍຄືກັບຊີວິດຂອງຕົນ ຫຼື ຄະນະທີ່ເຮົາກຳລັງເຊ່ຍກິລາຢູ່ນັ້ນ ຄວາມສົນໃຈປະກອບກັບແຮງເຊ່ຍ

ທີ່ມັງຄວາມສົນໃຈໄປຍັງເກມກິລານັ້ນໆ ຫາກເຮົາສັງເກດຈະພົບວ່າເຮົາກຳລັງຫາຍໃຈຖືເຂົ້າ, ຫົວໃຈເຕັ້ນ ແຮງເຫຼືອອອກ ເຫຼົ່ານີ້ຂຶ້ນຢູ່ກັບອິດທິພົນຂອງຄວາມເຂົ້າໃຈ ແລະ ການຮັບຮູ້ຄຸນຄ່າຂອງການແຂ່ງຂັນ.
ທິດສະດີອາລົມຂອງແຊດເຕີນອນ-ຊິງເກີ



ເຫັນໆ —————> ຕືນເຕັ້ນ
 ↓
 ແປຄວາມໝາຍຂອງການຮັບຮູ້ —————> ເກີດຄວາມຢ້ານກົວ

ອາລົມເປັນຂະບວນການທາງໜອງ ເຊິ່ງສູນກາງອະໄວຍະວະແຫຼ່ງສາຄັນທີ່ຮັບຜິດຊອບການເກີດອາລົມເປັນພື້ນຖານໃຫ້ມີການປະຕິກິຍາທາງຮ່າງກາຍ ເພື່ອຕອບສະໜອງທາງອາລົມ ແລະ ເພື່ອປັບສົມດຸນໃນຮ່າງກາຍ.

ອາລົມຂອງມະນຸດຈະເກີດຂຶ້ນພ້ອມກັນປ່ຽນແປງທາງສະລິລະ ແລະ ກ່ອນການເກີດທາງພຶດຕິກຳ ຊະນິດເກີດອັດຕະໂນມັດ ເຊັ່ນ: ອາລົມຢ້ານກົວ ແລະ ຂົນລຸກແລ້ວແລ່ນໜີ.

3. ພັດທະນາການທາງອາລົມ

ການສະແດງອາລົມກໍ່ຄືກັບພຶດຕິກຳອື່ນໆ ທີ່ຕ້ອງອາໄສວຸດທິພາວະ ແລະ ການຮຽນຮູ້ໂດຍສະເພາະໃນໄລຍະປີທຳອິດຂອງພັດທະນາການຂອງມະນຸດ, ພັດທະນາການທາງອາລົມຈະຂຶ້ນຢູ່ກັບວຸດທິພາວະເປັນສ່ວນໃຫຍ່ ແຕ່ເມື່ອເດັກໃຫຍ່ຂຶ້ນເດັກຈະຄ່ອຍໆຮຽນຮູ້ການສະແດງອອກທາງອາລົມເພີ່ມຂຶ້ນ, ຈາກການຄົ້ນຄວ້າຂອງ ທ່ານ ບຣິດ ສະຫຼຸບໄດ້ຫວະ:

ອາຍຸ ເດືອນ	ປະເພດອາລົມ										
	ຢ້ານ ກົວ	ຊັງ	ໃຈ ຮ້າຍ	ອິດສາ	ຕື່ນ ເຕັ້ນ	ທຸກ	ດີໃຈ	ມ່ວນ ຊື່ນ	ປິຕິຍິນ ດີ	ຮັກພໍ່ ແມ່	ຮັກໝູ່ ເພື່ອນ
0											
3											
6											
12											
18											
24											

ອາລົມເກີດຂຶ້ນກັບເດັກນັ້ນ ສາມາດເຫັນໄດ້ງ່າຍເພາະມີການສະແດງອາລົມອອກຢ່າງເປີດເຜີຍ ແລະ ຈິ່ງໃຈ ບໍ່ເລິກເຊິ່ງຄືອາລົມຜູ້ໃຫຍ່. ທ່ານ ບຣິດ ໄດ້ເວົ້າຢູ່ອີກວ່າພຶດຕິກຳພັດທະນາທາງອາລົມມີ ລັກສະນະຄ້າຍຄືຕົ້ນໄມ້ ໝາຍຄວາມວ່າຈະພັດທະນາຈາກສິ່ງທີ່ບໍ່ຊັບຊ້ອນ, ງ່າຍດາຍ ແລະ ມີລັກສະນະ ກວ້າງໄປສູ່ສິ່ງຊັບຊ້ອນ ແລະ ແຄບຈົນເປັນນາມມະທຳ.

4. ການຄວບຄຸມອາລົມ.

ສິ່ງສຳຄັນໃນການດຳເນີນຊີວິດຂອງມະນຸດ ຄື ການປັບຕົວກັບສະພາບແວດລ້ອມຕ່າງໆ ທີ່ເກີດຂຶ້ນ ໃນຊີວິດປະຈຳວັນຂອງບຸກຄົນ ແລະ ອາລົມທີ່ເກີດຈະມີການເສີມສ້າງຊີວິດມະນຸດໃຫ້ສົມບູນຂຶ້ນ, ໂດຍບໍ່ ຈຳເປັນຕ້ອງປະຕິເສດ ຫຼື ຈຳກັດອາລົມໃຫ້ໝົດໄປ, ອາລົມເປັນສິ່ງທີ່ສ້າງສັນ ແລະ ທຳລາຍໝາຍວ່າ ອາລົມເປັນສິ່ງທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ຮ່າງກາຍປັບຕົວກັບສະພາບອາລົມທາງສິ່ງແວດລ້ອມ. ນອກຈາກນັ້ນ ຍັງອາດ ເປັນສິ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ສາລິລະບາງສ່ວນເສື່ອມລົງ ເຊັ່ນ: ການມີອາລົມຕົງຄຽດຫຼາຍເກີນໄປອາດເຮັດໃຫ້ເກີດມີ ອາການເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍ ເຊິ່ງມີສາເຫດມາຈາກອາລົມ ເຊັ່ນ: ພະຍາດກະເພາະອາຫານ, ພະຍາດຫອບຫິດ, ພະຍາດຫົວໃຈເປັນຕົ້ນ.

ນອກຈາກນີ້, ອາລົມໃນດ້ານລົບຍັງສົ່ງຜົນອາລົມປ່ຽນແປງງ່າຍ, ເຂົ້າກັບຜູ້ອື່ນບໍ່ໄດ້ ເຊັ່ນ: ພະຍາດ ກະເພາະບໍ່ຍ່ອຍ, ອາລົມປ່ຽນແປງງ່າຍ, ເຂົ້າກັບຜູ້ອື່ນບໍ່ໄດ້, ຫາກເກີດອາການທາງລົບທຶນຮຸນແຮງກາຍເປັນ ໂລກປະສາດ ແລະ ໂລກຈິດໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ, ການຄວບຄຸມອາລົມເປັນສິ່ງຈຳເປັນ ແລະ ມີຄວາມສຳຄັນກັບ ຄົນເຮົາຫຼາຍ ເນື່ອງຈາກເຮົາຕ້ອງຢູ່ຮ່ວມກັບຄົນອື່ນເປັນສະມາຊິກຂອງສັງຄົມ, ເຮົາຈິ່ງຕ້ອງປະຕິບັດຕາມ

ລະບຽບແບບແຜນ ແລະ ຄຳນິຍົມຂອງສັງຄົມນັ້ນໆ ບໍ່ປ່ອຍໃຫ້ອາລົມມີອຳນາດຄວບຄຸມການປະພຶດຜິດ
ລະບຽບແບບແຜນອັນດີງາມຂອງສັງຄົມ

ການຄວບຄຸມອາລົມສາມາດເຮັດໄດ້ດັ່ງນີ້:

- 1) ຝຶກໃຫ້ຮູ້ລະບົບອາລົມທີ່ຮຸນແຮງໂດຍຢຶດຫລັກຂອງຄວາມອົດທົນເປັນທີ່ຕັ້ງ, ພະຍາຍາມສະແດງອາລົມໃຫ້ເໝາະສົມຕາມກາລະເທສະຈົນເປັນນິໄສ.
- 2) ພະຍາຍາມຫຼີກລຽງສະຖານະການກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມຕຶງຄຽດໃຫ້ຫຼາຍທີ່ສຸດເທົ່າທີ່ຈະເຮັດໄດ້.
- 3) ເມື່ອມີເລື່ອງກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມບໍ່ພໍໃຈ ໃຫ້ລະບາຍອອກດ້ວຍວິທີຕ່າງໆ ເຊັ່ນ ເລົ່າເລື່ອງໃຫ້ຄົນທີ່ໄວ້ໃຈຮັບຊາບເພື່ອຜ່ອນຄາຍຄວາມຕຶງຄຽດທາງອາລົມ.
- 4) ສ້າງອາລົມໃຫ້ເພິ່ງປາຖະໜາໃຫ້ເກີດຂຶ້ນ ແລະ ຕັ້ງໃຈສ້າງອາລົມດີດ້ວຍຮູບການຕ່າງໆ ໃຫ້ມີຕະຫຼອດ ເຊັ່ນ: ການໃຊ້ເວລາໃຫ້ເປັນປະໂຫຍດ, ຫຼີ້ນກິລາ ແລະ ຟັງເພງ.

5. ຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມ.

ຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມ (Emotion Quotient) ຫຼື EQ ເປັນຄຳເວົ້າທີ່ນິຍົມກັນໃຊ້ຢ່າງກວ້າງຂວາງໃນປັດຈຸບັນ. ໃນສະໄໝກ່ອນ, ເມື່ອເວົ້າເຖິງຄວາມສະຫຼາດທຸກຄົນມັກຈະໃຫ້ຄວາມສຳຄັນກັບສະເພາະຄວາສະຫຼາດທາງສະຕິປັນຍາ (Intellogence Quotient) ຫຼື IQ ເປັນສ່ວນໃຫຍ່ ເຊິ່ງໃນທີ່ນີ້, ນັກຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ຄົ້ນພົບວ່າ ຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມທີ່ແທ້ຈິງບໍ່ແມ່ນປັດໃຈດຽວທີ່ບຸກຄົນໃຊ້ໃນການຢູ່ຮ່ວມກັບບຸກຄົນອື່ນໃນສັງຄົມ, ແຕ່ມີປັດໃຈອື່ນທີ່ເອື້ອອຳໜວຍໃຫ້ບຸກຄົນທີ່ມີວິໄສທັດຮ່ວມກັບບຸກຄົນອື່ນໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ ຈິ່ງເກີດມີຕົວຜັນປ່ຽນໃໝ່ຂຶ້ນໃນການເພີ່ມທັກສະໃນການຢູ່ຮ່ວມກັບຄົນອື່ນໃນສັງຄົມ ຕົວຜັນປ່ຽນນັ້ນກໍ່ຄືຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມນັ້ນເອງ.

5.1. ອົງປະກອບຂອງຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມ

ອົງປະກອບຂອງຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມມີດັ່ງນີ້:

- 1) **ຄວາມເກັ່ງ:** ບຸກຄົນທີ່ມີອົງປະກອບຄວາສະຫຼາດທາງດ້ານອາລົມໃນດ້ານນີ້ຈະຕ້ອງມີລັກສະນະເດັ່ນໆ ຄື: ຄວບຄຸມອາລົມ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການຂອງຕົນເອງໄດ້, ເຫັນໃຈຜູ້ອື່ນ, ມີຄວາມຮັບຜິດຊອບ ແລະ ຜົນປະໂຫຍດລວມ.
- 2) **ຄວາມດີ:** ບຸກຄົນທີ່ມີອົງປະກອບຄວາມສະຫຼາດທາງດ້ານອາລົມໃນດ້ານນີ້ ຈະຕ້ອງມີລັກສະນະເດັ່ນໆ ຄື: ຮູ້ຈັກ ແລະ ມີແຮງຈູງໃຈໃນຕົນເອງ, ມີການຕັດສິນໃຈ ແລະ ແກ້ໄຂບັນຫາໄດ້ຮ່ວມທັງສ້າງສາຍສຳພັນຕະພາບກັບຜູ້ອື່ນ.

- 3) **ຄວາມສຸກ:** ບຸກຄົນທີ່ມີອົງປະກອບຄວາມສະຫຼາດທາງດ້ານອາລົມໃນດ້ານນີ້ ຈະຕ້ອງມີ ລັກສະນະເດັ່ນໆ ຄື: ມີຄວາມພູມໃຈໃນຕົນເອງ, ພໍໃຈໃນຊີວິດ ແລະ ມີຄວາມສະຫງົບທາງຈິດໃຈ.

ບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສະຫຼາດສະຕິປັນຍາສູງ ກໍ່ບໍ່ແມ່ນວ່າຈະປະສົບຜົນສໍາເລັດໄດ້ສະເໝີໄປ ດັ່ງເຫັນວ່າ ບຸກຄົນທີ່ມີ EQ ສູງສາມາດຈະພັດທະນາ IQ ສູງໄປນຳ, ແຕ່ທີ່ໜ້າສັງເກດຈະພົບວ່າ ບຸກຄົນທີ່ມີ EQ ສູງຈະສາມາດພັດທະນາ IQ ໃຫ້ສູງໄດ້ບໍ່ຍາກ ເນື່ອງຈາກ EQ ແລະ IQ ເປັນຄຸນລັກສະນະທີ່ສໍາຄັນຍິ່ງຂອງມະນຸດ

ຕາຕະລາງປຽບທຽບເພດຍິງສາມາດຮັບຮູ້ ແລະ ມີອ່ອນໄຫວທາງອາລົມໄດ້ຫຼາຍກວ່າເພດຊາດ, ໃນຂະນະທີ່ເພດຊາຍມີຄວາມໝັ້ນຄົງທາງດ້ານອາລົມຫຼາຍກວ່າເພດຍິງ.

ລາດ	EQ ສູງ	IQ ສູງ
ເພດຊາຍ	- ມັກເຂົ້າສັງຄົມ, ເປີດເຜີຍ, ມ່ວນຊື່ນ - ສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ອື່ນມີຄວາມສຸກໄດ້ງ່າຍ, ບໍ່ຢ້ານກົວ, ຮັກສາຄໍາເວົ້າ	- ໝັ້ນໃຈຈົນເອງ, ຮອບຮູ້ໃນໜ້າທີ່ການງານ - ສົນໃຈສິ່ງກ່ຽວກັບຕົນເອງ ວິພາກວິຈານ ແລະ ລ້ຳໄລ
ເພດຍິງ	- ໝັ້ນໃຈຕົນເອງໃນລະດັບທີ່ເໝາະສົມເປີດເຜີຍ, - ຄວາມຮູ້ສຶກກົງໄປກົງມາ, ຮູ້ສຶກຕໍ່ຕົນເອງ ແລະ ໝູ່ຄູ່ຮ່ວມຊີວິດ	- ເຊື່ອໝັ້ນຄວາມຄິດຕົນເອງ - ວິຕົກກັງວົນ, ຄິດຫຼາຍ - ບໍ່ກ້າສະແດງຈຸດປຶ້ນ ຫຼື ຄວາມຮູ້ສຶກແທ້ຈິງ.

5.2. ປະໂຫຍດຂອງອາລົມ

ປັດຊະຍາ ແລະ ຫຼັກການສະຫຼາດທາງອາລົມ ຄື ຍຶດຖືການຮູ້ຈັກ ແລະ ເຂົ້າໃຈຕົນເອງ, ຮູ້ຂໍ້ດີ ແລະ ຂໍ້ດ້ອຍຂອງອາລົມຕົນເອງ ແລະ ທັກສະສາມາດບໍລິຫານອາລົມຕົນເອງ, ສາມາດສ້າງກໍາລັງໃຈຕົນເອງ ແລະ ແຮງຈູງໃຈຮ່ວມເຮັດວຽກງານໃນສັງຄົມ. ປັນຍາທີ່ປະສົມປະສານກັນ ແລະ ຄວາມສະຫຼາດທາງອາລົມໄດ້ ແລ້ວຍ່ອມເກີດມີປະໂຫຍດຂອງຄວາມທາງອາລົມເພື່ອປະຍຸກໃຊ້ກັບຊີວິດໄດ້ເກືອບທຸກດ້ານ ຄື:

- 1) ສາມາດປະຍົກໃຊ້ເພື່ອພັດທະນາເດັກ ແລະ ເຍົາວະຊົນໃຫ້ມີບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ສະເພາະຢ່າຍິ່ງວຸດທິພາວະທາງອາລົມມີຄວາມເໝາະສົມທຸກສະຖານະການ

- 2) ສາມາດປະຍົກໃຊ້ເພື່ອການສື່ສານໃຫ້ມີສຳພັນທະພາບ ແລະ ປະສານງານຮ່ວມກັນໃຫ້ເກີດປະໂຫຍດລະຫວ່າງບຸກຄົນຢ່າງມີປະສິດທິພາບ ເຊັ່ນ: ຮັບຟັງບັນຫາຂອງຄົນອື່ນ.
- 3) ສາມາດປະຍົກໃຊ້ເພື່ອການພັດທະນາອົງກອນໃຫ້ສາມາດເຮັດວຽກຮ່ວມກັນໄດ້ ຢ່າງມີປະສິດທິພາບ ຫຼຸດຜ່ອນບັນຫາການຂັດແຍ້ງ, ຜ່ອນສົ້ນ ຜ່ອນນຍາວ ເຄົາລົບຮັບຟັງຂອງຄົນອື່ນ ຮູ້ຈັກເອົາໃຈເຂົາມາໃສ່ໃຈເຮົາ.
- 4) ສາມາດປະຍົກໃຊ້ ເພື່ອພັດທະນາພາວະຜູ້ນຳໃຫ້ເກີດຄວາມສຳເລັດໃນການບໍລິຫານສາມາດໂນ້ມນ້າວເຮັດໃຫ້ຄົນອື່ນເຮັດຕາມ.

6. ແຮງຈູງໃຈ

6.1. ແຮງຈູງໃຈໝາຍຂອງແຮງຈູງໃຈ

ການທີ່ຈະໃຫ້ຄວາມໝາຍຂອງແຮງຈູງໃຈທີ່ແນ່ນອນຊັດເຈນນັ້ນບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍເພາະແຮງຈູງໃຈເປັນເລື່ອງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງເຖິງຄວາມຕ້ອງການ, ຄວາມປາຖະໜາ, ແຮງກະຕຸ້ນ, ຄວາມມຸ່ງໝາຍ ແລະ ສະຖານະການສະເພາະທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນຂະນະນັ້ນ, ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ ຂອງຕໍ່ຄົນເຮົາຈະພົບວ່າສິ່ງສຳຄັນຄື ຄວາມອົດທົນ, ພາກພຽນ, ຕັ້ງໃຈ. ແມ່ນເລື່ອງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງເຖິງຄວາມການ, ຄວາມປາຖະໜາ, ແຮງກະຕຸ້ນ, ຈຸດມຸ່ງໝາຍ ແລະ ສະຖານະການສະເພາະທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນຜນຂະນະນັ້ນ ເພາະແຮງຈູງໃຈເປັນພະລັງງານຊຸກດັນໃຫ້ຄົນເຮົາປະກອບກິດຈະກຳ ຫຼື ການກະທຳສິ່ງຕ່າງໆ

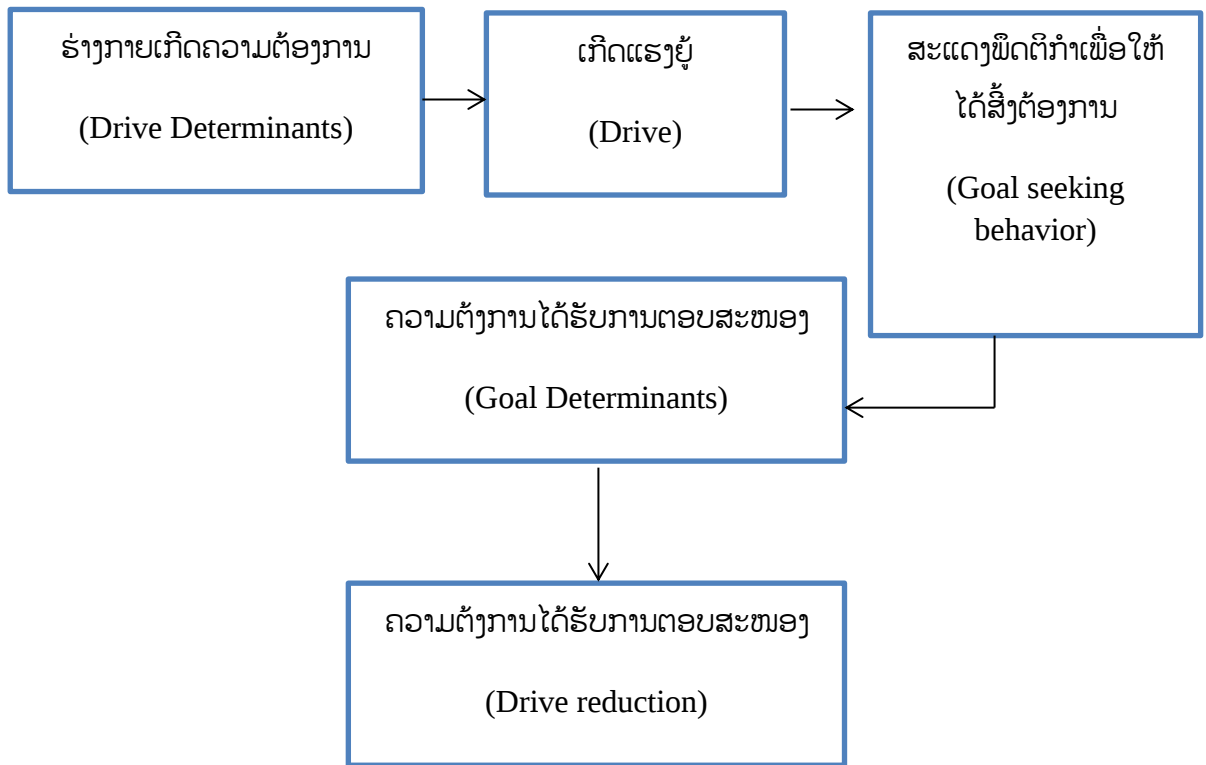
ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການຈູງໃຈມີລັກສະນະ 3 ຢ່າງຄື:

1. **ມີພະລັງ (Energy)** ການຈູງໃຈໃຈເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາເກີດມີພະລັງທີ່ຈະເຮັດກິດຈະກຳນັ້ນໃຫ້ສຳເລັດລຸລ່ວງໃນສະຖານະການໃດໜຶ່ງ ເຊັ່ນ. ຄົນຫົວເຂົ້ານ້ອນເຮັດອາຫານເວລານັ້ນສະແຫວງຫາອາຫານຢ່າງສຸດກຳລັງ.
2. **ເກີດຄວາມພະຍາຍາມ (Perseverance)** ບຸກຄົນທີ່ໄດ້ຮັບແຮງຈູງໃຈບໍ່ເກີດຄວາມທ້ຖອຍຫຼື ຍົກເລີກການກະທຳນັ້ນໆລົງໄປໄດ້ໂດຍງ່າຍໆເຊັ່ນ ເມື່ອເຫັນຄົນອື່ນທຸກຍາກເກີດຄວາມສົ່ງສານຢາກຊ່ວຍເຫຼືອ ຫຼື ມຸລະນິທິຂຶ້ນມາເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອເດັກທີ່ທຸກຍາກ.
3. **ສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້ (Variability)** ຄົນເຮົາເມື່ອດື່ມຮົນຈົນເຖິງທີສຸດແລ້ວບໍ່ບັນລຸເປົ້າໝາຍກໍປ່ຽນເປົ້າໝາຍໃໝ່ໄດ້ ເຊັ່ນນັກສຶກສາຕ້ອງການມີຊື່ສຽງເປັນທີ່ຮູ້ຈັກຂອງໝູ່ພະຍາຍາມຮຽນເກັ່ງ, ແຕ່ເມື່ອເຮັດບໍ່ໄດ້ກຊເອົາດິທາວກິດຈະກຳ ຫຼື ຫຼິ້ນກິລາເປັນຕົ້ນ.

ສຳລັບແຮງຈູງໃຈບາງຄົນເອີ້ນວ່າ: ຄວາມປາຖະໜາ ຫຼື ຄວາມປະສົງ ຫຼື ແຮງຍູ້ອາດເກີດຂຶ້ນຈາກພາຍໃນຂອງຕົວເຮົາເອງຢ່າງໜຶ່ງກໍໄດ້ເຊັ່ນ: ຄວາມຫົວ, ຄວາມກະຫຍາຍ, ຄວາມອົດເມື່ອຍ ຫຼື ອາດເກີດຈາກສິ່ງແວດລ້ອມພາຍນອກກະຕຸ້ນໄດ້ ເຊັ່ນ: ບາງຄົນຕ້ອງການຈະຮຽນໃຫ້ຈົບມະຫາວິທະຍາໄລເພື່ອໃຫ້ໄດ້ຮັບໃບປະລິນຍາ ຫຼື ບາງຄົນເຫັນວ່າຄົນອື່ນມີຕຳແໜ່ງເປັນຜູ້ຈັດການ, ຫຼື ຜູ້ອຳນວຍການເປັນຜູ້ທີ່ມີກຽດ, ມີຄົນຍົກຍ້ອງຕ້ອງການຈະເປັນຄືເຂົາເຈົ້າ.

ແຮງຈູງໃຈໝາຍເຖິງຂະບວນທີ່ມີອິດທິພົນທີ່ອິນຊີກະຕຸ້ນຈາກສິ່ງກະຕຸ້ນໃຫ້ພຶດຕິກຳມຸ່ງໄປສູ່ຈຸດໝາຍປາຍທາງ ຖ້າມີແຮງຈູງໃຈຫຼາຍກໍມີພຶດຕິກຳຈະມີຫຼາຍ. ດັ່ງນັ້ນ, ການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳຂອງມະນຸດຈຶ່ງຈະຈິ່ງເກີດຈາກແຮງຈູງໃຈເປັນສິ່ງສຳຄັນ.

6.2. ຂະບວນການຂອງແຮງຈູງໃຈ



ແຜນພາບສະແດງຂະບວນການແຮງຈູງໃຈ

6.3. ປະເພດຂອງແຮງຈູງໃຈ

ເຮົາສາມາດຈຳແນກແຮງຈູງໃຈອອກເປັນ 3 ປະເພດຄື:

1. ແຮງຈູງໃຈເພື່ອຄວາມຢູ່ລອດເປັນແຮງຈູງໃຈໃຫ້ຄົນເຮົາສາມາດມີຊີວິດຢູ່ໄດ້, ຈູງໃຈຊະນິດນີ້ຈະສຳພັນກັບສິ່ງເບື້ອງຕົ້ນທີ່ຄົນເຮົາຕ້ອງການໃນຊີວິດ ເຊັ່ນ: ອາຫານການກິນ ແລະ ການຂັບຖ່າຍ ແລະ ອື່ນໆ
2. ແຮງຈູງໃຈທາງສັງຄົມ ເກີດຂຶ້ນຈາກການຮຽນຮູ້ທາງສັງຄົມອາດຈະໄດ້ຮັບອິດທິພົນໂດຍກົງສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ເປັນບຸກຄົນ ຫຼື ຈາກວັດຖຸດຸເບິ່ງເຫັນໄດ້ ເຊັ່ນ: ການມີອິດທິພົນເໝືອນຜູ້ອື່ນ, ການເປັນຜູ້ນຳ, ການສ້າງມິດຕະພາບ.
3. ແຮງຈູງໃຈກ່ຽວກັບຕົນເອງ: ແຮງຈູງໃຈຊະນິດນີ້ຂ້ອນຂ້າງຈະຊັບຊ້ອນ ແລະ ເປັນສິ່ງທີ່ຄົນເຮົາພະຍາຍາມປັບຕົວໃຫ້ໄປໃນທາງທີ່ດີຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ແຮງຈູງໃຈກ່ຽວກັບຄວາມສຳເລັດໃນໜ້າທີ່ການງານ ຫຼື ຊີວິດເປັນຕົ້ນ.

ກ. ແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳເລັດ: ເປັນແຮງຈູງໃຈໃຫ້ບຸກຄົນເກີດຄວາມຕ້ອງການທີ່ຈະມາກະທຳສິ່ງຕ່າງໆ ທັງໃນໜ້າທີ່ການງານ ແລະ ເລື່ອງສ່ວນຕົວໃຫ້ສຳເລັດລຸ່ວງ. ຈາກຜົນງານວິໄຈພົບວ່າ: ພໍ່ແມ່ທີ່ມີແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳເລັດສູງ ຍ້ອນມີອິດທິພົນໃຫ້ເດັກເປັນຜູ້ທີ່ມີແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳເລັດສູງຕາມ ທັງນີ້ເພາະພໍ່ແມ່ເອົາໃຈໃສ່ສັງເກດພຶດຕິກຳຂອງເດັກຕັ້ງແຕ່ຍັງນ້ອຍໂດຍການສະແດງຄວາມຮັກ ຕັ້ງມາດຕະຖານໃນການກະທຳສິ່ງຕ່າງໆ ຕະຫຼອດຮອດການກະຕຸ້ນສ້າງກຳລັງໃຈໃຫ້ເດັກເຮັດກິດຈະກຳຈົນສຳເລັດ.

• **ລັກສະນະຂອງຜູ້ທີ່ມີແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳເລັດ**

- ເປັນຜູ້ທີ່ມີຄວາມບາກບັນ, ພະຍາຍາມອິດທິພົນ ເພື່ອຈະເຮັດວຽກໃຫ້ບັນລຸເປົ້າໝາຍ
- ຕ້ອງການເຮັດວຽກໃຫ້ດີທີ່ສຸດ ໂດຍເນັ້ນເຖິງມາດຕະຖານດີເລີດຂອງຄວາມສຳເລັດ
- ມັກຄວາມທ້າທາຍຂອງວຽກ ໂດຍມຸ່ງໝັ້ນໃນວຽກທີ່ສຳຄັນໃຫ້ປະສິບຄວາມສຳເລັດ
- ມັກສະແດງອອກກ່ຽວກັບຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງວຽກງານ
- ມັກສະແດງອອກເຖິງຄວາມຄິດສ້າງສັນ
- ມັກຍົກເຫດຜົນມາປະກອບຄຳເວົ້າສະເໝີ
- ຢາກໃຫ້ຄົນອື່ນຍົກຍ້ອງວ່າຕົນເອງເຮັດວຽກເກັ່ງ

ຂ. ແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳພັນ: ເປັນແຮງຈູງໃຈທີ່ຈະເຮັດວຽກໃຫ້ບຸກຄົນສະແດງພຶດຕິກຳອອກມາເພື່ອໃຫ້ໄດ້ມາ ເຊິ່ງການຍອມຮັບ, ເປັນທີ່ຮັກໄຄຂອງໝູ່ເພື່ອນກຸ່ມ ແລະ ໄດ້ຮັບນິຍົມຊົມຊອບຈາກບຸກຄົນໃນກຸ່ມ. ພັດທະນາການຂອງແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳເລັດຈະເລີ່ມຕັ້ງແຕ່ໄວເດັກ, ໂດຍສະເພາະໃນຄອບຄົວທີ່ມີຄວາມຮັກ, ຄວາມເຂົ້າໃຈ ແລະ ຄວາມອົບອຸ່ນ. ພໍ່ແມ່ທີ່ບໍ່ມີລັກສະນະການຮຸນແຮງ, ຂົ່ມຂູ່, ຫຼື ຄວບຄົວທີ່ບໍ່ມີການຍາດແຍ່ງກັນໃນພື້ນຖານ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ຈະຊ່ວຍພັດທະນາບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເດັກເມື່ອເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນມາຈະເຮັດໃຫ້ເປັນຄົນທີ່ເຮັດຫຍັງເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອື່ນພໍໃຈສະເໝີ.

• **ລັກສະນະຂອງຜູ້ທີ່ມີແຮງຈູງໃຈໄຝ່ສຳພັນສູງ**

- ມັກຜູກມືດກັບຄົນອື່ນ
- ມັກຄົບປະກັບໝູ່ເພື່ອນຢ່າງສະໝິດສະໝັມ
- ມັກເວົ້າເຖິງມິດຕພາບ ແລະ ຄວາມໃກ້ສິດທີ່ມີຕໍ່ກັນ
- ມັກຄົບປະໝູ່ເພື່ອນຫຼາຍຄົນ
- ມັກສະແດງອອກເຖິງອາລົມທີ່ລະອຽດອ່ອນ ເຊັ່ນ: ເສຍໃຈເມື່ອມີການພັດພາກຈາກກັນ
- ສະແດງເຖິງການໃຫ້ຄວາມສົນໃຈ ແລະ ຍ້ອງຍໍຜູ້ອື່ນ
- ຈະເນັ້ນເຖິງການຮັບຄຳເຊີຍຊົມຈາກຜູ້ອື່ນ

- ມັກເປັນຄົນຊື່ສັດຕໍ່ໝູ່ເພື່ອນສະເໝີ

ຄ. ແຮງຈູງໃຈຝ່ອນອາດ: ເປັນແຮງຈູງໃຈແບບໜຶ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ມະນຸດຕ້ອງການທີ່ຈະມີອິພົນເໝືອກວ່າຜູ້ອື່ນ, ສາມາດບົງການຜູ້ອື່ນໄດ້, ພະຍາຍາມເຮັດທຸກວິທີທາງເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອື່ນຢູ່ໃຕ້ອຳນາດຕົນ, ພັດທະນາການຂອງຕົນຕ້ອງການທີ່ຈະມີອຳນາດເໝືອກວ່າຜູ້ອື່ນ ອາດມາຈາກຄວາມຮູ້ສຶກຕ້ອຍຕໍ່າບໍ່ເທົ່າທຽບຜູ້ອື່ນ, ມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງ “ຂາດ” ທັງໃນດ້ານຄວາມເປັນຢູ່ທີ່ດີ ແລະ ຖານະທາງສົງຄົມ ເປັນຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ເອີ້ນວ່າ: “ປົມດ້ອຍ” ເຊິ່ງຄວາມຮູ້ສຶກຊະນິດນີ້ຍັງຍິ່ງມີຫຼາຍເທົ່າໃດຍິ່ງພະຍາຍາມສ້າງ “ປົມເດັ່ນ” ເທົ່ານັ້ນໂດຍສະແດງຄວາມຍິ່ງໃຫຍ່ດ້ວຍການສະແດງສ້າງຄວາມຮຸນແຮງອອກມາເພື່ອລົບລ້າງປົມດ້ອຍນັ້ນ.

- ລັກສະນະຂອງຜູ້ທີ່ມີແຮງຈູງໃຈຝ່ອນອາດສູງ
- ມັກວາງຕົນເປັນຫົວໜ້າກຸ່ມ ຫຼື ສະແດວອຳນາດເໝືອຜູ້ອື່ນ
- ມັກບົງການ, ຊື່ນິ້ວ, ບັງຄັບ, ຄວບຄຸມໃຫ້ຜູ້ອື່ນຄິດ ແລະ ເຮັດຕາມ
- ມັກວາງແນວທາງການກະທຳຂອງກຸ່ມ ແລະ ຊຸກຍູ້ໃຫ້ຜູ້ອື່ນເຮັດຕາມ
- ມັກເວົ້າເຖິງຄວາສຳພັນກັບຜູ້ອື່ນ ແຕ່ຈະເວົ້າໃນຄວາມຫມາຍທີ່ເຊື່ອງຊ້ອນໄວ້ໃນລັກສະນະທີ່ເໝືອຜູ້ອື່ນ.
- ມັກປະຈົບປະແຈ້ງ, ມັກອ່ອນນ້ອມຖ່ອມຕົວ
- ບາງຄັ້ງມັກການຕັດໃຈເຮັດສ່ຽງໄພ
- ມັກຖືກຖຽງກັບຜູ້ອື່ນ ມີຄວາມຄິດຂັດແຍ້ງກັບຜູ້ອື່ນ.

ງ. ແຮງຈູງໃຈຝ່ອນແຮງ: ເປັນແຮງຈູງໃຈຊະນິດໜຶ່ງທີ່ມະນຸດສະແດວອອກມາດ້ວຍຄຳເວົ້າ ຫຼື ທຳທາງເພື່ອກຳຈັດຄວາມຄັບຂ້ອງໃຈ ຫຼື ເກີດຄວາມໃຈຮ້າຍຂຶ້ນພັດທະນາການຂອງຄວາມຮຸນແຮງຈະເລີ່ມເກີດຕັ້ງແຕ່ໄວເດັກ ໂດຍການຮຽນແບບຈາກພໍ່ແມ່ ຫຼື ຜູ້ໃກ້ສິດທີ່ອົບຮົມລ້ຽງດູເນື່ອງມາຈາກການອົບຮົມລ້ຽງດູການທີ່ບຸກຄົນມີຄວາມຮຸນແຮງນັ້ນຈະມັກຖືຕົນເປັນໃຫຍ່ ເນື່ອງມາຈາກການອົບຮົມລ້ຽງດູທີ່ເຂັ້ມງວດເກີນໄປ, ຖ້າເຮັດຜິດເລັກນ້ອຍກໍຈະຖືກຮ້າຍ ຕົບຕີເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມຮູ້ສຶກຄຽດແຄ້ນ ແຕ່ເດັກບໍ່ກ້າສະແດງອາການຕອບໂຕ້ໂດຍກົງ ແຕ່ໄປສະແດງຄວາມຮຸນແຮງອອກມາກັບຄົນອ້ອມຂ້າງ ໂດຍສະເພາະກັບບຸກຄົນທີ່ດ້ອຍກວ່າ. ພຶດຕິກຳຮຸນແຮງແບບນີ້ ເມື່ອເກີດຂຶ້ນແລ້ວກໍຍາກທີ່ຈະຢຸດໄດ້ ແຕ່ເຮົາສາມາດແກ້ໄຂພຶດຕິກຳນີ້ໃຫ້ຫຼຸດລົງໄດ້ ໂດຍຜູ້ໃຫຍ່ພະຍາຍາມຄວບຄຸມອາລົມຂອງຕົນເອງບໍ່ສະແດງຄວາມຮຸນແຮງເອົາແຕ່ໃຈຕົນເອງ, ບໍ່ໃຊ້ຄຳເວົ້າໃນທາງຂົ່ມຂູ່ບັງຄັບ ແຕ່ສ້າງຄວາມສຳພັນກັບເດັກ ເພື່ອໃຫ້ເດັກເກີດຄວາມຮູ້ສຶກອົບອຸ່ນ ແລະ ໄວ້ວາງໃຈວ່າເຮົາຄືຜູ້ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ຄຳແນະນຳ, ບໍ່ແມ່ນຜູ້ຄວບຄຸມເພື່ອໃຫ້ພຶດຕິກຳຮຸນຂອງເດັກເດັກຫຼຸດລົງ.

6.4. ວິທີວັດແຮງຈູງໃຈ

ນັກຈິດຕະວິທະຍາມີວິທີວັດແຮງຈູງໃຈດັ່ງນີ້

1) ວັດຈາກການສັງເກດລະດັບການກະທຳກິດຈະກຳທົ່ວໄປຂອງບຸກຄົນ ຫຼື ສັດ ເມື່ອຄົນ ຫຼື ສັດ ເກີດແຮງຈູງໃຈກໍ່ເກີດຄວາມເຄັ່ງຕຶງ ເກີດອາການກະວົນກະວາຍຍິ່ງມີແຮງຍູ້ຫຼາຍເທົ່າໃດຈະເຮັດໃຫ້ຄົນ ເຮົາ ແລະ ສັດຢູ່ໃນສະພາບຕື່ນຕົວ ແລະ ກະຕືລືລົ້ນເຮັດກິດຈະກຳຕ່າງໆຫຼາຍ.

2) ວັດຈາກການກະທຳທີ່ໄດ້ຮຽນມາແລ້ວເຊັ່ນ: ເຝິກແອບໃຫ້ໝູເນັ້ນໄມ້ຄານເມື່ອເວລາມັນຫິວ, ໃນ ເວລາເນັ້ນໄມ້ຄານນັ້ນຈະມີອາຫານຕົກລົງມາທຸກໆເທື່ອຄັ້ງ, ຫາກເມື່ອເຮົາເຝິກແອບຫຼາຍໆຄັ້ງຈົນເກີດ ການຮຽນຮູ້, ຈາກນັ້ນເວລາຫິວມັນກໍ່ຈະເນັ້ນໄມ້ຄານທີ່ຂຶ້ນເພື່ອຈະໄດ້ອາຫານມາກິນ

3) ວັດຈາກຄວາມພະຍາຍາມທີ່ຈະເອົາຊະນະອຸປະສັກ ເມື່ອບຸກຄົນທີ່ມີແຮງຍູ້ຫຼາຍກໍ່ພະຍາຍາມທີ່ ຈະຜ່ານຜ່າອຸປະສັກໄປໃຫ້ເຖິງບັນລຸຜົນສຳເລັດໃຫ້ໄດ້, ໃນການທົດລອງເຂົາເອົາໝູທີ່ມັນຫິວມາຕັ້ງໄວ້ໜ້າ ຈານອາຫານທີ່ມີສາຍໄຟຟ້າກັ້ນຢູ່, ເມື່ອໝູແລ່ນໄປກິນອາຫານໝູຈະຖືກໄຟຟ້າຊອດທັນທີແຕ່ເຖິງຈະຖືກ ໄຟຟ້າຊ່ອດແຕ່ມັນກໍ່ພະຍາຍາມໄປກິນອາຫານນັ້ນສະແດງວ່າໝູກຳລັງຫິວຫຼາຍ.

4) ວັດຈາກການເລືອກ ຄືການໃຫ້ບຸກຄົນ ຫຼື ສັດໄດ້ເລືອກທີ່ສະແດງພຶດຕິກຳຢ່າງໃດໜຶ່ງເຊິ່ງໂດຍ ປົກກະຕິແລ້ວມີຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ແຮງຍູ້ຫຼາຍກວ່າສະເໝີ. ຈາກການທົດລອງໂດຍການເອົາໝູໂຕແມ່ ແລະ ອາຫານໄປໃຫ້ໝູໂຕຜູ້. ຫຼັງຈາກນັ້ນສັງເກດເບິ່ງວ່າ ໝູໂຕຜູ້ຈະເລືອກຢ່າງໃດ, ຖ້າໝູໂຕຜູ້ເລືອກໝູໂຕ ແມ່ຫມາຍຄວາມວ່າແຮງຍູ້ທາງເພດຫຼາຍກວ່າແຮງຍູ້ອັນເນື່ອງມາຈາກຄວາມຫິວ.

6.5. ການພົວພັນລະຫວ່າງອາລົມຈິດ ແລະ ແຮງຈູງໃຈ.

ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວອາລົມຈິດ ແລະ ແຮງຈູງໃຈມີການພົວພັນກັນຢູ່ 3 ລັກສະນະຄື:

- 1) **ອາລົມມີໜ້າທີ່ເປັນແຮງຈູງໃຈ:** ເມື່ອເຮົາມີອາລົມຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາມີແຮງຈູງໃຈທີ່ກະທຳພຶດຕິກຳບາງ ຢ່າງຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ອາລົມຮ້າຍເຮັດໃຫ້ເຮົາມີແຮງຈູງໃຈທີ່ກະທຳພຶດຕິກຳຮຸນແຮງ, ອາລົມຢ້ານກົວເກີດ ເຮັດໃຫ້ມີແຮງຈູງໃຈທີ່ຈະທຳພຶດຕິກຳປ້ອງກັນຕົວ.
- 2) **ອາລົມມີໜ້າທີ່ເປັນເປົ້າໝາຍຂອງແຮງຈູງໃຈ:** ໃນບາງຄັ້ງຄົນເຮົາມີແຮງຈູງໃຈກະທຳພຶດຕິກຳບາງຢ່າງ ໃຫ້ເກີດອາລົມ ເຊັ່ນ: ເຮົາມີແຮງຈູງໃຈໄປເບິ່ງການສະແດງສິລະປະດົນຕີເພື່ອໃຫ້ເກີດອາລົມ ມ່ວນຊື່ນສະຫນຸກສະຫນານ.
- 3) **ອາລົມເກີດຄຽງຄູ່ກັບແຮງຈູງໃຈເຊັ່ນ:** ຄວາມຫິວເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາຮັບປະທານອາຫານເວລາຮັບ ປະທານອາຫານເຮົາກໍ່ມີຄວາມຍິນດີ ຫຼື ຄວາມເພິ່ງພໍໃຈດ້ວຍ, ການຈະເກີດແຕ່ລະຄັ້ງຈະມີແຮງຈູງ ໃຈ ແລະ ອາລົມກ່ຽວຂ້ອງກັນຈົນຍາກຈະແຍກອອກຈາກກັນໄດ້. ເຖິງແນວໃດກໍ່ຕາມນັກ ຈິດຕະວິທະຍາກໍ່ສາມາດຈຳແນກອາລົມກັບແຮງຈູງໃຈອອກມາຈາກກັນໄດ້ ເຊັ່ນ: ອາລົມເປັນສິ່ງ ເກີດຈາກການກະຕຸ້ນຂອງສິ່ງກະທົບພາຍນອກ ແລະ ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດຂຶ້ນພຶດຕິກຳທີ່ຈະກະທຳໃນສິ່ງ ທີ່ກະຕຸ້ນໂດຍກົງ, ແຕ່ແຮງຈູງຈະຖືກກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດຫຼັງຈາກສິ່ງກະຕຸ້ນພາຍໃນ, ພາຍນອກ ແລະ ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳທີ່ມຸ່ງໄປສູ່ສິ່ງກະທົບຕ່າງໆ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ແຮງຍູ້ທີ່ເກີດຂຶ້ນຫຼຸດຜ່ອນລົງ.

ບົດທີ 6

ການຮັບຮູ້ ແລະ ການຮຽນຮູ້

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດອະທິບາຍຂະບວນການສຳຜັດ ແລະ ຮັບຮູ້ໄດ້.
- ສາມາດເຂົ້າໃຈ ແລະ ອະທິບາຍຄວາມໝາຍຈຸດພົວພັນການຮຽນຮູ້ໄດ້.

1. ການສຳຜັດ

1.1. ຄວາມໝາຍຂອງການສຳຜັດ

ການສຳຜັດໝາຍເຖິງ ຄວາມຮູ້ສຶກ(Sensation) ເປັນການຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະຕຸ້ນ ທີ່ກະທົບໃສ່ປະສາດສຳຜັດຂອງຮ່າງກາຍໃນຄັ້ງທຳອິດ. ສິ່ງກະຕຸ້ນໝາຍເຖິງການປ່ຽນແປງຂອງສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ມີຜົນຕໍ່ປະສາດສຳຜັດ, ສິ່ງກະຕຸ້ນນັ້ນເປັນພະລັງງານ ແລະ ການສື່ສານ, ທັງພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກຂອງຮ່າງກາຍ ຄວາມຮູ້ສຶກຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ເນື່ອງຈາກຄົນເຮົາມີອະໄວຍະວະທີ່ຈະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກຈາກພາຍນອກເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ, ອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກເຫຼົ່ານີ້ໄດ້ແກ່: ຫູ, ຕາ, ດັງ, ລິ້ນ ແລະ ຜິວໜັງ, ເຊິ່ງອະໄວຍະວະຮັບຄວາມສຳຜັດເຫຼົ່ານີ້ຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາເກີດຄວາມຮັບຮູ້ໂດຍການໄດ້ເຫັນ, ໄດ້ຍິນ, ໄດ້ກິນ, ຮູ້ລົດຊາດ ແລະ ສຳຜັດຜິວໜັງຕາມລຳດັບ.

ຈາກນັ້ນ, ຍັງມີອະໄວຍະວະທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ຮັບສຳຜັດພາຍໃນຕົວຂອງເຮົາເອງໄດ້ແກ່: ໄຄເນເສຕິດ (Kinesthetic) ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເກີດການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບການເຄື່ອນໄຫວຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ເວສຕິບິວລາ (Vestibular) ເກີດການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບການຊົງຕົວເປັນຕົ້ນ.

1.2. ປະເພດຂອງປະສາດສຳຜັດ

ອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກ (sensory Organ) ຂອງມະນຸດມີ 7 ປະເພດ ຊຶ່ງຈະເຮັດໜ້າທີ່ຮັບຄວາມຮູ້ສຶກຕ່າງກັນຕາມລັກສະນະຂອງສິ່ງກະຕຸ້ນ, ອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກ, ໃນຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ແຍກປະເພດການຮັບຄວາມຮູ້ສຶກຂອງມະນຸດ ຊຶ່ງແບ່ງອອກເປັນ 7 ປະເພດ ແລະ ແບ່ງລະບົບຮັບສຳຜັດອອກເປັນ 3 ລະບົບຄື:

ລະບົບປະສາດສຳຜັດ

ໜ້າທີ່ຂອງການຮັບສຳຜັດ

ປະສາດສໍາຜັດສ່ວນໄກ	1. ຕາ ເປັນອະໄວຍະວະຮັບສໍາຜັດທີ່ສາມາດເບິ່ງເຫັນແສງພາບ ຫຼື ສິ່ງກະຕຸ້ນທັງໄລຍະໃກ້, ໄກ ທີ່ສາມາດເບິ່ງເຫັນ. 2. ຫູ ເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກໃນການໄດ້ຍິນສຽງຕ່າງໆ ເຊິ່ງເປັນສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ສາມາດຮັບຄວາມຮູ້ສຶກໄດ້ໃນໄລຍະໄກ ແລະ ໃກ້.
ປະສາດສໍາຜັດສ່ວນໃກ້	3. ດັງ ເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກໃນການດຶມກິນ ເຊິ່ງສິ່ງກະຕຸ້ນຈະຕ້ອງຢູ່ໃກ້ໆ ຈຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ດັງຮັບຄວາມຮູ້ສຶກຂອງກິນໄດ້. 4. ລິ້ນ ເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກໃນການຮັບຮູ້ສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດຮັບລົດຊາດ ເຊິ່ງຈະມາແຕະຕ້ອງ ຫຼື ກະທົບກັບລິ້ນ. 5. ຜິວໜັງ ເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກທາງກາຍກ່ຽວກັບການເຈັບ, ອຸນຫະພູມ, ຄວາມອົບອຸ່ນ, ຄວາມເຢັນ, ຄວາມກົດດັນ ເຊິ່ງສິ່ງກະຕຸ້ນຈະຕ້ອງຊຸນ ຫຼື ກະທົບໃສ່ຜິວໜັງຈຶ່ງຈະຮູ້ສຶກໄດ້.
ປະສາດສໍາຜັດສ່ວນເລິກ	6. ການເຄື່ອນໄຫວເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກ ເຊິ່ງຢູ່ກ້າມເນື້ອ, ເອິນ ແລະ ໃນຂໍ້ຕ່າງໆ ເຮັດໜ້າທີ່ໃຫ້ມະນຸດຮູ້ວ່າຮ່າງກາຍມີການເຄື່ອນໄຫວແນວໃດ ແລະ ຢູ່ໃນສະພາບແນວໃດ. 7. ການຊິງຕົວເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ໃຫ້ມະນຸດມີການຊິງຕົວຢູ່ໃນສະພາບຂອງຮ່າງກາຍໃຫ້ຢູ່ໃນຄວາມເປັນປົກກະຕິ, ອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກກ່ຽວກັບການຊິງຕົວນີ້ຢູ່ພາຍໃນຂອງຫູເຮົາ.

1.3. ຊະນິດຂອງອະໄວຍະວະຮັບສໍາຜັດ

1.3.1. ການເຫັນ (Visual Sense) ໄດ້ແກ່ຕາ (Eye)

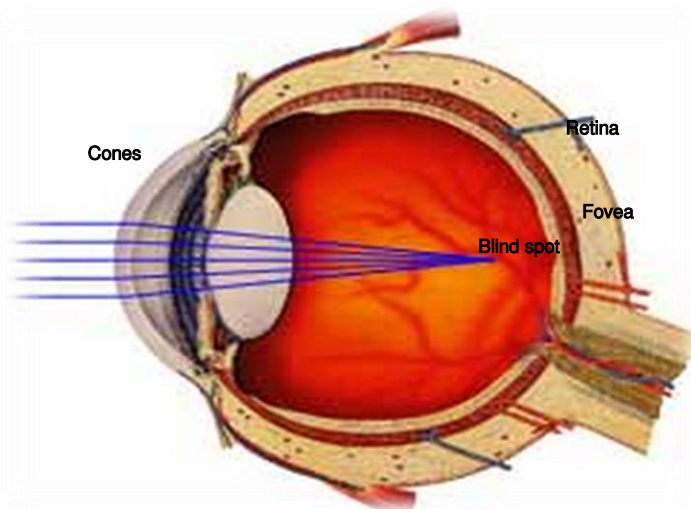
ຕາເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກ ທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການເຫັນພາບ ແລະ ແສງສ່ວນປະກອບຂອງຕາມີລັກສະນະເໝືອນກັນກັບກ່ອງຖ່າຍຮູບ ເຊິ່ງແບ່ງອອກເປັນ 3 ສ່ວນໄດ້ແກ່: ຕົວເລິນ, ແກ້ວຕາ ແລະ ຟີມ.

- ສ່ວນປະກອບຂອງຕາແບ່ງອອກ 3 ຊັ້ນຄື:

ເນື້ອຫຸ້ມຊັ້ນນອກ: ເອີ້ນວ່າ ຄລີຣ໌ຕິກ ໂຄດ (Sclerotic Coat) ເປັນເນື້ອເຫຍື່ອຊັ້ນນອກທີ່ມີລັກສະນະໜຽວ, ມີສີຂາວອ້ອມແກ່ນຕາ, ທາງດ້ານໜ້າຈະໂນ້ນອອກ, ມີລັກສະນະໂລ່ງໃສເອີ້ນວ່າ: ແກ້ວຕາ (Cornea) ພາຍໃນເປົ້າຕາຈະມີກ້າມເນື້ອ 6 ມັດ ຕິດຢຶດ **ຄລີຣ໌ຕິກ** ເອົາໄວ້ເພື່ອໃຫ້ຕາເຫລືອກໄປມາຮອບທິດທາງໄດ້.

ເນື້ອຊັ້ນກາງ: ເອີ້ນວ່າ ຄໍຣອຍ ໂຄດ (Choroid) ເປັນກ້າມເນື້ອຊັ້ນກາງຕ່ຳຈາກ ຄລີຣ໌ຕິກ ໂຄດ ເຂົ້າມາດ້ານໃນເສັ້ນເລືອດຕ່າງໆ ດ້ານໜ້າເປັນມ່ານຕາ (Iris) ເຊິ່ງເປັນເນື້ອບາງໆ ມີສີຕ່າງໆຕາມລັກສະນະເຊື້ອຊາດເຊັ່ນ: ນ້ຳຕານ, ດຳ, ຂຽວ, ຟ້າ, ມີກ້າມເນື້ອຢູ່ກາງ ມີໜ້າທີ່ບັງຄັບໃຫ້ລີ້ ຫຼື ຂະຫຍາຍອອກເອີ້ນວ່າ: ຮູມ່ານຕາ (Pupillary) ໄດ້ເພື່ອຮັບແສງສະຫວ່າງໄດ້ຕາມຄວາມຕ້ອງການ, ດ້ານໃນຂອງຄໍຣອຍເປັນວັດຖຸສີດຳປ້ອງກັນການສະທ້ອນກັບຂອງແສງພາຍໃນຕາ, ຖັດຈາກຮູມ່ານຕາເຂົ້າໄປເປັນແກ້ວຕາ (Lens) ຢຶດຕິດກັບຄໍຣອຍໂດຍກ້າມເນື້ອຊີລີອາລີ. ຊ່ອງວ່າງລະຫວ່າງແກ້ວຕາມີຂອງແຫຼວທີ່ເອີ້ນວ່າ: ເອຄິວເອິດ ຮິວເມີ (Aqueous humor) ບັນຈຸຢູ່ເພື່ອຫຼໍ່ລ້ຽງ ແລະ ພາຍໃນຕາກໍມີຂອງແຫຼວຊະນິດໜຶ່ງບັນຈຸຢູ່ຫຼັງແກ້ວຕາເອີ້ນວ່າ: ວິເທີຣດ ຮິວເມີ (Vitreous humor).

ເນື້ອຊັ້ນໃນສຸດ: ເອີ້ນວ່າ ຈຳຮັບພາບ ຫຼື ເຣຕີນາ (Retina) ເຊິ່ງມີລັກສະນະຄ້າຍດາງແຫລືດດຳແພ່ກະຈາຍຢູ່ ແລະ ເຕັມໄປດ້ວຍປາຍປະສາດຂອງສາຍຕາ ເມື່ອຈຳຮັບພາບປ່ຽນແສງເປັນພາບແລ້ວ, ປະສາດກໍຈະສົ່ງຄວາມຮູ້ສຶກໄປຍັງສະໜອງ ເຮັດໃຫ້ມະນຸດເຫັນພາບນັ້ນໆໄດ້, ໃນຈຳຮັບພາບເບິ່ງເຫັນປະກອບດ້ວຍໄຍປະສາດ ຫຼື ເຊວຮັບແສງ (Photoreceptors) 2 ຊະນິດຄື: ຮອດ (Rods) ແລະ ໂຄນ (Cones) 2 ຊະນິດນີ້ ຈະເຮັດໜ້າທີ່ຮັບແສງສີຕ່າງໆຄື: ຮອດເຮັດໜ້າທີ່ຮັບສີເທົາ, ຂາວ ແລະ ດຳ ໂຄນ ເຮັດໜ້າທີ່ຮັບແມ່ສີ: ສີແດງ, ເຫຼືອງ, ຟ້າ, ຢູ່ກາງຈຳຮັບພາບເອີ້ນວ່າ: ໂຟເວີຍ (Fovea) ເປັນສ່ວນທີ່ມີ ໂຄນຈຳນວນຫຼາຍເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເຫັນພາບໄດ້ຊັດເຈນ, ລະອຽດ ແລະ ອີກຈຸດໜຶ່ງຢູ່ກາງຂອງກຸ່ມປະສາດຕາເອີ້ນວ່າ: ຈຸດບອດ (Blind spot) ເປັນຈຸດທີ່ບໍ່ມີຄວາມໄວຕໍ່ແສງ, ເມື່ອແສງມາສຳຜັດ ຈະໄປປະກົດເປັນພາບຢູ່ທີ່ຈຳຮັບພາບ



ຮູບສະແດງໂຄງສ້າງຂອງດວງຕາ

1.3.2. ການໄດ້ຍິນ (Auditory Sense) ໄດ້ແກ່ຫູ (Ear)

ຫູເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກທາງການໄດ້ຍິນ ຫລື ໂສຕະສຳຜັດ ແລະ ຍັງເຮັດໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການຊົງຕົວ,

- **ຫູແບ່ງອອກເປັນ 3 ຊັ້ນຄື:**

1) **ຫູຊັ້ນນອກ: (Out Ear)** ປະກອບດ້ວຍໃບຫູ, ຮູຫູຍາວປະມານ 25.5 ຊັງຕີແມັດ ແລະ ເນື້ອເຍື່ອແກ້ວຫູ ເຊິ່ງມີລັກສະນະເປັນເຍື່ອເສັ້ນລະອຽດບາງ ແລະ ໜຽວ ຫູຊັ້ນນອກມີໜ້າທີ່ຮັບຄື້ນສຽງເຂົ້າໄປໃນຫູ ຈົນຄື້ນສຽງກະທົບກັບເຍື່ອແກ້ວຫູ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເກີດການສັ່ນສະເທືອນ.

2) **ຫູຊັ້ນກາງ: (Middle Ear)** ເປັນສ່ວນເລີດລົງໄປຈາກເຍື່ອແກ້ວຫູ ເປັນສ່ວນທີ່ເປັນຊ່ອງອາກາດເທິງພື້ນຜິວຂອງສ່ວນນີ້ຈະເປັນເຍື່ອເມືອກມີທີ່ເຊື່ອມຕໍ່ກັບດ້ານຫຼັງຂອງປາກໃກ້ລຳຄໍ ເອີ້ນວ່າ: ທ່ອສະເຕຊຽນ (Eustachian Tube) ຊ່ອງນີ້ມີປະໂຫຍດເພື່ອຮັກສາຄວາມກົດດັນຂອງອາກາດພາຍໃນຊ່ອງຫູໃຫ້ເທົ່າກັບພາຍນອກເຊັ່ນ: ເມື່ອຂຶ້ນໄປໃນທີ່ສູງ ຄວາມກົດດັນຂອງອາກາດບໍ່ເທົ່າກັນ ຫຼື ຢູ່ບ່ອນທີ່ມີສຽງດັງແຮງຈະເຮັດໃຫ້ຮູ້ສຶກເຈັບຫູ, ຖ້າຫາກຄວາມກົດດັນຂອງອາກາດພາຍໃນຊ່ອງຫູຕ່າງກັນຫຼາຍຈະເຮັດໃຫ້ແກ້ວຫູແຕກໄດ້ ວິທີແກ້ກໍຄື ໃຫ້ອາປາກເພື່ອໃຫ້ຄວາມກົດດັນພາຍໃນຫູເທົ່າກັນ.

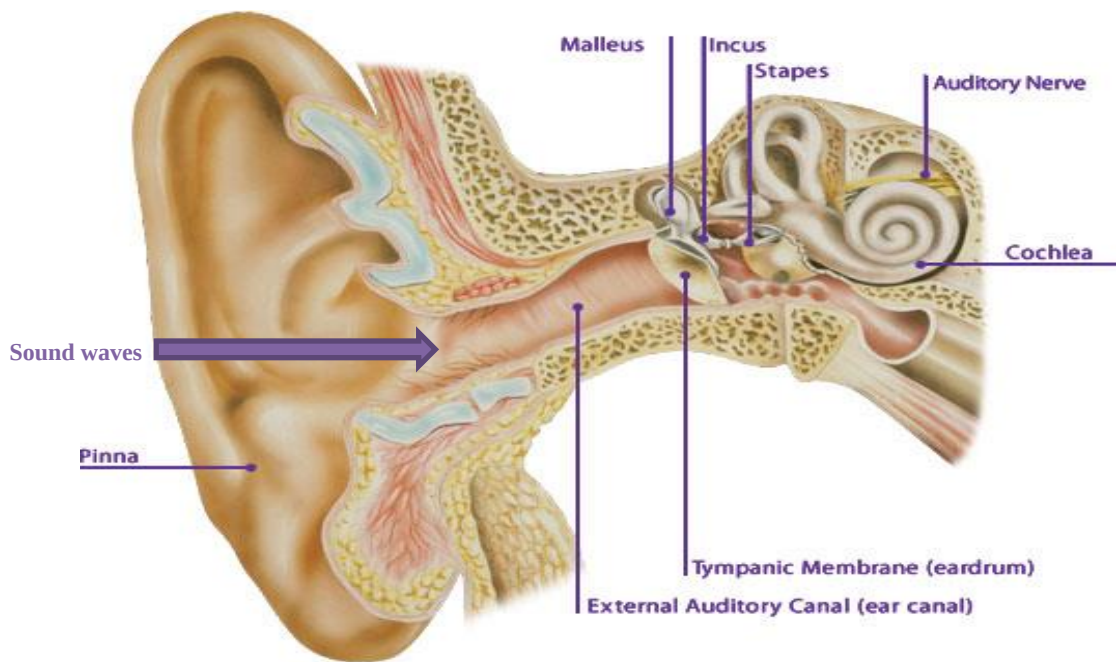
3) **ຫູຊັ້ນໃນ: (Inner Ear)** ເປັນສ່ວນສຳຄັນສຳລັບການໄດ້ຍິນ ເພາະມີປະສາດຮັບສຽງເປັນຈຳນວນຫລາຍ

- **ຫູຊັ້ນໃນແບ່ງອອກເປັນ 2 ສ່ວນຄື:**

1) **ຄໍເຄລຍ (Cochlea)** ກະດູກຮູບກິ້ນຫອຍ ຂົດເປັນວົງ ພາຍໃນມີຂອງແຫຼວ ແລະ ເສັ້ນປະສາດທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ຮັບສຽງ ເອີ້ນວ່າ Organ of Corti ເມື່ອຄື້ນສຽງຜ່ານເຂົ້າມາໃນຄໍເຄລຍຈະເຮັດໃຫ້ຂອງແຫຼວໃນນັ້ນສະທ້ອນຂຶ້ນເປັນຄື້ນໄປກະທົບເຍື່ອສຳຜັດ ແລະ ເຊວປະສາດຂອງ Organ of Corti ກໍຈະສົ່ງກະແສຄວາມຮູ້ສຶກກ່ຽວກັບສຽງໄປຫາໂສຕະປະສາດແລ້ວໂສຕະປະສາດກໍຈະສົ່ງກະແສຄວາມຮູ້ສຶກໄປຫາບໍລິເວນສະໝອງ ແລະ ແປອອກມາເປັນສຽງນັ້ນໆ.

2) **ເຊມີເຊີຄີວລາ ຄາເນ (Semicircular Canal)** ເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງລະບົບເວສຕີບິວລາ, ເຊມີເຊີຄີວລາ ຄາເນ ເປັນອະໄວຍະວະທີ່ຢູ່ຖັດຈາກຄໍເຄລຍເຂົ້າໄປ ມີຮູບຮ່າງເໝືອນກັບບ້ວງ 3 ອັນ.

ບ້ວງທັງ 3 ຂອງ ເຊມີເຊີຄີວລາ ຄາເນ ວາງຢູ່ໃນລັກສະນະຂ້ອນຂ້າງຈະຕັ້ງສາກກັນ, ລັກສະນະທີ່ຕັ້ງສາກກັນເຊັ່ນນີ້ ເພື່ອກຽມພ້ອມໃນການປັບຕົວຂອງຮ່າງກາຍຂະນະຢູ່ໃນທ່າອ່ຽງຕົວ ເພາະພາຍໃນທ່າຂອງ ເຊມີເຊີຄີວລາ ຄາເນ ຈະມີນ້ຳຢູ່, ດັ່ງນັ້ນ ການອ່ຽງຕົວໃນທ່າໃດໆກໍຕາມນ້ຳໃນເຊມີເຊີຄີວລາ ຄາເນ ກໍຈະເຄື່ອນໄຫວເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາຮູ້ວ່າຂະນະນີ້ເຮົາຢູ່ໃນທ່າອ່ຽງຫຍັງ ແລະ ຈະກັບເຂົ້າສູ່ທ່າເກົ່າໄດ້ແນວໃດ. ດັ່ງນັ້ນ ເຊມີເຊີຄີວລາ ຄາເນ ຈຶ່ງເປັນອະໄວຍະວະສຳຄັນສຳລັບການຊົງຕົວ ແລະ ມີໜ້າທີ່ສຳຄັນ.



(ໂຄງສ້າງຂອງຫູ)

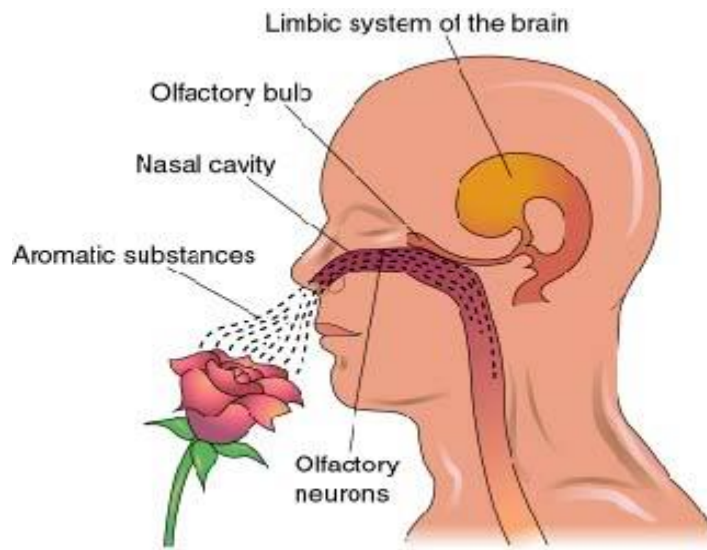
1.3.3. ການໄດ້ກິ່ນ (Olfactory Sense) ໄດ້ແກ່ດັງ (Nose)

ດັງປະກອບດ້ວຍກະດູກບາງໆ 2 ສ່ວນປະສານກັນ ເປັນໂຄງດັງ, ຢູ່ກາງລະຫວ່າງໂຄງດັງມີຜຸນກະດູກອ່ອນຂຶ້ນແບ່ງໃຫ້ເປັນ 2 ຊ່ອງ ພາຍໃນດັງປະກອບດ້ວຍເນື້ອເມື່ອກເຊິ່ງມີເສັ້ນເລືອດຝອຍ ແລະ ປາຍປະສາດກະຈາຍກັນຢູ່ ປະສາດສ່ວນນີ້ເອີ້ນວ່າປະສາດປະສາດ (Olfactory Ner-ve) ເຊວຂອງປະສາດປະສາດຈະຢູ່ເທິງເນື້ອເມື່ອກເພື່ອຮັບກິ່ນຈາກລົມຫາຍໃຈເຂົ້າໂດຍກົງ, ພາຍໃນຊ່ອງດັງມີຂົນເຮັດໜ້າທີ່ກັ່ນຕອງຝຸ່ນລະອອງຈາກອາກາດ. ນອກຈາກຊ່ອງດັງຈົນເຖິງຖົງລົມໃນປອດຈະມີເນື້ອເມື່ອກປົກຄຸມຢູ່ແລ້ວ ຍັງມີເຊວບາງໆຊະນິດໜຶ່ງເຮັດໜ້າທີ່ຢູ່ດ້ານນ້ຳເມື່ອກອອກມາເພື່ອເຮັດໃຫ້ທາງເດີນຫາຍໃຈຊຸ່ມຕະຫຼອດເວລາ, ດັງເປັນອະໄວຍະວະທີ່ອ່ອນແອເພາະປະກອບດ້ວຍກະດູກບາງໆ ແລະ ກະດູກອ່ອນ, ເມື່ອຖືກກະທົບກະເທືອນແຮງອາດເຮັດໃຫ້ດັງຍຸບລົງ ຫຼື ຫັກໄດ້ງ່າຍ, ປະສາດການຮັບກິ່ນຈະສຳຜັດໄດ້ສະເພາະສານທີ່ເປັນອາຍ ຫຼື ແກດເທົ່ານັ້ນ. ດັງນັ້ນ ສານທີ່ໄດ້ກິ່ນຈະຕ້ອງມີລັກສະນະລະເຫີຍໄດ້ງ່າຍ ແລະ ກະຈາຍຢູ່ໃນອາກາດ, ເມື່ອສານເຫຼົ່ານີ້ໄປກະທົບປາຍປະສາດກໍເກີດການປ່ຽນແປງທາງເຄມີຂຶ້ນໃນເນື້ອເຍື່ອບາງໆເຮັດໃຫ້ກະແສປະສາດກະຕຸ້ນ ແລະ ເຄື່ອນທີ່ໄປຫາສະໝອງແລ້ວຈຶ່ງເກີດຄວາມຮູ້ສຶກຂອງການໄດ້ກິ່ນ.

- ພວກເຮົາສາມາດແຍກກິ່ນທີ່ເປັນພື້ນຖານໄດ້ 5 ກິ່ນດ້ວຍກັນຄື:

1. ກິ່ນຂອງເຄື່ອງປຸງອາຫານທີ່ສຳເລັດຮູບ
2. ກິ່ນຫອມຫວານ (ດອກໄມ້, ໝາກໄມ້ສຸກ ແລະ ນ້ຳຫອມ)
3. ກິ່ນຂົວຂອງຢາງໄມ້

4. ກິ່ນເໝັນ
5. ກິ່ນໄຫ້



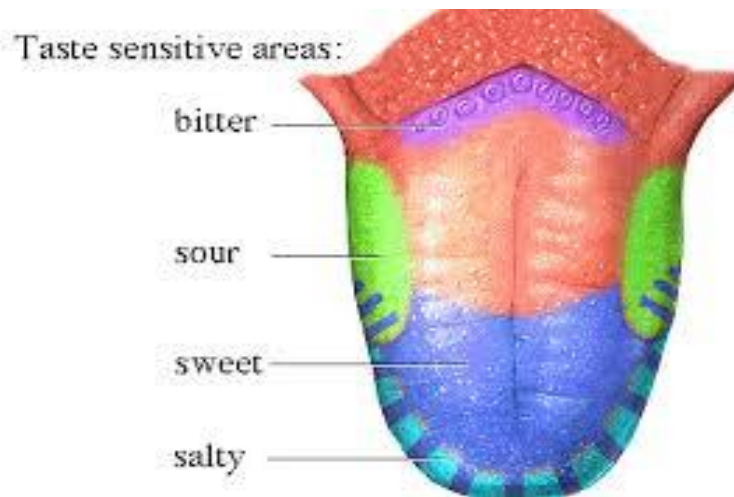
(ໂຄງສ້າງຂອງດັງ)

1.3.4. ການໄດ້ລົດຊາດ (Gustatory Sense) ໄດ້ແກ່ລິ້ນ (Tongue)

ລິ້ນເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກໃນການສຳຜັດ, ການຮັບຮູ້ຈະຮັບຮູ້ທາງຜິວເທິງຂອງລິ້ນ, ເຊິ່ງຈະມີຕຸ່ມສຳຜັດ ຫຼື ກຸ່ມຮັບສຳຜັດຢູ່ປະມານ 9.000ຕຸ່ມ ມີລັກສະນະໂນນຂຶ້ນເລັກນ້ອຍ, ຢູ່ເປັນກຸ່ມໆ ຄ້າຍຄືດອກໄມ້ຈຸມ, ມີຫຼາຍໃນບໍລິເວນປາຍລິ້ນ ແລະ ກົກລິ້ນ. ເຊວ ຫຼື ຕຸ່ມຮັບລົດຊາດອາດຕາຍໄດ້ຖ້າຮັບຄວາມຮ້ອນ ເຊັ່ນ: ເວລາດື່ມນ້ຳຮ້ອນ ຫຼື ອາຫານຮ້ອນໆ ແຕ່ຮ່າງກາຍກໍສາມາດສ້າງເຊວຂຶ້ນມາໃໝ່ເພື່ອຮັບຮູ້ລົດຊາດຕໍ່ໄປໄດ້.

- **ມະນຸດສາມາດຮັບຮູ້ລົດຊາດພື້ນຖານໄດ້ 4 ລົດຊາດຄື:**

1. ລົດຊາດເຄັມ ຢູ່ໃກ້ປາຍລິ້ນດ້ານຂ້າງ ເປັນລົດທີ່ເກີດຂຶ້ນອັນດັບທຳອິດ
2. ລົດສົ້ມຢູ່ບໍລິເວນຂ້າງ ລິ້ນທັງ 2 ເກີດຕາມລົດເຄັມເຮັດໜ້າທີ່ເຕືອນເຖິງຄວາມມີພິດ
3. ລົດຊາດຫວານ ຢູ່ບໍລິເວນປາຍລິ້ນ
4. ລົດຊາດຂົມ ຢູ່ບໍລິເວນກົກລິ້ນ



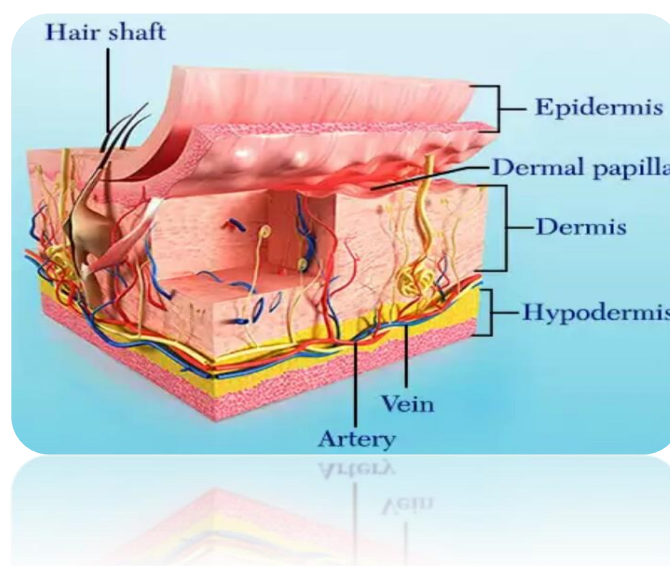
ຮູບສະແດງການຮັບຮູ້ລົດຊາດຕ່າງໆຂອງລິ້ນ

1.3.5. ການຮັບສຳຜັດທາງຜິວໜັງ (Skin Sense)

ຜິວໜັງ ເປັນອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກທາງກາຍ, ໃຕ້ຜິວໜັງມີເຊວປະສາດຫລາຍຊະນິດເຊິ່ງມີປາຍປະສາດດັ່ງກ່າວ ເຮັດໜ້າທີ່ຮັບສິ່ງກະຕຸ້ນ ແລະ ແບ່ງອອກເປັນສ່ວນໃຫຍ່ໆຍ່ອຍໆ ຫຼວງຫຼາຍ ເພື່ອນຳຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ໄດ້ຮັບໄປສູ່ສະໝອງ ແລະ ສະໝອງຈະເປັນຜູ້ແປຜົນອອກມາເປັນຄວາມຮູ້ສຶກວ່າແມ່ນຫຍັງ.

ຜິວໜັງມີ 2 ຊັ້ນຄື: ຊັ້ນນອກ ເອີ້ນວ່າ: ອີພິເດີມິສ (Epidermis) ແລະ ຊັ້ນໃນ ເອີ້ນວ່າ: (Dermis) ຂ້າງໃຕ້ເປັນໄຂມັນເອີ້ນວ່າ ໄຂມັນສັບຄິວເທນເນຍ (Subcutaneous Fat) ເຊິ່ງໃນເພດຍິງຈະມີຫຼາຍກວ່າເພດຊາຍເຮັດໃຫ້ເພດຍິງມີເນື້ອນຸ່ມນົມກວ່າເພດຊາຍ.

ໃນການຮັບສຳຜັດທາງຜິວໜັງມີຄວາມເຊື່ອວ່າ ຮ່າງກາຍມີຈຸດຮັບສຳຜັດຈຳນວນຫລາຍເຊິ່ງໄດ້ແກ່: ຄວາມເຈັບປວດ, ຄວາມຮູ້ສຶກ, ອຸນຫະພູມຮ້ອນ ແລະ ເຢັນ. ດັ່ງນັ້ນ ໃນຜິວໜັງຂອງຄົນເຮົາຈະມີປາຍປະສາດທັງ 4 ຂະນິດກະຈາຍຢູ່ທົ່ວໄປ ແລະ ແຕ່ລະຈຸດຈະມີໜ້າທີ່ຮັບຄວາມຮູ້ສຶກແຕ່ພຽງຢ່າງດຽວເຊັ່ນ: ຮັບຄວາມເຈັບປວດ, ໃນການທົດລອງໂດຍໃຊ້ເຫຼັກແຫຼມເນັ້ນລົງເທິງຈຸດຮັບສຳຜັດແຮງໆ ຈະພົບ



ວ່າຜູ້ຮັບການທົດລອງຮູ້ສຶກເຈັບເນື່ອງຈາກກຳລັງຂອງການເນັ້ນໄດ້ໄປກະທົບປາຍປະສາດທີ່ຢູ່ໃຕ້ຜິວໜັງ ແລະ ໄປກະຕຸ້ນປະສາດກ່ຽວກັບການເຈັບ ເຮັດໃຫ້ຮູ້ສຶກເຈັບ.

1.3.6. ການເຄື່ອນໄຫວ (Kinesthetic)

ການເຄື່ອນໄຫວກ້າມເນື້ອສຳຜັດ ເຊິ່ງມີຢູ່ທົ່ວຮ່າງກາຍເປັນການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບການເຄື່ອນໄຫວ ຂອງຮ່າງກາຍເກີດຂຶ້ນໄດ້ ເນື່ອງຈາກມີອະໄວຍະວະຮັບຄວາມຮູ້ສຶກຢູ່ຕາມກ້າມເນື້ອ ເອັນ ແລະ ຂໍ້ຕໍ່ຕ່າງໆ ມີການທົດຕົວ ຫຼື ຄາຍຕົວເຮັດໃຫ້ເກີດກະແສປະສາດສົ່ງໄປຫາສະໜອງ, ມະນຸດຈຶ່ງຮູ້ເຖິງ ການເຄື່ອນໄຫວຂອງຮ່າງກາຍໄດ້ວ່າກຳລັງຢູ່ໃນສະພາບໃດ ເຊັ່ນ: ງໍຕົວ, ສັ່ນຂາ ຫຼື ຊ່ວຍກະຕຸ້ນໃຫ້ເຂົ້າໃຈ ໃນວັດຖຸກ່ຽວກັບຮູບຊົງຂະໜາດໃຫຍ່ ແລະ ນ້ອຍ, ລຽບ ຫຼື ກະບັກກະບຳ ຊ່ວຍໃຫ້ຮູ້ເຖິງນ້ຳໜັກຂອງ ວັດຖຸ. ອີກຢ່າງໜຶ່ງເຮັດໃຫ້ຮູ້ເຖິງຕຳແໜ່ງ ຫຼື ລະບົບທາງດ້ວຍ ເຊັ່ນ: ການແກ່ວງແຂນເຮົາຈະຮູ້ໄດ້ທັນທີ ວ່າແກ່ວງແຂນສຳໄດ, ສູງຕ່ຳເທົ່າໃດ ເຖິງແມ່ນວ່າຈະຫຼັບຕາແກ່ວງກໍຕາມ ເພາະກ້າມເນື້ອ, ເອັນ ແລະ ຂໍ້ຕໍ່ ເຮັດວຽກຮ່ວມກັນ.

1.3.7. ການຊົງຕົວ (Vestibular Sense) ຫຼື Equilibrium

ເຮົາຊາບວ່າ ລົດລຽວຊ້າຍ ຫຼື ຂວາ ໂດຍບໍ່ຕ້ອງເບິ່ງຖືວ່າເປັນເລື່ອງລະບົບການຊົງຕົວເຊິ່ງເກີດ ຈາກ (Vestibular Canal)

• ການຮູ້ສຶກສຳຜັດກ່ຽວກັບການຊົງຕົວມີເຄື່ອງຮັບສຳຜັດ 2 ຊະນິດຄື:

1. ເຊມີເຊີຄີວລ່າ ຄານ: (Semicircular Canal) ເປັນເສັ້ນລຽບຕັ້ງສາກ 3 ອັນ ຢູ່ດ້ານຫລັງ ຂອງໃບຫູ, ພາຍໃນເປັນຂອງແຫລວ ເວລາເຄື່ອນໄຫວຫົວນ້ຳໃນຫູກໍເຄື່ອນໄຫວດ້ວຍ.

2. ຖົງເວສຕີບິວລາ: (Vestibular Sacs) ຢູ່ລະຫວ່າງ (Semicircular ແລະ Cochlea) ເຄື່ອງຮັບສຳຜັດທັງ 2 ຊະນິດນີ້ ຢູ່ໃນຫູຊັ້ນໃນເຊິ່ງຢູ່ໜ້າຫລອດກັກຫອຍ ຫຼື ຄໍເຄລຍ ເລັກນ້ອຍ, ເຄື່ອງຮັບສຳຜັດທັງ 2 ຊະນິດນີ້ເຮັດໜ້າທີ່ສຳຄັນໃນການຄວບຄຸມການເຄື່ອນໄຫວຂອງຫົວທີ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ ຮ່າງກາຍຊົງຕົວໄດ້ໃນລະດັບສົມດູນເຊັ່ນ: ເວລາເມົາຄື້ນ, ເມົາຍິນ, ການໝູນອ້ອມຕົວເອງ, ການແກ່ວງຫົວ ຢ່າງໄວ. ອາການເຫຼົ່ານີ້ເປັນເຫດໃຫ້ເກີດຂຶ້ນເພາະຕາ ແລະ ອະໄວຍະວະໃນຫູມີການເຊື່ອມໂຍງທີ່ໃກ້ຊິດ ກັບທ້ອງ, ລວມທັງການເຮັດວຽກຂອງລະບົບປະສາດທີ່ມີຄວາມສຳຜັດກັນອັນເນື່ອງມາຈາກການ ເຄື່ອນ ໄຫວຂອງຫົວເປັນຢ່າງຮຸນແຮງຜິດປົກກະຕິເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍ ແລະ ຫົວ ຂາດການຊົງຕົວ, ຂາດການສົມດູນ.

2. ການຮັບຮູ້

2.1. ຄວາມໝາຍຂອງການຮັບຮູ້

ການຮັບຮູ້ມີຫຼາຍຄວາມໝາຍເຊັ່ນ:

ການຮັບຮູ້ ເປັນຂະບວນການໜຶ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນລະຫວ່າງການມີສິ່ງກະທົບໃສ່ອິນຊີ ແລ້ວເຮັດໃຫ້ອິນ ຊີເກີດການຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະທົບນັ້ນ ເຊິ່ງສະແດງໃຫ້ເຫັນດັ່ງນີ້.

ສິ່ງກະທົບ → ການຮັບຮູ້ → ການຕອບສະໜອງ

ການຮັບຮູ້ ຄື ອາການສຳຜັດທີ່ມີຄວາມໝາຍ, ເປັນການແປຄວາມໝາຍ ການສຳຜັດທີ່ໄດ້ຮັບໃຫ້ ເປັນທີ່ເຂົ້າໃຈທັງຕົນເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນ ໂດຍອາໄສຄວາມຮູ້ເດີມ, ປະສົບການເດີມຊ່ວຍ.

ການຮັບຮູ້ ແມ່ນຜົນຂອງຄວາມຮູ້ເດີມ ບວກເຂົ້າກັບການສຳຜັດ ຫຼື ເປັນຜົນການຮຽນຮູ້ຮ່ວມເຂົ້າ ກັບຄວາມຮູ້ສຶກຈາກການສຳຜັດ, ສຳຜັດຢ່າງດຽວບໍ່ມີຄວາມໝາຍ, ຜູ້ສຳຜັດຈະຕ້ອງແປຄວາມໝາຍຂອງ ການສຳຜັດນັ້ນອອກມາ ໂດຍອາໄສປະສົບການເດີມ ຫຼື ຄວາມຮູ້ເປັນພື້ນຖານທີ່ຈະໃຫ້ແປຄວາມໄດ້ວ່າສິ່ງ ກະທົບປະສາດສຳຜັດຂອງເຮົານັ້ນ ມີຄວາມໝາຍເປັນແນວໃດ, ການແປຄວາມຮູ້ສຶກຈາກການສຳຜັດນີ້ ເອງເອີ້ນວ່າ “ການຮັບຮູ້” ສະນັ້ນການຮັບຮູ້ຈຶ່ງເປັນຜົນຂອງຄວາມເດີມ ຫຼື ປະສົບການເດີມທີ່ເຮົາມີຮ່ວມ ເຂົ້າກັບການຮັບສຳຜັດໃໝ່ທີ່ໄດ້ຮັບ.

ຈາກຄວາມໝາຍຂ້າງເທິງນີ້ ສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: **ການຮັບຮູ້** ແມ່ນສິ່ງກະຕຸ້ນມາກະທົບໃສ່ອະ ໄວຍະວະສຳຜັດ ແລ້ວປະສາດສຳຜັດສິ່ງສິ່ງທີ່ໄດ້ສຳຜັດນັ້ນ ໄປຫາປະສາດສ່ວນກາງ ແລະ ສະໜອງຈະແປ ຄວາມໝາຍອອກມາເປັນຄວາມຮູ້, ຄວາມເຂົ້າໃຈ ໂດຍອາໄສຄວາມຈຳ, ຄວາມຮູ້ເດີມ ແລະ ປະສົບການ ເດີມ. ເຊິ່ງຂຶ້ນກັບແຕ່ລະບຸກຄົນທີ່ວ່າມີຫຼາຍໜ້ອຍພຽງໃດ. ຖ້າບຸກຄົນໃດມີຄວາມຈຳຈຳດີ, ການກະຕຸ້ນໃ ໝ່ຈະຮັບຮູ້ໄດ້ໄວ ແລະ ຊັດເຈນຂຶ້ນ ນອກຈາກນີ້ຍັງຂຶ້ນກັບຄວາມຕ້ອງການ, ຄຳນິຍົມ, ຫັດສະນະຄະຕິ ແລະ ບຸກຄະລິກະພາບຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນທີ່ແຕກຕ່າງກັນ.

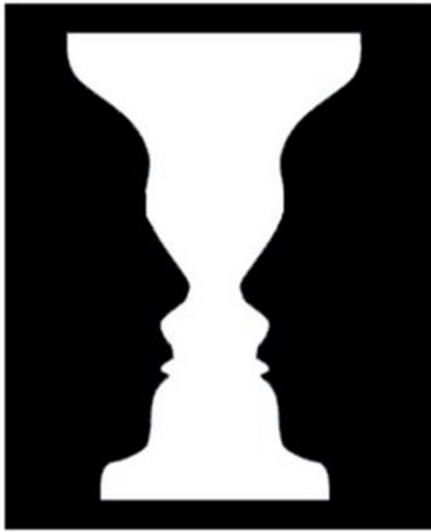
2.2. ທຳມະຊາດຂອງການຮັບຮູ້

ການຮັບຮູ້ຂອງບຸກຄົນເປັນນໄປຕາມທຳມະຊາດຕາມລະບົບສະລິລະສາດ ເຊິ່ງມີຈຸດໜ້າສົນໃຈ ດັ່ງນີ້:

1). ການເລືອກທີ່ຈະຮັບຮູ້ (Selectivity) ເພາະສິ່ງແວດລ້ອມມີຫຼາຍເກີນກວ່າຄວາມສາມາດຂອງ ມະນຸດທີ່ຈະຮັບຮູ້ໄດ້, ສະນັ້ນ ຈຶ່ງເລືອກເອົາສະເພາະສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ ຫຼື ຖືວ່າເປັນສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ ມີລັກສະນະເດັ່ນ ເຊັ່ນ: ຍິງສວຍງາມ, ແກ້ງ, ດີ, ແປກປະຫຼາດ (ແຕ່ງຕົວ, ກິລິຍາ) ແລະ ສິນຄ້າໃໝ່ ເຊິ່ງ ກົງກັບຄວາມສົນໃຈຂອງນາຍຄູໝູ່ມພໍດີ.

2). ການຈັດໝວດໝູ່ຂອງສິ່ງທີ່ຈະຮັບຮູ້ (Organization) ກ່ອນຈະເກີດການຮັບຮູ້ຈະຈັດລະບຽບ ຂອງສິ່ງກະຕຸ້ນເຂົ້າເປັນໝວດໝູ່

ການຮັບຮູ້ພາບ ແລະ ພື້ນພາບ (Figure and Ground) ການເບິ່ງເຫັນພາບຕ່າງໆ ຖ້າພາບໃດມີ ຂອບເຂດແນ່ນອນຊັດເຈນເຊັ່ນ: ຮູບສີ່ຫລ່ຽມ, ສາມຫລ່ຽມ, ຊິງກົມ ເປັນຕົ້ນ. ສິ່ງທີ່ເບິ່ງເຫັນແບບນີ້ເອີ້ນ ວ່າ ພາບ (Figure) ແຕ່ຖ້າສ່ວນໃດບໍ່ຊັດເຈນ, ບໍ່ມີຂອບເຂດ, ບໍ່ແນ່ນອນ ຫຼື ເຮົາບໍ່ໃສ່ໃຈຮັບຮູ້ເອີ້ນວ່າ ພື້ນພາບ (Ground) ການຮັບຮູ້ຂອງຄົນທີ່ແຍກເປັນພາບ ແລະ ພື້ນ ຈັດເປັນພື້ນຖານການຈັດໝວດໝູ່ ຂອງການຮັບຮູ້.



ພາບ ແລະ ພື້ນ

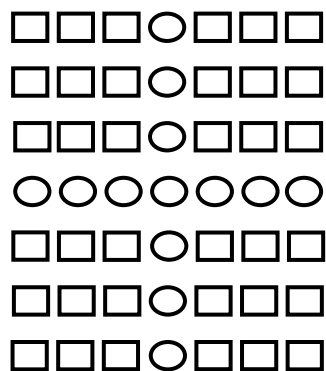
2.3. ຫຼັກການຕ່າງໆໃນການຮັບຮູ້

2.3.1. ຫຼັກການຈັດໝວດໝູ່ໃນການຮັບຮູ້ ຫຼື ຈັດລະບຽບການຮັບຮູ້

ນັກຈິດຕະວິທະຍາກຸ່ມ ເກັດສະຕອນ ເວົ້າວ່າການຮັບຮູ້ຂອງມະນຸດນັ້ນ ມີທ່າອ່ຽງໃນການຈັດ ຫຼື ຮັບສິ່ງຕ່າງໆທີ່ເຂົາເຫັນ,ທີ່ເຂົາຮູ້ສຶກໄດ້ອອກເປັນກຸ່ມໆ ເປັນໝວດໝູ່ ແລະ ຫຼາຍກວ່າທີ່ຈະຮັບຮູ້ເປັນສ່ວນຍ່ອຍໆ. ຈາກຄຳເວົ້ານີ້ ມະນຸດເຮົາມີທ່າອ່ຽງຈະແບ່ງສິ່ງຕ່າງໆ ເປັນກຸ່ມ ຫຼື ໝວດໝູ່ ຕາມຫຼັກການຕໍ່ໄປນີ້:

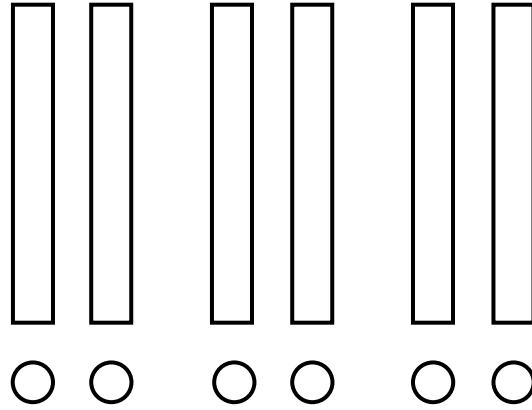
ກ. ຫຼັກແຫ່ງຄວາມຄ້າຍຄືກັນ (The Principle of Similarity)

ວັດຖຸໃດຖ້າມີຮູບຮ່າງ, ຂະໜາດ, ສີ ໄປໃນທາງດຽວກັນ, ຄ້າຍຄືກັນ, ມະນຸດມັກໃຊ້ຮູບເປັນກຸ່ມດຽວກັນໄດ້.



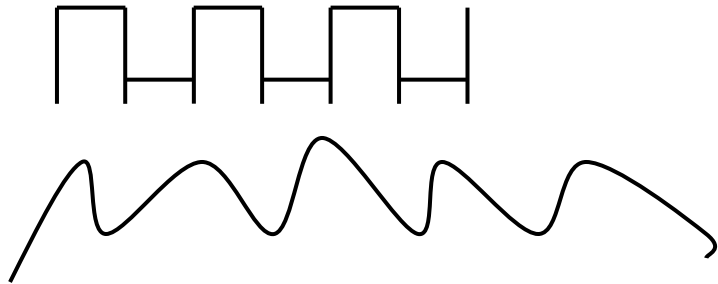
ຂ. ຫຼັກແຫ່ງຄວາມໃກ້ຊິດ (The Principle of Proximity)

ພາບຂອງວັດຖຸ ຫຼື ສິ່ງກະຕຸ້ນໃດໆກໍຕາມ ເມື່ອປະກົດໃນສິ່ງດຽວກັນ ແລະ ມີຄວາມໃກ້ຊິດກັນແລ້ວ ມະນຸດເຮົາຈະມີທ່າອ່ຽງໃນການຮັບຮູ້ເປັນໝວດດຽວກັນຫຼາຍກວ່າ.



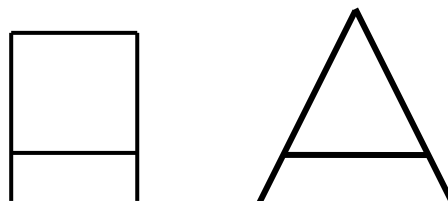
ຄ. ຫລັກແຫ່ງຄວາມຕໍ່ເນື່ອງ (The Principle of Continuity)

ສິ່ງກະຕຸ້ນ ຫຼື ວັດຖຸທັງທີ່ເປັນພາບທີ່ເຄື່ອນໄຫວ ຫຼື ພາບນຶ່ງກໍຕາມທີ່ປະກົດຂຶ້ນໃນທິດທາງດຽວກັນ ກໍ່ໃຫ້ເກີດພາບງ່າຍກວ່າສິ່ງກະຕຸ້ນ ຫຼື ວັດຖຸທີ່ຂາດການຕໍ່ເນື່ອງກັນ ເພາະມະນຸດມີທ່າອ່ຽງໃນການຮັບຮູ້ພາບເປັນໝູ່ດຽວກັນນັ້ນເອງ.



ງ. ຫຼັກແຫ່ງຄວາມສົມບູນ (The Principle of closure)

ການຮັບຂອງມະນຸດ ຈະຮັບຮູ້ໃນພາບທີ່ສົມບູນແຕ່ໃນຂະນະດຽວກັນນັ້ນ, ມະນຸດກໍມີຄວາມສາມາດໃນການຮັບຮູ້ພາບທີ່ມີລັກສະນະບໍ່ສົມບູນ ຫຼື ຂາດຫາຍໄປບາງສ່ວນພຽງເລັກນ້ອຍໄດ້ ທັງນີ້ ເພາະມະນຸດມີແນວໂນມທີ່ຈະສືບຕໍ່ຕື່ມສ່ວນທີ່ຂາດຫາຍໄປໃຫ້ສົມບູນໄດ້.



2.4. ການຮັບຮູ້ຕົນເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນ

2.4.1. ການຮັບຮູ້ຕົນເອງ

ການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຕົນເອງ ແມ່ນການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຄວາມສາມາດ ແລະ ຈະລິຍະທາຂອງຕົນເອງ, ເປັນການຮັບຮູ້ວ່າ ຜູ້ອື່ນຍອມຮັບຕົນເອງແນວໃດ, ການຮັບຮູ້ຕົນເອງອາດຈະປ່ຽນແປງໄດ້ໄປຕາມເຫດຜົນ, ທັງເຫດຜົນທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ທັງເຫດຜົນທີ່ບິດເບືອນໄປຈາກຄວາມຈິງ, ບາງຄັ້ງອາດຈະປ່ຽນແປງໄປຕາມຫຼັກການທົ່ວໄປ ຫຼື ອາດປ່ຽນແປງໄປຕາມສະຖານະການທີ່ເກີດຂຶ້ນ.

ການຮັບຮູ້ເລື່ອງຄຸນສົມບັດ ແລະ ລັກສະນະຂອງຜູ້ອື່ນນັ້ນຈະມີການປ່ຽນແປງບໍ່ຄົງທີ່ ເພາະບຸກຄົນຈະມີການປ່ຽນແປງເກີດຂຶ້ນຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ ແຕ່ການຮັບຮູ້ຕົນເອງເວລາໃດກໍຢູ່ບົນຫຼັກການດັ່ງນີ້:

- ຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຕົນເອງໃນຖານະເປັນບຸກຄົນໜຶ່ງໃນສັງຄົມ
- ການຮັບຮູ້ຕົນເອງຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ
- ການຮັບຮູ້ຕົນເອງເມື່ອມີຄວາມສໍາພັນກັບບຸກຄົນອື່ນ
- ການຮັບຮູ້ຕົນເອງເມື່ອມີການປຸກຝັງຄ່າມືຍົມ ແລະ ມີການວາງເປົ້າໝາຍ

2.4.2. ການຮັບຮູ້ຜູ້ອື່ນ

ຄົນເຮົາມັກຈະຕັດສິນຄົນອື່ນ ໃນເມື່ອເຮົາເຫັນວ່າຄົນນັ້ນ ເປັນຄົນໜ້າອົດສົງສານ, ເປັນຄົນງາມເຈົ້າຊູ້, ເປັນຄົນສະຫລາດ, ວ່ອງໄວ, ເມີນເສີຍ, ຄວາມຮູ້ສຶກເຊັ່ນນັ້ນ ມັກເກີດທັນທີທັນໃດ ໃນເມື່ອເຮົາພົບກັບຜູ້ອື່ນເປັນຄັ້ງທໍາອິດ, ຄວາມຮັບຮູ້ແບບນີ້ ຖືໄດ້ວ່າມັນບໍ່ແມ່ນການຮັບຮູ້ໂດຍກົງແຕ່ຫາກແມ່ນ “ເປັນການລົງຄວາມເຫັນ” ຫຼາຍກວ່າ.

ການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຜູ້ອື່ນເປັນ “ຂະບວນການສວນທາງ” ກັນຄື: ໃນເມື່ອເຮົາເບິ່ງຜູ້ອື່ນ ເວລານັ້ນຜູ້ອື່ນກໍຈະເບິ່ງເຮົາເຊັ່ນກັນ ການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຜູ້ອື່ນ ນອກຈາກຈະເປັນຂະບວນການສວນທາງແລ້ວ ເຮົາຍັງສາມາດເວົ້າໄດ້ວ່າ: “ຂະບວນການລົງຄວາມເຫັນ” ເຊິ່ງເປັນຂະບວນການທີ່ບຸກຄົນລົງຄວາມເຫັນກ່ຽວກັບບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຄົນອື່ນ.

ການຮັບຮູ້ ເມື່ອມີສິ່ງກະທົບຫຼາຍໆຢ່າງພ້ອມກັນ ຄົນເຮົາບໍ່ອາດໃຊ້ປະສາດສໍາຜັດທັງໝົດຮັບສໍາຜັດ ແລະ ຕ້ອງມີການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບການຮັບສໍາຜັດໄດ້ຕະຫຼອດຈົນຕ້ອງສະແດງປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະທົບທັງໝົດໄດ້ພ້ອມ. ສະນັ້ນ ຈຳເປັນໄດ້ຫາທາງຫຼີກລ້ຽງຄວາມສັບສົນຂອງສິ່ງກະທົບຕ່າງໆ ໃນໂລກ, ໂດຍການເລືອກສະແດງປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະທົບສະເພາະໃດໜຶ່ງທີ່ຈຳເປັນ ເຊິ່ງເຮົາເອີ້ນວ່າ: “ຄວາມຕັ້ງໃຈຈິງ” ຄວາມຕັ້ງໃຈຈິງມີສ່ວນສໍາພັນກັບຕົວປະກອບອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ການຮັບຮູ້ປະສົບການທີ່ມີແລ້ວ, ແຮງຈູງໃຈ ແລະ ສິ່ງກະທົບ.

3. ວຸດທິພາວະ ແລະ ການຮຽນຮູ້

3.1. ຄວາມໝາຍວຸດທິພາວະ

ວຸດທິພາວະ (Maturation) ໝາຍເຖິງ ຮູບແບບຂອງພຶດຕິກຳໃນແງ່ຊີວະວິທະຍາທີ່ມີຄວາມສໍາພັນກັບອາຍຸ ໂດຍການປ່ຽນແປງໃນຮູບແບບຂອງພຶດຕິກຳຫຼ້ານີ້ ຈະໄດ້ຮັບການຕັ້ງໂປຣແກຣມໂດຍຍິນ

,ເຊິ່ງລວມເຖິງຄວາມສາມາດທາງກາຍ ແລະ ຄວາມສາມາດທາງການຮູ້ຄິດ, ວຸດທິພາວະເປັນສະພາວະທີ່ມີຄວາມຈຳເປັນສຳລັບການຮຽນຮູ້ຕົວຢ່າງຂອງພຶດຕິກຳທີ່ເປັນຜົນມາຈາກວຸດທິພາວະໄດ້ແກ່: ການຄານ, ການຍາງ ແລະ ການແລ່ນ ເປັນຕົ້ນ.

ນອກຈາກນີ້ ວຸດທິພາວະຍັງໝາຍເຖິງ ລະດັບການຈະເລີນເຕີບໂຕງອກງາມ ແລະ ພັດທະນາທາງດ້ານສະລິລະວິທະຍາ, ອາລົມ, ສັງຄົມ ແລະ ມັນສະໜອງ ເຊິ່ງມີລາຍລະອຽດ ດັ່ງນີ້:

- 1) **ວຸດທິພາວະດ້ານສາລິລະວິທະຍາ** ໝາຍເຖິງລະດັບການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ພັດທະນາການທາງດ້ານອະໄວຍະວະສ່ວນຕ່າງໆ ລວມທັງລະບົບກ້າມເນື້ອ, ໂຄງກະດູກ, ສັດສ່ວນຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ບົດບາດໜ້າທີ່ອັນສູງສຸດຕາມໄວອາຍຸ.
- 2) **ວຸດທິພາວະດ້ານອາລົມ** ໝາຍເຖິງ ລະດັບການຈະເລີນເຕີບໂຕງອກງາມ ແລະ ພັດທະນາການທາງດ້ານອາລົມຈົດເຖິງຂັ້ນສູງສຸດເຮັດໃຫ້ສາມາດຄວບຄຸມຄັດເລືອກສະແດງອອກ ເຊິ່ງອາລົມທີ່ເໝາະສົມໄວອາຍຸຂອງບຸກຄົນຕາມທີ່ສັງຄົມເຂົ້າມີປົກກະຕິ, ທັງສາມາດເຂົ້າໃຈກິດຈະກຳໄດ້ໂດຍປາສະຈາກຄວາມຕຶງຄຽດຂອງອາລົມ.
- 3) **ວຸດທິພາວະດ້ານສັງຄົມ** ໝາຍເຖິງ ລະດັບຄວາມຈະເລີນ ແລະ ພັດທະນາການທາງດ້ານທັດສະນະຄະ ຕິ, ຄວາມຮູ້ສຶກ, ຄວາມເຂົ້າໃຈ ແລະ ທັກສະຂອງບຸກຄົນໃນກຸ່ມກ່ຽວຂ້ອງສຳພັນກັບຜູ້ອື່ນ ແລະ ສະຖາບັນທາງສັງຄົມໄດ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງ ແລະ ເໝາະສົມກັບຄວາມເປັນຈິງໃນສັງຄົມ.
- 4) **ວຸດທິພາວະດ້ານມັນສະໜອງ** ໝາຍເຖິງ ລະດັບການຈະເລີນ ແລະ ພັດທະນາການທາງດ້ານມັນສະໜອງເຖິງຂັ້ນສູງສຸດຂອງແຕ່ລະໄວອາຍຸ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ການປະຕິບັດກິດຈະກຳທາງມັນສະໜອງໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິພາບ.

3.2. ຄວາມໝາຍຂອງການຮຽນຮູ້

ທ່ານ ຮິລກາດ (Hilgard) ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍການຮຽນຮູ້ວ່າ “ການຮຽນຮູ້ແມ່ນຂະບວນການປ່ຽນແປງ ຂອງພຶດຕິກຳໂດຍການສະແດງກິລິຍາຕອບໂຕ້ຕໍ່ສະຖານະຢ່າງໃດໜຶ່ງ”.

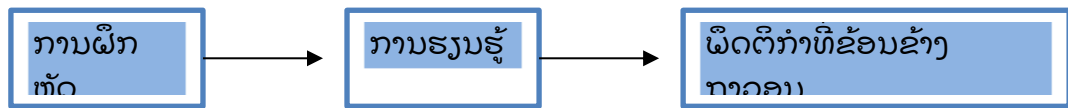
ທ່ານ ຄຣອນບາດ (Cronbach) ອະທິບາຍວ່າ “ ການຮຽນຮູ້ຄື ການປ່ຽນແປງຂອງພຶດຕິກຳເຊິ່ງເປັນຜົນມາຈາກປະສົບການ”.

ທ່ານ ມໍລິສ (Morris) ອະທິບາຍວ່າ “ການຮຽນຮູ້ເປັນຂະບວນການຂອງປະສົບການ ແລະ ການຝຶກຫັດກໍ່ໃຫ້ເກີດການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳຢ່າງຖາວອນ”

ທ່ານ ບາວເວີ (Bower) “ການຮຽນຮູ້ເປັນຂະບວນການທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ ຫຼື ປ່ຽນແປງກິດຈະກຳ” ໂດຍເປັນຜົນມາຈາກການຕອບສະໜອງຕໍ່ສະຖານະການ ບໍ່ແມ່ນປະຕິກິລິຍາຕາມທຳມະຊາດ, ບໍ່ແມ່ນວຸດທິພາວະ ແລະ ບໍ່ແມ່ນການປ່ຽນແປງສະເພາະຄວາມອິດເມື່ອຍ ຫຼື ຜົນຂອງຢາ.

ຈາກຄວາມໝາຍດັ່ງກ່າວ ສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: “ການຮຽນຮູ້ ໝາຍເຖິງຂະບວນການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳທີ່ຂ້ອນຂ້າງຖາວອນ ເພາະເປັນຜົນມາຈາກປະສົບການ ແລະ ການຝຶກແອບ, ແຕ່ບໍ່ໄດ້ລວມເຖິງ

ການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳ ອັນເປັນຜົນຂອງການພັດທະນາການ ແລະ ຈຸດທິພາວະ,ຄວາມເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍ, ຄວາມອິດເມື່ອຍ ແລະ ສານພິດ ຫຼື ຜົນຂອງລົດຢາຕ່າງໆ”.



❖ ລັກສະນະສໍາຄັນຂອງການຮຽນຮູ້

1). ການຮຽນຮູ້ວ່າ ແມ່ນຂະບວນການປ່ຽນແປງຂອງພຶດຕິກຳເຊິ່ງມີ 3 ລັກສະນະຄື:

- ການປ່ຽນແປງທາງດ້ານຄວາມຮູ້, ຄວາມເຂົ້າໃຈ (Cognitive domain)
- ການປ່ຽນແປງທາງດ້ານທັດສະນະຄະຕິ (Affective domain)
- ການປ່ຽນແປງທາງດ້ານທັກສະ (Psychomotor domain)

2). ການຮຽນຮູ້ ເປັນຜົນມາຈາກການຝຶກແອບ ແລະ ປະສົບການເຊັ່ນ: ເປັນຜົນມາຈາກຂະບວນການໃຫ້ການຮຽນຮູ້ທັງກົງ ແລະ ທາງອ້ອມເຊັ່ນ: ການຝຶກແອບດ້ານການອ່ານ,ການຂຽນ,ການເວົ້າ,ການຫລິ້ນດິນຕີ,ການຫຼິ້ນ ຫຼືການເບິ່ງການແຂ່ງຂັນກິລາ.

3). ການຮຽນຮູ້ ເປັນການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳທີ່ຂ້ອນຂ້າງຖາວອນ ການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳຕ້ອງຜ່ານຂະບວນການຄວາມຄິດ,ຄວາມເຂົ້າໃຈ ແລະ ຄວາມຊົງຈໍາໃນໄລຍະເວລາທີ່ຍາວພໍສົມຄວນ ຈະບໍ່ເປັນການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳທີ່ມີລັກສະນະຊົ່ວຄາວ ອັນເປັນຜົນມາຈາກລົດຂອງຢາ ແລະ ສານເຄມີ ຫຼື ຄວາມອິດເມື່ອຍຕ່າງໆ

❖ ຄວາມສໍາພັນລະຫວ່າງຈຸດທິພາວະ ແລະ ການຮຽນຮູ້ທີ່ມີຕໍ່ການພັດທະນາບຸກຄົນ ຄວາມສໍາພັນລະຫວ່າງຈຸດທິພາວະ ແລະ ການຮຽນຮູ້ ສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ດັ່ງນີ້:

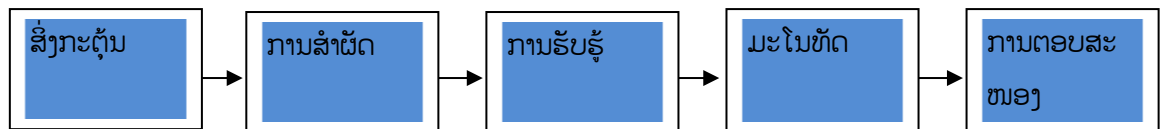
- 1) ພັດທະນາການຂອງບຸກຄົນເປັນຜົນຮ່ວມກັນລະຫວ່າງຈຸດທິພາວະ ແລະ ການຮຽນຮູ້.
- 2) ຈຸດທິພາວະເປັນຕົວກຳນົດຂອບເຂດຂອງການພັດທະນາໃນຕົວບຸກຄົນ, ການທີ່ຈຸດທິພາວະມີຂອບເຂດຈຳກັດເຮັດໃຫ້ການຮຽນຮູ້ທີ່ດີທີ່ສຸດອາດຈະບໍ່ໄດ້ຜົນຖ້າເກີນຂອບເຂດຂອງຈຸດທິພາວະທີ່ບຸກຄົນມີ.
- 3) ເມື່ອຍັງບໍ່ເຖິງຈຸດທິພາວະ, ການໃຫ້ການຝຶກຝົນໃດໆ ກໍຈະບໍ່ມີປະໂຫຍດອັນໃດເລີຍຕໍ່ການພັດທະນາ.
- 4) ພັດທະນາການໃນໄລຍະທຳອິດຂອງຊີວິດ ອາໄສຈຸດທິພາວະເປັນສໍາຄັນ ແຕ່ພັດທະນາການໃນໄລຍະຕໍ່ມາແລະ ໄລຍະຍາວຂອງຊີວິດຈະຕ້ອງອາໄສການຮຽນຮູ້ຫລາຍກວ່າຈຸດທິພາວະ.

3.3. ຂະບວນການຮຽນຮູ້ (Learning process)

ຂະບວນການຮຽນຮູ້ເປັນຂະບວນການທີ່ເກີດຂຶ້ນຕໍ່ເນື່ອງ ແລະ ມີຄວາມສໍາພັນກັນ, ມີນັກຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ກ່າວເຖິງຫຼາຍແນວທາງ ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວຂະບວນການຮຽນຮູ້ຂອງບຸກຄົນປະກອບດ້ວຍຂະບວນການທີ່ສໍາຄັນ 5 ຂັ້ນຕອນຄື:

- 1) **ສິ່ງກະຕຸ້ນ:** ເປັນສິ່ງກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດຄວາມສົນໃຈ
- 2) **ການສໍາຜັດ:** ເມື່ອສໍາຜັດກັບສິ່ງກະຕຸ້ນຮ່າງກາຍເກີດການຮັບຮູ້ສໍາຜັດ ແລະ ສິ່ງກະແສສໍາຜັດນັ້ນໄປຫາລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ
- 3) **ການຮັບຮູ້:** ເປັນການເຮັດວຽກຂອງລະບົບປະສາດໃນສ່ວນກາງເພື່ອວິເຄາະ ແລະ ແປຄວາມໝາຍຈາກສິ່ງທີ່ສໍາຜັດນັ້ນໂດຍອາໄສປະສົບການເດີມ ແລະ ປັດໃຈອື່ນໆ. ເຊັ່ນ: ຄວາມສາມາດ, ຄວາມຖະໜັດ, ຄວາມພ້ອມ ແລະ ສະຕິປັນຍາ.
- 4) **ມະໂນທັດ:** ເປັນການສະຫຼຸບຄວາມຄິດທີ່ຕົນເຂົ້າໃຈ
- 5) **ການຕອບສະໜອງ:** ເມື່ອສະຫຼຸບຄວາມຄິດທີ່ຕົນຮວບຮວມໄດ້ສິ່ງຜິດຕໍ່ການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳ ຫຼື ການມີພຶດຕິກຳທີ່ຕອບສະໜອງເຊິ່ງ ສາມາດປະເມີນໄດ້ຈາກການຮຽນຮູ້ຂອງພຶດຕິກຳທີ່ຕອບສະໜອງນີ້.

(ແຜນພາບຂະບວນການຮຽນຮູ້)



3.4. ຄວາມແຕກຕ່າງໃນການຮຽນຮູ້

ການຮຽນຮູ້ຂອງບຸກຄົນມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ ທັງນີ້ຂຶ້ນຢູ່ກັບປັດໃຈຕ່າງໆທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ການຮຽນຮູ້ເຊັ່ນ:

- 1) **ປັດໃຈດ້ານຕົວຜູ້ຮຽນ:** ລະບົບສະໜອງ, ວຸດທິພາວະ, ຄວາມພ້ອມ, ປະສົບການ, ແຮງຈູງໃຈ, ຄວາມບົກຜ່ອງທາງຮ່າງກາຍ, ຄວາມວິຕົກກັງວົນ, ສະຕິປັນຍາ...
- 2) **ປັດໃຈສິ່ງທີ່ຮຽນ ຫຼື ລັກສະນະຂອງງານ:** ລໍາດັບເນື້ອໃນໃຫ້ສອດຄ່ອງກັບລະດັບຂອງຜູ້ຮຽນ, ເນື້ອໃນໃຈຄວາມ, ຄວາມຍາວຂອງບົດຮຽນ, ສິ່ງລົບກວນ...
- 3) **ປັດໃຈທາງເຕັກນິກການຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້:** ການມີສ່ວນຮ່ວມໃນກິດຈະກຳທີ່ຮຽນຮູ້, ການສ້າງແຮງຈູງໃຈ ຫຼື ການໃຊ້ການເສີມແຮງ, ການແນະແນວທາງຫາຄວາມຮູ້ເພີ່ມເຕີມ, ວິທີການສອນທີ່ສອດຄ່ອງກັບເນື້ອໃນ.

4) ປັດໄຈກ່ຽວກັບຄວາມສາມາດໃນການຖ່າຍໂຍງການຮຽນຮູ້: ເປັນການນຳສິ່ງທີ່ຜູ້ຮຽນມີຄວາມຮູ້ ແລະ ປະສົບການເດີມມາເຊື່ອມໂຍງກັບການຮຽນຮູ້ຄັ້ງຕໍ່ໄປອາດເປັນການເຊື່ອມໂຍງທາງບວກ.

5) ປັດໄຈດ້ານສິ່ງແວດລ້ອມ: ສິ່ງແວດລ້ອມທາງກາຍ, ສິ່ງແວດລ້ອມດ້ານຈິດໃຈ, ລັກສະນະຂອງວັດທະນະທຳ, ປະເພນີໃນສັງຄົມ.

3.5. ທິດສະດີກ່ຽວກັບການຮຽນຮູ້

ທິດສະດີການຮຽນຮູ້ສາມາດແບ່ງອອກເປັນ 2 ກຸ່ມໃຫຍ່ຄື:

3.5.1. ສະດີເຊື່ອມ ໂຍງ (Bond Theory) ຫຼື ບາງຄັ້ງເອີ້ນວ່າ ທິດສະດີສຳພັນ ຫຼື ທິດສະດີສິ່ງກະຕຸ້ນ(Stimulus) ແລະ ການຕອບສະໜອງ (S.R Theory).

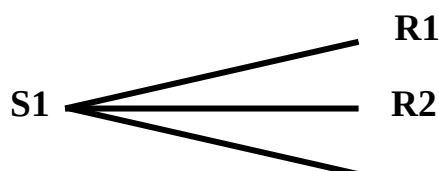
ທິດສະດີເຊື່ອມໂຍງຂອງ ທ່ານ ທອນໄດ (Thorndike's Connexionism) ທ່ານ ທອນໄດເປັນນັກຈິດຕະວິທະຍາ ແລະ ນັກການສຶກສາຄົ້ນຄວ້າເອີກາໄດ້ສຶກສາການຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບການວາງເງື່ອນໄຂແບບເຊື່ອມໂຍງຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງສິ່ງກະຕຸ້ນກັບການຕອບສະໜອງ.

ທ່ານ ທອນໄດ ອະທິບາຍວ່າການຮຽນຮູ້ເກີດຂຶ້ນເມື່ອອິນຊີປະເຊີນບັນຫາທີ່ຕ້ອງກະວົນກະວາຍດ້ວຍວິທີການຕ່າງໆ ເພື່ອໃຫ້ຫຼຸດພົ້ນຈາກບັນຫາທີ່ບໍ່ມີຫຼັກການ ຫຼື ຈຸດມຸ້ງໝາຍທີ່ແນ່ນອນເປັນການລອງຜິດລອງຖືກ (Trial and Error) ຕໍ່ເມື່ອປະເຊີນກັບບັນຫານັ້ນອີກກໍຈະສາມາດແກ້ໄຂບັນຫານັ້ນໄດ້ວ່ອງໄວຂຶ້ນ. ການຮຽນຮູ້ເກີດຂຶ້ນຈາກຄວາມສາມາດໃນການເຊື່ອມໂຍງຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງສິ່ງກະຕຸ້ນກັບປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງ.

ການຮຽນຮູ້ແບບລອງຜິດລອງຖືກມີຫຼັກການສຳຄັນວ່າ ເມື່ອອິນຊີກະທົບກັບສິ່ງກະຕຸ້ນ ອິນຊີຈະລອງໃຊ້ວິທີການຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະຕຸ້ນຫຼາຍໆວິທີ ຈົນກະທັ້ງຄົ້ນພົບກັບວິທີການທີ່ເໝາະສົມ ແລະ ຖືກຕ້ອງກັບເຫດການ ແລະ ສະຖານະການຫຼາຍທີ່ສຸດ. ເມື່ອໄດ້ຮັບການຕອບສະໜອງທີ່ຖືກຕ້ອງກໍຈະນຳໄປເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັບສິ່ງກະຕຸ້ນນັ້ນໆມີຜົນໃຫ້ເກີດການຮຽນຮູ້.

ຫຼັກການ ແລະ ສຳລັບຂັ້ນຂອງການຮຽນຮູ້ແບບລອງຜິດລອງຖືກມີດັ່ງນີ້:

- 1) ສິ່ງທີ່ເປັນບັນຫາກະຕຸ້ນໃຫ້ອິນຊີສະແດງພຶດຕິກຳອອກມາ.
- 2) ອິນຊີຈະສະແດງປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງຫຼາຍໆຢ່າງເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນ.
- 3) ປະຕິກິລິຍາ ຫຼື ພຶດຕິກຳຕອບສະໜອງທີ່ບໍ່ເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມພໍໃຈຈະຖືກຕັດສິນຖິ້ມໄປ.
- 4) ອິນຊີຈະຖືເອົາປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ຈະສະແດງການຕອບສະໜອງຕໍ່ສິ່ງກະຕຸ້ນ ເມື່ອສິ່ງກະຕຸ້ນນັ້ນມາກະທົບອີກ.



R3

(ຮູບສະແດງການຮູ້ແບບລອງຜິດລອງຖືກ)

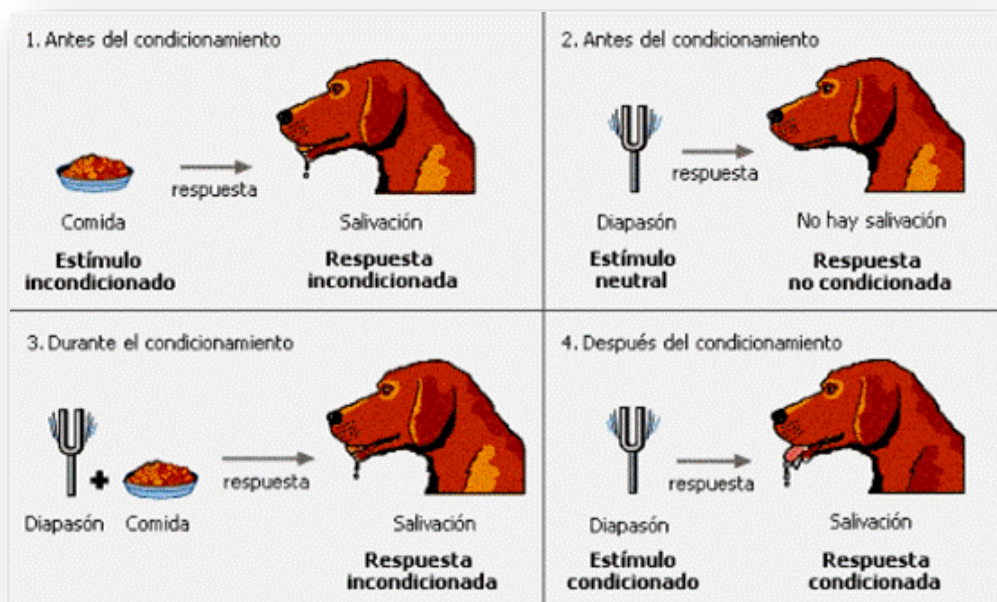
ທ່ານ ທ່ອນໄດ ເວົ້າວ່າ: ການຮຽນຮູ້ແບບນີ້ຈະຮຽນຮູ້ໄດ້ດີພຽງໃດນັ້ນມັນຂຶ້ນກັບຄວາມກຽມພ້ອມໃນການເຝິກຫັດ ແລະ ຜົນທີ່ຕາມາກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມພໍໃຈ ເຊິ່ງທ່ານກຳນົດເປັນ 3 ກົດເກນຄື:

- ກົດເກນແຫ່ງຄວາມພໍໃຈ (Law of Effect)
- ກົດເກນແຫ່ງການເຝິກຫັດ (Law of Exercise)
- ກົດເກນແຫ່ງຄວາມພ້ອມ (Law of Readiness)

3.5.2. ທິດສະດີການວາງເງື່ອນໄຂ (Conditioning) ແຍກອອກເປັນ 2 ປະເພດຄື:

ກ. ທິດສະດີການວາງເງື່ອນໄຂແບບ ຄລາຊິກຄໍ (Classical Conditioning) ຂອງ ທ່ານ ອີວານ ປາບລິບ (Pavlov I.P)

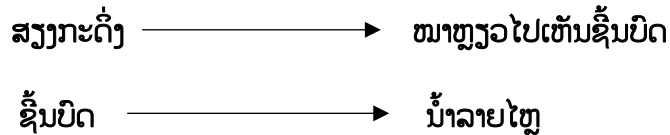
ທ່ານ ປາບລິບ (Pavlov I.P) ເປັນນັກສາລິລະວິທະຍາ ແລະ ນັກຈິຕະວິທະຍາ ຄົນຣັດເຊຍ ເປັນຜູ້ຕັ້ງທິດສະດີນີ້ ແລະ ມີການນຳມາເປັນບົດຮຽນຢ່າງກວ້າງຂວາງ, ທ່ານໄດ້ເຮັດການທົດລອງກ່ຽວກັບນ້ຳລາຍໄຫຼຂອງໝາ (Dog's Salivary) ໂດຍໃຫ້ໝາຢືນເທິງແຜ່ນໃນຫ້ອງທົດລອງ, ມີເຄື່ອງຮັດໜາໄວ້ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ໝາແລ່ນໄດ້, ທ່ານເຈາະຮຸ້ນອຍໆ ທີ່ແກ້ມຂອງໝາແລ້ວເອົາຫຼອດຢາງໃສ່ໄປເຊື່ອມຕໍ່ນ້ຳລາຍ, ເມື່ອໝານ້ຳລາຍໄຫຼ, ນ້ຳລາຍຈະໄຫຼໄປຕາມທໍລົງສູ່ບ່ອນເກັບ. ວິທີນີ້ເຮັດໃຫ້ຮູ້ໄດ້ວ່າໝາເກີດການຮຽນຮູ້ ຫຼື ບໍ່? ແລະ ຖ້ານ້ຳລາຍໄຫຼມີປະລິມານຫຼາຍໜ້ອຍພຽງໃດ?.



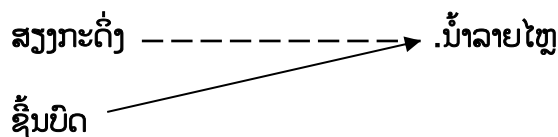
ຮູບ ການທົດລອງໝາ

❖ ການທົດລອງມີຂັ້ນຕອນດັ່ງນີ້:

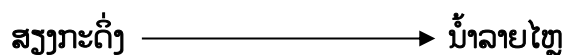
- ຂັ້ນຕອນທີ 1. ກ່ອນວາງເງື່ອນໄຂຜູ້ທົດລອງສັ່ນກະດິ່ງເພື່ອເກີດສິ່ງກະຕຸ້ນ ແລ້ວສັງເກດການຕອບສະໜອງຂອງໝາຈະບໍ່ມີນ້ຳລາຍໄຫຼ ຈາກນັ້ນກໍເອົາຊີ້ນບົດມາໃຫ້ໝາເຫັນ, ໝາກຳລັງຫິວຈະເລີ່ມນ້ຳລາຍໄຫຼທັນທີ. ເຮັດເຊັ່ນນີ້ຫຼາຍໆຄັ້ງ ດັ່ງແຜນວາດລຸ່ມນີ້:



- ຂັ້ນຕອນທີ 2. ຂັ້ນຕອນວາງເງື່ອນໄຂ, ຜູ້ທົດລອງສັ່ນກະດິ່ງ ແລ້ວຕາມດ້ວຍໃຫ້ຊີ້ນບົດຄວບຄູ່ກັນໄປຫຼາຍໆຄັ້ງ ຫຼັງຈາກນັ້ນປະກົດວ່ານ້ຳລາຍໄຫຼທຸກຄັ້ງທັນທີ.



- ຂັ້ນຕອນທີ 3. ຜູ້ທົດລອງພຽງສັ່ນກະດິ່ງຢ່າງດຽວໂດຍບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ຊີ້ນບົດ ປະກົດວ່າ ໝານ້ຳລາຍໄຫຼ ສະແດງວ່າ ? ຍງກະດິ່ງເກີດມີຄວາມສາມາດທີ່ຈະດຶງການຕອບສະໜອງມາໄດ້ນັ້ນຄືພຶດຕິກຳຂອງໝາໄດ້ຖືກວາງເງື່ອນໄຂໃຫ້ນ້ຳລາຍໄຫຼຈາກສຽງກະດິ່ງ ຫຼື ໝາເກີດການຮຽນຮູ້.



• ເງື່ອນໄຂໃນການທົດລອງລວມມີ:

- 1) ຊີ້ນບົດຄື ສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ບໍ່ໄດ້ວາງເງື່ອນໄຂ (Unconditioned Stimulus) ຫຼື U.S
- 2) ສຽງກະດິ່ງຄືສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ຖືກວາງເງື່ອນໄຂ (Conditioned Stimulus) ຫຼື C.S
- 3) ໝານ້ຳລາຍໄຫຼເມື່ອເຫັນຊີ້ນບົດ, ເປັນການຕອບສະໜອງທີ່ບໍ່ໄດ້ວາງເງື່ອນໄຂ (Unconditioned Response) ຫຼື C.R
- 4) ໝານ້ຳລາຍໄຫຼເມື່ອໄດ້ຍິນສຽງກະດິ່ງ, ເປັນການຕອບສະໜອງທີ່ຖືວ່າເງື່ອນໄຂ (Conditioned Response) ຫຼື C.R

ຂ. ທົດສະດີການວາງເງື່ອນໄຂແບບການກະທຳ (Operant Conditioning) ຂອງທ່ານ ປິເອຟ ສະກິນ ເນີ (B.F. Skinner)

ການຮຽນຮູ້ແບບວາງເງື່ອນໄຂ ແບບການກະທຳຂອງທ່ານ ສະກິນເນີ ນັກຈິດຕະວິທະຍາຄົນອາເມຣິກາເປັນຜູ້ສ້າງຂຶ້ນ ໂດຍຫຼັກການວ່າ “ການຮຽນຮູ້ເກີດຂຶ້ນໄດ້ຈາກການກະທຳແລ້ວ ໂດຍໄດ້ຮັບການ

ເສີມແຮງ”. ທ່ານ ສະກິນເນີ ໄດ້ທາການທົດລອງກັບໝູຂາວ, ໂດຍເອົາໝູຂາວທີ່ກາລັງຫົວໃສ່ລົງໄປໃນ ຄອກທີ່ສ້າງຂຶ້ນໂດຍສະເພາະເອີ້ນວ່າ (Skinner box) ພາຍໃນຄອກມີກົນໄກທີ່ຕິດກັບວົງຈອນຝັ່ງກັບ ຄານນ້ອຍໆ ຕໍ່ໄປຫາບ່ອນເກັບອາຫານໝູ, ເມື່ອໝູກົດຄານໄຟຈະສະຫວ່າງ ແລະ ກົນໄກກະຈະໄປບັງຄັບ ໃຫ້ອາຫານຕົກລົງມາ ເຊິ່ງເຮົາສາມາດຂຽນເປັນແຜນພາບດັ່ງນີ້:

R (ການເນັ້ນຄານ)S (ອາຫານ)

ອາຫານເປັນຕົວເສີມແຮງ (Reinforcement) ເຮັດໃຫ້ເກີດການວາງເງື່ອນໄຂແບບການກະທຳ ຄືການເນັ້ນຄານກໍຈະໄດ້ຮັບການເສີມແຮງຄືໄດ້ຮັບອາຫານ, ການທົດລອງຄັ້ງຕໍ່ໆມາປະກົດວ່າໝູຂາວຈະ ເນັ້ນຄານຖິ້ມ ເພາະເກີດການຮຽນຮູ້ວ່າ, ການເນັ້ນຄານຈະເຮັດໃຫ້ໄດ້ກິນອາຫານ.

ການຮຽນຮູ້ແບບວາງເງື່ອນໄຂແບບການກະທຳນີ້ ຜູ້ຖືກທົດລອງຈະຕ້ອງສະແດງປະຕິກິລິຍາຕອບ ສະໜອງຕາມເງື່ອນສາກ່ອນ ຈຶ່ງຈະໄດ້ແຮງເສີມ ຫຼື ລາງວັນ.

ໃນການທົດລອງຂອງທ່ານ ສະກິນເນີ ເຮົາຮູ້ວ່າປະຕິກິລິຍາການຕອບສະໜອງຄື ການເນັ້ນຄານ, ແຮງເສີມ ຫຼື ລາງວັນ ຄື ອາຫານ, ການຢັບຢັ້ງ ຫຼື ລົບພິດຕິກຳສາມາດເຮັດໄດ້ໂດຍບໍ່ເຕີມອາຫານໃນຄອກ. ເມື່ອໝູເນັ້ນຄານແລ້ວປະກົດວ່າ ບໍ່ມີອາຫານຕົກລົງມາຄືເກົ່າ ແລະ ເມື່ອປ່ອຍໃຫ້ໝູເນັ້ນຄານຫຼາຍໆຄັ້ງ ແລ້ວບໍ່ມີອາຫານຕົກລົງມາອີກ ການເນັ້ນຄານກໍຄ່ອຍໆຫຼຸດລົງຈົນກ່ວາໝູເຊົາເນັ້ນຄານໄປໃນທີ່ສຸດ.

ຈາກການທົດລອງສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ ພຶດຕິກຳມີ 2 ຊະນິດຄື:

- 1) ພຶດຕິກຳທີ່ຢູ່ພາຍໃຕ້ການຄວບຄຸມຂອງສິ່ງກະຕຸ້ນໂດຍກົງ ເຊັ່ນ: ໝານ້ຳລາຍໄຫຼ
- 2) ເມື່ອໄດ້ກິນອາຫານພຶດຕິກຳທີ່ຕ້ອງການກະທຳຢ່າງໃດໜຶ່ງສາກ່ອນຈຶ່ງຈະເກີດພຶດຕິກຳທີ່ຕ້ອງການ ເຊັ່ນ: ການເນັ້ນຄານເຮັດໃຫ້ອາຫານຕົກລົງມາ.

4. ການຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້

4.1. ຄວາມໝາຍຂອງການຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້

ການຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້ ໝາຍເຖິງ ການນຳສິ່ງທີ່ຮຽນແລ້ວໃນອະດີດມາໃຊ້ແກ້ໄຂບັນຫາ ຫລື ນຳ ມາໃຊ້ສຳພັນກັບສະຖານທີ່ໜຶ່ງໃນປັດຈຸບັນ ຫລື ອະນາຄົດ

ການຮຽນຮູ້ເກົ່າ ເຊິ່ງມີຜົນຕໍ່ການຮຽນຮູ້ໃໝ່ນັ້ນອາດຈະສົ່ງເສີມ ຫຼື ຂັດແຍ່ງກັນ, ຖ້າປະສົບການ ໃນອາດີດມີຜົນຕໍ່ການຮຽນໃໝ່ໃນລັກສະນະສົ່ງເສີມກັນເອີ້ນວ່າ Positive Transfer OF Learning ເຊັ່ນ: ການຫຼິ້ນປຶ້ງປ່ອງ ແລະ ການຫຼິ້ນເທັນນິດ

ຖ້າປະສົບການໃນອາດີດ ມີລັກສະນະຂັດແຍ່ງກັບການຮຽນຮູ້ໃໝ່ບໍ່ຊ່ວຍສົ່ງເສີມເອີ້ນວ່າ Negative transfer of Learning ເຊັ່ນ: ການຫຼິ້ນເທັນນິດ ແລະ ຕິດອກໄກ່.

ຖ້າການຮຽນຮູ້ໃນອາດີດບໍ່ສົ່ງຜົນສົ່ງເສີມ ຫຼື ຂັດຂວາງຕໍ່ການຮຽນຮູ້ສິ່ງໃໝ່ເຮົາເອີ້ນວ່າ: ການຖ່າຍ ທອດການຮຽນແບບເປັນສູນ (Zero Transfer).

ຖ້າຮຽນຮູ້ຈະມີການຖ່າຍທອດຈະຕ້ອງອາໄສ ຄວາມຄ້າຍຄືກັບບາງປະການຂອງເນື້ອໃນ ແລະ ວິທີການ.

4.2. ອົງປະກອບທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້

4.2.1 ຄວາມຄ້າຍຄືກັນຂອງສິ່ງທີ່ຮຽນຮູ້

ເມື່ອປຽບທຽບການຮຽນຮູ້ລະຫວ່າງສິ່ງເກົ່າກັບສິ່ງໃໝ່, ເຊິ່ງມີການຖ່າຍທອດສູ່ກັນນັ້ນຈະພົບວ່າ ທັງສອງສິ່ງມີຄວາມຄ້າຍຄືກັນ. ຄວາມຄ້າຍຄືກັນຂອງສິ່ງທີ່ຮຽນຮູ້ນີ້ອາດຄ້າຍຄືກັນໃນລັກສະນະຂອງສິ່ງກະຕຸ້ນກໍໄດ້ ຫຼື ຄ້າຍຄືກັນໃນການຕອບສະໜອງກໍໄດ້ ເຊິ່ງຄວາມຄ້າຍຄືກັນຂອງສິ່ງທີ່ຮຽນຮູ້ນີ້ຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດການຖ່າຍທອດໃນທາງບວກ ຫຼື ການຖ່າຍທອດໃນທາງລົບກໍໄດ້ ເຊັ່ນ: ຄົນທີ່ເຄີຍຂີ່ລົດຖີບມາກ່ອນ ເມື່ອມາເຝິກຮຽນຂີ່ລົດຈັກກໍຮຽນໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ ເພາະເຄີຍມີປະສົບການຊິງຕົວເທິງລົດທີ່ມີສອງລໍ້ມາກ່ອນ, ແຕ່ສາລັບຄົນທີ່ຕິດອກຂົນໄກ່ມາກ່ອນ ເມື່ອມາເຝິກຫັດຫຼິ້ນເທັນນິດຈະຮູ້ສຶກລາບາກໃນຕອນເລີ່ມຫຼິ້ນ ເພາະໃນການຕິດອກຂົນໄກ່ນັ້ນຈະໃຊ້ກ້າມເນື້ອສ່ວນທີ່ແຕກຕ່າງກັນກັບການຕິເທັນນິດ ທັງລັກສະນະທາງທາງໃນການຕິກແຕກຕ່າງກັນເຖິງຈະໃຊ້ມືໃນການຕິຄືກັນກໍຕາມ.

4.2.2 ການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້ໂດຍອາໃສກົດເກນ

ສິ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້ໄດ້ສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງກໍຄືຫຼັກຂອງການຮຽນຮູ້ເຊິ່ງການຖ່າຍທອດຈະເກີດຂຶ້ນ ເມື່ອກົດເກນຂອງການຮຽນຮູ້ສິ່ງໜຶ່ງໃນອາດິດມີສ່ວນຄ້າຍຄືກັບການຮຽນຮູ້ສິ່ງໃໝ່ ເຊັ່ນ: ຫຼັກເກນທາງວິທະຍາສາດທີ່ວ່າ ນ້ຳຍ່ອມໄຫຼສູ່ທີ່ຕ່ຳສະເໝີ. ດັ່ງນັ້ນ ເມື່ອຜູ້ໄດ້ຂັບຂີ່ລົດໄດ້ຮຽນຮູ້ຫຼັກເກນນີ້ແລ້ວ ເວລາທີ່ຂັບລົດລົງຄ່ອຍຈຶ່ງຕ້ອງໃຊ້ເກຍຕ່ຳ ຫຼື ຄ່ອຍຜ່ອນຄວາມໄວເພື່ອໃຫ້ເກີດຄວາມປອດໄພເປັນຕົ້ນ.

4.2.3 ການຮຽນຮູ້ເທັກນິກໃນການຮຽນ

ບາງຄັ້ງສິ່ງທີ່ຮຽນຮູ້ເກົ່າ ກັບສິ່ງທີ່ຮຽນຮູ້ສິ່ງໃໝ່ບໍ່ມີລັກສະນະຄ້າຍຄືກັນ ແຕ່ການຖ່າຍທອດທາງບວກກໍເກີດຂຶ້ນໄດ້ນັ້ນຄື: ຜູ້ຮຽນສາມາດຮຽນຮູ້ບົດຮຽນໃໝ່ໄດ້ຢ່າງວ່ອງໄວຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ຕ້ອງຮຽນວິທີການຜ່ອນຄາຍຄວາມຕຶງຄຽດ ຫຼື ຄວາມອິດເມື່ອຍໃນຂະນະທີ່ກຳລັງຮຽນ ຫຼື ຈະຕ້ອງພະຍາຍາມບໍ່ໃສ່ໃຈກັບສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງ ແລະ ຕ້ອງຄົ້ນຄວ້າຄວາມສຳພັນລັກສະນະສຳຄັນໃນສິ່ງທີ່ຮຽນຮູ້ນັ້ນໃຫ້ພົບ.

1 ການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້ຕ້ອງອາໄສການຮັບຮູ້ທີ່ດີ

ໃນການຮຽນຮູ້ສິ່ງໜຶ່ງຫາກຜູ້ຮຽນສາມາດຮັບຮູ້ໃນສິ່ງນັ້ນໄດ້ຫຼາຍທຳໃດ ເມື່ອໄປຮຽນຮູ້ສິ່ງໃໝ່ ການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້ກໍມີໂອກາດຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ຫຼາຍ.

2 ການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້ຕ້ອງມີຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບຫຼັກການຕ່າງໆ

ໃນການຖ່າຍທອດການຮຽນຮູ້ຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ ຜູ້ຮຽນຮູ້ຈະຕ້ອງຮຽນຮູ້ຫຼັກການຕ່າງໆທີ່ເປັນພື້ນຖານຢ່າງແມ່ນຢາ.

3 ຜົນສຳເລັດຂອງການຮຽນຮູ້ສິ່ງໃໝ່ຕ້ອງອາໄສຄວາມຮູ້ເກົ່າ

ຖ້າຄວາມຮູ້ເກົ່າມີຜົນສໍາເລັດສູງກໍຈະເຮັດໃຫ້ການຖ່າຍທອດໄປສູ່ການຮຽນຮູ້ສິ່ງໃໝ່ມີໂອກາດ
ສູງຄືກັນ.

ບົດທີ 7

ການຄົ້ນຄິດ ແລະ ຈົນຕະນາການ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດອະທິບາຍຫຼັກການຄົ້ນຄິດ ແລະ ຈຳແນກຊະນິດການຄົ້ນຄິດໄດ້.
- ສາມາດເຂົ້າໃຈ ແລະ ອະທິບາຍຄວາມໝາຍຂອງຈົນຕະນາການໄດ້.
- ສາມາດອະທິບາຍຫຼັກການຈື່ ແລະ ລືມໄດ້ ລວມເຖິງການໃສ່ໃຈ.

1. ການຄົ້ນຄິດ

1.1. ຄວາມໝາຍຂອງການຄົ້ນຄິດ.

ການຄົ້ນຄິດເປັນພຶດຕິກຳຢ່າງໜຶ່ງ ເປັນການໃຊ້ສັນຍາລັກແທນສິ່ງ ຫລື ເຫດການຕ່າງໆ ເປັນພຶດຕິກຳທີ່ສະແດງອອກມາໃນຮູບຂອງຄວາມເຫັນ ການຄົ້ນຄິດເປັນເລື່ອງສຳຄັນໃນທາງຈິດຕະວິທະຍາ ເພາະເປັນການສະແດງເຖິງຄວາມຈະເລີນຂອງຊີວິດ

ມະນຸດໄດ້ວິເສດກວ່າສັດໂລກອື່ນໆ ເພາະມີລະບົບປະສາດທີ່ຍິ່ງ. ການຄິດຂອງມະນຸດມີຄວາມສຳຄັນ ເພາະຊ່ວຍໃຫ້ມະນຸດສາມາດປັບຕົວເຂົ້າກັບສິ່ງແວດລ້ອມ ແລະ ປັບສິ່ງແວດລ້ອມໃຫ້ເຂົ້າກັບຕົວໄດ້.

ການຄົ້ນຄິດເປັນເລື່ອງສຳຄັນ ແລະ ຈຳເປັນຢ່າງຍິ່ງສຳລັບການດຳລົງຊີບໃນສັງຄົມທີ່ຊັບຊ້ອນ, ມະນຸດເຮົາປະເສດກວ່າສັດບ່ອນທີ່ມີຄວາມຄິດທີ່ເໝືອກວ່າ. ໃນສັງຄົມທີ່ຊັບຊ້ອນຄືປັດຈຸບັນນີ້ຕ້ອງຄິດເປັນ, ຄິດທີ່ບໍ່ມັກຄິດ ຫຼື ຄິດຫຍັງບໍ່ທັນຍ່ອມຈະຕົກເປັນເທື່ອແກ່ຄົນຊ່າງຄິດ. ນັກການສຶກສາ, ນັກວິຊາການ, ນັກທຸລະກິດ, ນັກເສດຖະສາດ... ຖ້າບໍ່ເປັນນັກຄິດຈະເປັນນັກວິຊາຊີບທີ່ດີບໍ່ໄດ້ຈຳເປັນຕ້ອງອາໄສການຄິດເປັນສິ່ງໄປສູ່ການດຳເນີນງານທີ່ມີປະສິດທິພາບ ແລະ ສຳເລັດຜົນ.

ມີທັດສະນະໜຶ່ງເວົ້າວ່າ ການຄົ້ນຄິດຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ ກໍເພາະມີກຳລັງແຮງອັນສັກສິດໃດໜຶ່ງທີ່ພວກເຮົາບໍ່ສາມາດເຫັນໄດ້ ແລະ ບໍ່ມີການພົວພັນກັບໂລກພາວະວິໄສ ແລະ ມີພຽງຊົນຊັ້ນຮັ່ງມີເທົ່ານັ້ນຈຶ່ງມີການຄິດຢ່າງແທ້ຈິງ. ເຂົາຖືວ່າການຄົ້ນຄິດແມ່ນການກະທຳ, ການຄິດຈຶ່ງມີໃນການກະທຳ. ໃນຕົວຈິງກໍມີສ່ວນຖືກຕ້ອງ ແຕ່ບໍ່ຖືກທັງໝົດ ເພາະວ່າບາງຄົນມີການຄິດແຕ່ບໍ່ໄດ້ສະແດງອອກໃນພຶດຕິກຳ.

ທ່ານ ຊີ ວີ ກູດ (C. V. Good) ເຊື່ອວ່າ: ການຄົ້ນຄິດ ຄືຂະບວນການແຫ່ງກິດຈະກຳທາງສະໝອງ.

ທ່ານ ກໍ່ ສະຫວັດດີພານິດເວົ້າວ່າ: ການຄົ້ນຄິດຄື ຄືພຶດຕິກຳທາງຈິດໃຈ ເຊິ່ງມີແນວທາງອັນແນ່ນອນ ພຶດຕິກຳເຊັ່ນນີ້ເກີດຈາກບັນຫາທີ່ຈະຕ້ອງແກ້ໄຂ, ການແກ້ໄຂບັນຫານັ້ນຈະຕ້ອງອາໄສນາມະທຳ ແລະ ສັນຍະລັກເປັນສ່ວນໃຫຍ່, ການຄົ້ນຄິດມັກຈະຈົບລົງດ້ວຍການສະຫຼຸບຜົນໃນຂັ້ນສຸດທ້າຍ.

ສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ ການຄົ້ນຄິດແມ່ນພຶດຕິກຳພາຍໃນຂອງມະນຸດທີ່ສ້ອງແສງເຖິງລັກສະນະທາດແທ້, ສາຍພົວພັນ ແລະ ຄວາມສຳພັນພາຍໃນທີ່ມີລັກສະນະກົດເກນຂອງວັດຖຸປະກົດການຕົວຈິງ ເຊິ່ງກ່ອນໜ້ານັ້ນຄົນເຮົາຍັງບໍ່ຮູ້.

1.2. ຈຸດພິເສດຂອງການຄົ້ນຄິດ

1) ລັກສະນະມີບັນຫາຂອງການຄົ້ນຄິດ

ການຄົ້ນຄິດ ຈະເກີດຂຶ້ນຢ່າງແທ້ຈິງນັ້ນກໍຕໍ່ເມື່ອຄົນເຮົາຕົກຢູ່ໃນສະຖານະການຈຳເປັນເຊິ່ງເວລານັ້ນຈະເກີດມີເປົ້າໝາຍໃໝ່ຂຶ້ນມາ ແລະ ລຳພັງບັນດາອຸປະກອນ; ວິທີການເກົ່າໆທີ່ເຄີຍປະຕິບັດມາພັດບໍ່ພຽງພໍ (ເຖິງແມ່ນວ່າຈຳເປັນ) ເພື່ອບັນລຸເປົ້າໝາຍໃໝ່ນັ້ນ. ສະຖານະການດັ່ງກ່າວນັ້ນເອີ້ນວ່າ ສະຖານະການມີບັນຫາ.

ແຕ່ຖ້າຫາກຕ້ອງການກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດການຄົ້ນຄິດ, ສະຖານະການມີບັນຫານັ້ນຕ້ອງໄດ້ຮັບການຮັບຮູ້ຢ່າງຈິງຈັງຈາກອັດຕະບຸກຄົນ ກາຍເປັນໜ້າທີ່ຄົ້ນຄິດຂອງເຂົາເຈົ້າ ໝາຍຄວາມວ່າບຸກຄົນນັ້ນຕ້ອງກຳນົດໃຫ້ໄດ້ວ່າ ສິ່ງໃດທີ່ຮູ້ແລ້ວ ແລະ ສິ່ງໃດທີ່ບໍ່ທັນຮູ້ ຕ້ອງໄດ້ຄົ້ນຫາ ແລະ ມີປະສິງທີ່ຈະຊອກສະແຫວງຫາ. ແນ່ນອນວ່າ ຖ້າຂໍ້ມູນດັ່ງກ່າວນັ້ນນອກຢູ່ນອກຂອບເຂດຮັບຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈຂອງບຸກຄົນກໍເປັນໄປບໍ່ໄດ້ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເກີດການຄົ້ນຄິດ.

2) ລັກສະນະທາງອ້ອມຂອງການຄົ້ນຄິດ

ການຄົ້ນຄິດສ້ອງແສງບັນດາວັດຖຸປະກົດການຕ່າງໆໂດຍທາງອ້ອມດ້ວຍພາສາ ເຊິ່ງແຕກຕ່າງຈາກການຮັບຮູ້ຂັ້ນສຳຜັດຖານ. ການຄົ້ນຄິດສະແດງອອກທີ່ພາສາ ບັນດາກົດເກນ, ຫລັກການ, ເຫດການ, ບັນດາສາຍພົວພັນຕ່າງໆ ໄດ້ຖືກສັງລວມເຂົ້າ ແລະ ບັນຍາຍອອກເປັນຄຳສັບຕ່າງໆ ໄດ້ຖືກສັງລວມເຂົ້າ ແລະ ບັນຍາຍອອກເປັນຄຳສັບຕ່າງໆ. ອີກດ້ານໜຶ່ງ, ບັນດາຜົນງານຂອງການປະດິດຕ່າງໆ, ໝາກຜົນການຄົ້ນຄິດຂອງບຸກຄົນຕ່າງໆກໍຄືບັນດາປະສົບການຂອງເຂົາເຫຼົ່ານັ້ນ ກໍລ້ວນແຕ່ແມ່ນເຄື່ອງມືສຳຄັນສຳລັບມະນຸດທຸກຄົນທີ່ຈະຕ້ອງຄົ້ນຫາໂລກພາວະວິໄສ ເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາໃໝ່ທີ່ເກີດຂຶ້ນ. ນອກຈາກນັ້ນ, ບັນດາເຄື່ອງມື; ອຸປະກອນຕ່າງໆທີ່ຄົນເຮົາສ້າງຂຶ້ນ ບໍ່ວ່າຈະເປັນ ບາຫຼອດ, ໂມງ, ເຄື່ອງມືໄຟຟ້າຕ່າງໆ... ກໍສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາສາມາດຮັບຮູ້ບັນດາປະກົດການໃນຕົວຈິງ ເຊິ່ງບໍ່ສາມາດຈະຮັບຮູ້ພວກມັນ ແບບສຳຜັດຖານໂດຍກົງໄດ້.

3) ລັກສະນະນາມມະທຳ ແລະ ສັງຮວມຂອງການຄົ້ນຄິດ

ການຄົ້ນຄິດສາມາດໄຈ້ແຍກລັກສະນະຍົກຍ່ອຍ, ລັກສະນະສະເພາະອອກຈາກວັດຖຸປະກົດການໄດ້, ເກັບໄວ້ພຽງແຕ່ລັກສະນະທາດແທ້ທີ່ສຸດ, ກວມຮ່ວມທີ່ສຸດຂອງວັດຖຸ ແລະ ປາກົດການ. ບົນພື້ນຖານດັ່ງກ່າວນັ້ນ, ມັນຈະສັງລວມເອົາປາກົດການຍົກຍ່ອຍ, ແຕກຕ່າງກັນແຕ່ມີລັກສະນະທາດແທ້ຢູ່ນຳກັນເຂົ້າເປັນໝວດ, ກຸ່ມດຽວກັນ. ຫຼື ເວົ້າອີກຢ່າງໜຶ່ງວ່າ, ການຄົ້ນຄິດມີລັກສະນະນາມມະທຳ ແລະ ລັກສະນະ

ສັງລວມ ສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາເບິ່ງກວ້າງເຫັນໄກໃນອະນາຄົດໄດ້ ສາມາດວາງແຜນແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນພາຍໜ້າ ບໍ່ສະເພາະແຕ່ແກ້ໄຂສະເພາະໜ້າ ບໍ່ສະເພາະແຕ່ແກ້ບັນຫາສະເພາະໜ້າໄດ້.

4) ການຄົ້ນຄິດມີສາຍພົວພັນຢ່າງໃກ້ຊິດກັບພາສາ

ສາເຫດທີ່ການຄົ້ນຄິດມີຈຸດພິເສດດັ່ງກ່າວໄປຂ້າງເທິງ ແມ່ນເນື່ອງຈາກວ່າ ການຄົ້ນຄິດຂອງຄົນເຮົາຕິດພັນກັບພາສາ, ເອົາພາສາເປັນພາຫະນະ. ການຄົ້ນຄິດບໍ່ສາມາດຄົງຕົວຢູ່ໄດ້ໂດຍປາສະຈາກພາສາ ກົງກັນຂ້າມພາສາກໍບໍ່ສາມາດເກີດໄດ້ຖ້າບໍ່ອີງໃສ່ການຄົ້ນຄິດ ການຄົ້ນຄິດກັບພາສາມີຄວາມເປັນເອກະພາບນຳກັນ ບໍ່ແຍກຈາກກັນ ແຕ່ບໍ່ແມ່ນສິ່ງດຽວກັນ ສາຍພົວພັນດັ່ງກ່າວແມ່ນສາຍພົວພັນລະຫວ່າງເນື້ອໃນກັບຮູບການ.

5) ລັກສະນະຕັກກະຖານຂອງການຄົ້ນຄິດ

ມີພຽງແຕ່ການຄົ້ນຄິດເທົ່ານັ້ນ ທີ່ສາມາດຈະຊ່ວຍໃຫ້ມະນຸດເຮົາສາມາດສ່ອງແສງເຖິງລັກສະນະທາດແທ້ຂອງວັດຖຸ ແລະ ປາກົດການ, ບັນດາສາຍພົວພັນ ແລະ ມີຄວາມສຳພັນທີ່ມີລັກສະນະກົດເກນຂອງພວກມັນ, ເພາະວ່າ ການຄົ້ນຄິດເທົ່ານັ້ນທີ່ຈະສາມາດຂ້າມຜ່ານເຂດແດນຮູບປະທຳ (ປະຈັກຕາ) ຂອງການຮັບຮູ້ຂັ້ນສຳຜັດຖານໄດ້. ແຕ່ບໍ່ໝາຍຄວາມວ່າທຸກການຄົ້ນຄິດຈະສາມາດສ່ອງແສງບັນດາວັດຖຸ ແລະ ປະກົດການຢ່າງເລິກເຊິ່ງ, ແຕ່ກໍ່ບໍ່ໝາຍຄວາມຈະຖືກໝົດ ການຄົ້ນຄິດຈະຖືກຕ້ອງເຖິງຖອງນັ້ນຍັງຂຶ້ນຢູ່ກັບຍຸດທະວິທີ ແລະ ວິທີການຄົ້ນຄິດອີກດ້ວຍ.

6) ການຄົ້ນຄິດມີສາຍພົວພັນຢ່າງແໜ້ນແຟ້ນກັບການຮັບຮູ້ຂັ້ນສຳຜັດຖານ

ສາຍພົວພັນດັ່ງກ່າວເອີ້ນວ່າ: ສາຍພົວພັນໄປມາ ສອງທິດ (ປະຕິສຳພັນ) ການຄົ້ນຄິດຖືກດຳເນີນການບິນພື້ນຖານຂໍ້ມູນທີ່ການຮັບຮູ້ຂັ້ນສຳຜັດຖານສະໜອງໃຫ້ ຄວາມຖືກຕ້ອງຂອງການຄົ້ນຄິດແມ່ນຖືກກວດກາຈາກຕົວຈິງ ໃຕ້ຮູບການຮູບປະທຳ ກົງກັນຂ້າມ ການຄົ້ນຄິດ ແລະ ຜົນຂອງມັນມີອິດທິພົນຕໍ່ຂະບວນການຮັບຮູ້ຂັ້ນສຳຜັດຖານ **ຕົວຢ່າງ:** ຕໍ່ລັກສະນະເລືອກເຟັ້ນ, ລັກສະນະມີຄວາມໝາຍ, ລັກສະນະໜັ້ນຄົງຂອງການຮັບຮູ້..." ກະທົບໃສ່ຕາຂອງພວກເຮົາບໍ່ມີພຽງແຕ່ໃຫ້ຄວາມຮູ້ສຶກເທົ່ານັ້ນ ມັນຍັງຮວມມີການຄົ້ນຄິດຂອງພວກເຮົາອີກດ້ວຍ".

ຈຸດພິເສດຕ່າງໆຂ້າງເທິງນັ້ນຊີ້ໃຫ້ເຮົາເຫັນວ່າ ການຄົ້ນຄິດແມ່ນຜະລິດຕະພັນຂອງວັດທະນາການຂະຫຍາຍຕົວທາງປະຫວັດສາດ-ສັງຄົມ, ມີລັກສະນະສັງຄົມ. ເວົ້າອີກຢ່າງໜຶ່ງ, ມີແຕ່ມະນຸດເຮົາເທົ່ານັ້ນຈຶ່ງມີຂະບວນການຄົ້ນຄິດທີ່ແທ້ຈິງ. ເຖິງແມ່ນວ່າອຸປະກອນ, ເຄື່ອງມືທັນສະໄໝຫຼາຍຢ່າງຈະມີປະໂຫຍດຢ່າງໃຫຍ່ຫຼວງຕໍ່ການດຳລົງຊີວິດຂອງມະນຸດເຮົາແຕ່ ການຄົ້ນຄິດ ຂອງກົນຈັກເຫຼົ່ານັ້ນບໍ່ແມ່ນການຄົ້ນຄິດທີ່ແທ້ຈິງທີ່ເຮົາໄດ້ກ່າວໄວ້ໃນບົດນີ້. ກົນຈັກບໍ່ມີຄວາມສາມາດໃນການປະດິດສ້າງ ມັນພຽງແຕ່ທຳງານຕາມໂປຣແກຣມທີ່ຄົນໄດ້ຕິດຕັ້ງໄວ້ເທົ່ານັ້ນ. ເວົ້າອີກຢ່າງໜຶ່ງ, ຫົວອອກ (Output) ຂອງຄອມພິວເຕີບໍ່ປະ

ກົດມືອັນໃດໃໝ່ທາງດ້ານກົດເກນ ຖ້າທຽບໃສ່ຂໍ້ມູນທີ່ຄອມພິວເຕີໄດ້ຮັບຈາກນັກສ້າງໂປຣແກຣມຜ່ານ ຫົວເຂົ້າ (Input) ເວລາມັນເລີ່ມປະຕິບັດການ.

1.3. ຊະນິດຂອງການຄົ້ນຄິດ

❖ ການຄົ້ນຄິດມີ 2 ຊະນິດຄື: ການຄົ້ນຄິດຄືນ ແລະ ການຄົ້ນຄິດປະດິດສ້າງ

1. ການຄົ້ນຄິດຄືນ: ແມ່ນການຄົ້ນຄິດບັນຫາເກົ່າ, ບົດຮຽນຊີວິດທີ່ຜ່ານມາ

2. ການຄົ້ນຄິດປະດິດສ້າງ: ແມ່ນການຄົ້ນຄິດປະດິດແຕ່ງອັນໃໝ່ເຊິ່ງບໍ່ທັນເຄີຍມີມາກ່ອນ

2. ຈົນຕະນາການ

2.1. ຄວາມໝາຍຂອງຈົນຕະນາການ

ບໍ່ແມ່ນກໍລະນີໃດ, ບັນຫາໃດ, ໜ້າທີ່ໃດທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນຕົວຈິງກໍລວນແຕ່ໄດ້ຮັບພິຈາລະນາ, ແກ້ໄຂດ້ວຍການຄົ້ນຄິດທັງໝົດ. ບາງກໍລະນີທີ່ຕ້ອງປະເຊີນກັບສະຖານະການມີບັນຫາຄືນເຮົາບໍ່ສາມາດໃຊ້ຄົ້ນຄິດເພື່ອແກ້ໄຂບັນຫາ ແຕ່ຕ້ອງອາໄສຂະບວນການຮັບຮູ້ຂັ້ນຕັກກະຖານອື່ນອີກ ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າ: ຈົນຕະນາການ.

ຈົນຕະນາການ ແມ່ນຂະບວນການຮັບຮູ້ໜຶ່ງທີ່ສ່ອງແສງເຖິງສິ່ງທີ່ບໍ່ມີໃນປະສົບການເດີມຂອງອັດຕະບຸກຄົນ ດ້ວຍວິທີການສ້າງພາບໃໝ່ຂຶ້ນບົນພື້ນຖານສັນຍາລັກທີ່ມີຢູ່.

ສ່ວນການຄົ້ນຄິດແມ່ນການສ່ອງແສງເຖິງບັນຫາລັກສະນະທາດແທ້ຂອງວັດຖຸປາກົດການທັງການຄົ້ນຄິດ ແລະ ຈົນຕະນາການລ້ວນແຕ່ສ່ອງແສງອັນໃໝ່ຄືກັນ. ສະນັ້ນ ຈົນຕະນາການກໍແມ່ນການຮັບຮູ້ທີ່ເລິກເຊິ່ງ (ຕັກກະຖານ) ທັງສອງໄລຍະການນີ້ ລ້ວນແຕ່ໃຊ້ເພື່ອແກ້ໄຂສະພາບມີບັນຫາ, ໝາຍຄວາມວ່າຊອກຫາສິ່ງໃໝ່ໆ ເຊິ່ງໃນຕົວຈິງບໍ່ທັນມີ.

2.2. ບົດບາດຂອງຈົນຕະນາການ

ຈົນຕະນາການມີບົດບາດສຳຄັນໃນການເຄື່ອນໄຫວຂອງຄົນເຮົາຫຼາຍດ້ານເຊັ່ນ:

1) ດ້ານການອອກແຮງງານ

ຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາສ້າງຮູບພາບຜົນຂອງການຜະລິດໄວ້ກ່ອນໄດ້, ໝາຍຄວາມວ່າ ສ້າງຮູບພາບຜົນຂອງການອອກແຮງງານຢູ່ໃນມັນສະໝອງໄວ້ກ່ອນດ້ວຍເຫດນີ້, ພວກເຮົາຈຶ່ງສາມາດດັດແປງໄດ້ການເຄື່ອນໄຫວຂອງຕົນໃຫ້ຖືກຕ້ອງເໝາະສົມ, ເຮັດໃຫ້ຮູບພາບຜົນຂອງການອອກແຮງງານຢູ່ໃນມັນສະໝອງນັ້ນປະກົດຈິງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາມີຫົວຄິດປະດິດສ້າງໃນການອອກແຮງງານ.

2) ດ້ານການເຄື່ອນໄຫວວິທະຍາສາດ

ຊ່ວຍບັນດານັກວິທະຍາສາດໃນການສ້າງສັນນິນຖານວິທະຍາສາດ ເພື່ອບັນລຸຜົນສຳເລັດ, ຖ້າບໍ່ມີການສັນນິດຖານກໍຈະບໍ່ມີການຄົ້ນຄວ້າຫຍັງອີກ, ຫຼື ວຽກງານສິລະປະກຳ ແລະ ອື່ນໆເຊັ່ນ: ປັ້ນ, ແຕ້ມ, ຄ້ວດ ຈະຕ້ອງແມ່ນຜູ້ທີ່ມີຈິດຕະນາການສູງທີ່ສຸດຈຶ່ງສາມາດເຮັດໄດ້.

3) ດ້ານການສິດສອນ

ໃນວິວັດການຮຽນ - ການສອນນັກຮຽນ ຄູບາອາຈານຕ້ອງໃຊ້ຈິດຕະນາການສູງເຂົ້າໃນການຄົ້ນຄວ້າຮຳຮຽນ ແລະ ສິດສອນ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນການສ້າງພາບຄົນໃໝ່ໃນສັງຄົມຍຸກປັດຈຸບັນໃຫ້ຢູ່ມັນສະໝອງ, ຈາກນັ້ນຈຶ່ງວາງທິດທາງ, ຫຼັກການ ແລະ ວິທີການສຶກສາໃຫ້ແທດເໝາະຕາມທິດທາງກໍ່ສ້າງຄົນໃໝ່ທີ່ພັກ ແລະ ລັດວາງອອກ, ໃນເວລາກຽມບົດສອນ ຫຼື ຕຳລາສິດສອນຂອງຄູບາອາຈານຕ້ອງຈິດຕະນາການຫລວງໜ້າ, ບ່ອນໃດນັກຮຽນຈະສົນໃຈ, ບ່ອນໃດຍາກ, ບ່ອນໃດງ່າຍ ແລະ ບ່ອນໃດນັກຮຽນມັກຈະສອບຖາມ ເມື່ອນຶກພາບໄດ້ຄືແນວນັ້ນພວກເຮົາຈຶ່ງ ຮູ້ຈັກກະກຽມຄຳຕອບໄວ້ລວງໜ້າເພື່ອໃຫ້ວຽກງານສິດສອນ - ສຶກສາຈຶ່ງຈະໄດ້ຮັບຜົນດີ.

4) ດ້ານການສ້າງບຸກຄະລິກກະພາບ

ເມື່ອພວກເຮົາມີຈິດຕະນາການລ່ວງໜ້າ ພວກເຮົາຈຶ່ງສາມາດດັດແປງກິລິຍາທຳທີ່ຂອງຕົນເອງໃຫ້ຖືກຕ້ອງເໝາະສົມກັບຄາດຫວັງຂອງສັງຄົມວາງໄວ້.

2.3. ຊະນິດຂອງຈິນຕະນາການ

❖ ຈິນຕະນາການລວມມີ 2 ຊະນິດຄື:

1) ຈິນຕະນາການເຈຕະນາ

ແມ່ນຈິນຕະນາການທີ່ວາງຈຸດປະສົງ ມີແຜນການວາງໄວ້ລ່ວງໜ້າ ແລະ ມີການກະກຽມຢ່າງຄັກແນ່ເຊິ່ງມີ 2 ຮູບການຄື: ຈິນຕະນາການຄືນ ແລະ ຈິນຕະນາການປະດິດສ້າງ

ກ. ຈິດຕະນາການຄືນ:

ແມ່ນໄລຍະການເກີດພາບໃໝ່ຕໍ່ກັບສິ່ງວັດຖຸປະກົດການໃດໜຶ່ງທີ່ມີໃນຕົວຈິງແລ້ວແຕ່ຄືນເຮົາບໍ່ໄດ້ສຳຜັດໂດຍກົງກັບເປົ້າໝາຍ ເຊັ່ນ: ໃນເມື່ອວັດຖຸປະກົດການໃດໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນຖືກເສຍຫາຍ, ໃນກໍລະນີທີ່ຕ້ອງການຜະລິດຄືນສິ່ງດັ່ງກ່າວ ແມ່ນຄືນເຮົາຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ຈິດຕະນາການຄືນ ຈຶ່ງຜະລິດໄດ້ຄືນອີກໂດຍບໍ່ທັນມີມາກ່ອນໃນສັງຄົມ.

ຂ. ຈິດຕະນາການປະດິດສ້າງ:

ແມ່ນໄລຍະການສ້າງຮູບພາບໃໝ່ຂຶ້ນໂດຍບໍ່ທັນມີມາກ່ອນໃນສັງຄົມ, ໂດຍແມ່ນການປະດິດສ້າງຕົບແຕ່ງຂຶ້ນເອົາເອງ ເຊິ່ງອີງໃສ່ຂໍ້ມູນຕົວຈິງຈາກໂລກພາວະວິໄສ ຕົວຢ່າງ ເລື່ອງຍານວະກາດທຳອິດໂດຍແມ່ນ ທ່ານ ຊີໂອນກີບສະຊີ ເປັນຜູ້ປະດິດສ້າງຂຶ້ນ ເຊິ່ງບໍ່ເຄີຍມີມາກ່ອນ.

2) ຈົນຕະນາການບໍ່ມີເຈຕະນາ

ແມ່ນຈົນຕະນາການທີ່ບໍ່ໄດ້ຕັ້ງໃຈ, ບໍ່ໄດ້ວາງແຜນ ແລະ ບໍ່ມີວິທີການໄວ້ລ່ວງໜ້າ, ແມ່ນຈົນຕະນາການທີ່ເກີດຂຶ້ນເອງແບບບັງເອີນ. ໃນເມື່ອພົບເຫັນວັດຖຸປະກົດການໃດໜຶ່ງ ຕົວຢ່າງ ໃນເມື່ອເຮົາຫາກໄດ້ຍິນເລື່ອງທຸກຍາກຂອງຜູ້ໃດໜຶ່ງເຮົາອາດຈະນຶກເຫັນພາບ ແລະ ສະພາວະຂອງເຂົາເຈົ້າ.

ຈົດຕະນາການຂອງບຸກຄົນມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ ເຊິ່ງມັນສະແດງອອກຢູ່ໃນບຸກຄະລິກກະພາບຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນ, ຜູ້ໃດຫາກມີອຸດົມຄະຕິຈະແຈ້ງ, ມີຄວາມມຸ້ງຫວັງຕັ້ງໜ້າ ແລະ ປາຖະນາ ຈົນຕະນາການຂອງບຸກຄົນນັ້ນກໍມີທຳຕິບິນຕົວໄປສູ່ເປົ້າໝາຍ. ນອກຈາກນີ້, ແລ້ວຈົນຕະນາການຂອງຄົນເຮົາຍັງຂຶ້ນກັບຈິດໃຈອີກ ເພາະສະພາບອາລົມຈິດແມ່ນປັດໃຈໜຶ່ງທີ່ຊຸກຍູ້ ຫຼື ກົດຫ້າມຈົນຕະນາການຂອງບຸກຄົນໃນການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດ ເຊັ່ນ: ສະພາບຈິດໃຈຫາກສົດຊື່ນແຈ່ມໃສກໍຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ການດຳລົງຊີວິດ ແລະ ການເຄື່ອນໄຫວຂອງບຸກຄົນນັ້ນມີຄວາມພົດພົນ, ເບິກບານຫາວຫັນ ແລະ ມີຊີວິດຊີວາ, ຍາມໃດກໍບຸກບົນໄປສູ່ເປົ້າໝາຍແຫ່ງຊີວິດ.

3. ພາສາ

3.1. ຄວາມໝາຍຂອງພາສາ

ພາສາ ແມ່ນປະກົດການໜຶ່ງຂອງສັງຄົມ, ແມ່ນພາຫະນະສຳຄັນໃນການເຄື່ອນໄຫວແລກປ່ຽນບົດຮຽນຊີວິດ (ຄຳຄິດເຫັນ) ຂອງມະຫາຊົນ ແມ່ນພາຫະນະການເຄື່ອນໄຫວຂອງມັນສະໜອງເຊິ່ງປະກອບດ້ວຍສຳນວນ, ຄຳສັບ ແລະ ໄວຍາກອນ.

ແຕ່ລະຊາດລ້ວນແຕ່ມີພາສາສະເພາະຂອງໃຜລາວ ແລະ ພາສາແມ່ນເຄື່ອງໝາຍ (ກົດລັບ) ທີ່ໄດ້ກຳເນີດ ແລະ ຂະຍ້າຍຕົວທາງປະຫວັດສາດ ແລະ ສັງຄົມ, ຄວາມອຸດົມສົມບູນທາງດ້ານພາສາຂອງແຕ່ລະຊັ້ນຊາດມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ, ພາສາມີການປ່ຽນແປງໄປຕາມວິວັດທະນາການຂອງສັງຄົມ ແລະ ວິທະຍາສາດ ໝາຍຄວາມວ່າສັງຄົມມີຄວາມຈະເລີນສີວິໄລ, ວິທະຍາສາດກ່າວໜ້າແມ່ນພາສາກໍສົມບູນຂຶ້ນເລື້ອຍໆ.

3.2. ຄວາມໝາຍຂອງພາສາຄຳເວົ້າ

ພາສາຄຳເວົ້າແມ່ນການໃຊ້ພາສາລວມ (ເຄື່ອງໝາຍ) ຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງໄດ້ກຳເນີດເກີດຂຶ້ນຢູ່ໃນວິວັດທະນາການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດຂອງບຸກຄົນ ພາຫະນະແລກປ່ຽນຄຳຄິດເຫັນ ແລະ ສ່ອງເຖິງວັດຖຸປາກົດການທີ່ຄົນເຮົາຮັບຮູ້ໃນໃຈ.

ພາສາຄຳເວົ້າຂອງຄົນມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ ເພາະຂຶ້ນຢູ່ກັບລະດັບຄວາມຮູ້, ລະດັບວັດທະນາທຳ ແລະ ບົດຮຽນຊີວິດຂອງແຕ່ລະຄົນອີກດ້ວຍ. ສະນັ້ນ, ພາສາຄຳເວົ້າ ແມ່ນພາຫະນະການເຄື່ອນໄຫວທາງ

ຈິດທີ່ໄປຄຽງຄູ່ກັບການຄົ້ນຄິດ, ໃນເມື່ອແຕ່ລະຄົນຫາກມີວິຊາຊີບແຕກຕ່າງກັນກໍຈະເຮັດໃຫ້ພາສາຄຳເວົ້າຂອງແຕ່ລະຄົນກໍແຕກຕ່າງກັນ.

3.3. ບົດບາດ ແລະ ໜ້າທີ່ຂອງພາສາ

1) ບົດບາດຂອງພາສາ

ພາສາແມ່ນພາຫະນະເພື່ອແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນຂອງບຸກຄົນຢູ່ໃນສັງຄົມ. ສະນັ້ນ, ພາສາຈຶ່ງຕິດພັນຢ່າງສະໜິດແໜ້ນກັບຊີວິດຂອງຄົນຜູ້ໜຶ່ງ, ຫາກບໍ່ມີພາສາຄົນກໍບໍ່ສາມາດເປັນຄົນໄດ້, ເພາະຈິດຮູ້ສຳນຶກຂອງຄົນຮັດ້ວຍພາສາ, ທຸກໆ ປາກົດການທາງຈິດທີ່ກຳເນີດຂຶ້ນຢູ່ໃນມັນສະໜອງຂອງຄົນເຮົາ ແລະ ໄດ້ສະແດງອອກຜ່ານພຶດຕິກຳ ເຊັ່ນ: ການຄົ້ນຄິດ, ຈົນຕະນາການ, ຄວາມນຶກຕ້ອງ, ຮູບພາບ, ອາລົມຈິດເຫຼົ່ານັ້ນຄົງຕົວຢູ່ພາຍໃຕ້ຮູບການຂອງພາສາ.

ຍ້ອນພາສາຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາສາມາດສຳຜັດ ແລະ ຮັບຮູ້ໄດ້ວັດຖຸປາກົດການອ້ອມຂ້າງ.

ຍ້ອນພາສາຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາເຄື່ອນໄຫວຈົນຕະນາການຂອງຄົນເຮົາສົມບູນ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາຄົ້ນຄິດໄດ້ເລິກເຊິ່ງ.

ພາສາຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາເຄື່ອນໄຫວຢ່າງມີຫົວຄິດປະດິດສ້າງ, ເຮັດໃຫ້ຄວາມຮັບຮູ້ບໍ່ຖືກຈຳກັດ, ພາສາເຮັດໃຫ້ຊີວິດຈິດໃຈມີຄວາມອຸດົມສົມບູນຍິ່ງຂຶ້ນ ແລະ ລະດັບວັດທະນະທຳຂອງຊາດຈຶ່ງມີຄວາມອຸດົມສົມບູນ.

2) ໜ້າທີ່ຂອງພາສາ

ພາສາມີໜ້າທີ່ຈິດຈຳ, ບັນທຶກບົດຮຽນປະຫວັດສາດ ແລະ ສັງຄົມຕ່າງໆ ອີກດ້ານໜຶ່ງເມື່ອຄົນເຮົາຢາກຍືນຍົງຊຶ່ງຕົວໄດ້ກໍ່ເມື່ອຄົນເຮົາມີພາສາຄຳເວົ້າ ຫຼື ພາສາລວມເປັນພາຫະນະທີ່ສຳຄັນໃນວິວັດທຳນາການຂອງຄົນຜູ້ໜຶ່ງ ແລະ ຂອງສັງຄົມ.

ຍ້ອນມີພາສາຄົນເຮົາຈຶ່ງສາມາດເອີ້ນຊື່ຂອງວັດຖຸໄດ້ ເພື່ອແນ່ໃສ່ໃຫ້ວັດຖຸນັ້ນມີຄວາມໝາຍ, ຈາກນັ້ນຄົນເຮົາຈຶ່ງສາມາດຄົ້ນຄວ້າ ແລະ ດັດແປງໂລກໄດ້.

ພາສາມີໜ້າທີ່ໃນການແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນລະຫວ່າງສັງຄົມ ແລະ ສະແດງໃຫ້ເຫັນທ່າທີກິລິຍາ, ອາລົມຈິດຂອງບຸກຄົນອື່ນໆ.

3.4. ຊະນິດຂອງພາສາ

ພາສາແບ່ງອອກເປັນ 2 ຂະນິດຄື:

1) ພາສານອກ: ພາສານອກໄດ້ແບ່ງອອກເປັນຫຼາຍຮູບການຄື:

- ພາສາສົນທະນາ: ແມ່ນຮູບການໜຶ່ງ ເຊິ່ງກຳເນີດຂຶ້ນໄວກ່ອນໝູ່ໃນບັນດາທຸກຮູບການທີ່ສະແດງອອກຂອງພາສາ, ການສົນທະນາເກີດຂຶ້ນໄດ້ໃນເມື່ອມີຜູ້ໜຶ່ງເວົ້າ ແລະ ອີກຜູ້ໜຶ່ງຟັງເພື່ອແລກປ່ຽນຄຳຄິດ

ຄຳເຫັນນຳກັນ ເຊິ່ງໄດ້ມີບາງຈຸດພິເສດ ເຊັ່ນ: ມີການເວົ້າຫຍໍ້, ເວົ້າຕັດ ເພາະໄດ້ເວົ້ານຳກັນໂດຍກົງ, ມີການກະຕຸກຊຸກຍູ້ ແລະ ມີຄຳຄິດຄຳເຫັນຕອບຄືນ, ການສືບທອດແມ່ນພາສາປາກເວົ້າທີ່ງ່າຍດາຍ.

▪ **ພາສາດ່ຽວ:** ແມ່ນກຳເນີດຂຶ້ນຈາກການສືບທອດ, ໃນເວລາທີ່ຄົນຫຼວງຫຼາຍທີ່ມີຄວາມຕ້ອງການແກ້ໄຂບັນຫາໃດໜຶ່ງດ້ວຍຄວາມຮູ້ອັນຄົບຖ້ວນ ແລະ ເປັນລະບົບ, ເຊິ່ງເຄີຍສະແດງອອກໃຕ້ຮູບການເຊັ່ນ: ບົດລາຍງານ, ບົດເລົ່າເລື່ອງ, ການປາກະຖາ ພາສາດ່ຽວຮຽກຮ້ອງໃຫ້ຜູ້ເວົ້າຕ້ອງສະແດງບັນຫາຄຳເວົ້າອັນຊັດເຈນ ໝາຍຄວາມວ່າຕ້ອງມີການຈັດຕັ້ງ, ກະກຽມ ເພື່ອສະແດງອອກຢ່າງຄັກແນ່, ຜູ້ເວົ້າຕ້ອງສຳນຶກໄດ້ວ່າອັນໃດວ່າຜູ້ຟັງຈະເຂົ້າໃຈງ່າຍ, ເຂົ້າໃຈຍາກ. ສະນັ້ນ, ການສະແດງພາສາດ່ຽວຮຽກຮ້ອງໃຫ້ຜູ້ເວົ້າຕ້ອງອະທິບາຍ, ພິສູດ, ມີສິລະປະທັງຕີນທັງມື, ທ່າ ແລະ ຈັງຫວະຄັກແນ່.

▪ **ພາສາຂຽນ:** ແມ່ນພາສາໜຶ່ງຂອງພາສານອກ ເຊິ່ງກຳເນີດໃນເມື່ອຄົນເຮົາເຫັນວ່າມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງການເກັບກຳ ແລະ ຮັກສາບັນດາເຫດການເອົາໄວ້, ການຂີດຂຽນເປັນຕົວອັກສອນເພື່ອບັນທຶກ ແລະ ຈົດເຫດການ ເຊັ່ນ: “ມື້ໃໝ່” ຫຼືອື່ນໆ.

2) **ພາສາໃນ:** ພາສາກົກ ແມ່ນຮູບການໜຶ່ງຂອງພາສາ ເຊິ່ງບໍ່ປ່ອຍສຳນຽງສຽງອອກມາທາງນອກ ແລະ ໄດ້ກາຍເປັນພື້ນຖານຂອງພາສາຂຽນ, ພາສາເວົ້າ ເຊັ່ນ: ພາສາຂອງຄົນປາກກົກ.

4. ການຈື່ ແລະ ການລືມ

4.1. ການຈື່

1) ຄວາມໝາຍຂອງການຈື່

ການຈື່ ໝາຍເຖິງຂະບວນການທີ່ສະໜອງເກັບຮັກສາຂໍ້ມູນໄວ້ໄດ້ ແລະ ເມື່ອມີຄວາມເປັນທີ່ຈະຕ້ອງໃຊ້ຂໍ້ມູນນັ້ນກໍ່ສາມາດດຶງອອກມາໃຊ້ໄດ້ ລວມທັງຂໍ້ມູນເລົ່ານັ້ນກໍ່ສາມາດຈະຖືກລືມໄປໄດ້ຕາມໄລຍະເວລາທີ່ຜ່ານໄປ.

ຮູບການຂອງການຈື່ ແມ່ນ ມີ໓ໄລຍະຄື:

ກ. **ການຈື່ໂດຍການຮັບສຳຜັດ:** ເປັນການຈື່ທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກການຮັບສຳຜັດ ເຊິ່ງລວມມີຊ່ວງໄລຍະເວລາພຽງສັ້ນໆ ຕັ້ງແຕ່ນ້ອຍກວ່າ 1 ວິນາທີ ໄປຈົນເຖິງເວລາຫຼາຍວິນາທີ.

ຂ. **ການຈື່ໄລຍະສັ້ນ:** ກວດຄວາມຈື່ຈຳການຮັບສຳຜັດ ຖ້າບຸກຄົນໃຫ້ຄວາມສົນໃຈຂໍ້ມູນນັ້ນໆ ຄວາມຈື່ຈຳຈາກການສຳຜັດກໍ່ຈະປ່ຽນໄປເປັນຄວາມຈື່ຈຳໄລຍະສັ້ນ ເຊັ່ນ: ສາມາດຈື່ເບີໂທລະສັບທີ່ຈະໂທອອກໄດ້.

ຄ. **ການຈື່ຈຳໄລຍະຍາວ:** ເປັນການຈື່ຈຳທີ່ບຸກຄົນເກັບຮັກສາໄວ້ໄດ້ເປັນໄລຍະຍາວນານ, ອາດຕະຫຼອດຊີວິດຂອງບຸກຄົນ ເຊັ່ນ: ການຈື່ຈຳຂອງຕົນເອງໄດ້.

2) ຂະບວນການຂອງການຈື່ຈຳ

ໃນການຈັດເກັບຂໍ້ມູນໃນແຕ່ລະໄລຍະຄວາມຈຳ ອາດທຽບໄດ້ກັບການເຝິກຂໍ້ມູນທາງຄອມພິວເຕີ, ເຊິ່ງປະກອບດ້ວຍການໃສ່ລະຫັດຂໍ້ມູນ (Encoding) ການເກັບຮັກສາຂໍ້ມູນ (Storage) ແລະ ການກູ້ຂໍ້ມູນຄືນ (Retrieval) ເຊິ່ງໃນການທີ່ບຸກຄົນບໍ່ສາມາດກູ້ຂໍ້ມູນຄືນມາໄດ້ກໍ່ຈະເກີດການລືມ (Forgetting) ເກີດຂຶ້ນ

3) ວິທີການວັດການຈື່

ໃນການວັດການຈື່ຂອງບຸກຄົນສາມາດມີວິທີວັດ 3 ວິທີຄື:

ກ. ການລະນຶກ (Recall) ໝາຍເຖິງ ການທີ່ບຸກຄົນທວນຄືນຄວາມຈື່ຈາກໃນຂະນະທີ່ບໍ່ມີເຫດການນັ້ນມາປະກົດຢູ່ຕໍ່ໜ້າ. ຕົວຢ່າງ: ການສະເກັດໃບໜ້າຂອງຄົນຮ້ານຈາກຄຳບອກເຫຼົ່າ, ການສອບເສັງແບບອັດຕະໂນເປັນຕົ້ນ.

ຂ. ການຈື່ໄດ້ (Recognition) ໝາຍເຖິງການທີ່ບຸກຄົນສາມາດຈື່ຈຳສິ່ງກະຕຸ້ນທີ່ເຄີຍປະສົບມາແລ້ວໄດ້, ເມື່ອສິ່ງກະຕຸ້ນນັ້ນໄດ້ປະກົດຢູ່ຕໍ່ໜ້າອີກຄັ້ງໜຶ່ງ. ຕົວຢ່າງ: ການຊື້ບອກໂຕຄົນຮ້າຍ, ບົດສອບເສັງປາລະໄນທີ່ເລືອກຕອບ (Multiple choice)

ຄ. ການຮຽນຊ້າ (Relearning) ເປັນວິທີການວັດຄວາມຈື່ຈຳໂດຍເບິ່ງຈາກຄວາມຈື່ຈຳທີ່ຍັງຫຼົງເຫຼືອຢູ່. ດັ່ງນັ້ນ ຖ້າບຸກຄົນເຄີຍໄດ້ຮຽນສິ່ງໃດມາແລ້ວ, ເມື່ອໄດ້ມາຮຽນຊ້າອີກເທື່ອໜຶ່ງຍ່ອມໃຊ້ເວລາໃນການຈື່ຈຳລົດນ້ອຍລົງ, ທັງນີ້ເພາະຍັງມີຄວາມຈື່ຈຳຫຼົງເຫຼືອຢູ່ນັ້ນເອງ, ການຫຼົງເຫຼືອຂອງຄວາມຈື່ຈຳເປັນຜົນມາຈາກການຮຽນຊ້າ ຫຼື ທົບທວນເລື້ອຍໆ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ປະຢັດເວລາໃນການຮຽນຮູ້ໄປໄດ້.

4.2. ການລືມ

1) ຄວາມໝາຍຂອງການລືມ

ການລືມໝາຍເຖິງ ເປັນຄວາມບໍ່ສາມາດທີ່ຈະກູ້ຂໍ້ມູນທີ່ເກັບຮັກສາເອົາໄວ້ແຕ່ກ່ອນໄດ້, ເຊິ່ງມີຜົນເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນຕ້ອງສຸດເສຍຂໍ້ມູນທີ່ມີປະໂຫຍດ, ເມື່ອມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຕ້ອງໃຊ້ຂໍ້ມູນຈຶ່ງຕ້ອງເສຍເວລາໃນການຮຽນຮູ້ໃໝ່.

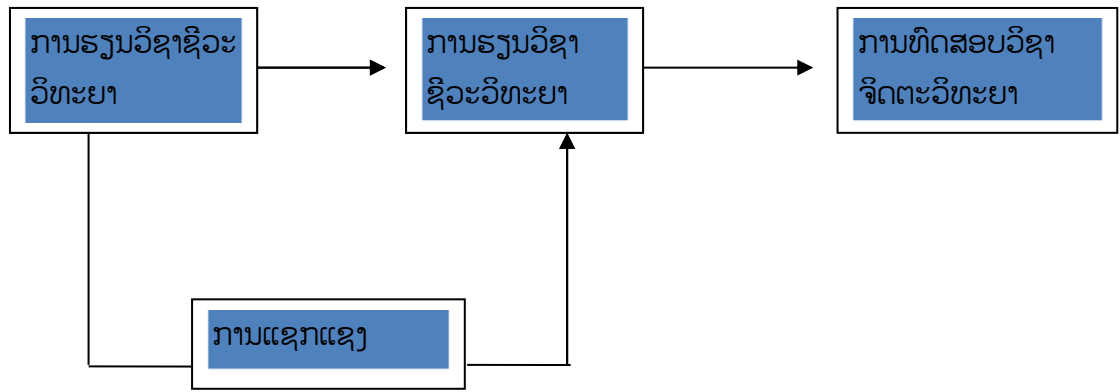
2) ສາເຫດຂອງການລືມ

ມີສາເຫດຫຼາຍຢ່າງທີ່ກຳຈັດຕະວິທະຍາອະທິບາຍວ່າເປັນສາເຫດຂອງການລືມ ເຊັ່ນ:

1. **ການເສື່ອມລະລາຍຂອງຮ່ອງຮອຍ (Trace decay)** ແນວຄິດນີ້ອະທິບາຍໄດ້ໂດຍທົດສະດີຄວາມເຊື່ອມໂຊມທີ່ສະເໜີວ່າ ຄວາມຈື່ຈຳຂອງມະນຸດຈະມີການເຊື່ອມໂຊມຮ່ອງຮອຍໄປຕາມການເວລາທີ່ຜ່ານໄປ, ຕ້ອງປຽບທຽບຄວາມຈື່ຈຳເປັນດັ່ງຮອຍຕີນ ຈະເຫັນໄດ້ວ່າຮອຍຕີນບຸກຄົນສາມາດເສື່ອມສະຫຼາຍຮ່ອງຮອຍໄປໄດ້ເມື່ອເວລາໄດ້ຜ່ານພົນໄປ ເຊິ່ງຄວາມຈື່ຈຳກໍມີລັກສະນະເຊັ່ນດຽວກັນ.

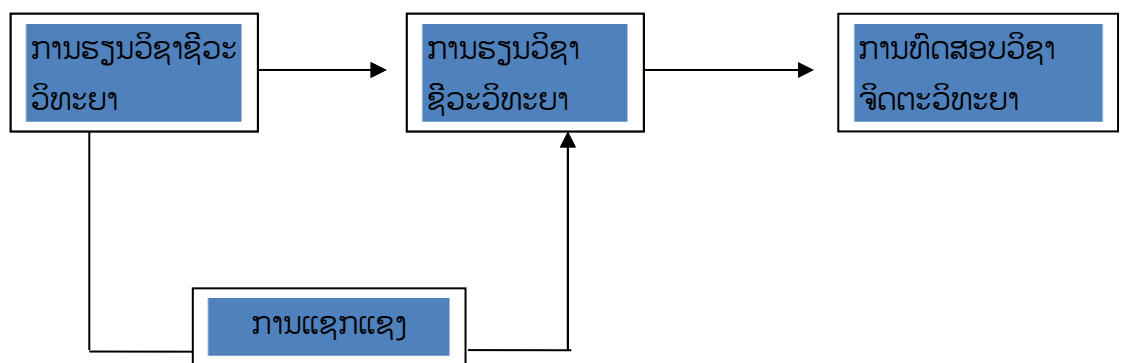
2. **ການແຊກແຊງ (Interference)** ທົດສະດີການແຊກແຊງໄດ້ອະທິບາຍວ່າ ການລືມຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ເມື່ອມີການແຊກແຊງ ຫຼື ລົບກວນກັນຂອງຂໍ້ມູນ ເຊິ່ງແບ່ງອອກເປັນ 2 ກໍລະນີຄື:

ກ. ການຕາມແຊກແຊງ (Practive Interference) ເປັນການຄວາມຈື່ຈຳໃນຄັ້ງກ່ອນເຂົ້າມາແຊກແຊງຄວາມຈື່ຈຳໃນຄັ້ງໃໝ່. ຕົວຢ່າງ: ການຮຽນວຕົວຢ່າງ: ການຮຽນວິຊາຊີວະສາດ ແລະ ຕໍ່ມາຮຽນວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ ເຊິ່ງຈະພົບເນື້ອໃນໃຈຄວາມຈາກການຮຽນວິຊາຊີວະສາດຕາມແຊກແຊງການຮຽນໃນຄັ້ງໃໝ່ ຄືເນື້ອໃນໃຈຄວາມຂອງວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ ຜົນຂອງມັນເຮັດໃຫ້ການຮຽນເຮັດຄະແນນສອບເສັງວິຊາຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ບໍ່ດີປານໃດ, ຈາກການສຶກສາໄດ້ພົບວ່າ ຖ້າສິ່ງທີ່ບຸກຄົນຮຽນຮູ້ຄັ້ງເກົ່າ ແລະ ຄັ້ງໃໝ່ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນຫຼາຍຈະເຮັດໃຫ້ການຕາມແຊກແຊງມີຜົນນ້ອຍລົງ.



(ຮູບພາບສະແດງການແຊກແຊງ)

ຂ. ການຢ້ອນແຊກແຊງ (Retroactive Interference) ເປັນລັກສະນະທີ່ຄວາມຈຳໃໝ່ ຢ້ອນກັບມາແຊກແຊງຄວາມຈຳຄັ້ງເກົ່າ ເຊັ່ນ: ການຈຳໝາຍເລກໂທລະສັບໃໝ່ອາດຈະແຊກແຊງ, ການຈຳໝາຍເລກໂທລະສັບຂອງບຸກຄົນເປັນຕົ້ນ ຫຼື ການຮຽນວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ ແລະ ຕາມດ້ວຍ ການຮຽນວິຊາຊີວະວິທະຍາ ແລະ ຫຼັງຈາກນັ້ນກໍມີການທົດສອບຈິດຕະວິທະຍາ ເຊິ່ງອາດຈະເຮັດໃຫ້ ບຸກຄົນໄດ້ຄະແນນສອບທີ່ບໍ່ດີ ທັງນີ້ເນື່ອງຈາກເນື້ອໃນໃຈຄວາມຂອງວິຊາຊີວະວິທະຍາຈະຢ້ອນແຊກ ແຊງເນື້ອໃນໃຈຄວາມຂອງວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ.



(ຮູບພາບສະແດງການແຊກແຊງ)

ຄ. ແຮງຈູງໃຈ (Motivation) ແນວຄິດນີ້ ທ່ານ ຊິກມັນ ຟຣອຍ (Sigmund freud) ໄດ້ ສະເໜີວ່າ: ບຸກຄົນສາມາດລືມປະສົບການໄດ້ໂດຍຜ່ານການເກັບກົດເອົາໄວ້ ເຊັ່ນ: ການຕາຍຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງເປັນທີ່ຮັກ, ຈະເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນເກັບກົດຄວາມຮູ້ສຶກໄປສູ່ສ່ວນຂອງຈິດໄຮ້ສຳນຶກທີ່ອື່ນວ່າ ເປັນການ ລືມ, ໃນແນວຄິດຂອງທ່ານ ຟຣອຍ ການລືມຊະນິດນີ້ບໍ່ໄດ້ເປັນການລືມຈິງໆ ແຕ່ຍັງເກັບໄວ້ຢູ່ໃນສ່ວນ ຂອງຈິດໄຮ້ສຳນຶກ ແລະ ມີອິດທິພົນຕໍ່ພຶດຕິກຳໃນຊີວິດປະຈຳວັນຂອງບຸກຄົນ.

ງ. ການເຂົ້າລະຫັດໂດຍສະເພາະ (Encoding Specificity) ການກູ້ຄືນຄວາມຈຳໄລຍະຍາວຈະ ຂຶ້ນຢູ່ກັບຕົວຊີ້ທີ່ຕ້ອງມີຄວາມສາມາດກູ້ຂໍ້ມູນໄດ້ຢ່າງພຽງພໍ ເຊັ່ນ: ບຸກຄົນຈະສາມາດຈຳໄດ້ດີ ເມື່ອຢູ່ໃນ ສະຖານທີ່ດຽວກັນກັບຫ້ອງທີ່ໃຊ້ເປັນຫ້ອງຮຽນໜັງສືດ້ວຍ.

3) ວິທີການເພີ່ມປະສິດທິພາບຂອງການຈຳຈຳ

ເຖິງແມ່ນວ່າ ປະສິດທິພາບຂອງຄວາມຈຳຈຳຈະຂຶ້ນຢູ່ກັບຄວາມສາມາດທາງດ້ານສະໝອງຂອງບຸກຄົນ ແຕ່ນອກຈາກນັ້ນບຸກຄົນສາມາດໃຊ້ເຕັກນິກເພື່ອເພີ່ມຄວາມສາມາດຂອງການຈຳຈຳໄດ້ດັ່ງນີ້:

1. ວິທີ S Q 3 R (The SQ3R method) ເປັນເຕັກນິກເຊິ່ງໃຊ້ຫຼາຍວິທີປະກອບເຂົ້າດ້ວຍກັນເຊິ່ງໄດ້ແກ່:

- ກ່ອນຈະສຶກສາເລື່ອງໃດກໍ່ຕາມຈະຕ້ອງການສຳຫຼວດ (Survey) ຫົວຂໍ້ຫຼັກ ແລະ ຫົວຂໍ້ລອງ ເພື່ອໃຫ້ຮູ້ຂອບເຂດກອບຂອງວຽກທີ່ບຸກຄົນຕ້ອງການທຳການສຶກສາ.
- ຕັ້ງຄຳຖາມ (Question) ໃຫ້ພະຍາຍາມຕັ້ງຄຳຖາມຖາມຕົນເອງ ແລະ ພະຍາຍາມຫາຄຳຕອບເມື່ອໄດ້ອ່ານຜ່ານຫົວຂໍ້ເຫຼົ່ານັ້ນ.
- ອ່ານເນື້ອໃນໃຈຄວາມຢ່າງຕັ້ງໃຈ (Read)
- ພາຍຫຼັງຈາກການອ່ານໃນແຕ່ລະສ່ວນໃຫ້ພະຍາຍາມບົ່ງວ່າຕົນເອງ ເຂົ້າໃຈສ່ວນໃດ ແລະ ບໍ່ເຂົ້າໃຈສ່ວນໃດ (Recite) ຢ່າປ່ອຍສ່ວນນັ້ນລ່ວງເລີຍໄປຈົນກວ່ານັກສຶກສາຈະເຂົ້າໃຈສ່ວນທີ່ກຳລັງສຶກສານັ້ນແລ້ວ.
- ທົບທວນສ້າງທີ່ໄດ້ຮຽນໄປແລ້ວໄລຍະໆ (Review) ອາດເຮັດໄດ້ໂດຍການທົດສອບ ແລະ ອ່ານຊ້ຳໃນສິ່ງທີ່ຍັງຈຳຈຳບໍ່ໄດ້.

2. ການກະຈາຍການເຝິກຫັດ (Distributed practice) ເປັນວິທີທີ່ເໝາະສົມກັບການສຶກສາບົດຮຽນທີ່ເປັນທາງດ້ານວິຊາການ ຕົວຢ່າງ: ຖ້ານັກສຶກສາມີເວລາ 5 ຊົ່ວໂມງທີ່ຈະເຮັດການສຶກສາບົດຮຽນຕ່າງໆ ຈະເປັນການດີກວ່າຖ້ານັກສຶກສາຈະໄດ້ໃຊ້ເວລາຊົ່ວໂມງເພື່ອສຶກສາບົດຮຽນທີ່ມີແຕກຕ່າງກັນ 5 ຢ່າງ ແຕ່ຖ້ານັກສຶກສາໃຊ້ເວລາ 5 ຊົ່ວໂມງໃນການສຶກສາບົດຮຽນທີ່ມີເນື້ອໃນໃຈຄວາມດຽວກັນທັງໝົດຈະໃຊ້ໃຫ້ຜົນໄດ້ບໍ່ດີເທົ່າກໍລະນີທຳອິດ ນອກຈາກນີ້ຄວນມີການຢຸດພັກໃນລະຫວ່າງບົດຮຽນທີ່ເຝິກຫັດດ້ວຍເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ໃນເລື່ອງຄວາມຈຳຈຳຂອງຜູ້ຮຽນ.

3. ວິທີເຮັດຈຸດດຳ (The pegword method) ວິທີນີ້ຈະເລີ່ມຈາກການຈຳຈຳບັນຊີລາຍຊື່ຂອງຄຳຖາມທີ່ມີລັກສະນະເປັນຮູບປະທຳທີ່ສອດຄ່ອງກັບຕົວເລກ1,2,3... ແລະ ຈະໃຫ້ມີການປະຕິສຳພັນກັນລະຫວ່າງພາບຂອງວັດຖຸທີ່ເປັນຈຸດດຳ ແລະ ພາບຂອງວັດຖຸທີ່ບຸກຄົນຈະລະນຶກເຖິງ.

4. ການໃສ່ໃຈ

4.1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ຄວາມສຳຄັນຂອງການໃສ່ໃຈ

ການໃສ່ໃຈ ໝາຍເຖິງການສຸມຈິດສຳນຶກໃສ່ເປົ້າໝາຍໃດໜຶ່ງ ຫຼື ຫຼາຍເປົ້າໝາຍເຊິ່ງເປົ້າໝາຍນັ້ນມີຄວາມໝາຍໃດໜຶ່ງແນ່ນອນຕໍ່ກັບບຸກຄົນ, ແນໃສ່ເຮັດເປົ້າໝາຍນັ້ນຖືກສ່ອງແສງຢ່າງຮອບດ້ານຢູ່ໃນມັນສະໝອງຂອງຄົນເຮົາ

ເປົ້າໝາຍຂອງການໃສ່ໃຈບາງຄັ້ງອາດຈະແມ່ນໂລກພາຍນອກ, ບາງຄັ້ງອາດຈະແມ່ນໂລກເບື້ອງໃນບຸກຄົນເຊັ່ນ: ແນວຄິດ, ຄວາມສະເໜີອາດໃຈ, ອາລົມຈິດ, ພຶດຕິກຳ, ການໃສ່ໃຈມີທີ່ຕັ້ງສຳຄັນຢູ່ໃນ

ປະກົດການທາງຈິດ, ເຊິ່ງບໍ່ແມ່ນປະກົດການເອກະລາດ ແລະ ບໍ່ແມ່ນເອກະລັກຈຳເພາະຂອງບຸກຄົນ. ການໃສ່ໃຈຍາມໃດກໍຕິດພັນກັບການເຄື່ອນໄຫວຕົວຈິງ ແລະ ຕິດພັນກັບຂະບວນຮັບຮູ້ໂດຍສະແດງອອກ ຜ່ານທ່າອ່ຽງ ແລະ ຄວາມສະຫງວນມັກຂອງບຸກຄົນ.

ການໃສ່ໃຈມີການພົວພັນຢ່າງສະໝິດແໜ້ນກັບທ່າອ່ຽງບຸກຄົນ ແລະ ບຸກຄົນຈະໃສ່ໃຈພຽງແຕ່ ເປົ້າໝາຍໃດທີ່ເໝາະສົມກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງຕົນ.

ການໃສ່ໃຈຈະໄດ້ດົນນານ ແລະ ດີນັ້ນເງື່ອນໄຂໜຶ່ງແມ່ນຂຶ້ນກັບຄວາມເດັດດ່ຽວຂອງບຸກຄົນ, ຄວາມເດັດດ່ຽວເປັນບ່ອນບົ່ມເພາະຂອງຄວາມໃສ່ໃຈເຊິດຊູການໃສ່ໃຈ ແລະ ກໍເຮັດໃຫ້ເກີດມີການມໍລະ ສຸມຈິດໃຈນັບມື້ນັບເພີ່ມຂຶ້ນຕາມຄວາມຍາກຂອງວຽກງານ ຫຼື ຕາມເວລາເຄື່ອນໄຫວຂອງບຸກຄົນ ແລະ ຢູ່ ໃນການໃສ່ໃຈກໍສະແດງໃຫ້ເຫັນລັກສະນະກ້າຫານ ຫຼື ອ່ອນແອໃນຄວາມເດັດດ່ຽວຂອງບຸກຄົນນັ້ນອີກ.

ການໃສ່ໃຈມີບົດບາດສຳຄັນໃນການດຳລົງຊີວິດກໍຄືການອອກແຮງງານການຄົ້ນຄ້ວາຮ່ຳຮຽນຂອງ ບຸກຄົນ, ຜົນຂອງການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດ, ອອກແຮງງານ, ຮ່ຳຮຽນສ່ວນຫຼາຍແມ່ນຂຶ້ນກັບຄວາມ ສາມາດຂອງບຸກຄົນກໍ ທ່ານ ກາກມາກ ໄດ້ເວົ້າວ່າ “ການໃສ່ໃຈແມ່ນປັດໃຈທາງຈິຕະວິທະຍາໜຶ່ງທີ່ເຮັດ ໃຫ້ການເຄື່ອນໄຫວຂອງບຸກຄົນປະສິບຜົນສຳເລັດ”. ໂດຍສະເພາະແລ້ວກໍແມ່ນການອອກແຮງງານໃດທີ່ມີ ລັກສະນະບໍ່ດຸດດີມປານໃດຍັງມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງການໃສ່ໃຈສູງ ແລະ ທ່ານ ອຸຊິນສະກີ ນັກສຶກສາສາດ ໄດ້ເວົ້າວ່າ “ການໃສ່ໃຈເໝືອນດັ່ງປ່ອງຢ້ຽມແຫ່ງໂລກຈິດໃຈ ໂດຍຜ່ານປ່ອງຢ້ຽມນີ້ໂລກທາງນອກໄດ້ກາຍ ມາເປັນຈິດຮູ້ສຳນຶກຂອງບຸກຄົນ”.

4.2. ຊະນິດຂອງການໃສ່ໃຈ

ການໃສ່ໃຈຂອງຄົນເຮົາລວມມີ 3 ຊະນິດຄື:

1). ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາ ແມ່ນການໃສ່ໃຈທີ່ມີຈຸດປະສົງຢ່າງຄັກແນ່ເຊິ່ງຮຽກຮ້ອງໃຫ້ໃຊ້ຄວາມອິດທົນ ພະຍາຍາມຂອງບຸກຄົນ, ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາກຳເນີດຂຶ້ນຢູ່ໃນວິວັດການດຳລົງຊີວິດຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງຢູ່ ໃນການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດ ແລະ ການອອກແຮງງານນັ້ນ, ຮຽກຮ້ອງໃຫ້ຄົນເຮົາຕ້ອງມີການໃສ່ໃຈມີ ເຈຕະນາ ໝາຍຄວາມວ່າຕ້ອງມີຈຸດປະສົງຄາດໝາຍໄວ້ກ່ອນ ເພາະວ່າຢູ່ໃນການເຄື່ອນໄຫວນັ້ນຫາກບໍ່ມີ ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາຈະນຳຜົນຮ້າຍມາໃຫ້ຄົນເຮົາຢ່າງຄາດບໍ່ເຖິງ, ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາແມ່ນຈຳເປັນ ໃຫ້ແກ່ການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດ ແລະ ໄດ້ເສີມຂະຫຍາຍໃນວິດທະນາການການເຄື່ອນໄຫວຂອງຄົນ ເຮົາ, ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາມີການພົວພັນຢ່າງສະໝິດແໜ້ນກັບພາສາ, ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາເກີດຂຶ້ນໄດ້ ບາງຄັ້ງຄາວກໍຍ້ອນພາສາຂອງຜູ້ອື່ນ, ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາໄດ້ກຳນົດດ້ານໃດໜຶ່ງໃນການເຄື່ອນໄຫວທີ່ມີ ສະຕິ, ເຊິ່ງມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ຕ້ອງໃສ່ໃຈກັບເປົ້າໝາຍນີ້ ຫຼື ເປົ້າໝາຍນັ້ນ, ຖ້າເປົ້າໝາຍມີຄວາມຈັບອີກ ຈັບໃຈໜ້ອຍແມ່ນມີຄວາມພະຍາຍາມຂອງຄວາມເດັດດ່ຽວຕ້ອງເຂົ້າຮ່ວມເພື່ອໃຫ້ການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາ ເລິກເຊິ່ງກວ່າໃນເວລາໃສ່ໃຈ.

❖ ຢາກເສີມຂະຫຍາຍການໃສ່ໃຈມີເຈຕະນາໄດ້ດີບຸກຄົນຕ້ອງເອົາໃຈໃສ່ 2 ດ້ານ:

➤ ດ້ານສະພາບແວດລ້ອມ

ສ້າງບັນຍາກາດມິດງຽບ, ມີຄວາມສະດວກທຸດ້ານລວມທັງອຸປະກອນຮັບໃຊ້ ແລະ ວະກັດກັ້ນ ຫຼື ຫຼຸດຜ່ອນໃນລະດັບຕໍ່າສຸດຕໍ່າການກະຕຸກໃດໜຶ່ງທີ່ພົວພັນເຖິງໜ້າທີ່ທຸກຄົນຕ້ອງເສີມຂະຫຍາຍເງື່ອນໄຂ ເຮັດວຽກໃຫ້ສະຫວາດສະເໝີ.

➤ **ດ້ານສະພາບຂອງບຸກຄົນ**

ຕ້ອງກຳນົດຈຸດໝາຍໃຫ້ຈະແຈ້ງ, ຕ້ອງມີຄວາມປາຖະໜາດີຕໍ່ໜ້າທີ່ວຽກງານ, ມີສະຕິຮູ້ສຶກສູງຕໍ່ ກັບເປົ້າໝາຍວຽກງານ, ຕ້ອງຮູ້ການຈັດຕັ້ງການໃສ່ໃຈເໝາະສົມ ແລະ ມີສະຕິຕໍ່ການໃສ່ໃຈດີ.

2). ການໃສ່ໃຈບໍ່ມີເຈດຕະນາ ແມ່ນການໃສ່ໃຈຕາມລຳພັງໃຈໂດຍບໍ່ມີຈຸດປະສົງ, ບໍ່ມີຄວາມຕື່ນຕົວ, ບໍ່ ຈຳເປັນມີຄວາມພະຍາຍາມຂອງບຸກຄົນ.

ການໃສ່ໃຈບໍ່ມີເຈດຕະນານີ້ ເກີດຂຶ້ນໃນເມື່ອມີປະກົດການກະທົບໂດຍກົງໃສ່ຄົນເຮົາ, ແຕ່ບໍ່ໝາຍ ວ່າທຸກໆການກະຕຸກຈະເຮັດໃຫ້ເກີດມີຄວາມໃສ່ໃຈບໍ່ມີເຈດຕະນາໄດ້.

- ສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ກຳນົດການໃສ່ໃຈບໍ່ມີເຈດຕະນາແມ່ນ: ຈຸດພິເສດຂອງການກະຕຸກຕ້ອງແປກໃ ໝ່, ມີຄວາມດູດດື່ມ, ມີຄວາມເຂັ້ມແຂງ. ຕົວຢ່າງ: ເວລາມີດຽບບັງເອີນມີສຽງດັງເກີດຂຶ້ນ, ຮູບຮ່າງຜິດ ທຳມະດາ, ສີສັນແປກປະຫຼາດ, ລັກສະນະຄວາມໝາຍເດັ່ນຊັດ ແລະ ອື່ນໆ. ສະນັ້ນໃນເວລາສິດສອນຄູ ຕ້ອງຊອກຮູ້ເອົາສິ່ງທີ່ເດັ່ນຊັດ ແລະ ໜ້ອຍຄົນຮູ້ມາໃຫ້ນັກຮຽນ, ການທີ່ເວົ້າລືມໄປລືມມາຫຼາຍເທື່ອອາດ ຈະເຮັດໃຫ້ນັກຮຽນເສຍຄວາມໃສ່ໃຈກໍໄດ້.

- ການໃສ່ໃຈບໍ່ມີເຈດຕະນານີ້ມີທັງຈຸດດີ ແລະ ຈຸດອ່ອນ. ສະນັ້ນ ຖ້າເຮົາຕ້ອງການໃຊ້ຈຸດດີຂອງການ ໃສ່ໃຈຊະນິດນີ້ ກ່ອນອື່ນໝົດຕ້ອງຄຳນຶງເຖິງທີ່ຕັ້ງຂອງໂຮງຮຽນ, ທຳພິຜິດທະພັນ, ສະໜາມບິນ, ສະໜາມ ກິລາ... ການປະດັບປະດາໃນຫ້ອງຮຽນກໍໃຫ້ເໝາະສົມພໍດີ, ຕ້ອງຮູ້ນຳໃຊ້ຈຸດພິເສດສິ່ງວັດຖຸກະຕຸ້ນນັ້ນ ເອງເພື່ອດຶງເອົາຄວາມໃສ່ໃຈຂຶ້ນນັກຮຽນ, ຕ້ານການສິດສອນແບບຍັດສະໝອງ, ຕ້ອງຮູ້ໃຊ້ແບບການ ສິດສອນທີ່ງ່າຍດາຍ ສຳຄັດຕ້ອງໄດ້ຮູ້ນຳໃຊ້ບົດບາດ ແລະ ອິດທິພົນຂອງຕົນເອງ.

3). ການໃສ່ໃຈພາຍຫຼັງການໃສ່ໃຈມີເຈດຕະນາ ແມ່ນການໃສ່ໃຈທີ່ເກີດພາຍຫຼັງການໃສ່ໃຈມີເຈດຕະນາ ແລ້ວມັນມີຄວາມຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີຄວາມເດັດດ່ຽວກໍຄືສຸມໃສ່ຈຸດມຸ້ງໝາຍຢ່າງມີສະຕິສູງ.

ຕົວຢ່າງ: ເວລາອ່ານປຶ້ມເລື່ອງໃດໜຶ່ງທຳອິດເຮົາມີຄວາມໃສ່ໃຈໂດຍເຈດຕະນາ ແຕ່ພ້ອມໄປ ໄລຍະໃດໜຶ່ງແລ້ວເຫັນວ່າເນື້ອໃນຂອງປຶ້ມເລື່ອງເຫຼົ່ານັ້ນໜ້າສົນໃຈ, ດູດດື່ມເອົາອາລົມຈິດຈົນເຮັດໃຫ້ ເຮົາອ່ານປຶ້ມນັ້ນລືມເວລາໄປເລີຍ.

ການໃສ່ໃຈພາຍຫຼັງການໃສ່ໃຈມີເຈດຕະນາບໍ່ແມ່ນອັນດຽວກັນ ເພາະວ່າມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ ທາງດ້ານຈຸດປະສົງແບບຕື່ນຕົວ ເຊັ່ນ: ຄູ່ທີ່ສອນດີສອນເກັ່ງຈະຮູ້ສ້າງໃຫ້ຜູ້ຮຽນມີການໃສ່ໃຈມີເຈດຕະນາ ແລ້ວດຶງດູດເອົານັກຮຽນໃຫ້ເກີດຄວາມສົນໃຈ, ສະຫງວນມັກຕໍ່ກັບເນື້ອໃນເອກະສານ ຫຼື ບົດຮຽນທີ່ ຈຳເປັນ ໝາຍຄວາມວ່າຮູ້ຫັນການໃສ່ໃຈມີເຈດຕະນາໄປຫາການໃສ່ໃຈພາຍຫຼັງມີເຈດຕະນາ.

ການໃສ່ໃຈທັງ 3 ຊະນິດນີ້ລ້ວນແຕ່ມີຄວາມສຳຄັນ ແລະ ຈຳເປັນໃຫ້ແກ່ຄົນເຮົາ, ບໍ່ວ່າ ການເຄື່ອນໄຫວໃດໆຫາກຮູ້ນຳໃຊ້ຢ່າງຄ່ອງແຄ້ວແລ້ວທັງສາມການໃສ່ໃຈນັ້ນແມ່ນພວກເຮົາຈະຫຼຸດຜ່ອນ ຄວາມອິດເມື່ອໄດ້, ແຕ່ປະສິດທິຜົນຂອງການເຄື່ອນໄຫວຢ່າງສູງຂຶ້ນ.

4.3. ຈຸດພິເສດຂອງການໃສ່ໃຈ

ການໃສ່ໃຈລວມມີ 3 ຈຸດພິເສດຄື:

1) ການໃສ່ໃຈສູງ: ໃນເວລາຮ້າຮຽນ ຫຼື ເຄື່ອນໄຫວອື່ນໆ ມີຫຼາຍຄົນໄດ້ໃສ່ໃຈຈົນວ່າບໍ່ຮູ້ສິ່ງວັດຖຸປະກົດການທີ່ເກີດຂຶ້ນຢູ່ອ້ອມຂ້າງຕົນ, ຍິ່ງກວ່ານັ້ນຍັງສາມາດເຮັດວຽກໄດ້ໃນສະພາບທີ່ສັບສົນບິນແຊວຄົນຄືແນວນັ້ນເອີ້ນວ່າຄົນທີ່ມີຄວາມໃສ່ໃຈສູງ, ການໃສ່ໃຈສູງແມ່ນການສ່ອງແສງເປົ້າໝາຍໃຫ້ໄດ້ດີທີ່ສຸດ, ຂອບເຂດຍິ່ງແຄບເທົ່າໃດ ການໃສ່ໃຈກໍຍິ່ງສູງເທົ່ານັ້ນ ແລະ ຄວາມເຂັ້ມຂອງການໃສ່ໃຈກໍຍິ່ງສູງຂຶ້ນ ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການເຄື່ອນໄຫວກໍຍິ່ງຫຼາຍ ແລະ ການໃສ່ໃຈສູງຈະສະແດງທີ່ໜາກຜົນ ເຊັ່ນ: ການສ່ອງແສງເປົ້າໝາຍຖືກຕ້ອງ ແລະ ມີຄວາມຊັດເຈນສູງ.

2) ການແບ່ງການໃສ່ໃຈ: ແມ່ນຄວາມສາມາດໃສ່ໃຈໄດ້ຢ່າງພຽງພໍກັບຫຼາຍເປົ້າໝາຍ ຫຼື ຫຼາຍການເຄື່ອນໄຫວແຕກຕ່າງກັນຢ່າງມີຈຸດປະສົງ. ຕົວຢ່າງ: ຄູ່ທັງເປັນຜູ້ອະທິບາຍທັງເປັນຜູ້ຟັງນັກຮຽນອອກຄຳຄິດຄຳເຫັນ, ທັງກວດກາເບິ່ງທົ່ວຫ້ອງ, ທັງຂີດຂຽນໃສ່ກະດານບໍ່ວ່າຕໍ່ກັບວຽກງານໃດໆ ເຖິງແມ່ນຈະງາຍດາຍກໍຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີການໃສ່ໃຈ.

ການແບ່ງການໃສ່ໃຈທົ່ວໝາຍຄວາມວ່າແບ່ງປັນໃຫ້ສະໜ້າສະເໝີຕໍ່ກັບແຕ່ລະເປົ້າໝາຍ ແລະ ການເຄື່ອນໄຫວໃນຕົວຢ່າງແລ້ວບໍ່ສາມາດເຮັດໄດ້ຄືແນວນັ້ນ.

ການແບ່ງຄວາມໃສ່ໃຈມີຄວາມສຳຄັນພິເສດຕໍ່ການສຶດສອນ ແລະ ສຶກສາ(ວິຊາຊີບຄູ)ຖ້າຫາກບໍ່ຮູ້ການແບ່ງປັນການໃສ່ໃຈແລ້ວກໍຍາກທີ່ຈະເປັນຄູໄດ້ຕາມມາດຕາຖານ.

3) ການຍ້າຍການໃສ່ໃຈ: ແມ່ນຄວາມສາມາດຍ້າຍການເຄື່ອນໄຫວນີ້ໄປຫາການເຄື່ອນໄຫວອື່ນໄດ້ຢ່າງໄວວາໃນຕົວຈິງແລ້ວການຍ້າຍຄວາມໃສ່ໃຈໄດ້ມີສ່ວນໃດໜຶ່ງທີ່ຕິດພັນສະໝິດແໝ້ນກັບການແບ່ງປັນການໃສ່ໃຈ ໂດຍສະເພາະແລ້ວແມ່ນການເຄື່ອນໄຫວນັ້ນຍັງບໍ່ທັນໄດ້ທັນມາເປັນຄວາມຊຳນິຊຳນານຕໍ່ກັບບຸກຄົນ.

ການຍ້າຍການໃສ່ໃຈ ແມ່ນເງື່ອນໄຂອັນຈຳເປັນໃຫ້ແກ່ການເຄື່ອນໄຫວຫຼາຍຢ່າງໂດຍສະເພາະແມ່ນການເຄື່ອນໄຫວໃດທີ່ມັກຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີປະສິທິພາບໃນການກະຕຸ້ນສິ່ນ, ບັງເອີນ ແລະ ຊ່ວຍໃຫ້ຄົນອື່ນປະຢັດເວລາ ແລະ ເຂົ້າຫາວຽກໃໝ່ໄດ້ຢ່າງໄວ ແລະ ຊັດເຈນ.

ສະຫຼຸບແລ້ວ ການໃສ່ໃຈສະແດງອອກຢູ່ໃນການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດຂອງຄົນເຮົາ ມີການໃສ່ໃຈດີແມ່ນຈະເຮັດໃຫ້ການເຄື່ອນໄຫວໄດ້ຮັບຜົນດີ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນຊີວິດນັກຮຽນ, ນັກສຶກສາຍິ່ງມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງມີການເຄື່ອນໄຫວໃສ່ໃຈໃຫ້ດີ ແລະ ພຽງພໍຈຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ການເຄື່ອນໄຫວຮັບຮູ້ໄດ້ຮັບຜົນດີ, ຜູ້ເປັນຄູຕ້ອງໃຫ້ແກ່ດີ ແລະ ປັບປຸງການໃສ່ໃຈຂອງນັກຮຽນເຊັ່ນ: ໃຊ້ວິທີການສຶດສອນໃຫ້ແທດເໝາະ, ເນື້ອໃນບົດສອນຕ້ອງເດັ່ນຊັດ, ຄົບຖ້ວນ, ຈະແຈ້ງ ແລະ ມີໂລຊິກ, ການຈັດຕັ້ງຫ້ອງ, ການສັບຊ້ອນຕາຕະລາງ, ທັກສະໃນການບັນຍາຍ ແລະ ອື່ນໆ. ຢາກມີຄວາມໃສ່ໃຈໄດ້ດີຕ້ອງມີການຄວາມສະຫງວນມັກເລິກເຊິ່ງ, ກວ້າງຂວາງ ແລະ ໝັ້ນໜຽວຕໍ່ເປົ້າໝາຍຫັນປ່ຽນການເອົາໃຈໃສ່ມາເປັນເຄື່ອງມືໃຫ້ນັກຮຽນປະຕິບັດງານ, ສ້າງຄວາມຊື່ນເຄີຍຕໍ່ກັບວຽກງານໃຫ້ນັກຮຽນແຕ່ລະຄົນຮັບຮູ້ໄດ້ຈຸດພິເສດຂອງຕົນເອງ.

ບົດທີ 8

ບຸກຄະລິກກະພາບ ແລະ ຄວາມສໍາຄັນຂອງ

ບຸກຄະລິກກະພາບ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດອະທິບາຍຄວາມໝາຍ ແລະ ຄວາມສໍາຄັນຂອງບຸກຄະລິກກະພາບໄດ້.
- ສາມາດເຂົ້າໃຈເຖິງຄວາມແຕກຕ່າງດ້ານບຸກຄະລິກກະພາບໄດ້.
- ສາມາດອະທິບາຍສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ມີການປັບຕົວ
- ສາມາດອະທິບາຍຄວາມໝາຍ ແລະ ຈຳແນກສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດໄດ້.

1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ຄວາມສໍາຄັນຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ

1.1. ຄວາມໝາຍຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ

ຄຳວ່າ “ບຸກຄະລິກກະພາບ” ແມ່ນມາຈາກພາສາລາຕິນວ່າ **Persona** ໝາຍເຖິງໜ້າກາກຕົວ ລະຄອນໃຊ້ສວມໃສ່ເພື່ອສະແດງບົດບາດຕາມທີ່ກຳນົດໄວ້: ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວບຸກຄະລິກກະພາບໝາຍເຖິງລັກສະນະລວມພຶດຕິກຳຂອງບຸກຄົນໃນດ້ານຊີວິດສ່ວນຕົວ, ໃນດ້ານໜ້າທີ່ວຽກງານ ແລະ ໃນສັງຄົມ ທົ່ວໄປນັ້ນເປັນພຽງແຕ່ເຂົ້າໃຈຄວາມໝາຍແບບລວມໆ ໂດຍບໍ່ໄດ້ເຈາະຈົງເຖິງດ້ານຮູບຮ່າງ, ນິໄສໃຈຄໍ. ເຮົາພຽງຈະເລືອກໃນລັກສະນະທີ່ເດັ່ນໆເຊັ່ນ: ຮູບຮ່າງ, ການແຕ່ງກາຍ, ສຸຂະພາບທໍາທີ, ຄວາມສາມາດ... ເພື່ອມາຄົ້ນຄວ້າອະທິບາຍເທົ່ານັ້ນ. ສົມມຸດ: ເຮົາຮູ້ໝູ່ເພື່ອນຄົນໜຶ່ງຮ່າງສູງ, ສະຫງ່າລາສີ, ມີຄວາມປົກກະຕິທີ່ດີສະແດງອອກ ຄື ມີຄວາມຍຸດຕິທຳ ມີຄວາມຮັກ, ມີຄວາມຮັກຊື່ສັດບໍລິສຸດ...ເຮົາກໍສາມາດເວົ້າໄດ້ວ່າ:ບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຄົນນັ້ນສະຫງ່າຜ່າເຜີຍເປັນຕາໜ້ານັບຖື. ສິ່ງທີ່ເຮົາຍອມຮັບເຫຼົ່ານີ້ເອີ້ນວ່າລັກສະນະທີ່ເດັ່ນໃນຕົວເຂົາທັງແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເຂົານັ້ນເອງ.

❖ ນັກຈິດຕະວິທະຍາຫຼາຍໆທ່ານໄດ້ໃຫ້ທັດສະນະກ່ຽວກັບນິຍາມຂອງບຸກຄະລິກກະພາບດັ່ງນີ້:

ທ່ານ **Sanfort** ເວົ້າວ່າ: ບຸກຄະລິກກະພາບແມ່ນຂະບວນການຮ່ວມກັນລະຫວ່າງລັກສະນະຂອງບຸກຄົນ (ລວມທັງລັກສະນະຮ່າງກາຍ ແລະ ລັກສະນະຈິດໃຈ) ແຕ່ລະລັກສະນະລ້ວນແຕ່ພົວພັນເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນທັງເປັນລັກສະນະຈຳເພາະຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນ.

ທ່ານ **Morgan** ເວົ້າວ່າ: ບຸກຄະລິກກະພາບແມ່ນຄຸນສົມບັດ ແລະ ຄຸນລັກສະນະທີ່ເດັ່ນຂອງບຸກຄົນລວມທັງການປັບຕົວຂອງບຸກຄົນຕໍ່ສິ່ງແວດລ້ອມຕ່າງໆ.

ທ່ານ **Murphy** ເວົ້າວ່າ: ບຸກຄະລິກກະພາບແມ່ນຄວາມເດັ່ນປະຈຳຕົວຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນເຊິ່ງສະແດງຄວາມແຕກຕ່າງຂອງບຸກຄົນທາງດ້ານປະລິມານ, ດ້ານຄຸນນະພາບໃນລັກສະນະເດັ່ນນັ້ນ.

ທ່ານ Hilgard ເວົ້າວ່າ: ບຸກຄະລິກກະພາບໝາຍເຖິງລັກສະນະລວມຂອງບຸກຄົນ ແລະ ວິທີສະແດງພຶດຕິກຳ ເຊິ່ງກັບມີການປັບຕົວຕາມແບບຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນຕໍ່ກັບສິ່ງແວດລ້ອມຜ່ານບັນດາທິດສະດີເຫຼົ່ານັ້ນເຫັນວ່າ: ສ່ວນຫຼວງຫຼາຍເພິ່ນຈະເນັ້ນໜັກລັກສະນະຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນທີ່ມີຜົນກະທົບຕໍ່ການປັບຕົວຂອງເຂົາຕໍ່ກັບຄົນອື່ນ ແລະ ຕໍ່ກັບຕົວເຂົາເອງ, ດັ່ງນັ້ນ, ຈຶ່ງສະຫຼຸບໄດ້ດັ່ງນີ້:

ບຸກຄະລິກກະພາບແມ່ນການລວບລວມລັກສະນະທີ່ສຳຄັນຂອງບຸກຄົນ ເຊັ່ນ: ຮູບຮ່າງ, ໜ້າຕາ, ທ່າທິດຄວາມສາມາດ, ກຳລັງໃຈ ແລະ ການສະແດງອອກທາງດ້ານອາລົມ ແລະ ຜົນໄດ້ຮັບຈາກປະສົບການຕ່າງໆ.

1.2. ໂຄງສ້າງຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ

ໂຄງສ້າງຂອງບຸກຄະລິກກະພາບຕາມແນວຄິດທ່ານ ຊິກມັນ ຟຣອຍມິ 3 ລັກສະນະຄື:

- **ອິດ (Id)** ເປັນພະລັງງານທີ່ຕິດຕົວມາຕັ້ງແຕ່ເກີດ, ມີພື້ນຖານມາຈາກຄວາມຕ້ອງການທາງຊີວະວິທະຍາສຳຄັນ 2 ຢ່າງຄື: ຄວ່າມຕ້ອງການທາງເພດ (**Sex**) ແລະ ຄວາມຮຸນແຮງ (**Aggression**) ເປົ້າໝາຍຫຼັກຂອງພະລັງງານນີ້ຄື ການສະແຫວງຫາ ແລະ ການໄດ້ຮັບການຕອບສະໜອງຄວາມພໍໃຈທາງກາຍເປັນຫຼັກທີ່ຍິ່ງໃຫຍ່. ດັ່ງນັ້ນ, ຈຶ່ງໄດ້ຮັບຂະໜານນາມວ່າ “Id ຄືຫຼັກການແຫ່ງຄວາມພໍໃຈ” ໂດຍບໍ່ຄານຶງເຖິງຂໍ້ເທັດຈິງ ຫຼື ຄວາມຊອບທຳໃດໆ ປຽບທຽບໄດ້ກັບເດັກທີ່ຕາມໃຈຈົນເຮັດໃຫ້ເດັກກາຍເປັນຄົນເອົາແຕ່ໃຈ, ພ້ອມກັນນັ້ນຍັງຖືວ່າຄວາມພໍໃຈຂອງຕົນເປັນຄວາມຊອບທຳ ແລະ ຄວາມຖືກຕ້ອງ.

- **ອິໂກ (Ego)** ເປັນພະລັງງານທີ່ພັດທະນາຈາກການຮຽນຮູ້ໂລກຕາມຄວາມເປັນຈິງຕັ້ງແຕ່ໄວເດັກເພື່ອສະໜອງພະລັງງານ ອິດ ໂດຍການນຳພະລັງງານຊຸບເປີອິໂກ **Super ego** ໃຫ້ເຂົ້າມາສ່ວນຮ່ວມພິຈາລະນາໃນການສະໜອງພະລັງງານດັ່ງກ່າວ, ພະລັງງານນີ້ຈະຮັບຮູ້ໂລກຕາມຂໍ້ເທັດຈິງ, ຈຶ່ງໄດ້ຮັບຂະໜານນາມວ່າ “Ego ຄືຫຼັກການແຫ່ງຄວາມເປັນຈິງ” ພຶດຕິກຳໃດໆ ທີ່ກະຕຸ້ນດ້ວຍພະລັງງານ **Ego** ຈະເປັນພຶດຕິກຳທີ່ມີເຫດຜົນ ແລະ ສັງຄົມຍອມຮັບ.

- **ຊຸບເປີອິໂກ (Super ego)** ພັດທະນາຈາກຂະບວນການຮຽນຮູ້ຂອງບຸກຄົນໃນສັງຄົມ, ວັດທະນາທຳນັ້ນໆ ເຊິ່ງເລີ່ມຕັ້ງແຕ່ບຸກຄົນຍັງຢູ່ໃນໄວເດັກອາຍຸປະມານ 2 ຫາ 3 ປີ ຊຸບເປີອິໂກຄືຈົນຕະນາການແຫ່ງຄຸນນະທຳ, ຄວາມດີງາມ, ຄວາມຮູ້ຈັກຮັບຜິດຊອບ ຊົ່ວ-ດີ, ພະລັງຂອງອິດ, ອິໂກ ແລະ ຊຸບເປີອິໂກຈະເຮັດວຽກຮ່ວມກັນ, ພະລັງງານໃດມີອິດທິພົນຫຼາຍທີ່ສຸດບຸກຄົນກໍ່ຈະອ່ຽງໄປຕາມທິດທາງນັ້ນ, ບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ເພິ່ງປະສົງກໍ່ຄື ບຸກຄົນທີ່ພະລັງອິໂກສາມາດປະສານພະລັງ ອິດ ແລະ ຊຸບເປີອິໂກເຮັດວຽກຮ່ວມກັນຢ່າງມີຄວາມສົມດຸນ.

ດັ່ງທີ່ກ່າວມາແລ້ວວ່າ: ແຕ່ລະຄົນຈະມີລັກສະນະສະເພາະໂຕຂອງໃຜມັນ. ສະນັ້ນ, ການອະທິບາຍເຖິງລັກສະນະບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນຈຶ່ງເປັນບັນຫາຫຍຸ້ງຍາກ. ເຮົາຈຶ່ງຈຳເປັນຫາທາງທີ່ຈະເຂົ້າໃຈເທິງພຶດຕິກຳຂອງບຸກຄົນ ໂດຍມີການສຶກສາປະຫວັດພັດທະນາການຂອງເຂົາ ແລະ ບັນຫາຊີວິດທີ່ເຂົາໄດ້ປະສົບມາ, ຈຸດມຸ່ງໝາຍກໍ່ເພື່ອຄົ້ນເຖິງໂຄງສ້າງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເຂົານັ້ນເອງ. ຖ້າຄົ້ນຫາໄວ້ມັນກໍ່ຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຮົາເຂົ້າໃຈພຶດຕິກຳຂອງເຂົາໄດ້ໄວຂຶ້ນ, ເພາະສິ່ງທີ່ເຂົາກະທຳນັ້ນຈະເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງ

ໂຄງສ້າງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເຂົາ. ເຖິງວ່າການກະທຳນັ້ນຄົນອື່ນຈະບໍ່ເຂົ້າໃຈກໍຕາມ. ຕົວຢ່າງ: ມີຊາຍຄົນໜຶ່ງຕາມປົກກະຕິແລ້ວລາວຈະເປັນຄົນຮັກລູກ, ຮັກເມຍແຕ່ລາວພັດເຂົ້າມາຈຸດຕໍ່ຄົນງາມ ຫຼື ລູກນ້ອງຂອງຕົນ ມີກຸ່ມຄົນຈຳນວນໜຶ່ງມີຮ່າງກາຍສົມບູນເຂັ້ມແຂງແຕ່ພັດວິຕົກກັງວົນກັບບຸຊະພາບ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ຈະເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງໂຄງສ້າງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຄົນທັງນັ້ນ.

❖ ພາກສ່ວນປະກອບສ້າງຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ.

ດັ່ງທີ່ຮູ້ກັນແລ້ວວ່າ ກຳມະພັນ ແລະ ການເຕີບໃຫຍ່ຂອງຄົນໃນໄລຍະໄວ 0-2 ເປັນສິ່ງທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ພັດທະນາການຂອງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເດັກທີ່ສຸດ ຈະແມ່ນການຮຽນຮູ້ຈາກສັງຄົມຂອງຄອບຄົວ. ສະນັ້ນ, ຖ້າຄົນເຮົາຈະເວົ້າເຖິງຈຸດເລີ່ມຕົ້ນຂອງການກຳເນີດຂອງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເດັກເຮົາຈະເລີ່ມຈາກສິ່ງທີ່ເດັກໄດ້ຮັບທາງດ້ານກຳມະພັນນັ້ນເອງ.

✚ ແຕ່ລະຄົນຈະມີຈຸດເລີ່ມຕົ້ນບໍ່ຄືກັນ ເຊັ່ນວ່າ: ເດັກບ່າງຄົນຈະແຂງແຮງ, ສະຕິປັນຍາດີ ແຕ່ບ່າງຄົນພັດອ່ອນເພຍ, ປັນຍາອ່ອນ. ຍ້ອນວ່າ: ອະໄວຍະວະສຳພັດແຕ່ລະຊະນິດ ແລະ ລະບົບປະສາດໄດ້ຮັບການຖ່ານທອດຈາກກຳມະພັນ. ຄຸນະພາບດັ່ງກ່າວນີ້ຈະພັດທະນາການໄປຕາມປະສົບການທີ່ໄດ້ຮັບຈົນເຖິງລະດັບເຕີບໃຫຍ່ຂອງເຂົາ.

✚ ບຸກຄົນນອກຈາກຊີວະວິທະຍາແຕກຕ່າງກັນແລ້ວ, ແຕ່ລະຄົນຍັງຜ່ານຂະບວນການເຝິກອົບຮົມຂອງພໍ່-ແມ່, ຍາດພີ່ນ້ອງ ແລະ ບຸກຄົນອື່ນໆໃນສັງຄົມອີກ. ກຸ່ມຄົນເຫຼົ່ານີ້ຈະເປັນຜູ້ຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້ດ້ານວັດທະນະທຳໃຫ້ເດັກ.

✚ ດັ່ງນັ້ນ, ຜູ້ໃຫຍ່ທຸກຄົນໃນສັງຄົມຈະຕ້ອງສອນໃຫ້ເດັກທຸກຄົນຮູ້ສະແດງພຶດຕິກຳທີ່ສັງຄົມຍອມຮັບທັງສືກສາໃຫ້ເດັກເລີ່ມພັດທະນາການກ່ຽວກັບຄວາມຮັບຜິດຊອບ, ຄວາມສາມາດດັດແປງນິໄສຂອງຕົນເອງໃຫ້ຖືກຕາມຄວາມຕ້ອງການຂອງສັງຄົມປັດຈຸບັນ.

✚ ຢູ່ໃນຂະບວນການອົບຮົມ ແລະ ຖ່າຍທອດວັດທະນະທຳທີ່ດີຂອງພໍ່-ແມ່ໃຫ້ແກ່ລູກນັ້ນບໍ່ມີຄອບຄົວໃດສາມາດປະສົບຜົນສຳເລັດເທົ່າທຽມກັນໄດ້.

✚ ບາງຄອບຄົວທີ່ພໍ່-ແມ່ບໍ່ມີຄວາມຮັກ ແລະ ຄວາມອົບອຸ່ນຕາມຄວາມຕ້ອງການຂອງເດັກສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ກໍຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນອັນບໍ່ດີຕໍ່ກັບການພັດທະນາບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເດັກ ເຊິ່ງສະແດງອອກຄື: ເດັກຈະບໍ່ມີຄວາມໝັ້ນຄົງປອດໄພໃນຊີວິດ, ຈະມອງໂລກໃນແງ່ທີ່ບໍ່ດີສະເໝີ. ກົງກັນຂ້າມ, ຄອບຄົວໃດຫາກພໍ່-ແມ່ເອົາໃຈໃສ່ໃກ້ຊິດ, ໃຫ້ຄວາມຮັກ ແລະ ຄວາມອົບອຸ່ນທີ່ດີກໍຈະເຮັດໃຫ້ເດັກນັ້ນມີຄວາມສຸກ ທັງມີຜົນສະທ້ອນອັນດີຕໍ່ການພັດທະນາບຸກຄະລິກກະພາບຂອງເດັກ, ນອກຈາກການຖ່າຍທອດກຳມະພັນ ແລະ ວັດທະນະທຳແຕກຕ່າງກັນແລ້ວ, ແຕ່ລະບຸກຄົນຍັງໄດ້ ຮັບອິດທິພົນຈາກປະສົບການຕ່າງໆອີກ ເຊັ່ນວ່າ: ການເຈັບປ່ວຍເປັນເວລາດົນນານ, ການເກີດອຸບັດຕິເຫດ, ຄວາມສຳເລັດ ຫຼື ຄວາມລົ້ມເຫຼວໃນຊີວິດ.

ດັ່ງນັ້ນ, ໂຄງປະກອບສ້າງຂອງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຄົນຈຶ່ງປະກອບມາຈາກອິດທິພົນປະສົບການທີ່ບຸກຄົນໄດ້ຮັບຄືກັນ ຂະບວນການສອງຢ່າງນີ້ສົມທົບກັນຈະກາຍເປັນໂຄງສ້າງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນນັ້ນ. ບັນດາຂະບວນການຕ່າງໆ ທີ່ບຸກຄົນໄດ້ຜ່ານ ເຊັ່ນ: ການລອກແບບຈາກບຸກຄົນໃດໜຶ່ງທີ່ຕົນ

ເອງມັກ, ຕົນເອງພໍໃຈ ເປັນຕົ້ນແມ່ນພໍ-ແມ່ ຫຼື ບຸກຄົນອື່ນ. ໂດຍສະເພາະແມ່ນໄວລຸ້ນ (ນັກຮຽນຊັ້ນ ມັດທະຍົມຕອນປາຍ).

ຖ້າຫາກມີການພັດທະນາການປົກກະຕິ, ກໍ່ຈະຜ່ານຂະບວນການດັ່ງກ່າວຢ່າງບໍ່ມີບັນຫາໃດໆ, ບຸກຄະລິກກະພາບກໍ່ຈະກາຍເປັນຂອງຕົນເອງ, ມີບາງຄົນບໍ່ເປັນດັ່ງນັ້ນ, ຍ້ອນມີບັນຫາຂັດແຍ້ງຢູ່ພາຍໃນ ເນື່ອງຈາກບໍ່ສາມາດເອົາບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຄົນອື່ນມາເປັນບຸກຄະລິກກະພາບສະເພາະຂອງຕົນເອງ ໄດ້. ເພາະວ່າບົດບາດທີ່ຕົນເອງຫຼອກແບບມານັ້ນມາຈາກຫຼາຍບຸກຄົນ, ເຫດຜົນດັ່ງກ່າວນີ້ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຄົນ ເຮົາມີບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ແຕກຕ່າງກັນ, ມີບາງຄົນມີບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ບໍ່ເໝາະສົມກັບຄວາມ ຕ້ອງການຂອງສັງຄົມ.

1.3. ການວັດບຸກຄະລິກກະພາບ

ບຸກຄະລິກກະພາບ ແມ່ນໝາກຜົນຂອງພັດທະນາການທີ່ບຸກຄົນສະແດງພຶດຕິກຳສິ່ງແວດລ້ອມ. ດັ່ງນັ້ນ, ບຸກຄະລິກກະພາບຊຶ່ງເປັນຜົນຂອງການພັດທະນາການ ແລະ ຜົນຂອງແວດລ້ອມທີ່ສົມທົບກັນ. ເມື່ອເຮົາຢາກຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນ, ຈຳເປັນເຮົາຕ້ອງຮູ້ກ່ຽວກັບປະຫວັດ ພັດທະນາການຂອງເຂົາ. ແຕ່ການວັດແທກບຸກຄະລິກກະພາບນັ້ນເຮົາຈະຕ້ອງເບິ່ງ ແລະ ວັດແທກຈາກ ການພົວພັນຂອງເຂົາກັບສິ່ງແວດລ້ອມໃນປັດຈຸບັນວ່າ ບຸກຄົນນັ້ນເຂົາມີການພົວພັນກັບຄົນອື່ນດີພຽງໃດ.

ບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນມັນສະແດງອອກຫຼາຍດ້ານ. ດັ່ງນັ້ນ, ນັກຈິດຕະວິທະຍາຈຶ່ງໄດ້ ແບ່ງບຸກຄະລິກກະພາບອອກເປັນຫຼາຍລັກສະນະດັ່ງນີ້:

- 1) **ລັກສະນະທາງຮ່າງກາຍ** ເຊັ່ນ: ຂະໜາດໜ້າຕາ, ທ່າທາງ, ຄວາມເຂັ້ມແຂງຂອງສຸຂະພາບຕ່າງໆ.
- 2) **ລັກສະນະອາລົມ** ເຊັ່ນ: ຄົນທີ່ມີຄວາມໝັ້ນຄົງນີ້ມນວນພຽງໃດສິ່ງດັ່ງກ່າວນີ້ຈະກາຍເປັນ ລັກສະນະໜຶ່ງຂອງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງມີຜົນສະທ້ອນຕໍ່ຄົນອື່ນໆ ແລະ ຕົນ ເອງ.
- 3) **ສະຕິປັນຍາ ແລະ ຄວາມສາມາດ.** ສະຕິປັນຍາ ແລະ ຄວາມສາມາດອື່ນໆ ກໍ່ແມ່ນສ່ວນໜຶ່ງ ຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ.
- 4) **ຄ່ານິຍົມ ແລະ ຄວາມສົນໃຈ:** ບຸກຄະລິກກະພາບຈະສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນຄວາມສົນໃຈ, ຄ່ານິຍົມ ທີ່ບຸກຄົນນັ້ນມີຢູ່.
- 5) **ທັດສະນະທາງດ້ານສັງຄົມ:** ທັດສະນະທາງດ້ານສັງຄົມກໍ່ແມ່ນສ່ວນໜຶ່ງຂອງບຸກຄະລິກກະ ພາບ: ຕົວຢ່າງໃນ 3 ທັດສະນະດັ່ງນີ້:

✓ **Authoritism Persnality** ໄດ້ໃຫ້ທັດສະນະວ່າ: ແມ່ນຈຳພວກຄົນທີ່ມັກບັງຄັບ ໃຊ້ອຳນາດ ແລະ ບໍ່ເຊື່ອຝັງຄົນອື່ນ ໂດຍງ່າຍທັງມີອະຄະຕິ

- ✓ **Dogmatism** ໃຫ້ທັດສະນະວ່າ: ຄົນມີລັກສະນະນີ້ ຍາມໃດກໍ່ຄິດວ່າຄຳເຫັນຂອງຕົນເອງນັ້ນຖືກຕ້ອງຢູ່ສະເໝີ.
- ✓ **Egalitarianism** ຄົນຈຳພວກນີ້ພັດເຊື່ອຖືໃນເລື່ອງຄວາມສະເໝີພາບໃຫ້ເທົ່າທຽມກັນ. ດັ່ງນັ້ນ, ຈຶ່ງເວົ້າໄດ້ວ່າການປ່ຽນແປງທັດສະນະຄະຕິຂອງບຸກຄົນກໍ່ຂຶ້ນກັບບຸກຄະລິກກະພາບຄືກັນ.

❖ ວິທີການວັດປະເມີນ ແລະ ວັດບຸກຄະລິກກະພາບ

ນັກຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ຄົ້ນຄວ້າວິທີການຕ່າງໆ ທີ່ຈະສາມາດອະທິບາຍບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ:

1) ການປະເມີນບຸກຄະລິກກະພາບ:

- **ການສັງເກດ (Observation)** ເປັນວິທີການປະເມີນບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ກະທຳໂດຍຜູ້ສັງເກດທີ່ໄດ້ຮັບການເຝິກຫັດໂດຍກົງ, ຊຶ່ງຈະຕ້ອງມີລັກການ, ຮູບແບບ ແລະ ວິທີການແປຄວາມໝາຍທີ່ແນ່ນອນທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດຄື ຕ້ອງບໍ່ເອົາຄວາມຮູ້ສຶກສ່ວນຕົວເຂົ້າມີສ່ວນກ່ຽວຂ້ອງຢ່າງເດັດຂາດ, ພຶດຕິກຳທີ່ສັງເກດນັ້ນອາດຈະເປັນພຶດຕິກຳໂດຍທົ່ວໄປ ຫຼື ອາດຈະສັງເກດພຶດຕິກຳສະເພາະກໍ່ໄດ້.

- **ການສຳພາດ (Interview)** ວິທີການປະເມີນປະເພດນີ້ເປັນການສົນທະນາຊຶ່ງມີຈຸດມຸ່ງໝາຍຢ່າງໃດໜຶ່ງ ໂດຍໃຊ້ການເວົ້າໂອ້ລົມຕອບໂຕ້ລະຫວ່າງຜູ້ສຳພາດ ແລະ ຜູ້ຖືກສຳພາດເປັນຫຼັກ. ນອກຈາກນັ້ນອາດໃຊ້ປະເມີນແບບສັງເກດສືດແຊກເຂົ້າໄປກະໄດ້, ການສຳພາດປະຕິບັດໄດ້ 2 ວິທີຄື:

ກ. ການສຳພາດແບບເປົ້າທາງການ: ເປັນການສຳພາດທີ່ມີການເຈາະຈົງ ແລະ ວາງແຜນໄວ້ລ່ວງໜ້າທີ່ຈຸດມຸ່ງໝາຍໄວ້ ເຊັ່ນ: ການຕັ້ງຄຳຖາມ ຫຼື ສ້າງສະຖານະການເພື່ອໃຫ້ຜູ້ຖືກສຳພາດຕອບ ຫຼື ສະແດງຄວາມຄິດເຫັນຕໍ່ກັບຄຳຖາມເຫຼົ່ານັ້ນ.

ຂ. ການສຳພາດບໍ່ເປັນທາງການ: ເປັນການສຳພາດທີ່ຈະໃຊ້ການຕັ້ງຄຳຖາມຢ່າງກວ້າງໆ ຊຶ່ງເປັນເລື່ອງທີ່ໄປບໍ່ການເຈາະຈົງ ເພື່ອເປີດໂອກາດໃຫ້ຜູ້ຖືກສຳພາດມີອິດສະຫຼະໃນການຕອບຢ່າງເຕັມທີ່.

2) ວິທີວັດບຸກຄະລິກກະພາບ (Personality Measurement)

ເປັນວິທີການກວດສອບບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນ ໂດຍໃຊ້ແບບທົດສອບມາດຕະຖານທີ່ນັກຈິດຕະວິທະຍາສ້າງຂຶ້ນເພື່ອກວດສອບບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ແທ້ຈິງ ໂດຍສະເພາະສ່ວນທີ່ເປັນບຸກຄະລິກກະພາບພາຍໃນ.

ແບບທົດສອບນີ້ ເປັນແບບທົດສອບທີ່ໃຊ້ວັດຄຸນລັກສະນະຂອງບຸກຄົນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຄວາມຄິດ, ຄວາມຮູ້ສຶກ, ແຮງຈູງໃຈ, ທັດສະນະຄະຕິ, ຄຳນິຍົມ, ການປັບຕົວ ແລະ ຄຸນລັກສະນະສະເພາະອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ຄວາມຊື່ສັດ, ຄວາມອ່ອນນ້ອມຖ່ອມຕົນ.

2 ຄວາມສໍາຄັນຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ ແລະ ທິດສະດີບຸກຄະລິກກະພາບ

2.1. ຄວາມສໍາຄັນຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ

ບຸກຄະລິກກະພາບມີຄວາມສໍາຄັນຕໍ່ຊີວິດຂອງມະນຸດໃນສັງຄົມປັດຈຸບັນເຮົາສາມາດສະຫຼຸບໄດ້ດັ່ງນີ້:

1) ເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາມີຄວາມຮັບຮູ້ແຕກຕ່າງກັນລະຫວ່າງບຸກຄົນ, ສາມາດຈົດຈໍາ ແລະ ເຂົ້າໃຈແຕ່ລະບຸກຄົນເປັນຢ່າງດີ ພ້ອມນີ້ ແຕ່ຍັງຮູ້ວິທີທີ່ຈະປັບຕົວເພື່ອເຮັດໃຫ້ຕົນເອງມີຄວາມສໍາພັນທີ່ດີເພື່ອນໃນສັງຄົມ.

2) ເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາຮູ້ຄໍານຶງເຖິງເອກະລັກຂອງບຸກຄົນ, ບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ເປັນເອກະລັກຂອງບຸກຄົນນັ້ນ ຈະເປັນແບບຢ່າງຂອງບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາຮຸ່ນໜຶ່ງໄດ້ສຶກສາຮໍາຮຽນແບບຢ່າງດັ່ງກ່າວ.

3) ຜູ້ທີ່ມີບຸກຄະລິກກະພາບດີຈະມີຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕົນເອງ, ມີຄວາມຮັກໂອບອ້ອມອາລິມິເມດຕາ. ຄົນປະເພດນີ້ຈະສາມາດປັບຕົວໄດ້ດີ ທັງໄດ້ຮັບຄວາມເຄົາລົບນັບຖືຈາກຄົນອື່ນ.

4) ການຍ້ອມຮັບຂອງໝູ່ເພື່ອນ. ຜູ້ມີບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ດີຈະສຸຂຸມ, ເຢືອກເຢັນ, ໃຈກວ້າງຂວາງ ເປັນທີ່ຍ້ອມຮັບຂອງຄົນທີ່ໄປທັງເຮັດໃຫ້ການພົວພັນວຽກງານໄດ້ດີ, ມີມະນຸດສໍາພັນດີ.

5) ຄົນທີ່ມີບຸກຄະລິກກະພາບດີ ເວລາໃດກໍ່ໄດ້ຮັບຄວາມເຫຼືອມໃສ, ຄວາມສັດທາຈາກຄົນອື່ນ, ບໍ່ວຽກ ຫຼື ໃຫຍ່ ກໍ່ຈະປະສົບຄວາມສໍາເລັດ. ສະນັ້ນ, ຈຶ່ງເວົ້າໄດ້ວ່າ: ຜູ້ທີ່ມີບຸກຄະລິກກະພາບດີນັ້ນ ຈຶ່ງເປັນດໍາລົງຊີວິດໃນຄອບຄົວ ຫຼື ລວມໝູ່ຢ່າງມີຄວາມສຸກ.

2.2. ທິດສະດີບຸກຄະລິກກະພາບ

ທິດສະດີບຸກຄະລິກກະພາບນີ້ແມ່ນ ທິດສະດີທີ່ອະທິບາຍໃຫ້ຮູ້ເຖິງລັກສະນະໂດຍທໍາມະຊາດຂອງບຸກຄະລິກກະພາບ, ໄດ້ຮັບການສຶກສາຄົ້ນຄວ້າຈາກນັກຈິດຕະວິທະຍາຫຼາຍທ່ານ. ມີບາງທິດສະດີກໍ່ເນັ້ນໜັກໄປໃນເລື່ອງແຮງຈູງໃຈເປັນສິ່ງສໍາຄັນ, ບາງທິດສະດີກໍ່ເນັ້ນໜັກໄປໃນເລື່ອງອິດທິພົນຂອງສັງຄົມ ແລະ ວັດທະນາທໍາ. ບາງທິດສະດີກໍ່ເນັ້ນໜັກໄປທາງດ້ານການຮັບຮູ້ແຕ່ເຮົາຈະນໍາເອົາບາງທິດສະດີມາຄົ້ນຄວ້າໂດຍສັງເຂບ ພໍເປັນແນວທາງໃຫ້ເຮົາເຂົ້າໃຈໃນຄວາມເປັນມາຂອງບຸກຄະລິກກະພາບດີຂຶ້ນຕື່ມ.

1) ທິດສະດີ ຂອງທ່ານ ຄານ ຈຸງ (Carl Jung, 1875 – 1961) ນັກຈິດຕະວິທະຍາຊາວສະວິດທ່ານ ໄດ້ແບ່ງບຸກຄະລິກກະພາບຂອງບຸກຄົນອອກເປັນ 2 ປະເພດຄື:

ກ. ປະເພດບຸກຄົນມັກສັງຄົມ (Introvert): ປະເພດນີ້ມີລັກສະນະເດັ່ນຄື: ເປັນຄົນເປີດເຜີຍ, ມ່ວນຊຶ່ນເບີກບານ, ມັກອອກສັງຄົມ ບໍ່ມັກເກັບຕົວຄົນດ່ຽວ, ເປັນຄົນມີຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕົນເອງພື້ນຖານຂອງຄວາມເປັນຈິງ, ມີນິໄສທີ່ປ່ຽນແປງໄດ້ຕາມຄວາມເໝາະສົມຕາມສະພາບແວດລ້ອມ ແລະ ກ່ຽມພ້ອມທີ່ຈະປັບຕົວ, ປ່ຽນແປງໄປຕາມສະພາບການໃໝ່ທີ່ເໝາະສົມ.

ຂ. ປະເພດຄົນບໍ່ມັກເຂົ້າສັງຄົມ (Introvert): ປະເພດນີ້ມີລັກສະນະເດັ່ນ: ເປັນຄົນບໍ່ມັກເປີດເຜີຍ, ເປັນຄົນເລິກລັບ, ມັກເກັບຕົວ ແລະ ຜູກຜັນກັບຕົວເອງຫຼາຍກວ່າຜູກຜັນກັບສັງຄົມ, ເປັນຄົນທີ່ມີກິດການແນ່ນອນໃນການຄວບຄຸມນິໄສຂອງຕົນ, ເປັນຄົນເຊື່ອຖືຕົນເອງ ແລະ ມັກຕັດສິນໃຈໂດຍໃຊ້ຕົນເອງເປັນຫຼັກ.

2) ທ່ານ ແອດເລີ (Adler, 1870 – 1937) ເປັນຊາວວຽນນາ (ປະເທດໂອຕຣິດ), ທິດສະດີບຸກຄະລິກກະພາບຂອງທ່ານແມ່ນ: ຄົ້ນຄວ້າກ່ຽວກັບປົມດ້ອຍ ປົມເດັ່ນຂອງຄົນເຮົາທີ່ມີມາແຕ່ກໍາເນີດມັນສະແດງອອກຄື: ໃນເມື່ອຫາກຕົນຊ່ວຍເຫຼືອຕົນບໍ່ໄດ້ກໍຮູ້ສຶກຕົນບໍ່ໄດ້ກໍຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງບົກພ່ອງໃນຕົວ, ຍ້ອນປົມດ້ອຍດັ່ງກ່າວນັ້ນຄົນເຮົາຈຶ່ງພະຍາຍາມດື່ມຮິນສະແດງພຶດຕິກຳຕ່າງໆອອກມາເພື່ອລົບລ້າງປົມດ້ອຍດັ່ງກ່າວນັ້ນ ຕົວຢ່າງ: ຄົນໃດ ມີຮູບຮ່າງນ້ອຍກໍຈະທົດແທນດ້ວຍການວາງອຳນາດຄື ປາກເວົ້າສຽງດັງ, ຄົນປາກພ້າ (ປາກບໍ່ແຈ້ງ) ຈະທົດແທນດ້ວຍການເປັນນັກປາຖະກະຖາທີ່ມີຊື່ສຽງໂດ່ງດັງ.

ປົມດ້ອຍເກີດຂຶ້ນເມື່ອຕົນເອງບໍ່ສາມາດແກ້ໄຂບັນຫາໄດ້, ທັງແນ່ໃຈວ່າຕົນເອງຈະແກ້ໄຂບັນຫານັ້ນບໍ່ໄດ້ແນ່ນອນ, ເມື່ອຄົນໃດເກີດມີປົມດ້ອຍຍອມມີຄວາມຕຶງຄຽດສະເໝີຈຶ່ງເກີດຄວາມດື່ມຮິນ ເພື່ອຈະຫາທາງຜ່ອນຄາຍຄວາມຕຶງຄຽດ ຫຼື ຫາທາງແກ້ຕົວໂດຍການຊອກຫາຄວາມຮູ້ສຶກດີມາປ່ຽນແທນ.

3) ທ່ານ ຄານີ (Karney) ນັກຈິດຕະວິທະຍາຄົນເຢຍລະມັນ ທ່ານມີຄວາມຄິດເຫັນຄືກັບທ່ານແອດເລີ ທີ່ເຫັນວ່າໄວເດັກເປັນໄວທີ່ສຸດ, ຄວບຄົວ, ໂຮງຮຽນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມລ້ວນແຕ່ມີອິດພົນຕໍ່ບຸກຄະພາບຂອງເດັກຄົນນັ້ນ, ຖ້າເດັກຂາດຄວາມຮັກ, ຂາດຄວາມອົບອຸ່ນຈາກຄອບຄົວທີ່ພໍ່ແມ່ເປັນລກຈິດ ຫຼື ໂລກປະສາດ ຫຼືພໍ່ແມ່ໃຊ້ຮູບການສຶກສາແບບຮຸນແຮງຈຶ່ງມີຄ່າ, ຂາດຄວາມເອົາໃຈໃສ່ຢ່າງຕິດແທດ, ສິ່ງດັ່ງກ່າວເຫຼົ່ານັ້ນຈະເຮັດໃຫ້ເດັກມີອະຄະຕິອັນບໍ່ດີ, ເມື່ອໃຫຍ່ຂຶ້ນມາກໍຈະເປັນຄົນບໍ່ມີຄວາມຮັກ, ຄວາມເປັນເພື່ອນມິດ, ບໍ່ຮູ້ຈັກຮັກພີ່ຮັກນ້ອງ ແລະ ບໍ່ວາງໄວໃຈຄົນອື່ນອີກ.

ທ່ານຍັງສະຫຼຸບວ່າ: ຖ້າຄົນລ້ຽງດູເດັກບໍ່ດີ, ມັນຈະເກີດລັງເລໃຈ ຫຼື ເກີດການອົດກັ້ນຢູ່ໃນຈິດໃຈ

4) ທ່ານຄາໂລເຈີ (Calroger) ນັກຈິດຕະວິທະຍາຄົນເຢຍລະມັນ ທ່ານໄດ້ໃຫ້ຄຳເຫັນວ່າ: ບຸກຄະລິກະພາບຂອງບຸກຄົນຂຶ້ນກັບການຮຽນຮູ້ຂອງຕົນເອງ, ຖ້າບຸກຄົນຫາກກະມີການຮຽນຮູ້ແບບໃດ, ບຸກຄະລິກະພາບຂອງກໍຈະພັດທະນາໄປຕາມແບບນັ້ນ, ໝາຍຄວາມວ່າ: ບຸກຄະລິກະພາບມີການປ່ຽນແປງໄດ້.

ທ່ານໄດ້ນຳຫຼັກການນີ້ໄປໃຊ້ຕໍ່ການຮັກຄົນປວຍທີ່ເປັນໂລກຈິດຄື ພະຍາຍາມໃຫ້ຄົນເຈັບໄດ້ປ່ຽນແປງການຮັບຮູ້ໃໝ່, ໃຫ້ຮູ້ຕົນເອງແມ່ນໃຜ, ຄວນສວມບົດບາດແນວໃດ, ໃນເມື່ອຄົນເຈັບຫາກເຂົ້າໃຈຕົນເອງດີ,ອາການທາງໂລກປະສາດກໍຈະຄ່ອຍໆ ຫາຍໄປ.

2.3. ການພັດທະນາບຸກຄະລິກກະພາບ

ຄືເຮົາຮູ້ແລ້ວວ່າ ບຸກຄະລິກະພາບ ແມ່ນລັກສະນະຕ່າງໆທີ່ລວມເຂົ້າກັນ ບຸກຄະລິກະພາບຂອງ ແຕ່ລະຄົນບໍ່ຄືກັນ, ລັກສະນະທີ່ແຕກຕ່າງກັນນີ້ມີທັງລັກສະນະທີ່ຄົນເຮົາເຫັນ ແລະລັກສະນະທີ່ເຮົາບໍ່ເຫັນ.

- ລັກສະນະທີ່ເຫັນໄດ້ແກ່: ຮູບຮ່າງ, ໜ້າຕາ, ທາງ, ສີສັນ...
- ລັກສະນະທີ່ບໍ່ເຫັນໄດ້ແກ່: ຄວາມສາມາດ, ຄວາມຊຳ ນິຊຳ ນານ, ສະຕິປັນຍາ ແລະ ພະຍາດຕ່າງໆ

ນັກຈິດຕະວິທະຍາຫຼາຍໆ ທ່ານໄດ້ສຶກສາເລື່ອງພັດທະນາບຸກຄະລິກະພາບຂອງຄົນໄວ້ດັ່ງນີ້:

1) ທ່ານ ຊິກມັນ ຟຣອຍ (Sigmund Freud) ເປັນນັກຈິດຕະວິທະຍາຄົນທຳ ອິດທີ່ໄດ້ອະທິບາຍເລື່ອງຂັ້ນຕອນການພັດທະນາບຸກຄະລິກະພາບຂອງມະນຸດ, ທ່ານໄດ້ເວົ້າແບບເນັ້ນໜັກວ່າລັກສະນະພັດທະນາ ແລະ ປະສົບການໃນໄວເດັກເປັນຮາກຖານບຸກຄະລິກະພາບຂອງມະນຸດເມື່ອເປັນຜູ້ໃຫຍ່ຍ້ອນແນວນັ້ນ ທ່ານ ຊິກມັນ ຟຣອຍ ຈຶ່ງມີຄວາມເຊື່ອວ່າ ຄວາມຕ້ອງການທາງຮ່າງກາຍເປັນຄວາມຕ້ອງການຕາມທຳມະຊາດຂອງຄົນ ເຊິ່ງຄົນມີຄືກັນກັບສັດປະເພດອື່ນໆ, ຄວາມຕ້ອງການນີ້ ເປັນພະລັງຊີວິດເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາສະແຫວງຫາຄວາມສຸກຄວາມພໍໃຈຈາກສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍທີ່ແຕກຕ່າງໄປຕາມໄວ, ພັດທະນາໄປເປັນຂັ້ນຕອນຕາມລຳດັບຈາກທຳອິດຈົນສິ້ນສຸດໃນຊ່ວງໄວລຸ່ມເອີ້ນພັດທະນານີ້ວ່າ “**Psychosexual development stage**”, ບຸກຄົນໃດພັດທະນາໄປຕາມຂັ້ນຕອນໄດ້ດີ ກໍຈະເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນນັ້ນມີການພັດທະນາທາງບຸກຄະລິກະພາບທີ່ສົມບູນ ແຕ່ຖ້າບຸກຄົນໃດຫາກບໍ່ເປັນໄປຕາມຕາມຂັ້ນຕອນນັ້ນຈະເກີດສະພາວະ “ ຕິດຂ້ອງຢູ່ (**Fixation**) ” ແລະ ສະພາບຕິດຂ້ອງນີ້ຈະມີຜົນຕໍ່ພັດທະນາດ້ານບຸກຄະລິກະພາບໃນແງ່ລົບແຕ່ກໍສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້ຖ້າບຸກຄົນນັ້ນຫາກຮູ້ຈັກການປັບຕົວ.

ທ່ານ ຊິກມັນ ຟຣອຍ ໄດ້ແບ່ງຂັ້ນຕອນການພັດທະນາບຸກຄະລິກະພາບໄວ້ 5 ຂັ້ນຕອນຄື:

1) ຂັ້ນຊອກສະແຫວງຫາຄວາມສຸກທາງປາກ (Oral stage) ອາຍຸຕັ້ງແຕ່ເກີດຫາ 2 ປີເດັກມີຄວາມສຸກກັບການເຮັດກິດຈະກຳທາງປາກ ເຊັ່ນ: ການດູດ, ຫຍ້າ, ກັດຫຼິ້ນດ້ວຍສ່ຽງຜູ້ທີ່ມີພັດທະນາການຂັ້ນບໍ່ສົມບູນໃນຊ່ວງນີ້ ເມື່ອໃຫຍ່ຂຶ້ນກໍຍັງສະແຫວງຫາຄວາມສຸກດ້ວຍປາກຢູ່ອີກ ເຊັ່ນ: ມັກກິນຈຸບຈົບ, ມັກເວົ້າຫຼາຍ, ມັກຫຍ້າຊິງອີມ, ມັກເວົ້າຂວັນ, ມັກສູບຢາແລະອື່ນໆ

2) ຂັ້ນຊອກສະແຫວງຫາຄວາມສຸກຈາກອະໄວຍະວະຂັບຖ່າຍ (Anal stage) ອາຍຸ 2 ຫາ 3 ປີ ເປັນຊ່ວງທີ່ເດັກຫາຄວາມສຸກໂດຍການເຮັດກິດຈະກຳໂດຍໃຊ້ອະໄວຍະວະຂັບຖ່າຍຫາກຊ່ວງນີ້ມີພັດທະນາບໍ່ສົມບູນ ເດັກນັ້ນເມື່ອໃຫຍ່ຂຶ້ນຈະເປັນຄົນມີລະບຽບ, ພິຖີພິຖັນ, ຮັກຄວາມສະອາດຈົນເກີນໄປ.

3) ຂັ້ນຊອກສະແຫວງຫາຄວາມສຸກທາງອະໄວຍະວະເພດ (Phallic stage) ອາຍຸ 3 ປີ ຫາ 6 ປີ ເດັກມີຄວາມເພິ່ງພໍໃຈເຮັດກິດຈະກຳທີ່ເນື່ອງດ້ວຍອະໄວຍະວະເພດ ເຊັ່ນ: ຫຼິ້ນອະໄວຍະວະເພດຂອງຕົວ

ເອງ, ກິດຈະກຳນີ້ອາດເຮັດໃຫ້ພໍ່ແມ່ຕຶກໃຈ. ສະນັ້ນ, ພໍ່ແມ່ຄວນມີຄວາມຮູ້ຄວາມເຂົ້າໃຈວ່ານັ້ນຄືຂັ້ນຕອນໜຶ່ງໃນການພັດທະນາຕາມທຳມະຊາດ, ເມື່ອອາຍຸຜ່ານໄປເດັກກໍຈະເຊົາຫຼິ້ນ, ໄລຍະນີ້ເດັກຊາຍຈະຕິດແມ່ສ່ວນເດັກຍິງຈະຕິດພໍ່ຍ້ອນແນວນັ້ນພໍ່ແມ່ຄວນເປັນແບບຢ່າງທີ່ດີໃນການສະແດງອອກທາງເພດ ເພາະເດັກຈະຮຽນແບບທາງເພດທີ່ສອດຄ່ອງກັບເພດຂອງຕົນ, ຖ້າບໍ່ດັ່ງນັ້ນອາດຈະເກີດການຮຽນແບບທີ່ຜິດປົກກະຕິຈາກເພດຂອງຕົນ. ຍ້ອນແນວນັ້ນ ທ່ານຊິກມັນ ຟຣອຍ ເຊື່ອວ່າ ການຮູ້ຈັກຜູກຮັກກັບເພດກົງກັນຂ້າມກັບມືຕົ້ນກຳເນີດໃນຊ່ວງເວລານີ້ເຊັ່ນກັນພ້ອມໆ ກັບການຮຽນແບບບົດບາດທາງເພດ ເດັກເລີ່ມພັດທະນາຄວາມຮຸນແຮງ ຢາກເປັນຕົວຂອງຕົວເອງ ແລະ ເລີ່ມສະແຫວງຫາເອກະລັກແຫ່ງຕົນ.

4) ຂັ້ນຊອກສະແຫວງຫາຄວາມສຸກຈາກສິ່ງແວດລ້ອມອ້ອມຂ້າງ (Latency stage) ອາຍຸ 6 ຫາ 11 ປີ ເປັນໄລຍະທີ່ພັດທະນາສ່ວນຕ່າງໆ ຂອງຮ່າງກາຍເປັນໄປຢ່າງຊັກຊ້າ ເມື່ອທຽບໃສ່ຊ່ວງຜ່ານມາ. ເດັກເລີ່ມພັດທະນາຊີວິດສັງຄົມນອກຈາກຄອບຄົວເຮືອນຊານ ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງສະແຫວງຫາຄວາມເພິ່ງພໍໃຈຈາກການຕິດຕໍ່ກັບຜູ້ຄົນທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນທີ່ສະໜິດສະໜົມເປັນເພດດຽວກັນຫຼາຍກວ່າເພດທັງນີ້ເປັນການສືບເນື່ອງຈາກການຮຽນແບບ ແລະ ຮຽນບົດບາດທາງເພດຕໍ່ຈາກຂັ້ນທີ 3 ທີ່ໄດ້ກ່າວມາແລ້ວ.

5) ຂັ້ນຊອກສະແຫວງຫາຄວາມສຸກແຮງກະຕຸ້ນຈາກອະໄວຍະວະເພດ (Gential stage) ອາຍຸ 12-20 ປີ, ຢ່າງເຂົ້າສູ່ຊ່ວງໄວລຸ້ນ ແລະ ເລີ່ມເປັນຜູ້ໃຫຍ່. ລັກສະນະທີ່ສອງທີ່ສະແຫວງຫາຄວາມສຸກທາງເພດເຊິ່ງໄລຍະນີ້ເພດຍິງເປັນປະຈຳເດືອນ, ມີມິດລູກທີ່ຜະລິດໄຂ່ເພື່ອສືບພັນ ສ່ວນເພດຊາຍເຖິງໄວຜະລິດອະສຸຈິ ແລະ ອື່ນໆ. ເດັກທາງສອງເພດນີ້ມີຄວາມເພິ່ງພໍໃຈຄົບຫາສະມາຄົມ, ຮັກ ແລະ ຜູກພັນກັບເພື່ອນຕ່າງເພດໃນຂະນະດຽວກັນມັກປະພຶດຕົນໃຫ້ສົມບົດບາດທາງເພດ ໂດຍການຮຽນແບບບຸກຄົນເພດດຽວກັບຕົນເອງນິຍົມ, ໃນໄລຍະນີ້ມັກເຫັນຊັດເຈນວ່າເດັກຄົນໃດສະແດງບົດບາດທາງເພດຜິດປົກກະຕິໄດ້ແກ່ຜູ້ນິຍົມສະແດງບົດບາດທາງເພດກົງກັນຂ້າມທາງເພດຈິງຂອງຕົນ ແລະ ບໍ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກແນວໃດຕໍ່ເພດກົງກັນຂ້າມ.

2) ທິດສະດີຂອງທ່ານ ອີລິກສັນ (Erikson) ທ່ານໄດ້ກ່າວເຖິງການພັດທະນາຂອງບຸກຄົນກ່ຽວກັບການເກີດບຸກຄະລິກຄະພາບໄວ້ 8 ຂັ້ນຕອນຄື:

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 1:** ຕັ້ງແຕ່ເກີດ ຫາ 1 ປີ ແມ່ນບຸກຄະລິກຄະພາບທີ່ພັດທະນາຄວາມໄວ້ເນື້ອເຊື່ອໃຈ ຫຼື ບໍ່ໄວ້ວາງໃຈ, ອາຍຸໃນໄວນີ້ ຫາກໄດ້ຮັບການລ້ຽງດູເບິ່ງແຍງຢ່າງໃກ້ຊິດ, ໃຫ້ຄວາມຮັກ, ຄວາມເອົາໃຈໃສ່, ຖະນຸຖະໜອມຢ່າງສະໝໍ່າສະເໝີຈາກພໍ່ແມ່ ຫຼື ຜູ້ປົກຄອງກໍຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນອັນດີຕໍ່ຄວາມໄຫວຫວັ່ນໃຈຂອງເດັກ ເດັກຈະພັດທະນາຕົນເອງໃນຂັ້ນຕອນຕໍ່ໄປໄດ້ດີໂດຍອີງໃສ່ຄວາມໄວ້ວາງໃຈດັ່ງກ່າວເປັນພື້ນຖານ ແລະ ກົງກັນຂ້າມ.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 2:** ຕັ້ງແຕ່ 2 - 3 ປີ ແມ່ນບຸກຄະລິກຄະພາບທີ່ພັດທະນາຄວາມເປັນຕົວເອງ ຫຼື ຄວາມສົງໃສບໍ່ແນ່ໃຈຕົວເອງ, ເດັກພັດທະນາກ້າມເນື້ອກ່ຽວກັບການເຄື່ອນໄຫວເດັກຊາຍມີໂອກາດທົດສອບຄວາມສາມາດຂອງຕົນເອງ, ຖ້າເດັກຫາກເຮັດສຳເລັດກໍຈະດີໃຈທັງຮູ້ຊ່ວຍເຫຼືອຕົວເອງໃຫ້ຫຼາຍຂຶ້ນອີກ, ຕໍ່

ກັບເດັກທີ່ໄດ້ຮັບການລ້ຽງດູຢ່າງປົກປ້ອງ ແລະ ຮັກສາເກີນໄປໂພດ ຫຼື ຜູ້ໃຫຍ່ຈຳກັດບໍ່ໃຫ້ເຂົາສະແດງຄວາມສາມາດຂອງຕົນເອງ.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 3:** ຕັ້ງແຕ່ອາຍຸ 4 - 5 ປີ ແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ໄດ້ໄດ້ພັດທະນາຂຶ້ນດ້ວຍຕົນເອງ. ໃນເມື່ອເດັກຫາກຄວບຄຸມອະໄວຍະວະຂອງຕົນເອງກໍ່ຈະຫາວິທີກະທຳສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງດ້ວຍຕົນເອງ. ເດັກໃຊ້ພາສາທີ່ຕົນເອງຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈໃນກິດຈະກຳໃດໜຶ່ງກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ເດັກໄດ້ພັດທະນາຄວາມຄິດສິ່ງໃໝ່ໆດ້ວຍຕົນເອງ. ເຊິ່ງມັນສະແດງອອກຄືເດັກຈະມັກສອບຖາມບັນຫາຕ່າງໆຈາກຜູ້ໃຫຍ່. ແຕ່ຖ້າເດັກຫາກຖືກກັນຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເຮັດໃນສິ່ງທີ່ເດັກຢາກເຮັດກໍ່ຈະເປັນການຈຳກັດການຄົ້ນຄິດ ຫຼື ຄວາມຢາກຮູ້ຈາກໂລກພາຍນອກຂອງເຂົາເອງ. ດັ່ງນັ້ນ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເດັກມີພຶດຕິກຳໄປໃນທາງຜິດພາດ, ພໍ່ແມ່ຄວນປຶກສາຫາລືກັນກ່ອນວ່າກິດຈະກຳໃດຄວນປ່ອຍໃຫ້ເດັກເຮັດດ້ວຍຕົນເອງ ແລະ ກິດຈະກຳໃດທີ່ຜູ້ໃຫຍ່ຄວນປົກປ້ອງດູແລຢ່າງໃກ້ຊິດ.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 4:** ແຕ່ອາຍຸ 6 - 12 ປີ ແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ໄດ້ພັດທະນາຄວາມດຸໝັ່ນພາກພຽນ ຍ້ອນວ່າເດັກໃນໄວນີ້ຕ້ອງການຄວາມຍິກຍ້ອງ ແລະ ຄວາມເຂົ້າໃຈຈາກຄົນອື່ນ, ດັ່ງນັ້ນ ເຂົາຈຶ່ງມັກສະແດງຄວາມສາມາດຂອງຕົນເອງໃຫ້ຄົນອື່ນຍິກຍ້ອງ ແລະ ຊົມເຊີຍ. ສະນັ້ນຖ້າເດັກເຮັດວຽກຊ່ວຍຜູ້ໃຫຍ່ສຳເລັດແລ້ວເຮົາຈະຕ້ອງຍ້ອງຍໍຊົມເຊີຍເພື່ອຊຸກຍູ້ໃຫ້ເຂົາກາຍເປັນຄົນດຸໝັ່ນ, ທັງມັກຊ່ວຍເຫຼືອຄົນອື່ນອີກ ກົງກັນຂ້າມຖ້າຜູ້ໃຫຍ່ຈຳກັດໂອກາດຕໍ່ການສະແດງຄວາມສາມາດຂອງເຂົາຊ້ຳບໍ່ໜ້າຍັງຮ້າຍດ່າ ຫຼື ວິພາກວິຈານຢ່າງບໍ່ປານີຕໍ່ການກະທຳຂອງເດັກ ແມ່ນຈະເຮັດໃຫ້ເຂົາເກີດມີຜິດດ້ອຍ ແລະ ສຸດທ້າຍກໍ່ມີແນວຄິດບໍ່ຢາກຊ່ວຍວຽກງານຜູ້ໃຫຍ່.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 5:** ແຕ່ອາຍຸ 13 - 18 ປີ ແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບການພັດທະນາການຮັບຮູ້ ແລະ ຍອມຮັບຕົວເອງ ຫຼື ຄວາມສັບສົນຢູ່ໃນບົດຮຽນຂອງຕົນເອງ. ໄວລຸ້ນແມ່ນໄວທີ່ພັດທະນາບົດບາດອັນໝາະສົມຂອງຕົນເອງ ທັງບົດບາດຂອງຊາຍ ຫຼື ຍິງ ແລະ ບົດບາດໃນເລື່ອງການງານໃນເມື່ອປະຕິບັດແລ້ວກໍ່ເລີ່ມປະຕິບັດຢ່າງສະໝໍ່າສະເໝີ, ການພັດທະນາດັ່ງກ່າວນີ້ເອີ້ນວ່າ: ການຮູ້ຕົນເອງ ແລະ ການວາງຕົນເອງ ໃຫ້ໝາະສົມກັບບົດບາດ ແລະ ໄວຂອງຕົນເອງ. ແຕ່ກໍ່ມີໄວລຸ້ນຈຳນວນໜຶ່ງບໍ່ຮູ້ບົດບາດ, ໜ້າທີ່ຂອງຕົນຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມສັບສົນຢູ່ໃນສັງຄົມປັດຈຸບັນ ເຊິ່ງສະແດງອອກພຶດຕິກຳບໍ່ຖືກກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງສັງຄົມ, ທັງບໍ່ມີຄວາມສາມາດປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບສັງຄົມໄດ້.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 6:** ແຕ່ອາຍຸ 19 - 25 ປີ ແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບທີ່ພັດທະນາສ້າງຄວາມຜູກພັນ, ຖ້າຄົນໃດຫາກພັດທະນາບົດບາດຂອງຕົນເອງໂດຍມີການສົມທົບກັບບົດບາດຂອງຄົນອື່ນອີກກໍ່ຍັງເຮັດໃຫ້ເຂົາເກີດມີຄວາມຮັກ, ຄວາມພໍໃຈ, ຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຜູ້ອື່ນໄດ້ບໍ່ດີວ່າແຕ່ຢູ່ຄອບຄົວ ຫຼື ຢູ່ໃນສັງຄົມທົ່ວໄປ. ກົງກັນຂ້າມຖ້າບຸກຄົນໃດມັກຢູ່ຢ່າງສະຫງົບ (ຫຼື ມັກແຍກຕົວອອກຈາກໝູ່ໂດຍລຳພັງ) ແມ່ນບຸກຄົນນັ້ນກໍ່ຈະເຂົ້າກັບໝູ່ບໍ່ໄດ້.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 7:** ແຕ່ອາຍຸ 26 - 40 ປີ ອາຍຸໃນໄວນີ້ແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບເຖິງຂັ້ນວ່າຮູ້ຈຳແນກອັນໃດແມ່ນປະໂຫຍດສ່ວນລວມ ແລະ ອັນໃດແມ່ນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວ. ຖ້າຕົນເອງຫາກເປັນທີ່ຍອມຮັບຂອງສັງຄົມແລ້ວ, ກໍ່ເກີດມີຄວາມຫວັງໃຍ່ຄົນອື່ນເຊັ່ນ: ລູກຫຼານ ຫຼື ບຸກຄົນໃນສັງຄົມ, ທັງຢາກຖ່າຍທອດ

ທັງຄວາມຮູ້,ຄວາມສາມາດອັນດີງາມນັ້ນໃຫ້ຄົງຕົວຕະຫຼອດໄປ. ແຕ່ເຖິງໄວນີ້ມີບາງຄົນບໍ່ພັດທະນາບຸກຄະລິກກະພາບຂອງຕົນເອງໄປທາງທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ.ເຊິ່ງມີພຶດຕິກຳທີ່ສະແດງອອກຄື: ມີແນວຄິດເຫັນແກ່ຕົວ,ມີຄວາມຮຽກຮ້ອງໃນສັງຄົມຕອບສະໜອງຄວາມຮຽກຮ້ອງຕ້ອງການຂອງຕົນສູງ ແລະ ເຮັດວຽກແກ່ສິດຜົນປະໂຫຍດຂອງຕົນເທົ່ານັ້ນ.

❖ **ຂັ້ນຕອນທີ 8:** ຕັ້ງແຕ່ອາຍຸ 41 ປີຂຶ້ນໄປ. ໄວນີ້ແມ່ນບຸກຄະລິກກະພາບພັດທະນາຄວາມໝັ້ນຄົງໃນຕົວເອງ, ມັນສະແດງອອກຄື: ເປັນຄົນມີຈິດໃຈໝັ້ນຄົງ, ສຸຂຸມ, ມີຄວາມພາກພູມໃຈ...ແຕ່ມີຄົນຈຳນວນໜຶ່ງເຖິງອາຍຸໄວນີ້ແລ້ວ ຍັງບໍ່ໄດ້ກະທຳສິ່ງໃດທີ່ເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ສັງຄົມ ແລະ ຄອບຄົວເລີຍ.

3. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນ

3.1. ຄວາມໝາຍຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນ

ທ່ານ ປະກອບ ລະກິຕິ ເວົ້າວ່າ:ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນໝາຍເຖິງຄວາມແຕກຕ່າງທັງໝົດໂດຍສ່ວນລວມຂອງຄົນໆໜຶ່ງ.

ທ່ານ ປະດິມັນ ອຸປະລະໄນ ເວົ້າວ່າ ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນໝາຍເຖິງຄວາມທີ່ບໍ່ຄືກັນຂອງບຸກຄົນໃນທາງຮ່າງກາຍ, ອາລົມ,ສັງຄົມ, ແລະ ສະຕິປັນຍາ.

ທ່ານ ສິລິລັດ ຈະເລີນສັກ ເວົ້າວ່າ ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນໝາຍເຖິງ ຄວາມແຕກຕ່າງທັງໝົດໂດຍສ່ວນລວມຂອງຄົນໆໜຶ່ງ ແຕກຕ່າງຈາກອີກຄົນໜຶ່ງໃນທຸກໆດ້ານທັງກາຍອາລົມ, ສັງຄົມ, ແລະ ສະຕິປັນຍາ

ສະນັ້ນ, ສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ: ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນ ໝາຍເຖິງຄວາມບໍ່ຄືກັນຂອງແຕ່ລະຄົນ ອາດຈະແມ່ນທາງດ້ານພາຍນອກ ຄື ຮ່າງກາຍ ແລະທາງດ້ານໃນຄື :ນິໄສໃຈຄໍ,ຈິດໃຈ,ສະຕິປັນຍາ,ຄວາມຖະໜັດ,ຄວາມສາມາດ,ທັດສະນະຄະຕິ,ຄວາມສົນໃຈ,ຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ອື່ນໆ.

3.2. ຄວາມແຕກຕ່າງດ້ານຕ່າງໆຂອງບຸກຄົນ

ແຕ່ລະຄົນມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນອອກໄປຢ່າງຫຼວງຫຼາຍເກີນກວ່າທີ່ຈະຈຳແນກໄດ້ແຕ່ພໍທີ່ຈະສະຫຼຸບລວມໆ ໄດ້ດັ່ງນີ້:

1) **ຄວາມແຕກຕ່າງທາງຮ່າງກາຍ:** ຄືຄວາມແຕກຕ່າງກັນຂອງຄົນເຮົາໃນເລື່ອງໂຄງສ້າງຂອງຮ່າງກາຍ, ລວງສູງ,ນ້ຳໜັກ,ຮູບຮ່າງໃຫຍ່,ຮູບຮ່າງນ້ອຍບາງ,ຕຸ້ຍ, ຈ່ອຍ,ລັກສະນະໜ້າຕາ,ຜິວພັນ,ຕາດຳ,ຜິມແດງ,ຕາຂຸ້ນ ຫຼື ຊື່ນດຽວ ຫຼື ອື່ນໆ.

2) **ຄວາມແຕກຕ່າງທາງດ້ານອາລົມ:** ອາລົມຄືຄວາມຫວັ່ນໄຫວຂອງຮ່າງກາຍ,ອາລົມບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ຕິດຕົວມານຳແຕ່ກຳເນີດເປັນສິ່ງທີ່ເກີດຈາກການຮຽນຮູ້ພາຍຫຼັງແຕ່ກໍເປັນສິ່ງຊັບຊ້ອນຫຼາຍຈົນບໍ່ສາມາດຈະເຂົ້າໃຈໄດ້ ເຊັ່ນ: ອິດສາລິດສະຫຍາ,ໂມໂຫ,ຢ້ານກົວ,ອາລົມມ່ວນ,ນ້ອຍໃຈ,ລັງກຽດ ແລະ ຂີ້ດຽດ

ນອກຈາກນັ້ນຍັງມີອາລົມຮັກ, ອາລົມຊັງ ແລະ ອາລົມອື່ນໆອີກຄວາມແຕກຕ່າງກັນທາງດ້ານອາລົມ ຄືຄວາມສາມາດທີ່ຈະຄວບຄຸມພຶດຕິກຳຕ່າງໆໃນຂະນະທີ່ເກີດອາລົມຢ່າງໃດໜຶ່ງ ອາລົມຂອງບຸກຄົນສະແດງອອກມານັ້ນມີລະດັບຕ່າງກັນເຊັ່ນ: ຄ່ອຍໆ, ຮຸນແຮງ, ຄວາມແຕກຕ່າງທາງດ້ານອາລົມລະຫວ່າງຍິງກັບຊາຍຈະປະກົດໃຫ້ເຫັນຢ່າງຊັດເຈນບຸກຄົນຫຼາຍ ແລະຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງອາລົມກັບອາລົມເດັກນ້ອຍ.

3) ຄວາມແຕກຕ່າງທາງດ້ານສັງຄົມ: ຄົນດຣາແມ່ນຢູ່ໃນສັງຄົມດຽວກັນຍັງມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ, ຍິ່ງເກີດມາຕ່າງຖິ່ນຖານ ເຊິ່ງມີສະພາບແວດລ້ອມຕ່າງກັນກໍຍິ່ງຂະຫຍາຍຄວາມແຕກຕ່າງກັນກວ້າງໄກຫຼາຍຂຶ້ນ ເດັກທີ່ໄດ້ຮັບການລ້ຽງດູຕ່າງກັນກໍຍ່ອມມີນິໄສສັງຄົມຕ່າງກັນ, ຄອບຄົວທີ່ໜັ້ນຄົງສົມບູນແຕ່ມີຄວາມອົບອຸ່ນ ສຸຂະພາບຈິດຍ່ອມຈະຕົກວ່າເດັກທີ່ຢູ່ໃນຄອບຄົວທີ່ມີບັນຫາ, ຢູ່ໃນສະພາບບ້ານແຕກແຍກກັນ, ຄົນເຮົາເກີດມາຈະຕ້ອງຢູ່ຮ່ວມກັນໃນສັງຄົມ, ຕັ້ງແຕ່ຍັງເປັນເດັກນ້ອຍກໍມີການພົວພັນກັບຄອບຄົວ, ໂຮງຮຽນ, ເພື່ອນບ້ານ ແລະ ສັງຄົມພາຍນອກ, ຄົນເຮົາໄດ້ສຳພັດ, ໄດ້ພົບປະສົບການຕ່າງກັນ ຈຶ່ງສ້າງແບບຂອງການຕອບສະໜອງຂຶ້ນມາຕ່າງກັນບໍ່ຄືກັນທັງນັ້ນ, ການຕອບສະໜອງ ນີ້ຖືເປັນເລື່ອງລັກສະນະແຕກຕ່າງທາງສັງຄົມທັງໝົດບໍ່ມີໃຜປະພຶດຕອບສະໜອງຕໍ່ເຫດການຢ່າງດຽວກັນຄືກັນເພາະຕ່າງຝ່າຍມາຈາກຮາກຖານຖານະທາງສັງຄົມ ແລະ ການອົບຮົມທີ່ແຕກຕ່າງກັນ, ພຶດຕິກຳສະແດງອອກ ເຊັ່ນ: ກິລິຍາ, ທ່າທາງ, ຈຶ່ງຕ່າງກັນອອກໄປ ເນື່ອງຈາກວັດທະນະທຳ, ຂະນົບທຳນຽມປະເພນີ, ມາຍາດ ແລະ ສິນລະທຳແຕກຕ່າງກັນ. ເນື່ອງຈາກວ່າຄົນເຮົາເກີດມາຄົນລະເວລາ, ພາຍໃຕ້ແວດລ້ອມທີ່ບໍ່ຄືກັນ ມີເຫດການທີ່ເກີດຂຶ້ນແກ່ຊີວິດຜິດກັນ, ການສ້າງສັນການຕອບສະໜອງໃນທາງສັງຄົມຈຶ່ງມີຜົນໃຫ້ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ, ເດັກທີ່ໄດ້ຮັບການລ້ຽງດູຢ່າງອິດຢາກຈະຫວັງວ່າໃຫ້ມີພຶດຕິກຳໃນສັງຄົມຄືກັບເດັກທີ່ໄດ້ຮັບການລ້ຽງດູຢ່າງດີບໍ່ໄດ້, ລູກທີ່ມາຈາກຄອບຄົວທີ່ແມ່ເອົາໃຈໃສ່ຖະນຸຖະໜອມບໍ່ຍອມໃຫ້ແຕ່ຕ້ອງທັງວຽກໜັກ ແລະ ວຽກເບົາ, ຢາກໄດ້ຫຍັງກໍໄດ້ດັ່ງໃຈກໍຍ່ອມມີລັກສະນະການເຂົ້າຄົນ, ເຂົ້າສັງຄົມໄດ້ດີກວ່າເດັກທີ່ຖືກລ້ຽງດູແບບປະປ່ອຍຖີ້ມ.

4) ຄວາມແຕກຕ່າງທາງສະຕິປັນຍາ ຫຼື ສະໜອງ: ຄົນເຮົາມີໂງ່, ສະຫຼາດຕ່າງກັນຈຶ່ງມີຄວາມສາມາດໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ການປັບຕົວເຂົ້າກັບສະພາບແວດລ້ອມໄດ້ຕ່າງກັນ, ສະນັ້ນຢ່າຕັ້ງຄວາມຫວັງຫຼືຍັງຄັບໃຫ້ທຸກຄົນມີຄວາມສາມາດເທົ່າທຽມກັນ

ຄວາມແຕກຕ່າງທາງສະຕິປັນຍາ ຄືຄວາມແຕກຕ່າງຂອງບຸກຄົນໃນຄວາມສາມາດທີ່ກ່ຽວກັບການຄົ້ນຄິດ ແລະ ຄວາມສາມາດໃນການຮຽນຮູ້ສິ່ງຕ່າງໆ

5) ຄວາມແຕກຕ່າງໃນຄວາມຖະໜັດຕາມທຳມະຊາດ: ນັກຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ສ້າງແບບທົດສອບຄວາມຖະໜັດຂຶ້ນເພື່ອຫາຄວາມຖະໜັດຂອງແຕ່ລະຄົນ, ໂດຍສະເພາະຢ່າງຍິ່ງຄວາມຖະໜັດທາງອາຊີບມີແບບທົດສອບ ເຊັ່ນ: ແບບທົດສອບຄວາມຖະໜັດທາງດົນຕີ.

6) ຄວາມຕ້ອງການທາງດ້ານບຸກຄະລິກກະພາບ: ມີຄົນທີ່ມີບຸກຄະລິກກະພາບປົກກະຕິ ແລະ ຜິດປົກກະຕິ. ບາງຄົນສະໜຸກສະໜານ, ເຮືາມ່ວນຊື່ນ, ຮຸນແຮງ, ບາງຄົນມີລັກສະນະມັກເກັບຕົວ.

ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນເປັນຜົນມາຈາກການພັດທະນາ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມຖ້າຄວາມດີ ແລະ ຄວາມຊົ່ວເກີດຈາກກຳມະພັນເຮົາກໍປັບປຸງແນວພັນຂອງເຮົາໃຫ້ດີຂຶ້ນ. ແຕ່ຖ້າມີຜົນມາຈາກ

ສິ່ງແວດລ້ອມເຮົາຄວນປັບປຸງສິ່ງແວດລ້ອມຂອງເຮົາໃຫ້ດີຂຶ້ນກັບຊາວນາຕ້ອງການໃຫ້ຜະລິດຜົນເກີດງອກ
ງາມກໍຕ້ອງອາໄສການຮັກສາທີ່ດິນໃຫ້ສົມບູນ ແລະ ເລືອກໃຫ້ເມັດພັນພືດທີ່ດີ, ພືດຈະດີຖ້າປູກໃສ່ດິນບໍ່ດີ
ຍອມຈະບໍ່ເກີດຜົນດີ ສະນັ້ນບຸກຄົນ = ກຳມະພັນ x ສິ່ງແວດລ້ອມ.

1. **ເຊື້ອຊາດ**, ເຜົ່າພັນເຊັ່ນ: ອິນເດຍ,ແຂກ,ເອີຣົບ,ໄທ,ນີໂກ ແລະ ອື່ນໆ ຍ່ອມມີລັກສະນະສະເພາະ
ຂອງຊາດຕົນ ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັບຊາດອື່ນໆ. ລັກສະນະໜ້າຕາ,ສີຜິວ,ສີຜົມ,ສີຕາ,ສຳນຽງ,ສຽງພາສາ
ຈະບົ່ງບອກໃຫ້ຮູ້ວ່າເປັນຄົນເຊື້ອຊາດໃດ.

2. **ເພດ**: ໂດຍທຳມະຊາດປົກກະຕິຄົນເຮົາມີ 2 ເພດຄື: ເພດຍິງ ແລະ ເພດຊາຍ ເຊິ່ງຕ່າງກໍ່ມີ
ລັກສະນະສະເພາະຂອງຕົນມີລັກສະນະບອກໃຫ້ຮູ້ວ່າຄົນສອງເພດນີ້ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນຢູ່ທັນທີທີ່ເຮົາ
ເຫັນກໍ່ຮູ້ໂລດວ່າເປັນຊາຍ ຫຼື ຍິງ.

3. **ຊະນິດຂອງເລືອດ**: ເດັກເກີດໃໝ່ຈະມີເລືອດຢູ່ໃນກຸ່ມໃດກໍ່ຕາມຈະຕ້ອງສຳພັນກັບກຸ່ມ.

ເລືອດຂອງພໍ່ແມ່ມີດັ່ງນີ້:

ກຸ່ມເລືອດຂອງພໍ່	ກຸ່ມເລືອດຂອງແມ່	ກຸ່ມເລືອດຂອງລູກ
O	O	O
O	A	O,A
O	B	O,B
A	A	O,A
A	B	O,A ; O,B ; AB
B	B	O,B
O	AB	A , B
A	AB	A , B , AB
B	AB	A , B , AB
AB	AB	A , B , AB

4. ຄວາມປົກກະຕິທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ແລະ ໂລກໄພໄຂ້ເຈັບບາງຢ່າງທີ່ປະກົດໃຫ້ເຫັນທາງການວິໄຈ.
ແລ້ວວ່າເປັນລັກສະນະທີ່ຖ່າຍທອດກຳມະພັນທາງພໍ່ແມ່ ແລະ ບັນພະບູລຸດ ໄດ້ແກ່: ຕາບອດສີ,ຫົວລ້ານ,

ດັງວິກ,ປາກແຫວງ,ນິດມືຕິດກັນ,ພະຍາດຫອບຫຶດ,ເປົາຫວານ,ໂລກບ້າໝູ,ຜົວສີເຜືອກ,ນິ້ວມືເປັນຕິ່ງແລະ ອື່ນໆ.

5. ລັກສະນະຂອງການຈະເລີນເຕີບໂຕ: ໝາຍເຖິງອັດຕາຂອງການຈະເລີນເຕີບໃຫຍ່ຕາມພັດທະນາການ ທຸກຄົນຈະມີພັດທະນາການໄປຕາມລຳດັບດຽວກັນເຊັ່ນ: ເດັກນັ່ງໄດ້ແລ້ວກ່ອນຈັ່ງຢືນ,ຍ່າງ,ແລ່ນແລະ ອື່ນໆ ແຕ່ລະຄົນຈະມີແບບແຜນແຫ່ງການຈະເລີນເຕີບໃຫຍ່ ແລະ ອັດຕາພັດທະນາການເປັນຂອງຕົນເອງບໍ່ຄືກັບຄົນອື່ນໆ.

6. ຊໍ້າອາຍຸ: ຄວາມແຕກຕ່າງຂອງເດັກຄົນດຽວກັນໃນໄວທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ຄວາມນຶກຄິດ,ຄວາມໃຈ,ອາລົມ,ອິດທິນ ແມ່ນລັກຊະນະຂອງຮ່າງກາຍຍ່ອມມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນໄປຕາມສໍາອາຍຸ ແລະ ວັນເວລາ.

7. ຄວາມສາມາດທີ່ມີມາແຕ່ກຳເນີດ: ຄວາມສາມາດສະເພາະຕົວ ຫຼື ພອນສະຫວັນແຕ່ລະຄົນທີ່ຮັບມາຈາກການຖ່າຍທອດຈາກພໍ່ແມ່ເຊັ່ນ: ພໍ່ແມ່ ເປັນນັກດົນຕີ ແລະ ປະກອບກັບມີໂອກາດຢູ່ກັບເຄື່ອງດົນຕີເຮັດໃຫ້ເດັກໄດ້ມີໂອກາດຝຶກຕະຫຼອດເວລາ ເດັກຄົນນັ້ນກໍ່ສາມາດຫຼິ້ນດົນຕີໄດ້ດີ ແລະ ກາຍເປັນຄົນເກັ່ງດ້ານເຄື່ອງຫຼິ້ນດົນຕີໄດ້.

ທ່ານ ລູຍ ພີ ທອບ (Louis p Thorpe): ໄດ້ອະທິບາຍກ່ຽວກັບຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນໄວ້ 3 ຢ່າງຄື:

1. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນທາງດ້ານພູມຫຼັງ, ເຊິ່ງຄວາມແຕກຕ່າງດ້ານພູມຫຼັງນີ້ໄດ້ຮັບອິດທິພົນມາ 4 ທາງຄື:

1.1 ອິດທິພົນຂອງການຢູ່ຕິທາງກາຍຄື: ການຢູ່ຕິກິນຕິທາງກາຍ ລວມໄປເຖິງການບົກສາການໃຫ້ຄວາມອົບອຸ່ນເຊິ່ງເປັນສິ່ງສໍາຄັນສໍາລັບຊີວິດຄົນ.

1.2 ອິດທິພົນຂອງຄວາມອົບອຸ່ນທັງຂອງຕົນຄື: ຄົນເຮົາປະກອບດ້ວຍພາວະຈິດ 3 ຢ່າງຄື: ຈິດຮູ້ສຳນຶກ,ຈິດໄຕ້ສຳນຶກ, ແລະ ຈິດໄຮ່ສຳນຶກ ລັກສະນະທີ່ປະກອບທາງຈິດຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ຄືຕົນ.

1.3 ອິດທິພົນຂອງຄວາມຈະເລີນທາງສັງຄົມ: ຄວາມຈະເລີນເຕີບໂຕທາງສັງຄົມເປັນຂະບວນການສໍາຄັນຍິ່ງຢ່າງໜຶ່ງຂອງການເປັນຄົນໂດຍສົມບູນການບັນລຸອຸດທິພາວະ.

1.4 ອິດທິພົນຂອງການພັດທະນາທາງດ້ານຄຸນຄ່າທາງສັງຄົມ:ຄື: ສິ່ງທີ່ເຮົາຢຶດຖືເປັນສິ່ງກໍານົດວ່າໃນການເຮັດສິ່ງໃດລົງໄປນັ້ນຈະດີ ຫຼື ບໍ່, ຖືກ ຫຼື ຜິດສິນນະທໍາ.

2. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນທາງດ້ານຖານະປະຈຸບັນ: ລວມມີ 5 ຢ່າງຄື:

1. ຄວາມຢູ່ເປັນເປັນສຸກ

2. ສໍາເລັດຜົນທາງການສຶກສາ
3. ຄວາມສາມາດທາງການສຶກສາ
4. ຄວາມສົນໃຈ
5. ຄວາມເກັ່ງ ແລະ ຄວາມອ່ອນ

3. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນດ້ານສັກກະຍະພາບທາງການສຶກສາ ສັກກະຍະພາບໝາຍເຖິງ ຄວາມສາມາດທີ່ອາດຈະເຮັດວຽກໄດ້ດີ ແຕ່ຖ້າຈະວັດສັກກະຍະພາບໄດ້ດີຕ້ອງອາໄສແບບວັດ IQ (Intelligence test), ສະຕິປັນຍາໝາຍເຖິງຄວາມສາມາດໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ, ຄວາມສາມາດເບິ່ງເຫັນ ວັດຖຸປະກົດການທີ່ມີຄວາມສໍາພັນ ແລະ ສາມາດຈັດກຸ່ມຂອງວັດຖຸທີ່ມີຄວາມສໍາພັນນັ້ນໄດ້.

3.3. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງລຳດັບການເກີດ

ໃນການສຶກສາໃຫ້ເຂົ້າໃຈພຶດຕິກຳຂອງເລື່ອງນັ້ນ ລຳດັບການເກີດກໍ່ມີຄວາມສໍາຄັນບໍ່ໜ້ອຍ ເຊິ່ງ ທ່ານ ແອດເລີ ມີແນວຄິດວ່າເດັກແມ່ນຈະເລີນເຕີບໂຕຄອບຄົວດຽວກັນມີສິ່ງແວດລ້ອມຫຼາຍໆເກືອບ ຄືກັນເຊັ່ນ: ຄວາມທຸກຈົນ, ຄວາມຮັ່ງມີ, ຮູບຮ່າງ, ອາຍຸຂອງພໍ່ແມ່, ສະພາບບ້ານເຮືອນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມອື່ນໆ ແຕ່ພວກເຂົາພໍ້ນ້ອງຈະຢູ່ຕໍາແໜ່ງຂອງການເກີດບໍ່ຄືກັນ, ເຂົາມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ ທາງດ້ານສັງຄົມ, ຄອບຄົວມາຕັ້ງແຕ່ນ້ອຍຈົນໃຫຍ່ ແລະ ພໍ່ແມ່ປະຕິບັດຕອບຕໍ່ຄວາມຕ້ອງການຂອງລູກ ແຕລະຄົນບໍ່ຄືກັນ ເຊັ່ນ: ລູກກົກອາດໄດ້ອໍານາດຈາກພໍ່ແມ່ໃຫ້ດູແລນ້ອງໆ ແລະ ໃນຂະນະດຽວກັນລູກ ຫຼ້າບໍ່ຕ້ອງດູແລໃຜແຕ່ໄດ້ຮັບຄວາມຮັກ, ຄວາມເອົາໃຈໃສ່ຈາກພໍ່ແມ່ຢ່າງບໍ່ມີວັນສິ້ນສຸດ, ດັ່ງນັ້ນລຳດັບທີ່ ເກີດແບ່ງໄດ້ດັ່ງນີ້:

❖ **ລູກກົກ:** ຕາມສະພາບເປັນຈິງແລ້ວລູກຜູ້ກົກຈະໄດ້ຮັບຄວາມສົນໃຈຈາກຄົນໃນຄອບຄົວຫຼາຍ ຕັ້ງແຕ່ເກີດແຕ່ເມື່ອເວລາມີນ້ອງຄວາມສົນໃຈອາດຖືກຫຼຸດລົງໄປເພາະມີນ້ອງມາຊ່ວຍແບ່ງຄວາມຮັກ ເຊິ່ງ ໃນຄວາມເປັນຈິງແລ້ວພໍ່ແມ່ບໍ່ໄດ້ປະຖິ້ມລູກຜູ້ກົກແຕ່ເນື່ອງຈາກລູກກົກພໍ້ຈະຊ່ວຍຕົວເອງໄດ້ແລ້ວຈິ່ງຫັນ ໄປເອົາໃຈໃສ່ຕົວເອງບໍ່ໄດ້ແຕ່ເຂົາຍັງບໍ່ເຂົ້າໃຈເພາະຍັງນ້ອຍເກີນໄປ, ການຮັບຄວາມຮູ້ສຶກນີ້ຍັງຍາກສໍາຫຼັບ ເດັກນ້ອຍ ຊຶ່ງສະພາບການເຊັ່ນນີ້: ຈະເຫັນຊັດເຈນຈາກຫຼາຍຄອບຄົວທີ່ບໍ່ໄດ້ສຶກສາຫາຄວາມຮູ້ທາງດ້ານ ວິຊາຈິດຕະວິທະຍາ ແຕ່ພໍ້ສະຫຼຸບໄດ້ດັ່ງນີ້:

➢ **ລະດັບສະຕິປັນຍາ:** ມີທ່າອ່ຽງຕໍ່າກວ່າຄົນຖັດມາ ເພາະມີ 3 ເຫດການຄື: ພໍ່ແມ່ຂາດປະສົບການ ໃນການລ້ຽງລູກເນື່ອງຈາກເປັນຄົນທໍາອິດ, ການເກີດກໍ່ຄ້ອນຂ້າງຍາກກວ່າຄົນອື່ນ ແລະ ບໍ່ມີອ້າຍເອື້ອຍມາ ກະຕຸ້ນບໍ່ວ່າຈະເປັນການຮຽນ ຫຼື ການຫຼິ້ນກໍ່ຕາມ.

➢ **ດ້ານພອນສະຫວັນ:** ເປັນຄົນຄິດດ້ວຍເຫດຜົນ ແຕ່ຂາດຄວາມສົນໃຈກໍ່ມັກຈະເປັນຄົນມີທີ່ມັກ ຈະຄອຍສ້າງຄວາມຫຍຸ້ງຍາກຢູ່ສະເໝີ

➢ ມີຄວາມຮູ້ສຶກໂວຫານ ແລະ ມີເຫດຜົນ.

➤ ມີລັກສະນະຕາມໃຈຜູ້ອື່ນ, ຍອມໃຫ້.

❖ **ລູກກາງ:** ແມ່ນມັກປັບຕົວຍາກ ແລະ ຖ້າປັບບໍ່ໄດ້ກໍ່ກາຍເປັນເດັກມີປັນຫາ, ຈະມີທ່າອ່ຽງເມີນເສີຍ ບາງຄັ້ງກໍ່ສັບສິນແຕ່ຈະໂວຫານຄືກັບຜູ້ກົກ ແລະ ຂາດສະຕິງ່າຍໆມືຢູ່ກັບໝູ່ເພື່ອນເພາະໃນເຮືອນເຂົາຈະກ່າຍເປັນຄົນບໍ່ຖືກສົນໃຈ ເຂົາຕ້ອງການຄວາມຮັກຈາກພໍ່ແມ່ຈຶ່ງອາດມີປັນຫາ ແລະ ຄວນມີແນວທາງແກ້ໄຂຄື: ໃຫ້ຫຼິ້ນດິນຕີ, ກິລາພໍ່ຈະຊ່ວຍເຂົາໄດ້.

❖ **ລູກຫຼ້າ:** ການເກີດຂອງລູກຫຼ້າບໍ່ຄ່ອຍມີຫຍັງໜ້າທ້າທາຍ ໃນຊ່ວງທຳອິດບໍ່ໄດ້ຮັບການຕ້ອນຮັບ, ແຕ່ຈະໄດ້ຮັບຄວາມຮັກຫຼາຍຂຶ້ນພາຍຫຼັງຢ່າງບໍ່ມີວັນສິ້ນສຸດຄື: ບໍ່ມີໃຜມາຍາດແຍ້ງຄວາມຮັກ, ຈາກການທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບການທ້າທາຍນີ້ເອງ, ເມື່ອເຂົາໃຫຍ່ຂຶ້ນມາຈຶ່ງສະແດງອອກແບບຊົດເຊີຍສິ່ງທີ່ຂາດຫາຍໄປຕັ້ງແຕ່ນ້ອຍ ແຕ່ຄວາມຮັກ, ຄວາມສົນໃຈລູກຄົນຫຼ້າຍັງຄົງປາດຖະໜາຫຼາຍກວ່າຄົນອື່ນໆ ແມ່ນວ່າຈະເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນມາແລ້ວກໍ່ຕາມ, ອີກສ່ວນໜຶ່ງທີ່ລູກຄົນຫຼ້າເປັນກໍ່ຄື: ຈິດໃຈແຂ່ງຂັນ, ມີຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕົນເອງສູງ ຕ້ອງການກ້າວໜ້າກວ່າຜູ້ອື່ນ, ແຕ່ຈະມີການເບິ່ງໂລກໃນແງ່ດີ.

4. ຄວາມໝາຍ ແລະ ສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ມີການປັບຕົວ

4.1. ຄວາມໝາຍຂອງການປັບຕົວ

ໄດ້ມີນັກຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍ ການປັບຕົວ (Adjustment) ໄວ້ຫຼາຍຄວາມໝາຍດ້ວຍກັນເຊັ່ນ:

ທ່ານ ວິໄລວັນ ສີສິງຄາມ ພ້ອມດ້ວຍຄະນະໄດ້ເວົ້າວ່າ ການປັບຕົວ (Adjustment) ຄືຄວາມພະຍາຍາມໃນບຸກຄົນການທີ່ຈະຫາວິທີທີ່ລົດສະພາວະການຕຶງຄຽດທາງອາລົມ ເຊິ່ງເກີດຈາກຄວາມບໍ່ສົມປາດຖະໜາໃນສິ່ງທີ່ຕົນເອງ ຫຼື ສັງຄົມແວດລ້ອມຄາດຫວັງ, ທັງຍັງກ່ຽວຂ້ອງກັບການປັບພຶດຕິກຳຕ່າງໆ ເພື່ອໃຫ້ສອດຂ້ອງກັບສະພາບການ ແລະ ສະພາບແວດລ້ອມທີ່ປະຕິຕິສຳພັນຢູ່ ເຊິ່ງຄວາມພະຍາຍາມດັ່ງກ່າວມີຈຸດປະສົງເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມສາມາດໃນການດຳເນີນຊີວິດໃນສັງຄົມໄດ້ຢ່າງມີຄວາມສຸກ.

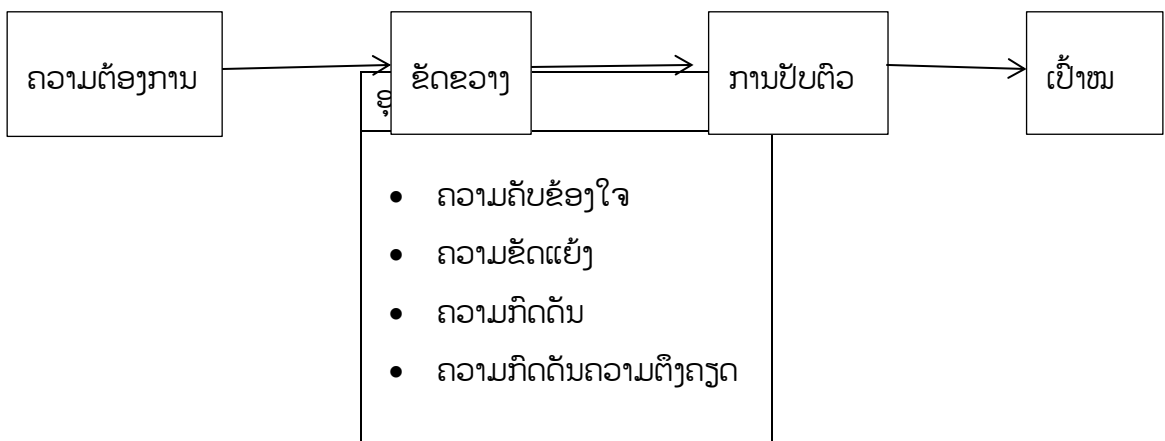
ບາງທ່ານ ເວົ້າວ່າ ການປັບຕົວ (Adjustment) ແມ່ນຄວາມພະຍາຍາມຂອງບຸກຄົນໃນການທີ່ຫາວິທີລົດສະພາວະຄວາມຕຶງຄຽດທາງອາລົມ ເຊິ່ງເກີດຈາກຄວາມບໍ່ປາດຖະໜາໃນສິ່ງທີ່ຕົນ ຫຼື ສັງຄົມຄາດຫວັງ ຫຼື ການຫາຫົນທາງຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການຂອງມະນຸດເພື່ອກຳຈັດຂັດຂ້ອງໃຈທີ່ເກີດຂຶ້ນກັບມະນຸດ.

ທ່ານ ລັກສະນາ ສີລິວັນ ເວົ້າວ່າ ການປັບຕົວຄື ການທີ່ບຸກຄົນສາມາດສ້າງ ຫຼື ຝຶກຝັນພຶດຕິກຳໃຫ້ເຂົ້າກັບແບບແຜນຂອງສັງຄົມ ຫຼື ສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ປ່ຽນໄປໃຫ້ສາມາດບັນລຸຈຸດມຸ່ງໝາຍທີ່ຕ້ອງການເຮັດໃຫ້ຊີວິດຢູ່ຢ່າງປົກກະຕິສຸກທັງກາຍ ແລະ ໃຈບໍ່ເກີນເສຍຕໍ່ຕົນເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນ.

ສະຫຼຸບແລ້ວ: ການປັບຕົວ ໝາຍເຖິງການທີ່ບຸກຄົນສາມາດຫາຫົນທາງໃນການຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການເພື່ອກຳຈັດຄວາມຂັດຂ້ອງໃຈ ຫຼື ປັນຫາໃດໜຶ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ລຳເລັດ.

4.2. ສາເຫດໃນການປັບຕົວ

ການປັບຕົວນັ້ນ ເກີດຈາກການທີ່ບຸກຄົນມີຄວາມຕ້ອງການໃດຂຶ້ນແລ້ວມີອຸປະສັກມາກົດຂວາງ ເຮັດໃຫ້ບໍ່ສາມາດບັນລຸເຖິງເປົ້າໝາຍທີ່ຕັ້ງໄວ້ ຫຼື ບັນລຸເປົ້າໝາຍນັ້ນຊ້າກວ່າທີ່ຄາດໄວ້, ໃນສະຖານະການ ເຊັ່ນນີ້ ບຸກຄົນຈະເກີດສະພາບອາລົມຕ່າງໆ ຂຶ້ນ ເຊັ່ນ: ຄວາມຄຽດ, ຄວາມຂັດແຍ້ງ, ຄວາມກົດດັນ, ຄວາມຄັບຂ້ອງໃຈ ເປັນຕົ້ນສະພາບອາລົມທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກຄວາມບໍ່ສົມປາຖະໜານີ້ຫາກບຸກຄົນບໍ່ສາມາດ ປັບໃຫ້ລົດລົງ ຫຼື ໝົດໄປໄດ້ດ້ວຍວິທີການທີ່ເໝາະສົມອາດຈະເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນນັ້ນເກີດບັນຫາທາງ ສຸຂະພາບຈິດໄດ້ ເຊິ່ງຈະເຫັນໄດ້ຈາກແຜນພາບ



• ສະພາບອາລົມຕ່າງໆ ທີ່ເປັນສາເຫດກໍ່ໃຫ້ເກີດການປັບຕົວມີດັ່ງນີ້:

1. **ຄວາມຄັບຂ້ອງໃຈ:** ຄືການທີ່ຈຸດມຸ່ງໝາຍຂອງບຸກຄົນທີ່ຂັດຂວາງ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ຊ້າລົງ, ນັກຈິດວິທະຍາໄດ້ໃຊ້ຄຳວ່າຄວາມຄັບຂ້ອງໃຈເພື່ອອ້າງເຖິງເຂົ້າແທນທີ່ສະຖານະການໂດຍປຽບເໝືອນຜົນຂອງການຂັດຂວາງເຮັດໃຫ້ຈຸດມຸ່ງໝາຍຖືກລົບກວນ.

2. **ຄວາມຂັດແຍ້ງຄື:** ສະພາບບຸກຄົນທີ່ຕ້ອງການຫຼີກລ່ຽງໃນທຸກສະຖານະການທີ່ເຂົ້າມາແຕ່ຈຳເປັນຕ້ອງເລືອກຢ່າງໃດໜຶ່ງຢ່າງຫຼີກລ່ຽງບໍ່ໄດ້ ແລະ ເປັນສະຖານະການທີ່ມີນ້ຳໜັກຫຼາຍເທົ່າໆກັນເຊິ່ງເຂົ້າກັບຄຳທີ່ວ່າ ແບບຮັກເອື້ອຍເສຍດາຍນ້ອງ, ໝີເສືອພັດມາພໍ້ແຂ້, ກິນນ້ຳແກງພັດຂີ້ດຽດຕອນແກງ.

3. **ຄວາມກົດດັນ:** ຄືສະພາບຂອງອາລົມທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກການຖືກສະຖານະການບາງຢ່າງຢູ່ດັນ, ບິບບັງຄັບ ຫຼື ເລັ່ງລັດໃຫ້ທຳກິດຈະກຳຢ່າງໃດໜຶ່ງໃນຊ່ວງເວລາຈຳກັດເຊິ່ງສະຖານະການນີ້ຈະມີຜົນໃຫ້ເກີດລັກສະນະທີ່ຜິດປົກກະຕິທາງຈິດໃຈໄດ້.

4. **ຄວາມຕຶງຄຽດ:** ເປັນສະພາບທາງອາລົມທີ່ເກີດຂຶ້ນເມື່ອບຸກຄົນຮູ້ສຶກວ່າຕ້ອງປະເຊີນກັບບັນຫາ ແລະ ອຸປະສັກຫຼາຍເກີນໄປ ຫຼື ປະເຊີນກັບບັນຫາ ແລະ ອຸປະສັກຫຼາຍໆ ສິ່ງຜົນໃຫ້ເກີດຄວາມບໍ່ສະບາກາຍ ແລະ ຄວາມປັ່ນປວນທາງຈິດໃຈເຊັ່ນ: ເຈັບທ້ອງ, ເຈັບຫົວ, ຫຸດຫງິດ, ປວດຮາກ, ຊຶມເລົ້າອາດສ່ວນສິ່ງຜົນໃຫ້ເກີດໂລກໄພໄຂ້ເຈັບຕ່າງໆເຊັ່ນ: ເສັ້ນເລືອດໃນສະໝອງແຕກ, ພະຍາດຫົວໃຈ, ພະຍາດຄວາມດັນເລືອດສູງ, ພະຍາດກະເພາະແຕ່ບໍ່ແມ່ນຄວາມຄຽດຈະໃຫ້ໂທດພຽງຢ່າງດຽວ ຫາກ

ຄວາມຄຽດຢູ່ທີ່ບໍ່ສູງປານໃດກໍສາມາດໃຫ້ຄຸນປະໂຫຍດໄດ້ຄື: ຄວາມຕຶງຄຽດຈະເປັນເຄື່ອງຢູ່ດັນເຮັດໃຫ້ຄົນເກີດຄວາມພະຍາຍາມເອົາຊະນະອຸປະສັກຕ່າງໆທີ່ເປັນບັນຫາໃຫ້ສໍາເລັດລຸງລ່ວງສິ່ງຜົນໃຫ້ຄວາມຄຽດດັ່ງກ່າວລົດລົງ ຫຼື ໝົດໄປ.

- **ກົນໄກໃນການປັບຕົວ (Defense Mechanisms)**

ເມື່ອບຸກຄົນປະສົບບັນຫາ ຫຼື ອາລົມຕຶງຄຽດ, ແລະ ຄວາມບໍ່ສະບາຍໃຈຈະມີວິທີການຕ່າງໆເພື່ອລົດຄວາມບໍ່ສະບາຍໃຈນັ້ນດ້ວຍວິທີການດັ່ງກ່າວຄື:

1. ປະຕິກິລິຍາທາງຮ່າງກາຍເພື່ອປັບຕົວຫາກມີຕົວເລັ່ງຄວາມຕຶງຄຽດເກີດຂຶ້ນປະຕິກິລິຍາທາງຮ່າງກາຍເພື່ອປັບຕົວ 3 ຂັ້ນຕອນດັ່ງນີ້:

1.1 **ອາການບອກເຫດ:** ຈະເກີດໂດຍຜ່ານລະບົບປະສາດ ແລະ ຕ່ອມບໍ່ມີທໍ່,ພິຈູອິຕາລີຈະຜະລິດຮອກໂມນອອກມາ ເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍສາມາດຕໍ່ຕ້ານຕົວເລັ່ງຄວາມຄຽດ ແລະ ປັບຮ່າງກາຍໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາວະສົມບູນ.

1.2 **ອາການຕໍ່ຕ້ານ:** ໃນໄລຍະນີ້ອາການປ່ຽນແປງທາງວິທະຍາຈະເກີດຂຶ້ນເພື່ອຮັກສາສະພາບຕໍ່ຕ້ານຂອງສິ່ງທີ່ມີຊີວິດ,ຕໍ່ຕ້ານຄວາມເລັ່ງຄວາມຄຽດ,ໃນບາງສະຖານະການເຮັດໃຫ້ເກີດລະດັບການສົມດຸນທາງຊີວະວິທະຍາເກີດຂຶ້ນ.

1.3 **ຂັ້ນຢຸດການເຮັດວຽກ :** ຖ້າມະນຸດຢູ່ພາຍໃຕ້ເຫດການທີ່ມີຄວາມຕຶງຄຽດດົນໆຄວາມຕ້ານທານບໍ່ສາມາດຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍຮັກສາສະພາບໃຫ້ຄົງທີ່ໄວ້ໄດ້ ແລະ ຄວາມຄຽດຍັງມີຢູ່ຕໍ່ໄປອາດຈະເກີດການຕ້ານໄດ້ ເພາະອະໄວຍະວະຢຸດເຮັດວຽກ.

2 . **ວິທີການປະເຊີນບັນຫາ ຫຼື ຕອບໂຕ້ໂດຍອັດຕາໂນມັດໄດ້ແກ່:**

2.1 **ການຮ້ອງໂທ້:** ຖືວ່າເປັນການຕອບໂຕ້ບັນຫາແບບໜຶ່ງເມື່ອບຸກຄົນຕ້ອງປະເຊີນບັນຫາເພາະການຮ້ອງໂທ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ປົດປ່ອຍອາລົມຄຽດ,ຄວາມເຈັບປວດ,ຄວາມເຈັບໃຈ,ຄວາມນ້ອຍໃຈ,ຄວາມເສຍໃຈ ຫຼື ຄວາມຕຶງກັງວົນໃຫ້ຜ່ອນຄາຍລົງໄດ້ ແລະ ພາຍຫຼັງຮ້ອງໂທ້ເຊົາອາລົມຂອງບຸກຄົນນັ້ນກໍຈະຄ່ອຍໆ ສະຫງົບຜ່ອນຄາຍຄວາມວິຕົກກັງວົນ ຫຼື ຄວາມຕຶງຄຽດເຂົ້າສູ່ສະພາບປົກກະຕິ.

2.2 **ການລະບາຍອອກດ້ວຍຄໍາເວົ້າ:** ເປັນກົນໄກທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ອາລົມຄຽດ,ຊ່ວຍໃຫ້ບຸກຄົນລະບາຍຄວາມອຶດອັດໃຈ,ຄວາມຮ້ອນຕ່າງໆ ແລະ ຈະເຮັດໃຫ້ສາມາດເຂົ້າໃຈສະຖານະການ ຫຼື ບັນຫາແຈ້ງແຈ້ງຂຶ້ນ,ຄວາມຄິດຕ່າງໆໃໝ່ໆ ອາດຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ໃນຊ່ວງທີ່ເວົ້າອອກມາ,ນອກຈາກນີ້ຍັງເປັນໂອກາດທີ່ເຂົາຈະສະແດງຄວາມຄິດເຫັນຮ່ວມກັນກັບບຸກຄົນອື່ນ ແລະ ອາດຈະນໍາແຈ້ງຄວາມຄິດຕ່າງໆ ມາເປັນແນວທາງໃນການປັບພຶດຕິກຳຂອງຕົນໃຫ້ເໝາະສົມຍິ່ງຂຶ້ນ.

2.3 **ການຫົວ:** ບຸກຄົນທີ່ປະເຊີນກັບບັນຫາຈະຫົວຂຶ້ນດ້ວຍສຽງດັງ ບໍ່ວ່າຈະດ້ວຍຕັ້ງໃຈ ຫຼື ບໍ່ຕັ້ງໃຈກໍຕາມ ຫຼື ອາດເຮັດຕະຫຼົກເພື່ອຜ່ອນຄາຍຄວາມຕຶງຄຽດ ຫຼື ຄວາມເສົ້າ ຫຼື ຄວາມວິຕົກກັງວົນໃຈໂດຍທົ່ວໄປການຫົວ ແລະ ການມີອາລົມຄືບຂັນມີແນວໂນ້ມທີ່ຈະຊ່ວຍລົດຄວາມຄຽດ ແລະ ພຶດຕິກຳຄວາມຮຸນແຮງລົງໄດ້.

2.4 ການຊອກສະແຫວງຫາແຫຼ່ງໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ: ເມື່ອບຸກຄົນປະເຊີນກັບສະພາບວຸ່ນວາຍໃຈກໍມັກຈະຫາແຫຼ່ງທີ່ຈະໃຫ້ຂໍ້ມູນ ຫຼື ສະແຫວງຫາຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ກຳລັງໃຈ ເມື່ອບຸກຄົນທີ່ເຂົ້າໄປຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈະຕ້ອງເປັນບຸກຄົນທີ່ເຂົ້າໄວ້ວາງໃຈ ແລະ ມີຄວາມເຊື່ອໝັ້ນວ່າຈະຮັກສາຄວາມລັບຂອງເຂົາໄວ້ໄດ້.

2.5 ການພກຜ່ອນນອນລັບ: ພາຍຫຼັງການພັກຜ່ອນນອນລັບແລ້ວຄວາມຮຸນແຮງຂອງບັນຈະຄ່ອຍໆລົດລົງ ຂະນະທີ່ກຳລັງລັບກໍອາດຝັນຮ້າຍ ແຕ່ເມື່ອຕື່ນຂຶ້ນມາເຂົາກໍຈະຕິດຕໍ່ປະສົບການທີ່ເຂົາໄດ້ຈາກຄວາມຝັນ ແລະ ໄດ້ຈາກຊ່ວງເວລາທີ່ລັບໄປ ອາດຊ່ວຍໃຫ້ເຂົາສຳນຶກຮູ້, ວິເຄາະສະພາບການຕ່າງໆ ອັນຈະເຮັດໃຫ້ເຂົາໃຈເຫດການໄດ້ດີຂຶ້ນ ເຊິ່ງຈະເປັນຜົນໃຫ້ເຂົາໄດ້ລະງັບຄວາມຮູ້ສຶກ, ຄວາມຄຽດ, ຄວາມຜິດຫ້ວງ ແລະ ຄວາມບໍ່ສະບາຍໃຈຕ່າງໆໄດ້.

3 ການໃຊ້ກົນໄກໃນການປັບຕົວ ຫຼື ກົນໄກປ້ອງກັນທາງຈິດ

ເປັນວິທີການ ຫຼື ກົນໄກທີ່ບຸກຄົນນຳມາໃຊ້ເພື່ອຜ່ອນຄາຍຄວາມຕຶງຄຽດ, ຄວາມກັງວົນໃຈ, ຄວາມຂັບຂ້ອງໃຈ ຫຼື ຄວາມຂັດແຍ້ງໃນໃຈ ໂດຍຮັກສາໄວ້ເຊິ່ງຄວາມພູມໃຈຕ່າງໆ ອັນເນື່ອງມາຈາກຄວາມຢ້ານກົວ, ຄວາມສຳນຶກຜິດຕ່າງໆ ເຊິ່ງກົນໄກໃນການປັບຕົວໄດ້ແກ່:

3.1 ປະເພດຕໍ່ສູ້ ຫຼື ປະເຊີນບັນຫາເຊັ່ນ:

1) **ການຫາເຫດຜົນເຂົ້າຂ້າງຕົນເອງ:** ເປັນການຫາເຫດຜົນທີ່ດີ ແລະ ເປັນທີ່ຍອມຮັບມາອະທິບາຍແທນເຫດຜົນທີ່ແທ້ຈິງ ເພື່ອຮັກສາຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ດີຂອງຕົນເອງໄວ້ ເຊັ່ນ: ເສັງໄດ້ຄະແນນນ້ອຍ ກໍອ້າງວ່າເພາະມືວເມົາແຕ່ຊ່ວຍວຽກແມ່ຂາຍເຄື່ອງບໍ່ມີເວລາອ່ານໜັງສື.

2) **ການໂຍນຄວາມຜິດໃຫ້ຜູ້ອື່ນ:** ເປັນການຍ້າຍ ຫຼື ການໂຍນຄວາມຜິດໃຫ້ຜູ້ອື່ນເພື່ອລົດຄວາມບໍ່ພໍໃຈ ຫຼື ລົດຄວາມຄຽດຂອງຕົນເອງລົງ, ບໍ່ຍອມຮັບຄວາມບົກຜ່ອງຂອງຕົນເອງ ຫຼື ບໍ່, ຍອມສຳຫຼວດຄວາມຄິດຂອງຕົນເອງ ເຊັ່ນ: ຕ້ອງເສັງຄືນ ຫຼື ແກ້ F ກໍອ້າງວ່າເພາະຄູອາຈານສອນບໍ່ຮູ້ເລື່ອງ ຫຼື ສອນບໍ່ເກັ່ງ.

3) **ການລະບາຍອາລົມ:** ເປັນການຍ້າຍອາລົມຈາກບຸກຄົນ ຫຼື ສິ່ງຂອງໜຶ່ງໄປຍັງອີກບຸກຄົນໜຶ່ງ ຫຼື ສິ່ງຂອງໜຶ່ງ ເພື່ອລົດຄວາມບໍ່ພໍໃຈ ຫຼື ລົດຄວາມໃຈຮ້າຍ ເຊັ່ນ: ບໍ່ພໍໃຈເອື້ອຍອ້າຍທີ່ກ່າວຕົກເຕືອນ ຈຶ່ງໄປຮ້າຍໃສ່ແມວ ຫຼື ສັດລ້ຽງທີ່ຢູ່ໃກ້ໆຕົວ.

4) **ການຊົດເຊີຍ:** ເປັນການຫາຈຸດເດັ່ນຂອງຕົນເອງມາລົບປົມດ້ອຍ ເຊັ່ນ: ຄົນຮູບຮ່າງເຕັຍແຕ່ຮຽນເກັ່ງ ຫຼື ໜ້າຕາບ່ຽມ ແຕ່ມີນ້ຳໃຈຄ່ອຍຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ອື່ນ.

5) **ການທົດແທນ:** ເປັນການທົດແທນກິດຈະກຳ ເຊິ່ງບໍ່ເປັນທີ່ຍອມຮັບຂອງສັງຄົມດ້ວຍກິດຈະກຳທີ່ເປັນທີ່ຍອມຮັບ ເຊັ່ນ: ຄົນທີ່ມີພິຕິກຳຫ້າວຫານກໍໃຫ້ຕີມວຍ ຫຼື ເປັນນັກກິລາຍິງປືນ.

3.2 ປະເພດຫຼີກລ່ຽງ ຫຼື ໜີບັນຫາ

ມີດັ່ງລຸ່ມນີ້:

1) **ການແຍກຕົວອອກຈາກສັງຄົມ:** ບຸກຄົນທີ່ໃຊ້ວິທີນີ້ໃນກໍລະນີທີ່ຫາທາງອອກດ້ວຍວິທີອື່ນແລ້ວບໍ່ໄດ້ຜົນ, ບຸກຄົນປະເພດນີ້ຈະຂາດຄວາມກະຕືລືລົ້ນ, ຂາດຄວາມສົນໃຈໃນສິ່ງຕ່າງໆ ແຕ່ຈະຢູ່ຕາມລຳພັງໜ້ອນຢູ່ໃນໂລກຂອງຕົນເອງ.

2) **ການຖືກຖອຍ:** ເປັນການຖອຍເຂົ້າສູ່ພຶດຕິກຳດັ່ງເດີມທີ່ຕົນເອງເຄີຍໃຊ້ໄດ້ຜົນມາແລ້ວໃນອະດີດ, ເຊິ່ງອາດສະແດງອອກໂດຍຄຳເວົ້າ ເຊັ່ນ: ການບໍ່ຍອມຊ່ວຍຕົນເອງໃນເລື່ອງຕ່າງໆ ຕ້ອງຄອຍໃຫ້ບຸກຄົນອື່ນເຮັດໃຫ້ ເຊັ່ນ: ການເວົ້າບໍ່ຄອດ ຫຼື ລົງໄປນອນດິນເມື່ອບໍ່ພໍໃຈ.

3) **ການໜີເຂົ້າສູ່ພາວະເຈັບປ່ວຍ:** ເພື່ອຈະຫຼີກລ່ຽງສະຖານະການທີ່ບໍ່ປາດຖະໜາໂດຍຄວາມເຈັບປ່ວຍນີ້ ໂດຍບໍ່ໄດ້ແກ່ງເຮັດ ເຊັ່ນ: ເດັກທີ່ຍ້ານກົວພໍ່ແມ່ຮ້າຍເມື່ອຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງເຮັດຄວາມຜິດ ຈະມີອາການເປັນໄຂ້ບໍ່ສະບາຍ ຫຼື ອາການຫາຍໃຈພຶດ.

3.3 ປະເພດໃຊ້ການບັນບັດ

ມີດັ່ງລຸ່ມນີ້:

1) **ຫາທີ່ປຶກສາ:** ໂດຍບໍ່ເກັບຄວາມອຶດອັດໃນໃຈຫຼາຍຈົນເກີນໄປ, ບຸກຄົນທີ່ຄວນປຶກໄດ້ແກ່: ພໍ່ແມ່, ໝູ່ເພື່ອນສະໜິດສະໜີມ, ຄູ່ຝ່າຍແນະແນວ ຫຼື ຈິດຕະແພດ.

2) **ຫຼີກລ່ຽງສະຖານະການ:** ທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດບັນຫາຊົ່ວຄາວ ແທນທີ່ຈະຄິດຫຼ້າກັບບັນຫານັ້ນ ຫາເວລາໄປພັກຜ່ອນໃນສະຖານທີ່ທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ເກີດຄວາມສະບາຍໃຈ ເຊັ່ນ: ລາພັກຜ່ອນໂດຍໄປແຄມທະເລ ຈັກ 2 ຫາ 3 ວັນ ແລ້ວຈຶ່ງກັບມາເລີ່ມເຮັດວຽກໃໝ່.

3) **ຫຼີກລ່ຽງການຄາດຫວັງໃຫ້ໄດ້ໝົດທຸກຢ່າງ:** ຄົນທີ່ຕັ້ງຄວາມຫວັງໄວ້ສູງໂພດມັກຈະເກີດຄວາມຕຶງຄຽດທາງອາລົມ ເມື່ອບໍ່ໄດ້ຕາມທີ່ຫວັງ ຈຶ່ງກຽມຄວາມຮູ້ສຶກຜິດຫວັງໄວ້ແຕ່ກໍຈະບໍ່ຮູ້ສຶກຜິດຫວັງຫຼາຍ.

4) **ພະຍາຍາມນັ່ງສະມາທິເພື່ອຄວາມສະຫງົບໃນອາລົມ:** ການນັ່ງສະມາທິເປັນເຮັດໃຫ້ຈິດໃຈວ່າງຈາກຄວາມຄິດວຸ້ນວາຍ ເພາະການນັ່ງສະມາທິຈະເຮັດໃຫ້ຈິດໃຈສະຫງົບເກີດສະຕິ ແລະ ບັນຍາອັນທີ່ຈະນຳມາເຊິ່ງຄວາມສະຫງົບໃນຈິດໃຈໄດ້, ເມື່ອຄິດທີ່ຈະເຮັດຫຍັງຍອມຈະມີສະຕິ ແລະ ຈະເຮັດໃຫ້ໄດ້ຮັບຄວາມສຳເລັດໃນສິ່ງນັ້ນ.

5. ວິທີແກ້ໄຂບັນຫາທາງຈິດຕະວິທະຍາ

ຄົນເຮົາມີສຸຂະພາບຈິດດີ, ມີການປັບຕົວທີ່ດີ ຈະມີຄວາມສຸກໄດ້ກໍເມື່ອສາມາດເຮັດໃຫ້ຕົນເອງເຂົ້າກັບສະພາບແວດລ້ອມນັ້ນໆໄດ້ ແລະ ແມ່ນວ່າຈະເກີດບັນຫາບໍ່ວ່າຈະໃນກໍລະນີໃດກໍຕາມກໍສາມາດແກ້ໄຂບັນຫາໄດ້ເຊັ່ນດຽວກັນ, ການແກ້ໄຂບັນຫາທາງຈິດຕະວິທະຍາໄດ້ແກ່: ການທີ່ມີສຸຂະພາບຈິດທີ່ສົມບູນ, ມີສະຕິປັນຍາ ແລະ ວິທີການດັ່ງນີ້:

1. ເຮົາຕ້ອງສຳນຶກຮູ້ວ່າໂລກນີ້ຄືໂລກມະນຸດ ເຊິ່ງທຸກຄົນຈະຕ້ອງເກີດມາໃຊ້ກຳ ແລະ ສ້າງຄຸນງາມຄວາມດີ. ດັ່ງນັ້ນ, ບໍ່ມີໃຜເກີດມາຈະມີແຕ່ຄວາມສຸກສະບາຍ, ທຸກຄົນພົບຄວາມສຸກແດ, ຄວາມທຸກແດ, ດັ່ງນັ້ນ, ເມື່ອມີຄວາມທຸກກໍຕ້ອງມີຄວາມສຸກຄວບຄູ່ກັນໄປແບບນີ້ຕະຫຼອດຊີວິດ.

2. ຊີວິດຄືການຕໍ່ສູ້ ຫຼື ຄົນເຮົາຢູ່ໄດ້ເມື່ອແກ້ບັນຫາໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ, ບັນຫາທຸກຢ່າງຍ່ອມມີທາງແກ້ໄຂໄດ້ ທັງນັ້ນຢູ່ທີ່ຈະຊ້າ ຫຼື ໄວເທົ່ານັ້ນ ເຊິ່ງຢູ່ທີ່ປະສິບການ ຫຼື ທັກສະໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ.
3. ມະນຸດທຸກຄົນບໍ່ມີສະເພາະແຕ່ຈຸດດີ ແລະ ຈຸດອ່ອນ. ດັ່ງນັ້ນ, ເພື່ອຄວາມສຸກສະບາຍໃຈຂອງ ແຕ່ລະຄົນຈຶ່ງຄວນເບິ່ງຜູ້ອື່ນແຕ່ສະເພາະຈຸດດີຂອງເຂົາ ຫຼື ຫາຈຸດເກັ່ງຂອງເຂົາກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ເກີດການເບິ່ງຜູ້ ອື່ນໃນແງ່ດີໄດ້, ເມື່ອຢູ່ຮ່ວມກັນຈະໄດ້ຢູ່ຢ່າງມີຄວາມສຸກ.
4. ເມື່ອມີບັນຫາຄວນປະເມີນສະຖານະການຂອງບັນຫາ ຄື ສຶກສາຂໍ້ແທ້ຈິງໃນເລື່ອງອົງປະກອບວ່າ ມີຄວາມຮຸນແຮງຫຼາຍໜ້ອຍພຽງໃດ, ເຫດການມາຈາກໃສ.
5. ພິຈາລະນາແນວທາງທີ່ຄາດວ່າຈະເປັນປະໂຫຍດ ແລະ ເໝາະສົມຫຼາຍທີ່ສຸກ.
6. ດຳເນີນການແກ້ໄຂບັນຫາຫຼັງຈາກພິຈາລະນາຕັດສິນໃຈເລືອກວິທີການແລ້ວ.
7. ປະເມີນຜົນການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ຮັບຟັງຂໍ້ສະເໜີແນະ ເພື່ອດຳເນີນການປັບປຸງແກ້ໄຂໃຫ້ດີຍິ່ງ ຂຶ້ນ.

6. ສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ

6.1. ຄວາມໝາຍຂອງສຸຂະພາບ

ອົງການອະນາໄມໂລກໃຫ້ຄວາມໝາຍຂອງສຸຂະພາບ (**Health**) ວ່າສຸຂະພາບໝາຍເຖິງຄວາມ ສົມບູນ ປາສະຈາກພະຍາດຕ່າງໆ ທາງຮ່າງກາຍ ແລະ ມີຄວາມເຂັ້ມແຂງມາງຈິດໃຈ, ມີສຸຂະພາບທາງຈິດ ທີ່ດີ, ສາມາດປັບຕົນເອງໃຫ້ເຂົ້າກັບສັງຄົມ. ຈາກຄວາມໝາຍດັ່ງກ່າວຈຶ່ງສາມາດແບ່ງສຸຂະພາບຂອງ ມະນຸດອອກເປັນ 2 ດ້ານ ຄື:

6.1.1 ຄວາມໝາຍຂອງສຸຂະພາບກາຍ

ສຸຂະພາບກາຍ (**Physical Health**) ໝາຍເຖິງສຸຂະພາບຂອງອະໄວຍະວະຕ່າງໆເຊິ່ງເປັນ ສ່ວນປະກອບຂອງຮ່າງກາຍທາງພາຍນອກ ແລະ ພາຍໃນຂອງຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ ແຂນ, ຂາ, ຕັບ, ຫົວໃຈ ແລະ ອື່ນໆ ອະໄວຍະວະຕ່າງໆ ເຫຼົ່ານີ້ຕ້ອງປົກກະຕິບໍ່ພິການ ແລະ ມີປະສິດທິພາບ, ບໍ່ຜິດປົກກະຕິຈາກທຳມະ ຊາດ ແລະ ສາມາດເຮດວຽກຕາມປົກກະຕິຈຶ່ງເອີ້ນວ່າສຸຂະພາບທາງກາຍ.

- ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ

ສຸຂະພາບກາຍ

ສຸຂະພາບຈິດ

1. ເປັນເລື່ອງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຮ່າງກາຍໂດຍກົງ, ຄວາມບົກຜ່ອງເກີດຈາກຮ່າງກາຍຜິດປົກກະຕິເຊັ່ນ: ເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍ,ເປັນຕົ້ນ. 2. ເປັນເລື່ອງສັງເກດງ່າຍ ໂດຍສັງເກດຈາກຄວາມຜິດປົກກະຕິຂອງຮ່າງກາຍເຊັ່ນ: ຈ່ອຍລົງ ຫຼື ບໍລິເວນຮ່າງກາຍໄດ້ຮັບບາດເຈັບ. 3. ຄວາມສົມບູນ ຫຼື ຄວາມບົກຜ່ອງສຸຂະພາບຮ່າງກາຍຍ່ອມສິ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບຈິດໂດຍກົງ.	1. ເປັນເລື່ອງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຈິດໃຈຄວາມບົກຜ່ອງຂອງສະພາບຈິດໃຈທີ່ເກີດຂຶ້ນຈາກປັບຕົນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ ຫຼື ເກີດຈາກສະພາບແວດລ້ອມອື່ນໆ. 2. ເປັນເລື່ອງທີ່ສັງເກດໄດ້ຍາກຕ້ອງຈາກພຶດຕິກຳທີ່ສະແດງອອກ ໂດຍອາໄສເກນມາດຕະຖານທາງສັງຄົມ ຫຼື ເກນອື່ນໆ ຊ່ວຍວັດ. 3. ຄວາມບົກຜ່ອງສຸຂະພາບຈິດອາດຈະມີຜົນ ຫຼື ບໍ່ມີຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບທາງຮ່າງກາຍຫຼາຍປານໃດ.
---	---

6.1.2 ຄວາມໝາຍຂອງສຸຂະພາບຈິດ

ສຸຂະພາບຈິດ ກົງກັບພາສາອັງກິດ (Mental Health) ເຊິ່ງອີງການອະນາໄມໂລກໃຫ້ຄວາມໝາຍວ່າ ສຸຂະພາບຈິດ ໝາຍເຖິງຄວາມສົມບູນທາງດ້ານຈິດໃຈເຊິ່ງປາສະຈາກອາການໂລກຈິດ, ໂລກປະສາດ ຫຼື ລັກສະນະຜິດປົກກະຕິອື່ນໆທາງຈິດໃຈ ແລະ ຄວາມສາມາດໃນການປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບສິ່ງແວດລ້ອມໄດ້ໂດຍບໍ່ມີຂໍ້ຂັດແຍ້ງພາຍໃນໃຈ, ມີຄວາມສຸກ, ມີສຳພັນທະພາບອັນດີງາມຂອງບຸກຄົນອື່ນ ແລະ ດຳລົງຊີວິດຢູ່ໄດ້ດ້ວຍຄວາມສົມດຸນຢ່າງສະບາຍໃຈ.

ຫຼວງວິຊຽນ ແພທຍາຄົມ ຈິດຕະແພດ ຜູ້ອຳນວຍການໂຮງໝໍສົມເດັດເຈົ້າພະຍາເຊິ່ງເປັນຄົນທຳອິດຂອງໄທ ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍວ່າ: ສຸຂະພາບຈິດຄື ສະພາບຊີວິດເປັນສຸກ ຜູ້ມີອາລົມໝັ້ນຄົງ, ສາມາດປັບຕົວໄດ້ເຂົ້າກັບສັງຄົມທີ່ປ່ຽນແປງໄດ້, ມີສະມັດທະພາບໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນໄດ້ດ້ວຍຄວາມພໍໃຈ ແລະ ເປັນຜູ້ທີ່ມີສຸຂະພາບຈິດສາມາດປັບຕົນເອງຢູ່ໄດ້ດ້ວຍຄວາມສຸກໃນໂລກ ເຊິ່ງປ່ຽນແປງຢ່າງວ່ອງໄວ

ຜ່ອງພັນ ເກີດພິທັກ ໃຫ້ຄວາມໝາຍວ່າສຸຂະພາບຈິດຄື ຄວາມສົມບູນຂອງຈິດໃຈທີ່ປາສະຈາກການຜິດປົກກະຕິຕ່າງໆທາງຈິດ, ໂລກປະສາດມີຄວາມໝັ້ນຄົງທາງຈິດໃຈ, ສາມາດປັບຕົວໄດ້ດີຢ່າງເໝາະສົມໃນສັງຄົມໂດຍບໍ່ມີຂໍ້ຂັດແຍ້ງໃນໃຈ

ຝົນແສງ ສິງແກ້ວ ໄດ້ໃຫ້ຄວາມໝາຍວ່າ ສຸຂະພາບຈິດຄືສະພາບຊີວິດທີ່ເປັນສຸກ, ມີອາລົມໝັ້ນຄົງ, ສາມາດປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າກັບສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ປ່ຽນແປງໄດ້, ມີສະມັດທະພາບໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ຢູ່ຮ່ວມດ້ວຍຄວາມພໍໃຈ

ຈາກຄວາມໝາຍຂ້າງເທິງນັ້ນສະຫຼຸບໄດ້ວ່າ ສຸຂະພາບຈິດໝາຍດຶງ ຄວາມສົມບູນທາງດ້ານຈິດໃຈ, ປາສະຈາກອາການທີ່ຜິດປົກກະຕິທາງຈິດ, ສາມາດປັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າປັບສັງຄົມ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມທີ່ປ່ຽນແປງໃໝ່ຢ່າງເໝາະສົມ ແລະ ສາມາດດຳເນີນຊີວິດຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນຢູ່ໃນສັງຄົມໄດ້ຢ່າງມີຄວາມສຸກ.

6.2. ຄວາມສຳຄັນຂອງສຸຂະພາບຈິດ

ສຸຂະພາບຈິດມີຄວາມສຳຄັນຕໍ່ຊີວິດຂອງມະນຸດຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ ແລະ ກ່ຽວກັບຊີວິດປະຈຳວັນຂອງຄົນ, ສຸຂະພາບຈິດມີຄວາມສຳຄັນເທົ່າໆກັບສຸຂະພາບກາຍ, ບັນຫາທາງສຸຂະພາບຈິດເສື່ອມໃນປັດຈຸບັນນັບມື້ນັບສູງຂຶ້ນເຊິ່ງກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາຫຍຸ້ງຍາກຊັບຊ້ອນໃນສັງຄົມ ເຊັ່ນ: ບັນຫາອາສະຍາກຳ, ບັນຫາຄອບຄົວ

ສຸຂະພາບຈິດກໍ່ຄ້າຍຄືສຸຂະພາບກາຍຄືແບ່ງອອກໄດ້ເປັນຫຼາຍລະດັບ, ສຸຂະພາບຈິດຂອງບຸກຄົນສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້, ບາງຄັ້ງກໍ່ເປັນປົກກະຕິ ແຕ່ບາງຄັ້ງກໍ່ມີຂໍ້ບົກຜ່ອງ ຖ້າບຸກຄົນໃດມີສຸຂະພາບຈິດທີ່ບົກຜ່ອງຫຼາຍໆ ຈົນກະທັ້ງບໍ່ສາມາດດຳເນີນຊີວິດຢ່າງບຸກຄົນທຳມະດາທົ່ວໄປໄດ້ກໍ່ຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງເຂົ້າຮັບການບຳປັດທາງຈິດ ໂດຍສ່ວນຫຼາຍແລ້ວເຮົາມັກຈະພົບເຫັນບຸກຄົນທີ່ມີສະພາບທາງຈິດທີ່ຜິດມະນຸດໃນປັດຈຸບັນຕ້ອງພົບກັບສະພາບຕົງຄຽດຫຼວງຫຼາຍ, ສະພາບເສດຖະກິດທີ່ຜິດເຄື່ອງ, ລວມທັງຄວາມຮັບຜິດຊອບທີ່ຕ້ອງມີຕໍ່ຄອບຄົວ ແລະ ສັງຄົມ, ຄວາມວິຕົກກັງວົນທີ່ເກີດຈາກຄວາມບໍ່ປອດໄພຕ່າງໆ ໃນສັງຄົມ ເຊັ່ນ: ຜູ້ຂີ່ລັກ, ການປຸ້ນຈີ້, ການແຂ່ງຂັນຢິ່ງໃນປັດຈຸບັນມີການແຜ່ກະຈາຍຂອງສິ່ງເສບຕິດ, ດັ່ງນັ້ນ, ຜູ້ທີ່ມີສຸຂະພາບບໍ່ດີຈຶ່ງອາດຫັນໄປເສບຢາເສບຕິດເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້ສະພາບການດັ່ງກ່າວນັ້ນມີແຕ່ຜູ້ທີ່ມີຮ່າງກາຍສົມບູນ ແລະ ຈິດໃຈທີ່ເຂັ້ມແຂງເທົ່ານັ້ນທີ່ຈະສາມາດຕໍ່ສູ້ໄດ້ນັ້ນຄື ຜູ້ທີ່ມີສຸຂະພາບຈິດທີ່ດີຈະຜ່ານພື້ນສະພາບການເຫຼົ່ານັ້ນ ໄປໄດ້ດ້ວຍດີນັ້ນຄື ບຸກຄົນມີຄວາມສາມາດທີ່ຈະປັບຕົວຕໍ່ສະຖານະການເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້ຢ່າງມີສະຕິ ແລະ ມີເຫດຜົນ.

6.3. ຄວາມສຳພັນລະຫວ່າງສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ

ສຸຂະພາບທີ່ດີນັ້ນຈະຕ້ອງມີຄວາມສົມບູນ, ຄວາມປາສະຈາກໂລກໄພໄຂ້ເຈັບທາງຮ່າງກາຍລວມທັງມີຄວາມໝັ້ນຄົງ ແລະ ເຂັ້ມແຂງທາງຈິດໃຈລວມທັງສາມາດທີ່ປັບປຸງຕົວເອງໃຫ້ເຂົ້າກັບສັງຄົມທີ່ປ່ຽນແປງໄດ້ດັ່ງນັ້ນໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວ ສຸຂະພາບຂອງມະນຸດຈຶ່ງແບ່ງເປັນສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ. ຮ່າງກາຍ ແລະ ຈິດໃຈມີຄວາມສຳພັນກັນຢ່າງສະໝິດແໝ້ນ ແລະ ຊັບຊ້ອນ ຈົນບໍ່ສາມາດຈາກອອກຈາກກັນໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ ບໍ່ວ່າຮ່າງກາຍ ຫຼື ຈິດໃຈຕ່າງມີຄວາມສຳຄັນເທົ່າກັນ, ຈິດໃຈຄືຜູ້ເປັນນາຍ ແລະ ຮ່າງກາຍຄືຜູ້ຮັບຄຳສັ່ງໄປປະຕິບັດ, ຫາກມີແຕ່ອອກຄຳສັ່ງແຕ່ບໍ່ມີຜູ້ຮັບຄຳສັ່ງໄປປະຕິບັດວຽກງານ ກໍ່ບໍ່ອາດດຳເນີນໄດ້ໃນເວລາດຽວກັນຫາກມີແຕ່ຜູ້ປະຕິບັດບໍ່ມີຜູ້ອອກຄຳສັ່ງວຽກກໍ່ດຳເນີນບໍ່ໄດ້ຄືກັນ ຈິດໃຈເປັນສູນລວມຂອງການບໍລິຫານງານຂອງມະນຸດສິ່ງກະຕຸ້ນທຸກຊະນິດເມື່ອມາກະທົບໃສ່ຮ່າງກາຍ ແລ້ວຈະຖືກລາຍງານໂດຍຜ່ານລະບົບປະສາໄປສູ່ສະໜອງ ແລະ ຈິດໃຈ ຄວາມຮູ້ສຶກຕ່າງໆ ເຫຼົ່ານີ້ຮ່າງກາຍບໍ່ໄດ້ເປັນຕົວຮູ້ສຶກເອງແຕ່ຈິດໃຈ ເປັນຜູ້ຮັບຮູ້ ແລະ ຮູ້ສຶກວ່າເປັນຄວາມຮູ້ສຶກສະນິດໃດ ແລະ ຢູ່ສ່ວນໃດ

ຂອງຮ່າງກາຍ. ນອກຈາກຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ຈິດໃຈຮັບຮູ້ຈາກການສຳພັດທາງກາຍແລ້ວ, ຈິດໃຈຍັງເກີດການຮັບຮູ້ຂຶ້ນເອງພາຍໃນໄດ້ດ້ວຍ ເຊັ່ນ: ດີໃຈ, ເສຍໃຈ, ຮັກ, ໃຈຮ້າຍ ແຕ່ອາລົມ ແລະ ຄວາມຮູ້ສຶກເຫຼົ່ານີ້ຈະສະແດງອອກທາງຮ່າງກາຍໃນດ້ານພຶດຕິກຳຕ່າງໆ.

ຮ່າງກາຍ ແລະ ຈິດໃຈມີຜົນກະທົບຕໍ່ກັນນັ້ນຄື ຄວາມເຈັບປວດຊຶ່ງເປັນສັນຍານອັນຕະລາຍຂອງຮ່າງກາຍທີ່ສົ່ງໄປບອກຈິດໃຈ. ແນວໃດກໍ່ຕາມຈິດໃຈກໍ່ຈະມີກົນໄກໃນການລົດຄວາມຮູ້ສຶກເຈັບປວດເຫຼົ່ານັ້ນລົງໄດ້ ຫຼື ເພີກເສີຍຄວາມສົນໃຈຂອງຈິດໃຈໄປຈົນລົມຄວາມເຈັບປວດໄປຊົ່ວຂະນະ ແຕ່ໃນທາງກົງກັນຂ້າມ, ອາດຈະຮູ້ສຶກເຈັບປວດຫຼາຍເກີນໄປ ຫຼື ພະຍາຍາມຖືເອົາຄວາມເຈັບປວດເປັນຂໍ້ອ້າງເພື່ອຈະຕ້ອງເຮັດສິ່ງອື່ນທີ່ບໍ່ປະສົບອາລົມ

ການເຈັບປວດທາງຈິດໃຈ ຫຼື ຮ່າງກາຍຈະສົ່ງຜົນກະທົບກະທົບກັນໄດ້ຕະຫຼອດເວລາເພາະແທ້ຈິງແລ້ວສຸຂະພາບທາງກາຍກັບສຸຂະພາບຈິດມີຄວາມສຳພັນກັນຢ່າງໄກ້ຊິດ ຈະເຫັນໄດ້ວ່າ ທັງສຸຂະພາບກາຍ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດມີຄວາມສຳພັນກັນຢ່າງໄກ້ຊິດ ຖ້າຮ່າງກາຍເຈັບໄຂ້ໄດ້ປ່ວຍກໍ່ຈະສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບຈິດ ໃນຄວາມໝາຍດຽວກັນກໍ່ຄື ຖ້າມີຄວາມບົກຜ່ອງທາງດ້ານຈິດໃຈກໍ່ຈະມີຜົນຕໍ່ສຸຂະພາບກາຍ ດັ່ງຄຳທີ່ວ່າ “ ຈິດໃຈທີ່ດີງາມຍ່ອມຢູ່ໃນຮ່າງກາຍທີ່ສົມບູນ ”.

6.4. ໂລກປະສາດ ແລະ ໂລກຈິດ

ກ. ໂລກປະສາດ (Neutrotic Disorder)

ເປັນຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງຈິດຢ່າງໜຶ່ງ ເຊິ່ງບໍ່ຮຸນແຮງຄືກັບໂລກຈິດ, ພວກນີ້ຈະບໍ່ມີຄວາມສາມາດໃນດ້ານການປະເຊີນບັນຫາຊີວິດປະຈຳວັນ ໂດຍຍັງຈະຮູ້ຈັກຕົນເອງ ແລະ ຮັບຮູ້ສິ່ງຕ່າງໆຕາມຄວາມເປັນຈິງພຶດຕິກຳຍັງເປັນທີ່ຍືມຮັບຂອງສັງຄົມ, ເປັນໂລກທີ່ເກີດຈາກການປັບອາລົມບໍ່ຖືກຕ້ອງຕາມສະຖານະການ ຫຼື ກາລະເທສະ, ເມື່ອເກີດຄວາມຄັບຂ້ອງໃຈ ຫຼື ຄວາມຂັດແຍ່ງໃນໃຈຈະມີອາການວິຕົກກັງວົນເກີນໄປ, ອິດອັດຢ້ານກົວ, ຊຶມເສົ້າ, ເປັນລັກສະນະກາຍສະແດງອອກເພາະບໍ່ມີສາເຫດທາງກາຍ.

ເຖິງແນວໃດກໍ່ຕາມ ບຸກຄົນທີ່ມີອາການທາງປະສາດກໍ່ຄືວ່າເປັນຄົນບ້າ ເພາະບໍ່ໄດ້ມີການສູນເສຍບຸກຄະລິກກະພາບທັງໝົດ, ທີ່ມີອາການຫຼົງຜິດ ຫຼື ອາການປະສາດຫຼອນແຕ່ຢ່າງໃດ, ບຸກຄົນເຫຼົ່ານີ້ຍັງສາມາດຢູ່ໃນໂລກຂອງຄວາມເປັນຈິງໄດ້, ແຕ່ການເຮັດວຽກງານອາດລົດປະສິດທິພາບລົງຈາກປົກກະຕິ, ໂລກປະສາດມີຢູ່ຫຼາຍອາການ ເຊິ່ງບໍ່ສາມາດແຍກຈາກກັນໄດ້ໂດຍເດັດຂາດ, ບຸກຄົນທີ່ມີອາການປະສາດມັກມີລັກສະນະປະສົມຫຼາຍຮູບແບບ ເຊິ່ງສາມາດແຍກອອກໄດ້ດັ່ງນີ້:

❖ ຊະນິດຂອງໂລກປະສາດ

1. ໂລກປະສາດແບບວິຕົກກັງວົນ (Anxiety Neurosis) ມີອາການທີ່ສຳຄັນຄື ມີຄວາມວິຕົກກັງວົນໃນສິ່ງທີ່ບໍ່ທັນເກີດຂຶ້ນ, ມີຄວາມຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍໃຈ, ຢ້ານກົວ, ຕຶງຄຽດ, ມີເຫຼືອອອກ ໜາວໆ

ຮ້ອນໆ ບາງຄັ້ງຈະຮູ້ສຶກຄືນໄສ້ປວກຮາກ, ມີຈິດໃຈຟຸ້ງຊ່ານ, ຫວາດກົວອັນຕະລາຍທີ່ຕົນຄິດວ່າຈະເກີດຂຶ້ນຫຼາຍເກີນ

2. **ໂລກປະສາດຊະນິດຢ້ານກົວ (Psychosthenia or phobic Reaction)** ມັກມີອາການຮ່ວມກັນລັກສະນະວິຕົກກັງວົນ ໂດຍຈະເປັນອາການຢ້ານກົວສິ່ງຂອງ ຫຼື ສະຖານະການຢ່າງໃດໜຶ່ງໂດຍບໍ່ມີເຫດຜົນສິ່ງຜິດໃຫ້ສະແດງຄວາມຢ້ານກົວຕໍ່ສິ່ງອ້ອມຕົວຕະຫຼອດ ເຊັ່ນ: ຢ້ານຄວາມສູງ, ຢ້ານຄວາມໂລ່ງແຈ້ງ, ຢ້ານທີ່ແຄບ, ຢ້ານແສງ, ຢ້ານຄວາມມືດ ເປັນຕົ້ນ ໂດຍທົ່ວໄປຈະພົບວ່າອາການໂລກປະສາດຊະນິດນີ້ ຈະເກີດຈາກບຸກຄົນຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບປະສົບການທີ່ບໍ່ດີກ່ຽວກັບສິ່ງກະຕຸ້ນຊະນິດນັ້ນໆ ມາຕັ້ງແຕ່ຍັງເປັນເດັກນ້ອຍໆ.

3. **ໂລກປະສາດຊະນິດຢ້າຄິດຢ້າທຳ (Obsessive Reaction)** ສາມາດແບ່ງເປັນ 2 ລັກສະນະ ເຊິ່ງມັກຈະເລີ່ມຈາກອາການຢ້າຄິດກ່ອນ ຄືຄິດເຖິງເລື່ອງໜຶ່ງໃດແບບຊ້ຳຊາກ ກັງວົນ ແມ່ນວ່າເລື່ອງນັ້ນບໍ່ແມ່ນເລື່ອງທີ່ສຳຄັນກໍຕາມ ໂດຍບໍ່ສາມາດຫາຂໍ້ຢຸດໄດ້ ຈຶ່ງສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດອາການຢ້າເຮັດຄືເຮັດສິ່ງໃດຊ້ຳໆ ພຽງເລື່ອງດຽວ ເຊັ່ນ ຄິດວ່າກ່ອນອອກຈາກເຮືອນໄດ້ອັດປະຕູ ຫຼື ຍັງ ຄິດວ່າມີບໍ່ສະອາດຈົ່ງລ້າງແລ້ວລ້າງອີກ ຫຼື ເວົ້າເລື່ອງເກົ່າຊ້ຳຊາກຫຼາຍໆເທື່ອ ເປັນຕົ້ນ. ບຸກຄົນທີ່ມີອາການໂລກປະສາດຊະນິດນີ້ມັກຈະມີຄວາມພະຍາຍາມແກ້ຕົວເອງດ້ວຍການຄວບຄຸມຄວາມຄິດ ແລະ ການກະທຳ ແຕ່ກໍມັກຈະປະສົບຄວາມລົ້ມເຫຼວ.

4. **ໂລກປະສາດແບບຮີດສະທິເລຍ (Hysteria)** ມັກມີອາການສະແດງອອກຂອງຄວາມເຈັບປວດທາງກາຍໂດຍບໍ່ສາມາດກວດພົບໄດ້ເຖິງສາເຫດຂອງອາການ ເຊັ່ນ ທະຫານທີ່ພົບເຫັນສະພາບໃນສະໝາມລົບທຸກມື້ທຸກວັນອາດເກີດອາການເປັນງ່ອຍຂຶ້ນມາເນື່ອງຈາກເຂົາຮູ້ສຶກວ່າຖ້າເປັນງ່ອຍແລ້ວຈະຖືກຖອນຕົວອອກຈາກການໄປສະໝາມລົບທີ່ໜ້າຢ້ານກົວ ແລະ ເມື່ອພື້ນສະພາບນັ້ນອອກມາແລ້ວເຂົາກໍຈະກັບສູ່ສະພາບທາງກາຍທີ່ປົກກະຕິໄດ້ເປັນຕົ້ນຫຼາຍຄັ້ງທີ່ຜູ້ມີອາການທາງປະສາດຊະນິດນີ້ມັກຈະຮຽນແບບອາການຂອງໂລກທາງກາຍຕ່າງໆ ໂດຍອາການທາງກາຍທີ່ເກີດຂຶ້ນມັກຈະກ່ຽວຂ້ອງກັບອະໄວຍະວະຮັບສຳພັດ ເຊິ່ງເຮັດໜ້າທີ່ຕິດຕໍ່ກັບໂລກພາຍນອກ ເຊັ່ນ ກ້າມເນື້ອກະຕຸ້ນ, ກ້າມເນື້ອອ່ອນກຳລັງ, ອຳມະພາດ, ກ້າມເນື້ອເຄັ່ງຕຶງ ແລະ ອາການທີ່ກ່ຽວກັບການຮັບຄວາມຮູ້ສຶກ ເຊັ່ນ ບໍ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກ, ມືນຊາຕາມແຂນຂາ ແລະ ເຈັບທ້ອງ, ປະສາດຫຼອນ, ໂລກປະສາດຊະນິດນີ້ ບາງກໍລະນີມີບັນຫາເລື່ອງເພດເຂົ້າມາກ່ຽວຂ້ອງ ມີທ່າອ່ຽງທີ່ຈະຮຽກຮ້ອງຄວາມສົນໃຈຈາກຜູ້ອື່ນ ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ບຸກຄົນສ່ວນຫຼາຍເຂົ້າໃຈຜິດວ່າເປັນໂລກຂາດຜູ້ຊາຍບໍ່ໄດ້ ເຊິ່ງເປັນຄວາມເຂົ້າໃຈທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ.

5. **ໂລກປະສາດຊະນິດຊຶມເສົ້າ (Depressive Neurosis)** ມັກມີອາການໂສກເສົ້າເສຍໃຈເປັນເວລາດົນນານ, ເກີດຈາກຄວາມຂັດແຍ້ງໃນໃຈ ຫຼື ມີເຫດການທີ່ຕ້ອງສູນເສຍສິ່ງທີ່ຮັກຢ່າງກະທັນຫັນ ຜູ້ທີ່ມີອາການຂອງໂລກນີ້ ມັກມີອາລົມທີ່ແປປວນຕະຫຼອດເວລາ.

6. **ໂລກປະສາດຊະນິດອຸປະທານ (Hypochondrical Reaction)** ມັກສະແດງອາການຄິດວິຕົກກັງວົນກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງ ໂດຍມັກຄິດໄປເອງວ່າຕົນເອງເຈັບປ່ວຍເປັນພະຍາດນັ້ນໆ

ນຶ່ງ ໂດຍສະເພາະພະຍາດທີ່ຮ້າຍແຮງ ສິ່ງຜົນໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳມັກໄປພົບ ແລະ ເປັນສາແພດຢູ່ເປັນປະຈຳ ເພື່ອຂໍປິ່ນປົວ.

7. **ໂລກປະສາດຊະນິດທ້ຽວ (Neurasthenia Neurosis or Aesthonic)** ມັກສະແດງອາການອ່ອນເພຍ, ໝົດຮຽງ, ທ້ແທ້, ເປື້ອໜ້າ, ກິນເຂົ້າບໍ່ໄດ້ ເຊິ່ງມັກເກີດອາການເຫຼົ່ານີ້ເປັນປະຈຳ ຈຶ່ງສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດຜົນເສຍຕ່ຳຮ່າງກາຍ ແລະ ການເຮັດວຽກຢ່າງສູງ.

8. **ໂລກປະສາດຊະນິດຫຼາຍບຸກຂະລິກກະພາບ (Dissociative Identity Disorder)** ມັກມີລັກສະນະບຸກຂະລິກກະພາບຫຼາຍຢ່າງໃນຄົນໆດຽວ ໂດຍໃນຊ່ວງເວລາໜຶ່ງອາດສະແດງບຸກຂະລິກກະພາບແບບໜຶ່ງຢ່າງຊັດເຈນ, ແຕ່ບຸກຂະລິກກະພາບອາດມີການປ່ຽນແປງໄປໂດຍວ່ອງໄວເມື່ອຢູ່ໃນຊ່ວງເວລາໃດໜຶ່ງ. ຜູ້ເປັນໂລກນີ້ບໍ່ສາມາດຈື່ໄດ້ເມື່ອຢູ່ໃນບຸກຂະລິກກະພາບອີກແບບໜຶ່ງອາການດັ່ງກ່າວຈະຄ້າຍກັບໂລກຈິດແພດ ແຕ່ເປັນໃນຊ່ວງເວລາສັ້ນໆ ແລະ ເຊົາໄດ້.

❖ ສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ເກີດໂລກປະສາດ

1. **ສາເຫດທາງຮ່າງກາຍ ແລະ ກຳມະພັນ:** ສາເຫດນີ້ກໍ່ຍັງບໍ່ທັນຢືນຢັນເປັນທາງການ, ແຕ່ກໍ່ມີຄວາມເຊື່ອວ່າຜູ້ທີ່ມີຮູບຮ່າງຈ່ອຍສູງຈະມັກເກີດຄວາມວິຕົກກັງວົນໄດ້ງ່າຍກວ່າຄົນປະເພດອື່ນໆ

2. **ສາເຫດທາງສັງຄົມ ແລະ ວັດທະນະທຳ:** ໂດຍສະເພາະແມ່ນຄອບຄົວແຕກແຍກ, ສັບສິນວຸ້ນວາຍໃນສັງຄົມ ແລະ ຂາດຄວາມສາມັກຄີໃນຊາດຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດຄວາມປັນປ່ວນທາງໃຈສູງຂຶ້ນໄດ້.

3. **ສາເຫດທີ່ເກີດຈາກອາຍຸ:** ແຕ່ລະຊ່ວຍາຍຸຈະມີຄວາມປັນປ່ວນ ແລະ ວິຕົກກັງວົນແຕກຕ່າງກັນສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດເປັນໂລກປະສາດແຕກຕ່າງກັນ ເຊັ່ນ: ໄວເດັກໄວລຸ້ນ, ໄວຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ໄວຊະລາ, ຕອນໄວເດັກຖ້າຫາກມີຄວາມວິຕົກກັງວົນຍາວນານຕໍ່ເນື່ອງກັນຈະເຮັດໃຫ້ເກີດເປັນນິດໃສປັນປ່ວນ ເຊິ່ງຈະສະແດງອາການອອກມາຄື ດູດນິ້ວ, ກັດເລັບມື, ຍ່ຽວໃສ່ບ່ອນ.

4. **ສາເຫດທາງຈິດໃຈ:** ເພາະວ່າສັງຄົມເນັ້ນເລື່ອງວັດຖຸພາຍນອກຫຼາຍກວ່າຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາມີການແຂ່ງຂັນ, ຊິງຕີຊິງເດັ່ນກັນເຮັດໃຫ້ບັນຍາກາດຂອງບຸກຄົນຂາດຄວາມເປັນມິດ, ມີຄວາມຕຶງຄຽດ ທັງຢ້ານຊີວິດຂອງຕົນບໍ່ໝັ້ນຄົງ ສຸດທ້າຍກໍ່ເກີດຄວາມໂມໂຫຮ້າຍຕໍ່ຜູ້ອື່ນ.

5. **ສາເຫດລະຫວ່າງບຸກຄົນ:** ຖ້າບຸກຄົນບໍ່ໄດ້ຮັບຄວາມຮັກ, ຄວາມສົນໃຈ ແລະ ຄວາມເອົາໃສ່ຢ່າງພຽງພໍຈາກພໍ່ແມ່ ຫຼື ຖືກບັງຄັບເກີນໄປ ເຂົາກໍ່ຈະລະງັບຄວາມຮູ້ສຶກຕ່າງໆຫຼາຍຂຶ້ນ, ຈົນບໍ່ມີອາການລະບາຍອອກມາທັງເຮັດໃຫ້ມີອາລົມຄ້າງເພີ່ມຂຶ້ນ ສິ່ງດັ່ງກ່າວພາໃຫ້ເກີດເປັນໂລກປະສາດໄດ້.

ຂ. ໂລກຈິດ (Psychosis or Psychotic Disorder)

ເປັນບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມເຈັບປ່ວຍທາງຈິດຢ່າຮຸນແຮງເປັນພາວະຄວາມຜິດປົກກະຕິຫຼືຄວາມແປປ່ວນທາງຈິດສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດການສູນເສຍໜ້າທີ່ການເຮັດວຽກຂອງຈິດໃຈໃນລະດັບສູນເສຍຄວາມສາມາດໃນການຮັບຮູ້ຕົນເອງ, ຄວາມສາມາດທີ່ຈະສະໜອງຄວາມຕ້ອງການທີ່ຈຳເປັນໃນການດຳລົງຊີວິດ ຫຼື ຄວາມຮູ້ສຶກນິກົດ ແລະ ພຶດຕິກຳຕ່າງໆ ທີ່ຢູ່ໃນຂອບເຂດຂອງໂລກແງ່ຄວາມຈິງ ມັກມີບຸກຄະ

ລິກກະພາບທີ່ມີການປ່ຽນແປງໂດຍສິ້ນເຊີງ ເມື່ອມີຄວາມຄິດບໍ່ຢູ່ໃນຄວາມເປັນຈິງຂາດຄວາມເຂົ້າໃຈທີ່ຈະຮັບຮູ້ຖືກຕ້ອງຕາມສະຖານະການອ້ອມຂ້າງ.

ໂລກຈິດເກີດມາຈາກ 2 ສາເຫດ ຄື ສາເຫດທາງກາຍ ແລະ ສາເຫດທາງຈິດໃຈ

1) **ສາເຫດທາງກາຍ:** ເປັນສາເຫດທີ່ເນື່ອງມາຈາກສະໜອງ ຫຼື ລະບົບປະສາດສ່ວນກາງໄດ້ຮັບການຫຼື ຖືກທຳລາຍຈາກອຸບັດຕິເຫດ, ໂລກມະເຮັງ, ສານຜິດຕ່າງໆ ຫຼື ເນື້ອປິ່ງໃນສະໜອງ. ປັດໃຈເຫຼົ່ານີ້ມີຜົນເຮັດໃຫ້ລະບົບສະໜອງເຮັດວຽກຜິດປົກກະຕິ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຄົນນັ້ນມີຄວາມຜິດປົກກະຕິ ເຊັ່ນ: ເວົ້າສັບສົນ, ຄວບຄຸມຕົນເອງບໍ່ໄດ້, ປະສາດຫຼອນຫຼົງຜິດ.

2) **ສາເຫດທາງຈິດໃຈ:** ເປັນສາເຫດມາຈາກບຸກຄົນປະສົບກັບບັນຫາຕ່າງໆ ຫຼື ຈົນຈິດໃຈໄດ້ຮັບຄວາມກະທົບກະເທືອນຢ່າງຮຸນແຮງ ແລະ ບໍ່ສາມາດປັບຕົວໃຫ້ສອດຄ່ອງໄດ້ກັບສະຖານະການເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້ເຮັດໃຫ້ຂາດການຮັບຮູ້ແກ່ຕົນເອງ ແລະ ສັງຄົມໄດ້ໃນທີ່ສຸດ ສາມາດແຍກໂລກຈິດອອກເປັນ 2 ກຸ່ມໃຫຍ່ໆ ຄື:

1. **ໂລກຈິດຕະເພດ (Schizophrenia)** ເປັນໂລກຈິດຊະນິດໜຶ່ງເຊິ່ງມີລັກສະນະສະເພາະຄື: ມີຄວາມຄິດແປປ່ວນ ແລະ ມັກມີຄວາມຜິດປົກກະຕິລັກສະນະອື່ນໆ ຕາມມາໄດ້ແກ່: ຄວາມແປປ່ວນທາງອາລົມ, ການຮັບຮູ້ ແລະ ພຶດຕິກຳຄວາມແປປ່ວນນັ້ນມີລັກສະນະສຳຄັນຄື: ການປ່ຽນແປງຂອງການສ້າງຄວາມຄິດລວມຍອດ ຫຼື ມະໂນທັດ ເຊິ່ງຈະນຳໄປສູ່ການຕີຄວາມທີ່ຜິດໄປຈາກຄວາມເປັນຈິງ ຫຼື ບາງຄັ້ງອາດເກີດຈາກຄວາມຫຼົງຜິດ ແລະ ອາການປະສາດຫຼອນຂຶ້ນໄດ້ເລື້ອຍໆ ອາການເຫຼົ່ານີ້ເກີດເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງທາງດ້ານຈິດໃຈ, ການປ່ຽນແປງທາງອາລົມ, ຄວາມຮູ້ສຶກແບບສອງກຸ່ມສອງກ້ອນແບບບິບຄັ້ນ ແລະ ແບບບໍ່ເໝາະສົມລວມທັງການສູນເສຍຄວາມເຫັນໃຈຜູ້ອື່ນ, ພຶດຕິກຳມີລັກສະນະຖອຍຫ່າງອອກໄປ ແລະ ແຕກແຍກເຊິ່ງແບ່ງອອກເປັນ 3 ລັກສະນະຄື:

- **ຈິດຕະເພດຊະນິດທີ່ກ່ຽວກັບການເຄື່ອນໄຫວ (Catatonic Schizophrenia)** ມັກມີຄວາມຜິດປົກກະຕິກ່ຽວກັບການເຄື່ອນໄຫວຂອງຮ່າງກາຍ ເຊິ່ງບາງຄົນກໍ່ມີການເຄື່ອນໄຫວຫຼາຍ, ບາງຄົນກໍ່ມີລັກສະນະການເຄື່ອນໄຫວນ້ອຍ ຫຼື ຢຸດຢູ່ລ້າງ ບໍ່ກະດຸກກະດິກ.

- **ຈິດຕະເພດຊະນິດເມີນເສີຍ (Disorganized)** ມັກສະແດງອາການເມີນເສີຍຄຳເວົ້າບໍ່ຕໍ່ເນື່ອງກັນ ແລະ ບໍ່ສະແດງຄວາມສົນໃຈຕໍ່ສິ່ງອ້ອມຂ້າງ.

- **ຈິດຕະເພດຊະນິດຫຼົງຜິດ (Paranoid)** ມັກມີອາການຫຼົງຜິດໃນລັກສະນະຕ່າງໆ ເຊັ່ນ ຄິດວ່າຕົນເປັນເທວະດາ ທັງມີອາການປະສາດຫຼອນ ແລະ ຫວາດລະແວງວ່າມີຄົນມາທຳຮ້າຍ ຫຼື ເວົ້າຂ້ວນຕົນເອງ.

ໂດຍສ່ວນຫຼາຍ ໂລກຈິດເພດ ມັກພົບເກີດອາຍຸນ້ອຍທີ່ມັກເປັນ, ຕາມປົກກະຕິມັກຈະເປັນຊ່ວງໄວເດັກຕອນປາຍ ຫຼື ໄວຮຸ່ນຈົນເຖິງໄວກາງຄົນ. ບາງກໍລະນີອາດຈະພົບໃນໄວເດັກຕອນຕົ້ນກໍ່ໄດ້ແນວໃດກໍ່ຕາມໂລກຈິດເພດນີ້ຮຈະເລີ່ມຕົ້ນພົບເລື້ອຍໆໃນຊ່ວງໄວຮຸ່ນ ຫຼື ໄວຜູ້ໃຫຍ່ຕອນກາງ.

2. **ໂລກຈິດຊະນິດອາລົມແປປ່ວນ (Affective Psychosis)** ເປັນໂລກຈິດທີ່ສາມາດພົບໄດ້ຫຼາຍທີ່ສຸດ ລັກສະນະຈະມີອາການຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງອາລົມຢ່າງຮຸນແຮງ ໂດຍສະເພາະ

ອາການຊຶມເສົ້າຫຼອຍເຫງົາ ບາງກໍລະນີມີອາການຕື່ນຕົວຫຼາຍເກີນສາມາດເກີດອາການຄຸ້ນຄັ້ງ ຫຼື ອາລະວາດໄດ້ໂດຍທັນທີທັນໃດ ຜູ້ທີ່ມີອາການໂລກຈິດຊະນິດນີ້ອາດມີອາການເອະອະວຸ້ນວາຍ, ຄຸ້ມຄັ້ງຫຼື ອາດສະແດງອອກອາການລັກສະນະຕ່າງກັນຂ້າມ ຄື ຊຶມເສົ້າ ຄື ສິ້ນຫວັງໝົດອາໄລກັບຊີວິດ, ພ້ອມທັງຈະຂ້າຕົວຕາຍ ໄດ້ຕະຫຼອດເວລາ ຫຼື ອາດມີອາການປະສົມລະຫວ່າງຄຸ້ນຄັ້ງ ແລະ ຊຶມເສົ້າ ສະຫຼັບກັນເປັນຊ່ວງໆກໍ່ໄດ້.

ຄ. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງໂລກປະສາດ ແລະ ໂລກຈິດ

ໂລກປະສາດ	ໂລກຈິດ
1. ຄວາມແປປ່ວນທາພິດຕິກຳຢູ່ໃນຂອບເຂດ ແລະ ເຫດຜົນ ຫຼື ຄວາມຈິງ 2. ຄວາມເຊື່ອໂດຍທົ່ວໄປສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້ ເຊັ່ນ ຢ້າຄິດຢ້າທຳ 3. ບຸກຄະລິກກະພາບມີການປ່ຽນແປງບໍ່ຫຼາຍ ເຊັ່ນ ຄວາມມ່ວນຊື່ນ ຫຼື ສະມາທິໃນການເຮັດວຽກລົດລົງ	1. ພຶດຕິກຳຈະປ່ຽນໄປຈາກປົກກະຕິວິໄສ ຫຼື ເກີດໂດຍບໍ່ສົມເຫດຜົນ 2. ບໍ່ຮັບຮູ້ຕົນເອງ, ບໍ່ຍອມຮັບການບຳບັດຮັກສາ. ບໍ່ຮັບຮູ້ຕົນເອງມີອາການປ່ວຍ ບາງກໍລະນີປະຕິເສດການຮັກສາ ແລະ ວິນິດໄສ 3. ບຸກຄະລິກກະພາບມີການປ່ຽນແປງໄປຫຼາຍ, ນິໄສໃຈຄໍມີການປ່ຽນແປງໄປໂດຍສິ້ນເຊີງ

6.5. ວິທີຮັກສາ ແລະ ການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບທີ່ດີ

6.5.1 ວິທີບຳບັດ

1) ການຮັກສາທາງກາຍ

1.1. ການໃຊ້ຢາ (Drug therapy) ເປັນວິທີການທາງຈິດຕະເວດ ເຊິ່ງຈະໃຊ້ໃນກໍລະນີຕ້ອງການລົດອາການຂອງພຶດຕິກຳບາງຢ່າງທີ່ເກີດຂຶ້ນກັບຜູ້ທີ່ມີອາການທາງຈິດ ເຊັ່ນ: ຄວາມຄຽດຄວາມວຶດິກກັງວົນ, ປະສາດຫຼອນ, ກະວົນກວາຍ ຫຼື ຄຸ້ນຄັ້ງ, ຢາທີ່ນິຍົມໃຊ້ໄດ້ແກ່ ຢາລະງັບປະສາດ, ຢາປອດຫຼັບ

- ການຊ່ອດດ້ວຍໄຟ (Electroconvulsive Therapy) ຈະໃຊ້ສຳຫຼັບຮັກສາອາການຄຸ້ມຄັ້ງ ຫຼື ຊຶມເສົ້າຫຼາຍ ໂດຍໃຊ້ໄຟພ້າປະມານ 70 ຫາ 130 ໂວນ ຜ່ານເຂົ້າສະໝອງມີຜົນເຮັດໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍມີອາການນັ່ງໝົດສະຕິໄປ ທັງນີ້ອາດໃຊ້ການສັກຢາສານອິນຊູລິນເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ ເຊິ່ງເຊື່ອວ່າມີຜູ້ປ່ວຍຟື້ນສະຕິຂຶ້ນມາແລ້ວຈະມີອາການດີຂຶ້ນ.

- ການຜ່າຕັດ (Psychosurgery) ໃຊ້ເມື່ອມີຄວາມຜິດປົກກະຕິໃນບໍລິເວນສະໝອງຈຶ່ງຕ້ອງອາໄສແພດທີ່ຕ້ອງມີຄວາມຊຳນານພິເສດ ແລະ ມີຄວາມຊ່ຽວຊານ, ເນື່ອງຈາກອາດມີຜົນຂ້າງຄຽງເກີດຂຶ້ນຫຼັງຈາກການຜ່າຕັດຫຼາຍຢ່າງ.

2) ການຮັກສາທາງຈິດບຳບັດ (Psychotherapy)

ເປັນການບໍາບັດຮັກສາ ຜູ້ທີ່ມີຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງຈິດອີກວິທີໜຶ່ງທີ່ນິຍົມໃຊ້ຄວບຄູ່ກັບການຮັກສາທາງກາຍ, ການໃຊ້ຈິດບໍາບັດເປັນການໃຊ້ເທັກນິກໃນທາງຈິດຕະວິທະຍາ, ເຊິ່ງສ່ວນໃຫຍ່ແລ້ວເປັນລັກສະນະການສົນທະນາລະຫວ່າງຈິດຕະແພດ ຫຼື ນັກຈິດຕະວິທະຍາກັບຜູ້ທີ່ມີອາການປ່ວຍໃນບັນຍາກາດທີ່ເປັນກັນເອງ ແລະ ມີຄວາມໄວ້ວາງໃຈເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ , ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຜູ້ທີ່ມີອາການທາງຈິດສາມາດສະແດງອາລົມຕ່າງໆອອກມາໄດ້ຢ່າງເປີດເຜີຍເຕັມທີ່, ສິ່ງຜົນເກີດການຮັບຮູ້ເຂົ້າໃຈຕົນເອງໄດ້ດີຂຶ້ນຈົນສາມາດຄົ້ນພົບແນວທາງໃນການແກ້ໄຂຕ່າງໆ ໃຫ້ກັບຕົນເອງປະກອບກັບການໄດ້ຮັບຄໍາແນະນໍາເປົກສາ ແລະ ວາງແນວທາງໃນການແກ້ໄຂຈາກຜູ້ບໍາບັດຮັກສາເຮັດໃຫ້ຜູ້ປ່ວຍເກີດການປ່ຽນແປງທາງຄວາມຄິດ, ອາລົມ ແລະ ພຶດຕິກຳໄປໃນທາງທີ່ດີ.

3) ການບໍາບັດທາງພຶດຕິກຳ (Behavior Therapy)

ແນວຄວາມຄິດນີ້ເຊື່ອວ່າ ພຶດຕິກຳຂອງບຸກຄົນທັງທີ່ເປັນພຶດຕິກຳທີ່ປົກກະຕິ ແລະ ຜິດປົກກະຕິທັງຫຼາຍເປັນຜົນເນື່ອງມາຈາກການຮຽນຮູ້ເງື່ອນໄຂ ລວມທັງການຮຽນແບບຈາກບຸກຄົນ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມທັງຫຼາຍໃນສັງຄົມທີ່ບຸກຄົນນັ້ນເຕີບໂຕ. ດັ່ງນັ້ນ, ຫາກມີການຮຽນຮູ້ເງື່ອນໄຂ ຫຼື ຮຽນແບບຈາກຕົວແບບໄປໃນທາງທີ່ຜິດຢ່ອມຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ພຶດຕິກຳທີ່ຜິດປົກກະຕິໄປດ້ວຍ, ດັ່ງນັ້ນການບໍາບັດຈຶ່ງຕ້ອງໃຫ້ຜູ້ທີ່ມີອາການທາງຈິດຮຽນຮູ້ເງື່ອນໄຂ ຫຼື ຮຽນແບບຕົວແບບໃໝ່ຕາມທີ່ຜູ້ບໍາບັດກຳນົດຂຶ້ນແລ້ວແຕ່ກໍລະນີ, ໂດຍຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ທີ່ມີອາການທາງຈິດສາມາດສະແດງພຶດຕິກຳທີ່ເໝາະສົມຕາມມາດຕະຖານຂອງສັງຄົມໄດ້.

ນອກຈາກນີ້ຍັງມີການບໍາບັດແບບອື່ນ ເຊັ່ນ: ການບໍາບັດເປັນກຸ່ມ, ການບໍາບັດໂດຍການຫຼິ້ນ, ການບໍາບັດໂດຍການຈັດກິດຈະກຳບັນເທີງ, ເຕັກນິກຕ່າງໆ ເຫຼົ່ານີ້ເປັນທີ່ນິຍົມໃຊ້ຫຼາຍໂດຍທົ່ວໄປ ເຊິ່ງບໍ່ສາມາດລະບຸໄດ້ວ່າວິທີໃດເປັນວິທີການທີ່ດີທີ່ສຸດ ເຊິ່ງຕັ້ງຂຶ້ນຢູ່ກັບລັກສະນະບັນຫາຂອງຜູ້ທີ່ມີອາການທາງຈິດແຕ່ລະລາຍ ຮ່ວມທັງການວິນິດໄສ ແລະ ການຕັດສິນໃຈຂອງຜູ້ທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ໃນການບໍາບັດຮັກສາເປັນຫຼັກ.

6.5.2 ການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບຈິດ

ໃນສະພາບສັງຄົມທີ່ມີແຕ່ການແຂ່ງຂັນຊິງດີຊິງເດັ່ນກັນ, ບຸກຄົນໃນສັງຄົມຄວາມຄິດແບບວັດຖຸນິຍົມ ໂດຍການຍົກລະດັບທາງຈິດໃຈສະພາບສັງຄົມດັ່ງກ່າວນີ້ອາດກໍ່ໃຫ້ເກີດບັນຫາທາງຈິດຂຶ້ນໄດ້ງ່າຍ ແລະ ຕະຫຼອດເວລາ. ດັ່ງນັ້ນ, ບຸກຄົນຈຶ່ງຄວນຈະມີວິທີການໃນການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບຈິດທີ່ດີໃຫ້ແກ່ຕົນເອງ ເພື່ອຈະໄດ້ສາມາດດຳເນີນຊີວິດໃນສະພາບສັງຄົມດັ່ງກ່າວໄດ້ຢ່າງມີສຸກຢ່າງຕາມອັດຕະພາບແຫ່ງຕົນ ໂດຍວິທີການງ່າຍໆ ດັ່ງນີ້:

- 1) ຮັກສາສຸຂະພາບກາຍໃຫ້ສົມບູນ ແຂງແຮງອອກກຳລັງກາຍຢ່າງສະໝໍ່າສະເໝີ ແລະ ກິນອາຫານດີ ແລະ ມີປະໂຫຍດ, ເມື່ອຮ່າງກາຍແຂງແຮງແລ້ວກໍ່ຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ຈິດໃຈມີຄວາມສຸກສົມບູນໄປດ້ວຍ.

- 2) ເຮັດໃຫ້ຈິດໃຈມີຄວາມເບີກບານ ຍື່ມແຍ້ມແຈ່ມໃສ, ຢ່າເຄັ່ງຄຽດ ແລະ ຮູ້ສຶກຈິງຈັງກັບຊີວິດເກີນໄປ, ພະຍາຍາມສ້າງອາລົມມ່ວນຊື່ນ ແລະ ເບິ່ງໂລກໃນແງ່ດີ.
- 3) ມີທັດສະນະຄະຕິກັບຕົນເອງໃນທາງທີ່ດີ, ເຫັນຄຸນຄ່າໃນຕົນເອງ, ຢ່າສ້າງປົມດ້ອຍໃຫ້ກັບຕົນເອງ.
- 4) ມີສຳພັນທະພາບທີ່ດີກັບຄົນຢູ່ອ້ອມຂ້າງ.
- 5) ຍື່ມແຍ້ມແຈ່ມໃສ, ການຍື່ມຈະຊ່ວຍໃຫ້ລົດຄວາມຕຶງຄຽດທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ທາງໜຶ່ງ.
- 6) ຢ່າປ່ອຍໃຫ້ມີເວລາວ່າງເກີນໄປ ເພາະຈະເຮັດໃຫ້ຄິດຫຼາຍ ຄິດແຕ່ສິ່ງທີ່ບໍ່ມີສາລະ, ຄວນຫາວຽກເຮັດເພື່ອຜ່ອນຄາຍອາລົມ.
- 7) ເຝິກສະມາທິຕາມຕາແນວທາງແຫ່ງສາສະໜາຂອງຕົນ, ເພື່ອໃຫ້ສະຕິຮັບຮູ້ອາລົມ ແລະ ການກະທຳຂອງຕົນຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ.
- 8) ເມື່ອເກີດບັນຫາໃດໆ ຂຶ້ນນັ້ນ ໃຫ້ຮູ້ຈັກແກ້ບັນຫາຕາມລຳດັບຄວາມສຳຄັນ ຮ່ວມທັງປ່ອຍວາງ, ບັນຫາທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ໃນບາງໂອກາດ.
- 9) ໝັ່ນສຳຫຼວດຕົນເອງ ແລະ ຮູ້ຈັກປັບປຸງສ່ວນທີ່ເປັນຂໍ້ບົກຜ່ອງໃນຕົນເອງ.
- 10) ຍຶດໝັ່ນຄຳສອນທາງສາສະໜາຂອງຕົນເພື່ອເປັນເຄື່ອງຢຶດໝ່ຽວທາງຈິດໃຈໃນທາງດຳເນີນຊີວິດ.

ບົດທີ 9

ຄຸນທາດ ແລະ ນິໄສ

ເວລາ 4 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດອະທິບາຍຄວາມໝາຍ ແລະ ທິດສະດີຕ່າງໆກ່ຽວກັບຄຸນທາດໄດ້.
- ສາມາດອະທິບາຍປະເພດ ແລະ ລັກສະນະຂອງຄຸນທາດໄດ້.
- ສາມາດເຂົ້າໃຈເຖິງຄວາມໝາຍນິໄສ ແລະ ໂຄງປະກອບຂອງນິໄສໄດ້.

1. ຄວາມໝາຍ ແລະ ທິດສະດີຕ່າງໆກ່ຽວກັບຄຸນທາດ

2.1. ໝາຍຂອງຄຸນທາດ

ຄຸນທາດ ແມ່ນການສັງລວມບັນດາຄຸນນະພາບທາງດ້ານຮ່າງກາຍທີ່ສະແດງອອກໃຫ້ເຫັນຄວາມຮຸນແຮງໜີດກຳລັງ ແລະ ການປະພຶດຂອງບຸກຄົນ, ຄວາມຮຸນແຮງໃນການດຳລົງຊີວິດພາຍໃນ ແລະ ການປະພຶດ, ໂດຍສະເພາະແລ້ວແມ່ນຈັງຫວະການດຳເນີນງານ, ການສັບປ່ຽນບ່ອນ, ບັນດາປະກົດການທາງຈິດ, ອາການທາງ ແລະ ການເຄື່ອນໄຫວການປະພຶດ ແລະ ກຳລັງແຮງຂອງຄຸນທາດ.

ຄວາມຮຸນແຮງທາງດ້ານຈິດໃຈ ແມ່ນໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນມາຈາກຄຸນນະພາບຂອງຮ່າງກາຍໂດຍສະເພາະ ແມ່ນລະບົບປະສາດດັ່ງນັ້ນ, ຄຸນນະພາບຂອງຄຸນທາດຢູ່ໃນຮູບການເຊັ່ນ: ວ່ອງໄວ, ຮຸນແຮງ ແລະ ດຸນດ່ຽງ, ຄຸນທາດສິ່ງຜົນສະທ້ອນແກ່ຄວາມໄວຂອງການຄິດຄິດ, ຄວາມເຂັ້ມ ແລະ ການສັບປ່ຽນທາງດ້ານອາລົມ ແລະ ການປະພຶດທີ່ສະແດງອອກເບື້ອງນອກ ເຊັ່ນ: ສີໜ້າ, ທ່າທົກລີຍາ, ຄວາມວ່ອງໄວ ຫຼື ຊັກຊ້າ ແລະ ອື່ນໆ.

ຄຸນທາດມີບົດບາດຊຶ່ງໃຫ້ເຫັນການດຳລົງຊີວິດທາງດ້ານອາລົມຈິດ ແລະ ລັກສະນະຈຳເພາະຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງສະແດງອອກໃຫ້ເຫັນໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນໃນເວລາຄົນເຮົາມີການພົວພັນສະພາບແວດລ້ອມອ້ອມຂ້າງ.

ຄຸນທາດຂອງບຸກຄົນມີມາແຕ່ກຳເນີດ ແລະ ເປັນພື້ນຖານໃຫ້ແກ່ນິໄສແຕ່ກໍ່ສາມາດປ່ຽນແປງຕ້ອງໃຊ້ເວລາ, ການຝຶກຝົນຫຼືຫຼອມຕົນເອງ, ແຕ່ຕ້ອງໃຊ້ເວລາພິສິດຄວນ.

ຄຸນທາດໝາຍເຖິງ ຈຸດພິເສດສະເພາະຂອງຄົນເຊິ່ງຄວບຄຸມອາການເຄື່ອນໄຫວທາງຈິດ ແລະ ການປະພຶດຂອງຄົນເຮົາ.

1.2. ທັດສະນະຕ່າງໆກ່ຽວກັບຄຸນທາດ

ເລື່ອງກ່ຽວກັບຄຸນທາດແມ່ນໄດ້ຮັບການຄົ້ນຄ້ວາແຕ່ສະໄໝເກົ່າແກ່ ໂດຍແມ່ນທ່ານ ຮີໂບກຣາດ (430 - 377 ກ່ອນ ຄ.ສ) ແລະ ໄດ້ຂຽນທົດສະດີອອກຄື: ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາມີທາດແຫຼວຕົ້ນຕໍຢູ່ 4 ຊະນິດຄື: ເລືອດແດງ (ຊັງແກງນິກ) ; ນ້ຳເມືອກ ຫຼື ເລືອດຂາວ (ເຟລັກມາຕິກ) ; ບິເຫລືອງ (ໂກແລຣິກ) ແລະ ບິດາ (ເມລັງໂກລິກ).

➤ ອີວານ ປາບລິບ Ivan Pavlov (1849 - 1936) ໄດ້ຄົ້ນຄ້ວາກ່ຽວກັບຄຸນທາດໂດຍການອົງໃສ່ການເຄື່ອນໄຫວຂອງລະບົບປະສາດສູງສຸດຂອງຄົນເຮົາ ແລະ ໄດ້ແບ່ງປະເພດຂອງຄຸນທາດອອກຕາມການເຄື່ອນໄຫວຂອງເສັ້ນປະສາດສູງສຸດດັ່ງນີ້: ແຜນວາດການພົວພັນລະຫວ່າງຄຸນນະພາບຂອງລະບົບປະສາດກັບຊະນິດຂອງຄຸນ.

ຊະນິດຄຸນທາດ	ຄຸນນະພາບຂອງລະບົບປະສາດ				ຄຸນນະພາບຂອງຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ການປະພຶດ
	ກະຕຸ້ນ	ຂີ້ມດັນ	ຄວາມດຸນດ່ຽງ	ວ່ອງໄວ	
ຊັງແກງນິກ	ແຮງ	ແຮງ	ດ່ຽງ	ວ່ອງໄວ	ມີຊີວິດຊີວາ , ວ່ອງໄວ , ເປີດເຜີຍ, ບໍ່ໝັ້ນຄົງ
ເຟລັກມາຕິກ	ແຮງ	ແຮງ	ດ່ຽງ	ບໍ່ວ່ອງໄວ	ຊັກຊ້າ, ເຢັນຊາ, ແນ່ນອນ, ການປັບຕົວເຂົ້າກັບສັງຄົມໄດ້ຍາກ
ໂກແລຣິກ	ແຮງ	ອ່ອນ	ບໍ່ດ່ຽງ	ວ່ອງໄວ	ໃຈຮ້ອນ, ຮ້າຍໄວ, ດີໄວ, ບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມອາລົມໄດ້
ເມລັງໂກລິກ	ແຮງ	ອ່ອນ	ບໍ່ດ່ຽງ	ບໍ່ວ່ອງໄວ	ຊັກຊ້າ, ໂສກເສົ້າ, ມັກຄິດ, ຂ້ອຍ, ຫງວມເຫງົາ

2. ປະເພດ ແລະ ລັກສະນະຕ່າງໆຂອງຄຸນທາດ

ຄຸນທາດ ແລະ ຈຸດພິເສດຂອງແຕ່ລະຊະນິດຄຸນທາດ:

ຊະນິດຂອງ ຄຸນທາດ	ລັກສະນະການເຄື່ອນໄຫວ	ລັກສະນະຈຳເພາະ
ຊັງແກງນິກ	ລະບົບປະສາດເຄື່ອນໄຫວ, ມີຄວາມວ່ອງສູງ, ສະແດງອອກດ້ວຍການເຄື່ອນໄຫວຫຼາຍຮູບແບບມັກມ່ວນຊື່ນ, ມັກສິລະປະ, ກິລາ, ມືໄວໃຈກ້າ, ໜ້າມືນພໍລິມຄວນ, ປັບຕົວໄດ້ດີ, ເຂົ້າຄົນງ່າຍ, ອາລົມຮຸນແຮງ, ແຕ່ຫາຍໄວ, ລັກສະນະສຸຂະທັດ, ມັກຄືບຫາສະມາຄົມ, ຫ້າວຫັນ, ນຳພາແນວຄິດຂອງຕົນເອງດີ, ເປັນຄົນກ້າຫານ, ມັກຮຳຮຽນເອົາບົດຮຽນຕ່າງໆ ສາມາດສ້າງຄວາມສົນເຄີຍອັນໄໝ້ໄດ້ໄວ, ໄປໜ້າແລ້ວລົມຫລັງ, ຮັບຮູ້ໄວ ແຕ່ບໍ່ເລິກເຊິ່ງ, ປາກເວົ້າຄ່ອງແຄ້ວ, ບໍ່ມັກຄິດເຖິງອາດິດ, ຄວາມຮັກບໍ່ໝັ້ນຄົງ, ຫຼາຍຊູ້ຫຼາຍແຟນ.ແຕ່ເຖິງແນວໃດກໍ່ຕາມກໍ່ສາມາດສຶກສາອົບຮົມໄດ້ແຕ່ຕ້ອງກວດກາ.	ທັດສະນະມະຫາຊົນກ້ວາງຂວາງ, ເປີດເຜີຍດີ, ງ່າຍດາຍ, ມັກເວົ້າມັກລົມ, ມີຊີວິດຊີວາ, ບໍ່ກະວົນກະວາຍ, ທັດສະນະສຸຂະທັດ, ວ່ອງໄວໃຈກ້າ.
ເຟລັກມາຕິກ	ລະບົບປະສາດເຄື່ອນໄຫວແຮງ, ມີຄວາມວ່ອງຕໍ່າ, ເປັນຄົນບໍ່ວ່ອງໄວ, ເປັນຄົນມັກສະຫງົບ,ທຸ່ນທ່ຽງ, ເຮັດຫຍັງກໍ່ເອົາວຽກເອົາງານທັງຮອບຄອບຄົດແຕ່ໃຊ້ເວລາດົນຊັກຊ້າເຢັນຊາ, ບໍ່ກ້າຕັດສິນໃຈອິດທິນສູງ, ຮູ້ຈັກແບ່ງກຳລັງຕົນເອງບາງຄັ້ງມັກຢູ່ໂດດດຽວ, ບໍ່ມັກຕໍ່ສູ້, ມັກຕຳນິຕົນເອງເປັນຄົນຮັກສາເດີມ, ບໍ່ມັກໂຕ້ຖຽງ. ສະນັ້ນ, ຄົນປະເພດນີ້ຂໍ້ຄ້ານຫຼາຍກ່ວາຄູ່ໝັ້ນ,ໃນການເຄື່ອນໄຫວຮັບຮູ້ຖ້າຂາດການກວດກາ ຫຼື ຂາດການສຶກສາອົບຮົມທີ່ດີກໍ່ຈັກກາຍເປັນຄົນຂໍ້ຄ້ານ, ເມີນເສີຍຕໍ່ກັບຄວາມຮັກແມ່ນຮັກຢູ່ໃນໃຈບໍ່ກ້າເວົ້າເປັນຄົນດຶກໃນ	ໃຈຮ້າຍໄວບໍ່ມັກຄວາມສະຫງົບ, ມັກຄວາມຮຸນແຮງຮ້າຍໄວ ດີໄວ, ຂຶ້ນກັບອາລົມ, ມັກກະທົບກະເທືອນ, ທັດສະນະສຸຂະທັດຕັດສິນໃຈໄວໂສໄດ້ໂສເສຍ
ໂກແລລິກ	ມີລະບົບປະສາດເຄື່ອນໄຫວແຮງ, ເສັ້ນປະສາດແຂງ,ບໍ່ມີຄວາມດຸ່ນດ່ຽງເຊິ່ງສະແດງອອກດ້ວຍອາລົມແຂງກະດ້າງ(ອາລົມຮ້າຍ) ແມ່ນປະເພດຄົນຫົວແຂງ, ເປັນຄົນວ່ອງໄວໃຈກ້າໜ້າດ້ານ, ຊຸຊີ ແຕ່ເປັນຄົນທີ່ມີຊີວິດຊີວາ, ມັກມ່ວນ, ມັກຊຸມແຊວ, ເປັນຄົນບໍ່ມີລະບຽບວິໄນ, ເປັນເຂົ້າກັບກົດລະບຽບຂໍ້ກຳນົດຂອງການຈັດຕັ້ງຍາກ, ມັກຖືກຖຽງ ແລະ ສ້າງຂໍ້ຂັດແຍ້ງກັບເພື່ອນຮ່ວມງານ, ກັບຫົວໜ້າ, ກັບ	

ເມລັງໂກລິກ	ຄອບຄົວ, ມັກຈົ່ມດູ, ມັກເວົ້າທີ່ມີລັກສະນະຮຸກຮານຄົນອື່ນ, ແຕ່ເປັນຄົນມັກຖືກກະທົບກະເທືອນໃຈ, ໃຈຮ້ອນໄວ ແລະ ກໍ່ເຢັນໄວມັກໂມໂຫກັບວຽກງານຕໍ່ກັບຄວາມຮັກແມ່ນຮຸນແຮງຖ້າບໍ່ໄດ້ຮັບການສຶກສາທີ່ເໝາະສົມກໍ່ຈະກາຍເປັນນັກເລງອັນຕະພາບໄດ້	
	ມີລະບົບປະສາດເຄື່ອນໄຫວອ່ອນ, ບໍ່ຈູດຈ້າວຫ້າວຫັນ, ປັບຕົວຍາກເພາະອັນໃດກໍ່ຄິດວ່າອັນຕະລາຍໄປໝົດ, ບໍ່ມີຄວາມອິດທິນຂາດສຳມະທິ, ມັກເອົາໃຈຕົນເອງ, ມີຄວາມຄິດຍ້ານກົວແບບຂາດເຫດຜົນ, ມີຄວາມຍ້ານຕໍ່ສະພາບແວດລ້ອມ, ມັກຢູ່ຄົນດຽວ, ບໍ່ມັກຄົບຄ້າສະມາຄົມ, ມັກທະໝອມທ່ອມຕົວ, ບໍ່ທະເຍີທະຍານ, ຫຼົບຫຼັກຄວາມຄິດຂາດການຕັດສິນໃຈ, ມີອາລົມໂສກເສົ້າ, ອ່ອນເພຍ, ຊື່ຊ້າໜ້າອາຍ, ມັກດຳລົງຊີວິດແບບມືດງຽບ, ແຕ່ຄືນຄິດເລິກເຊິ່ງຂາຈິດຕະນາການ, ມັກຄວາມອ່ອນຫວານ ແຕ່ບາງຄັ້ງໂສສຸດໂສສວຍແຕ່ຖ້າຢູ່ໃນເງື່ອນໄຂທີ່ບໍ່ດີຈະເປັນຄົນເອົາໃຈຍາກ, ຕໍ່ຄວາມຮັກແມ່ນຮັກດຽວໃຈດຽວ ແລະ ໂສຕາຍໄດ້	ແຂງກະດ້າງ, ກະວົນກະວາຍ, ອາລົມໂສກເສົ້າເຢັນຊາສະນະທຸຂະທັດຮັກສາເດີມ, ບໍ່ມັກສັງຄົມ, ມັກສະຫງົບ, ມັກປອບໃຈຕົນເອງ, ບໍ່ມັກສູ້ຊິນ.

3. ນິໄສ ແລະ ໂຄງປະກອບຂອງນິໄສ

3.1. ຄວາມໝາຍຂອງນິໄສ

ນິໄສແມ່ນການສັງລວມເອົາຄຸນນະພາບທາງດ້ານຈິດຕະຂອງອັດຕະບຸກຄົນ ເຊິ່ງສ້າງບົນພື້ນຖານຄວາມເຊື່ອດ້ານຄຸນສົມບັດ ແລະ ສະແດງອອກຢູ່ໃນກາການປະພຶດຄຸນສົມບັດໃນການພົວພັນລະຫວ່າງຄົນກັບກັບຄົນ ແລະ ຄົນກັບສັງຄົມ.

ໃນຄວາມໝາຍໃນຈິດຕະວິທະຍານິໄສ ແມ່ນການຮວບຮວມທັງໝົດບັນດາຄຸນນະພາບທາງດ້ານຄຸນສົມບັດຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງໝາຍເຖິງມາດຕະຖານການປະພຶດດ້ວຍຄວາມສະໝັກຕົນຕົວຂອງບຸກຄົນຢູ່ໃນກາພົວພັນຂອງເຂົາກັບສະພາບແວດລ້ອມອ້ອມຂ້າງ.

ນິໄສມີທັງລັກສະນະກ້າວໜ້າ ແລະ ລັກສະນະຫຼ້າຫຼັງ ເຊິ່ງພວກເຮົາຖືວ່າຖ້າຜູ້ໃດມີນິໄສດີແມ່ນຜູ້ນັ້ນຄຸນສົມບັດດີ ແລະ ກົງກັນຂ້າມ

ຄົນເຮົາເລີ່ມມີພື້ນຖານນິໄສແຕ່ອາຍຸລະຫວ່າງ 3 ປີຂຶ້ນໄປຍ້ອນແນວນັ້ນພວກເຮົາສາມາດຕີລາມີໄສຂອງຄົນເຮົາໄດ້ໂດຍອີງໃສ່ການປະພຶດຕົວຈິງທີ່ສະແດງອອກມາພາຍນອກ ແລະ ທ່າທິກິລິຍາຂອງເຂົາ, ການຕີລາຄານິໄສນີ້ກໍ່ຕ້ອງໄດ້ອີງໃສ່ທັດສະນະຄຸນສົມບັດ, ການປະພຶດ ແລະ ກິລິຍາຂອງເຂົາ ຖ້າປະສະຈາກສິ່ງດັ່ງກ່າວນີ້ແລ້ວກໍ່ບໍ່ສາມາດຈະເວົ້າເຖິງນິໄສຂອງເຂົາໄດ້

3.2. ໂຄງປະກອບຂອງນິໄສ

ນິໄສ ແມ່ນສ່ວນປະກອບຂອງອັດຕະບຸກຄົນທີ່ສະແດງອອກລັກສະນະຄົບຖ້ວນຂອງບັນດາຄຸນນະພາບຂອງບຸກຄົນ. ນອກຈາກນີ້ ນິໄສຍັງປະກອບດ້ວຍຄຸນນະພາບດ້ານອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ຄຸນສົມບັດດ້ານການດັດແປງຕົນເອງ, ຄຸນນະພາບດ້ານເຈດຈຳນົງ, ດ້ານໂລກະທັດ, ດ້ານຄຸນສົມບັດ, ດ້ານການອອກແຮງງານ, ດ້ານສັງຄົມ, ດ້ານການພົວພັນຕໍ່ກັບຕົວເອງ.

1) ຄຸນນະພາບດ້ານການດັດແປງຕົນເອງ ໝາຍເຖິງ ມານະຈິດ, ທັດສະນະ, ການດຳນິວິຈານ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງຕົນເອງ.

2) ຄຸນນະພາບດ້ານເຈດຈຳນົງ, ໝາຍເຖິງຄວາມຕ້ອງການ, ຄວາມສະຫງວນມັກ, ຄວາມມຸ້ງຫວັງ ແບບແຜນການດຳລົງຊີວິດ, ຄວາມຊື່ນເຄີຍ.

3) ຄຸນນະພາບທາງດ້ານໂລກະທັດ ແມ່ນກະດູກສັນຫຼັງພື້ນຖານຂອງນິໄສ, ໂລກະທັດຂອງຄົນເຮົາ ແມ່ນ ການລວມທັງໝົດຄວາມຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບທັດສະນະແນວຄິດກ່ຽວກັບບັນຫາພື້ນຖານຂອງໂລກທຳມະຊາດ ແລະ ສັງຄົມ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບຕົ້ນກຳເນີດ ແລະ ຄວາມໝາຍຂອງຊີວິດ, ການຄົງຕົວຂອງມະນຸດ, ຖານະຂອງເຂົາຢູ່ໃນໂລກ, ບົດຮຽນຊີວິດ, ການພົວພັນສັງຄົມ ແລະ ອື່ນໆ.

ໂລກະທັດຂອງຄົນເຮົາມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນທາງຄົນເຂົ້າໃຈຜິວຜີບໍ່ເລິກ ເຊິ່ງກ່ຽວກັບຄວາມຮັບຮູ້ຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງໂລກະທັດບໍ່ເຂົ້າໃຈແບບວິທະຍາສາດ, ຄຸນນະພາບເນື້ອແທ້ ແລະ ຄວາມເລິກເຊິ່ງຂອງໂລກະທັດແມ່ນສິ່ງຜິດໃຫ້ແກ່ການດຳເນີນນິໄສ ບັນດາຄຸນນະພາບນິໄສເຊັ່ນ: ຄວາມມີສະຕິຮູ້ສຶກ, ການເຂົ້າໃຈຄວາມໝາຍການດຳລົງຊີວິດ ແມ່ນການອອກແຮງງານສຳລັບສັງຄົມ, ຄວາມກ້າວໜ້າ ແລະ ລັດທິສາກົນກຳມະຊີບ, ອະນາຄົດແຈ່ມໃສ ແລະ ອື່ນໆທີ່ກົງກັນຂ້າມ.

ເຖິງແມ່ນວ່າ ໂລກະທັດຂອງຄົນເຮົາແຕກຕ່າງກັນ ແຕ່ກໍ່ມີຄຸນສົມບັດຄືກັນກໍ່ເປັນໄດ້ຕົວຢ່າງ ຄວາມນັບຖື, ນ້ຳໃຈກ້າຫານ, ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງບຸກຄົນ ແລະ ໂລກະທັດຄືກັນ (ອັນດຽວກັນ) ແຕ່ກໍ່ມີຄຸນສົມບັດແຕກຕ່າງກັນ ສະນັ້ນ ລະຫວ່າງໂລກະທັດ ແລະ ຄຸນສົມບັດຈຶ່ງມີການພົວພັນກັນຢ່າງມີຫຼັກການຄັກແນ່.

ໂລກະທັດວິທະຍາສາດທີ່ກ້າວໜ້າຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເຂົ້າໃຈວ່າ ການອອກແຮງງານແມ່ນ ຄວາມຕ້ອງການ, ແມ່ນໜ້າທີ່ສຳລັບສັງຄົມ ແລະ ມີຄວາມຮູ້ສຶກເບີກບານມ່ວນຊື່ນຕໍ່ຜົນສຳເລັດຈາກການອອກແຮງງານຂອງຕົນເອງ ແລະ ຂອງຄົນອື່ນໆ, ຊ່ວຍເຫຼືອເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ, ມີການພົວພັນເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ, ແບບມະນຸດສະທຳ ແລະ ກົງກັນຂ້າມໂລກະທັດຈິດຕະນິຍົມເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາສິ້ນຫວັງໃນຊີວິດ, ບໍ່ມີຈິດໃຈຕໍ່ສູ້, ເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາມີຈິດໃຈບູຊາຄວາມສຸກຂອງບຸກຄົນສ່ວນຕົວ ແລະ ຖືວ່າສິ່ງນັ້ນແມ່ນຄວາມໝາຍຕໍ່ຂອງຊີວິດ ໂດຍບໍ່ອີງໃສ່ເງື່ອນໄຂການດຳລົງຊີວິດ ແລະ ເມື່ນເສີຍຕໍ່ໂຊກສະຕາກຳຂອງຄົນອື່ນໆ ດັ່ງນັ້ນ, ການສຶກສາໂລກະທັດວິທະຍາສາດໃຫ້ແກ່ນັກສຶກສາ ແມ່ນມາດຖານອັນຈຳເປັນຂອງການກໍ່ສ້າງນິໄສອັນດີງາມຂອງຄົນຍຸກໄໝ

4) ຄຸນນະພາບທາງດ້ານຄຸນສົມບັດ ແມ່ນການສະແດງທາງດ້ານການເຄື່ອນໄຫວການປະພຶດ ແລະ ກະທຳຕົວຈິງຂອງບຸກຄົນເຊັ່ນ: ຄວາມນັບຖື, ຄວາມກັຫານ, ຄວາມຈິງໃຈ, ຄວາມຊື່ສັດ, ກ້າເວົ້າ, ກ້າຮັບ ຄວາມຈິງ ຫຼື ດ້ານກົງກັນຂ້າມ.

5) ຄຸນນະພາບການອອກແຮງງານ ແມ່ນພາກສ່ວນໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນຂອງການເຄື່ອນໄຫວດຳລົງຊີວິດ ຂອງບຸກຄົນ ເຊິ່ງມີບົດບາດກຳນົດຄຸນຄ່າດ້ານສັງຄົມຂອງຄົນເຮົາ ຢູ່ໃນແງ່ມິດໄສນີ້ຕ້ອງສະແດງເຖິງການ ພົວພັນຂອງຄົນຕໍ່ກັບການອອກແຮງງານ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນລະດັບຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຄົນຕໍ່ກັບການ ອອກແຮງງານ, ທັດສະນະຕໍ່ກັບການອອກແຮງງານແມ່ນທຳທີ່ກັບການອອກແຮງງານ, ສະຕິຕໍ່ການ ອອກແຮງງານ ເຊັ່ນ: ວ່າຖືການອອກແຮງງານແມ່ນໜ້າທີ່ອັນມີກຽດສະຫງ່າມຂອງໝົດທຸກຄົນ ເຊິ່ງໃນ ນັ້ນມີຕົນເອງຜູ້ໜຶ່ງ ຜູ້ອື່ນເພື່ອຕົນເອງ ແລະ ຕົນເອງເພື່ອຜູ້ອື່ນ ເຮັດສຸດກົກສຸດປາຍ ມີລະບຽບວິໄນ ແລະ ອື່ນໆ.

6) ຄຸນນະພາບດ້ານສັງຄົມ ແມ່ນເວົ້າເຖິງການພົວພັນຂອງບຸກຄົນຕໍ່ກັບບຸກຄົນອື່ນ ແລະ ຕໍ່ກັບ ສັງຄົມ, ຄວາມໄກ້ຊິດຕິດແທດ, ຄວາມເປັນມິດ, ຄວາມຈິງໃຈ, ຄວາມເຊື່ອຖື, ຄວາມເຄົາລົບຮັກແພງ ແລະ ອື່ນໆ.....ຫຼືກົງກັນຂ້າມເຊັ່ນ: ການມັກຢູ່ໂດດດຽວຂາດຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕໍ່ກັບຄົນອື່ນການເມີນເສີຍ, ການເຢັນຊາ ແລະ ອື່ນໆ. ນອກຈາກນັ້ນຍັງເວົ້າເຖິງກິລິຍາທຳທີ່ໃນການປະພຶດຕໍ່ກັບຄົນອື່ນ ເຊັ່ນ: ຄວາມ ສະຫຼາດຄ່ຽມຄົມ, ສຸພາບຮຽບຮ້ອຍ ແລະ ອອ່ນນ້ອມ. ນອກຈາກນີ້ແລ້ວຍັງມີຄຸນນະພາບສັງຄົມອີກຢ່າງ ໜຶ່ງຄື ອຸດົມຄະຕິ: ອຸດົມຄະຕິແມ່ນເປົ້າໝາຍອັນສູງສິ່ງໃຫ້ແກ່ການດຳລົງຊີວິດທີ່ຄົນເຮົາມີຄວາມຕ້ອງການ ຢາກບັນລຸເປົ້າໝາຍນັ້ນອຸດົມຄະຕິອາດແມ່ນບຸກຄົນທີ່ເປັນຕົວແບບ ເຊິ່ງຄຸນນະພາບທາງດ້ານບຸກຄະລິກະ ພາບຂອງເຂົາ ໃຜໆກໍຢາກຮຳຮຽນເອົາ ຫຼື ວ່າແບບແຜນການດຳລົງຊີວິດ, ອຸດົມຄະຕິມີທາງດ້ານພາວະ ວິໄສ ແລະ ອັດຕະວິໄສ

- ອຸດົມຄະຕິດ້ານພາວະວິໄສ ແມ່ນສິ່ງໃດໜຶ່ງທີ່ຕອບສະໜອງໃຫ້ແກ່ຄວາມມັກ, ຄວາມປາດຖະໜາ າໃນຊີວິດ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການທາງດ້ານຈິດໃຈຂອງຄົນເຮົາ
- ອຸດົມຄະຕິດ້ານອັດຕະວິໄສ ແມ່ນແບບຢ່າງອັນດີເລີດຂອງວັດຖຸ ແລະ ສິ່ງວັດຖຸໃດໜຶ່ງ ຫຼືວຽກ ງານໃດໜຶ່ງ ຕົວຢ່າງອຸດົມຄະຕິຂອງສັງຄົມປັດຈຸບັນແມ່ນກໍ່ສ້າງຄົນໃໝ່ທີ່ຂະຫຍາຍຕົວຮອບດ້ານ.

7) ຄຸນນະພາບດ້ານການພົວພັນຕໍ່ກັບຕົນເອງ ແມ່ນເວົ້າເຖິງການພົວພັນຕໍ່ກັບຕົນເອງທີ່ສະແດງ ອອກໃນການປະພຶດ ແລະ ການກະທຳຂອງບຸກຄົນເຊິ່ງກ່ອນອື່ນນັ້ນ ແມ່ນການມີສະຕິຕໍ່ກັບຕົນເອງເຊັ່ນ: ເຊື່ອໝັ້ນຕໍ່ຕົນເອງ, ຕົນເອງຕ້ອງນັບຖືຕົນເອງ, ຮູ້ສຶກອິດສະຫຼະຕົນເອງ, ມີຄວາມຈິງໃຈຕໍ່ຕົນເອງ, ບໍ່ ຫຼອກລວງຕົນເອງ, ຊື່ສັດບໍລິສຸດ, ຕ້ອງມີການດຳນິ ແລະກວດກາພຶດຕິກຳຂອງຕົນເອງເປັນປົກກະຕິ ແລະອື່ນໆ ອີກ

ທຳທີ່ການປະພຶດແມ່ນໄກ້ຄຽງກັບການພົວພັນທາງດ້ານອາລົມຈິດ ເພາະມັນໄດ້ກຳນົດ ລັກສະນະການປະພຶດຂອງບຸກຄົນໃດໜຶ່ງທີ່ແນ່ນອນ, ສ່ວນຫຼາຍແລ້ວໄດ້ຖືວ່າການປະພຶດຄືກັບທຳອຸ່ງທີ່ມີ ລັກສະນະໝັ້ນຄົງ, ເຊິ່ງສະແດງອອກດ້ວຍແບບວິທີສະເພາະຂອງມັນຕໍ່ກັບການກະທົບ, ຢູ່ໃນຂະບວນ

ວິວັດແຫ່ງການດຳລົງຊີວິດ, ທ່າທີແມ່ນລະບົບໜັ້ນຄົງຂອງການຕິລາຄາແບບຖືກຕ້ອງ (ດ້ານບວກ) ຫຼື ບໍ່ຖືກຕ້ອງ (ດ້ານລົບ) ກ່ຽວກັບບັນດາປາກົດ, ອາການຂອງບຸກຄົນ ແລະ ອື່ນໆ ຢູ່ໃນລະບົບການຕິລາຄານີ້ ແມ່ນຢາກເວົ້າເຖິງສ່ວນປະກອບທາງດ້ານຄວາມເຂົ້າໃຈຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ອັນບໍ່ເຂົ້າໃຈຢ່າງບໍ່ປົກກະຕິ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ເຫັນວ່າທ່າທີສ່ວນຫຼາຍຈະບໍ່ອະທິບາຍໄດ້.

ທ່າທີສິ່ງຜົນສະທ້ອນອັນໃຫຍ່ຫຼວງໃຫ້ແກ່ການປະພຶດ ແລະ ການກະທຳຂອງຄົນເຊັ່ນ: ວ່າຜູ້ນັ້ນມີທ່າທີແນວໃດ ກໍຈະເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າມີການເຄື່ອນໄຫວປະພຶດຄືແນວນັ້ນ ຫຼື ສະແດງອອກໃນຄວາມເປັນເອກະພາບເຫັນດີເຫັນພ້ອມ ຫຼື ຕ້ານຄືນ.

ທ່າທີການປະພຶດແມ່ນພາກສ່ວນສຳຄັນຂອງນິໄສອັດຕະບຸກຄົນ ແມ່ນພື້ນຖານໃຫ້ແກ່ບຸກຄົນໃນການສັງເກດຕິລາຄາຄວາມເປັນຈິງພາວະນິໄສ, ທ່າທີສິ່ງຜົນສະທ້ອນໃຫ້ແກ່ການຂະຫຍາຍຕົວຂອງບຸກຄົນ. ສະນັ້ນ ໃນການຕິລາຄາບຸກຄົນພວກເຮົາມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ເບິ່ງດ້ານທ່າທີການປະພຶດຂອງເຂົາ ໂດຍສະເພາະແມ່ນຫຼັກໜັ້ນຂອງທ່າທີການປະພຶດນັ້ນໆ ຮູບການຄຸນນະພາບ, ການປ່ຽນແປງທີ່ມີລັກສະນະສະເພາະຂອງມັນ, ທ່າທີເຖິງແມ່ນວ່າມັນຈະມີລັກສະນະໜັ້ນຄົງ ແຕ່ກໍສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້, ເຊິ່ງຂຶ້ນກັບຄວາມນະອຶດຫິນ ແລະ ລະດັບຄວາມເຂົ້າໃຈເລິກເຊິ່ງຂອງຄົນຕໍ່ເປົ້າໝາຍທີ່ຄົນຢາກຈະປ່ຽນແປງ.

ຮູບການທ່າທີ ສ່ວນຫຼາຍສະແດງອອກໃນການອະທິບາຍ, ການໃຫ້ຄວາມຄິດເຫັນ ແລະ ຄວາມເຊື່ອຖື.

3.3. ການສຶກສາອົບຮົມນິໄສ

ການສຶກສາອົບຮົມນິໄສຂອງຄົນເຮົາແມ່ນ ອີງໃສ່ບັນດາຄຸນນະພາບທາງນິໄສ ເພື່ອສຶກສາອົບຮົມນິໄສຂອງຄົນເຮົາ ມັກກໍກຳເນີດຂຶ້ນຢູ່ໃນວິວັດການເຄື່ອນດຳລົງຊີວິດ ແລະ ວຽກງານເຊິ່ງບໍ່ແມ່ນມີມາແຕ່ກຳເນີດ, ສະນັ້ນສາມາດເສີມຂະຫຍາຍ ແລະ ດັດແປງໄດ້ດ້ວຍວິທີການໃຫ້ຖືກຕ້ອງຕາມຫຼັກວິທະຍາສາດ ແລະ ຄວາມເປັນເອກະພາບຂອງຜູ້ໃຫຍ່ (ຜູ້ປົກຄອງ) ກັບໂຮງຮຽນກັບສັງຄົມ, ຢາກສຶກສາອົບຮົມນິໄສຂອງຄົນໃນທາງທີ່ດີນັ້ນ, ຄູ່ມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ສຶກສາຄື້ນຄື້ວາເບິ່ງຈຸດພິເສດທາງດ້ານຄຸນທາດຂອງນັກສຶກສາ ເພາະຄຸນທາດເປັນແຫຼ່ງກຳເນີດນິໄສ, ໂດຍອີງໃສ່ຈຸດດີ ແລະ ອ່ອນຂອງແຕ່ລະຊະນິດຄຸນທາດ ແລ້ວ ຊອກຫາວິທີການສຶກສາໃຫ້ແທດເໝາະ, ແຕ່ຕ້ອງໃຊ້ເວລາ ແລະ ຄວາມພະຍາຍາມພາກພຽນສູງຈຶ່ງສາມາດບັນລຸຜົນສຳເລັດຢ່າງງາມດີ.

ບົດທີ 10

ຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ທັກສະ

ເວລາ 2 ຊົ່ວໂມງ

ຈຸດປະສົງ ໃຫ້ນັກຮຽນສາມາດ.

- ສາມາດອະທິບາຍຄວາມໝາຍ ແລະ ທິດສະດີຄວາມຕ້ອງການໄດ້.
- ສາມາດເຂົ້າໃຈເຖິງຄວາມໝາຍ ແລະ ປະເພດການນຳໃຊ້ທັກສະໄດ້.

1. ຄວາມຕ້ອງການ ແລະ ທິດສະດີຄວາມຕ້ອງການ

1.1. ຄວາມໝາຍຂອງຄວາມຕ້ອງການ

ຄວາມຕ້ອງການເປັນແຮງຊຸກດັນທີ່ເກີດຂຶ້ນພາຍໃນຕົວບຸກຄົນເພາະໃນຊີວິດປະຈຳວັນຂອງຄົນເຮົານັ້ນຈະຕ້ອງຊອກຫາທຶນທາງເພື່ອຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການຕ່າງໆທີ່ເກີດຂຶ້ນ ແລະ ທິດທາງຂອງພຶດຕິກຳກໍຈະຖືກກຳນົດໂດຍແຮງຊຸກດັນຂອງຄວາມຕ້ອງການທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນຂະນະນັ້ນ.

1.2. ທິດສະດີຄວາມຕ້ອງການ

ທ່ານ ສະມາໄລ ເປັນຜູ້ທາອິດທີ່ໄດ້ສຶກສາຄົ້ນຄ້ວາກ່ຽວກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງມະນຸດ ທ່ານໄດ້ພົບວ່າຄວາມຕ້ອງການຂອງມະນຸດມີຫຼາຍຢ່າງ ແລະ ມະນຸດທຸກຄົນກໍ່ພະຍາຍາມຫາທຶນທາງທີ່ຈະຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການຂອງຕົນທັງນັ້ນ ,ທ່ານ ສະມາໄລ ໄດ້ນຳຄວາມຕ້ອງການຂອງມະນຸດມາຈັດຮຽງເປັນລຳດັບຂຶ້ນໄວ້ລຸ່ມນີ້

1. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານຮ່າງກາຍ
2. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານຄວາມປອດໄພ
3. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານຄວາມຮັກ ແລະ ຄວາມເປັນເຈົ້າຂອງ
4. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານທີ່ຈະໄດ້ຮັບຄວາມຍິນດີຍອມ
5. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານທີ່ຈະເກີດຄວາມເຂົ້າໃຈ ແລະ ຮັບຮູ້ຕົນເອງຖ່ອງແທ້



1. ຄວາມຕ້ອງການທາງດ້ານຮ່າງກາຍ : ເປັນຄວາມຕ້ອງການເບື້ອງຕົ້ນຂອງຊີວິດເຊັ່ນ : ອາຫານ; ເຄື່ອງນຸ່ງຮົ່ມ;ທີ່ຢູ່ອາໄສ,ຍາປົວພະຍາດ, ແລະ ຄວາມຕ້ອງການດ້ານເພດ,ຖ້າຫາກຄົນເຮົາຂາດສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ບາງຢ່າງກໍ່ອາດຄົ້ນຂວາງຫຼືເອົາຊີວິດເກືອບບໍ່ລອດ ແລະ ຕ້ອງພະຍາຍາມດື່ມລົດທຸກວິທີທາງເພື່ອໃຫ້ໄດ້ມາສິ່ງຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ວ່າຈະດ້ວຍວິທີໃດກໍ່ຕາມ

2. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານຄວາມປອດໄພ : ເປັນຄວາມຕ້ອງການຂອງຄົນເຮົາທີ່ຈະພະຍາຍາມຫຼີກລຽງຢພອັນຕະລາຍທັງປວງ,ຄວາມເຈັບປວດ,ຄວາມຜິດຫວັງຕ່າງໆ.ດັ່ງນັ້ນອົງການທັງຫຼາຍເຊັ່ນ:ອົງການຂອງລັດທະບານ ແລະ ອົງການຂອງເອກະຊົນຈຶ່ງຈັດຕັ້ງໜ່ວຍອົງການສະຫວັດດີການຕ່າງໆຂຶ້ນເພື່ອພະນັກງານໝັ້ນໃຈວ່າໃນຍາມຕົນເອງ ຫຼື ຄອບຄົວເຈັບປ່ວຍກໍ່ຍັງຄອບໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນເລື່ອງໃຊ້ຈ່າຍຄ່າປິ່ນປົວ,ມີການປະກັນຊີວິດໃຫ້,ມີປະກັນສຸຂະພາບ,ປະກັນອຸປະຕິເຫດໃນຂະນະເຮັດວຽກດ້ວຍຄວາມສະບາຍໃຈຂຶ້ນ

3. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານຄວາມຮັກ ແລະ ຄວາມເປັນເຈົ້າຂອງ : ຄວາມປາດຖະໜາຂອງຄົນເຮົາທີ່ຕ້ອງການຄວາມຜູກພັນກັບຜູ້ອື່ນ.ຄວາມເອົາໃຈໃສ່ເອື້ອອາທອນຈາກຜູ້ອື່ນ, ສຳລັບບຸກຄົນທີ່ຮູ້ສຶກຕົນວ່າຂາດຄວາມຮັກມາແຕ່ຕອນນ້ອຍໆ ເມື່ອເກີດໃຫ້ຍື່ນມາຈະກາຍເປັນຄົນທີ່ຮັກຕົວເອງ, ພຶດຕິກຳຂອງຄົນ

ພວກນີ້ທີ່ສະແດງອອກຈິ່ງຂ້ອນຂ້າງຈະບໍ່ສົມດຸນ, ບາງຄັ້ງອາດເຫັນແກ່ຕົວເກີນໄປ ແຕ່ບາງຄັ້ງກໍ່ພະຍາຍາມເອົາໃຈຜູ້ອື່ນຫຼາຍເກີນໄປ ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອື່ນມາຮັກເຮົາເພື່ອເປັນການຕື່ມໃນສິ່ງຂາດເຂີນ. ບາງຄັ້ງກໍ່ອາດສະແດງຄວາມຮຸນແຮງອອກມາ ຫຼືເຫັນວ່າຜູ້ອື່ນເປັນສັດຕູໄປໝົດ, ໂດຍພະຍາຍາມສະແດງອອກເພື່ອເປັນການຮຽກຮ້ອງຄວາມສົນໃຈ. ດັ່ງນັ້ນ, ຄົນເຮົາຈິ່ງຄວນເຝິກທີ່ຈະເປັນຝ່າຍໃຫ້ຄວາມຮັກແກ່ຜູ້ອື່ນ ແລະ ໃນເວລາດຽວຍອມມີໄມຕິຈິດ.

4. ຄວາມຕ້ອງການທີ່ຈະໄດ້ຮັບການຍົກຍ້ອງ: ເປັນຄວາມຕ້ອງການທີ່ຈະໃຫ້ສັງຄົມຍອມຮັບແລະຍົກຍ້ອງວ່າຕົວເອງເປັນຜູ້ທີ່ມີຄວາມສາມາດ, ຄວມເກັ່ງກ້າ, ມີຄຸນຄ່າ ເປັນຄົນສຳຄັນ ຫຼື ຕ້ອງການທີ່ຈະສະແດງອອກວ່າ ຕົນເອງເໝືອນຜູ້ອື່ນຢູ່ສະເໝີ, ຖ້າບຸກຄົນໃດມີຄວາມຕ້ອງການໃນເລື່ອງນີ້ສູງຈົນເກີນໄປ ບຸກຄົນນັ້ນກໍ່ຈະເປັນຄົນເວົ້າຈາວອວດອີ່ງທະນົງຕົວ, ຍົກຍ້ອນຕົນເອງຢູ່ສະເໝີ, ສຳລັບຄົນທີ່ມີຄວາມໝັ້ນໃຈໃນຕົວເອງເຊື່ອວ່າຕົນເອງມີຄຸນຄ່າ, ມີຄວາມສາມາດພຶດຕິກຳຂອງຄົນພວກນີ້ຈະເປັນແບບທຳມະຊາດ ບໍ່ມີການເວົ້າຈາແບບຍົກຍ້ອນຕົນເອງ ແລະ ບໍ່ເຮັດວຽກໄປຕາມຄວາມໝັ້ນຄົງ.

5. ຄວາມຕ້ອງການດ້ານທີ່ຈະເກີດຄວາມເຂົ້າໃຈແລະ ຮັບຮູ້ຕົນເອງຢ່າງຖ່ອງແທ້: ເປັນຄວາມຕ້ອງທີ່ຈະເຂົ້າໃຈຕົນເອງຕາມສະພາບທີ່ຕົນເປັນ, ເຂົ້າໃຈເຖິງຄວາມສາມາດ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການຂອງຕົນເອງ, ຍອມຮັບໃນຈຸດເດັ່ນ, ຈຸດອ່ອນຂອງຕົນເອງ, ນັບເປັນຂັ້ນຄວາມຕ້ອງການຂອງຕົນ ແລະ ສັງຄົມຢ່າງພ້ອມຂ້ຽວ ແລະ ເຕັມຄວາມສາມາດ ຫຼື ເຮັດຕາມທີ່ໃຈຕົນເອງມັກຫຼືປະກອບອາຊີບຕາມທີ່ຕົນຮັກ, ບຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາເຖິງລະດັບນີ້ຈະເປັນຜູ້ທີ່ມີຄວາມປຶ້ມປິໃນຕົນເອງພ້ອມທີ່ຈະເຮັດວຽກສ້າງສັນປະໂຫຍດໃຫ້ແກ່ຕົນເອງ ແລະ ສັງຄົມ.

2. ຄວາມໝາຍ, ປະເພດ, ແລະ ລັກສະນະຕ່າງໆຂອງທັກສະ

2.1. ຄວາມໝາຍທັກສະ

ຄາລິ ຊີ ເຄສີສັນ ເວົ້າໄດ້ວ່າທັກສະເປັນແບບຂອງພຶດຕິກຳທີ່ກະທຳໄປດ້ວຍຄວາມຮຽບຮ້ອຍຖືກຕ້ອງໄວວາ, ຊັດເຈນ ເຊິ່ງເປັນຜົນຈາກການພັດທະນາຄວາມສາມາດຂອງຕົນ

ຈອນ ພິ ເດຊີໂກ ເວົ້າວ່າທັກສະເປັນການກະທຳທີ່ມີລັກສະນະເປັນການຕອບສະໜອງການກະຕຸ້ນ, ການຕອບສະໜອງນັ້ນຈະມີລັກສະນະຕໍ່ເນື່ອງທັງປະສານງານລະຫວ່າງການເຄື່ອນໄຫວຂອງກ້າມເນື້ອແຕ່ 2 ສ່ວນຂຶ້ນໄປທັງສອງສະແດງອອກເປັນຂະບວນ

ສະຫຼຸບ ທັກສະແມ່ນຄວາມຊຳນິຊຳນານໃນສິລະປະວິທະຍາການໃດວິທະຍາການໜຶ່ງເຊິ່ງເຄີຍເຝິກຝົນ ແລະ ມີປະສິບການແລ້ວ, ສາມາດສະແດງອອກໃນພຶດຕິກຳທີ່ຄອງແຕ້ວຢ່າງມີປະສິດທິພາບ

ຖ້າຄົນເຮົາຮູ້ຄົນໃດໜຶ່ງມີທັກສະໜ້ອຍ ຫຼື ຫຼາຍນັ້ນເຮົາຕ້ອງເບິ່ງໜ້າວຽກງານຂອງເຂົາທີ່ຈະສະແດງອອກໃຫ້ເຫັນ 4 ປະການດັ່ງນີ້

1. ຄວາມວ່ອງໄວ

2. ຄວາມຊັດເຈນ

3. ການປະຍັດ

4. ຄວາມຄ່ອງແຄ້ວ

2.2. ລັກສະນະຂອງທັກສະ

ເດຊິໂກ ເວົ້າໄດ້ວ່າທັກສະມີ 2 ລັກສະນະຄື :

1) ການຕອບສະໜອງທີ່ຕໍ່ເນື່ອງກັນເປັນຕ່ອງໂສ້

ແມ່ນຕ່ອງໂສ້ຂອງການຕອບສະໜອງທຶນທາງກົນໄກເປັນເຄື່ອນທາງກ້າມເນື້ອເຊັ່ນ : ນິ້ວມື , ແຂນ, ຂາ, ຕາ...ເມື່ອສິ່ງໃດມາກະທົບໃສ່ຄົນເຮົາກໍຕອບສະໜອງ ດ້ວຍການເຄື່ອນໄຫວສອດຄ່ອງກັບການກະຕຸ້ນນັ້ນແບບເປັນຄ່ຽງທັກສະເປັນສາຍໂສ້ເຊື່ອມການເຄື່ອນໄຫວ ຫຼື ການຕອບສະໜອງ ແລະ ການກະຕຸ້ນແຕ່ລະຄູ່ເຂົ້າກັນແລ້ວເກາະຕ່ອງໂປ່ງກະຕຸ້ນເປັນສິ່ງກະຕຸ້ນ ແລະ ຕອບສະໜອງສິ່ງອື່ນໆໄປເລື້ອຍໆເປັນສາຍໂສ້

ຕົວຢ່າງ:

- ຕຽມຕົວຕິດຈັກລົດ (ແມ່ນສິ່ງກະຕຸ້ນ S)
- ຫຼັຽວຊ້າຍ, ຫຼັຽວຂວາ, ຫຼັຽວຫຼັງ (ເປັນການຕອບສະໜອງ R)
- ຫຼັຽວເບິ່ງຖະໜົນວ່າງ (ເປັນການກະຕຸ້ນ S)
- ທົດລອງເບິ່ງວ່າເກຍວ່າງ ຫຼື ບໍ່ (ເປັນການຕອບສະໜອງ R)
- ການເຫັນເກຍວ່າງ (ເປັນການກະຕຸ້ນ S)
- ເລີ່ມຕົ້ນເປີດກະແຈລົດ (ເປັນການຕອບສະໜອງ R)
- ສຽງເຄື່ອງຈັກເລີ່ມ (ແມ່ນສິ່ງກະຕຸ້ນ S) ປະມືອອກຈາກກະແຈລົດ (ເປັນການຕອບສະໜອງ)
- ກະແຈຖືກປ່ອຍ (ແມ່ນສິ່ງກະຕຸ້ນ S) ຢຽບຄັນເລັ່ງ(ເປັນການຕອບສະໜອງ R)

ດັ່ງນັ້ນການຕອບສະໜອງເປັນໄປຕາມລຳດັບຕ່ອງໂສ້ເມື່ອຄົນເຮົາກະທຳແບບນີ້ເລື້ອຍໆກໍຈະເປັນທັກສະ, ທັກສະແມ່ນການຕອບສະໜອງທັງໝົດ ເມື່ອຄົນເຮົາມີທັກສະແລ້ວຂະບວນການປະຕິບັດຕ່າງໆກໍຈະເປັນໄປຢ່າງຄ່ອງແຄ້ວແບບອັດຕະໂນມັດ.

2) ການເຄື່ອນໄຫວແບບປະສົມປະສານກັນ (Resphon patterns)

ທັກສະຂອງຄົນສ່ວນຫຼາຍເປັນທັກສະປະກອບເຂົ້າຊັບຊ້ອນເປັນຂະບວນການຕອບສະໜອງ ທັງໝົດຂອງທັກສະຊຶ່ງປະກອບເຂົ້າເປັນລະບຽບ ດ້ວຍສິ່ງກະຕຸກ ແລະ ການຕອບສະໜອງຫຼາຍໆຄູ່ຕໍ່ ເນື່ອງກັນເປັນຕ່ອງໂສ້

❖ ປະເພດຂອງທັກສະ

1. ທັກສະແບບຕໍ່ເນື່ອງ: ແມ່ນມີການກະທຳຕໍ່ເນື່ອງກັນເຊັ່ນ: ພິມດິດ, ຄອມພິວເຕີ.
2. ທັກສະແບບຕໍ່ເນື່ອງຈະສິ້ນສຸດລົງໃນເວລາສັ້ນໆເຊັ່ນຍິງບິນ
3. ທັກສະແບບເປີດແມ່ນທັກສະທີ່ສະຖານການສິ່ງກະຕຸກປ່ຽນໄປເຊັ່ນການຕະກະຕໍ້ການຕັດເຄື່ອງ ແລະ ຂັບລົດ
4. ທັກສະແບບເປີດແມ່ນທັກສະສິ້ນສຸດສະຖານການຂອງການຄົງທີ່ເໝືອນເດີມບໍ່ປ່ຽນເຊັ່ນການ ຍ່າງາລືອຍໄມ້

❖ ເອກະສານອ້າງອີງ

ເຂັມເພັດ ບຸລິມໄຊຍ໌ ພ້ອມດ້ວຍຄະນະ, ຈົດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ, ມະຫາວິທະຍາໄລແຫ່ງຊາດຄະນະສຶກສາສາດ, ວຽງຈັນ 2007

ຈິລະພາ ເຕັງໄຕລັດ ພ້ອມດ້ວຍຄະນະ, ຈົດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ

ພາກວິຊາຈົດຕະວິທະຍາຄະນະສິລປະສາດມະຫາວິທະຍາໄລທຳມະສາດ, ພສ 2552

ວິໄລວັນ ສີສິງຄາມ ພ້ອມດ້ວຍຄະນະ, ຈົດຕະວິທະຍາທົ່ວບັນນານຸກົມຂອງຫ້ອງສະມຸດແຫ່ງຊາດ, ບໍລິສັດທະຣິບໂພກຸງເທບພສ 2549

ໄພບຸນ ເທວະຣັກ ຈົດຕະວິທະຍາພາກວິຊາຈົດຕະວິທະຍາຕະນະຄູສາດຈຸລາລົງກອນມະຫາວິທະຍາໄລພສ 2537

ຈົດຕະວິທະຍາທົ່ວໄປ ສຳລັບວິທະຍາໄລ ວິທະຍາສາດພື້ນຖານ ປີ 2 ມະຫາວິທະຍາໄລແຫ່ງຊາດ ຄະນະສຶກສາສາດ 2000

ຈົດຕະວິທະຍາ ສຳລັບການສ້າງຄູ ລະບົບ 11+3 ກົມສ້າງຄູ ກະຊວງສຶກສາທິການ 1989.

ຈົດຕະວິທະຍາ ສຳລັບການສ້າງຄູ ລະບົບ 11+3 ປີທີ 1 ກົມສ້າງຄູ ກະຊວງສຶກສາທິການ ສູນພັດທະນາຄູ 1998.