

สาขาวิชาจิตวิทยา  
และจิตวิทยาพัฒนาการ

## การเสริมสมบูรณ์แห่งตน

การเสริมสมบูรณ์แห่งตน (Self-fulfillment) หมายถึง การตอบสนองต่อความหวังอันเกิดจากความต้องการ ความมุ่งหมาย ความทะเยอทะยาน เป้าหมาย อุดมคติของบุคคล ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการแห่งตนที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ตามศักยภาพที่บุคคลนั้นมีอยู่

### ความสำคัญ

แต่ละบุคคลมีความสามารถในการแสวงหาความรู้ ความเข้าใจ ความมั่นใจ และทักษะสำหรับการดำรงชีวิตและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยการเสริมสนองตนตามความต้องการและความมุ่งมาดปรารถนาในแนวทางที่เหมาะสมภายในขอบเขตที่สังคมยอมรับและสนับสนุนให้กระทำได้

ในความพยายามของบุคคลทั่วไปเพื่อให้มีชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ และมีความเจริญก้าวหน้าและพัฒนาไปได้นั้น แต่ละบุคคลจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองและการเสริมสมบูรณ์แห่งตนทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม จริยธรรม และจิตวิญญาณ ด้วยการพึ่งพาผู้อื่นและการพึ่งพาตนเอง เพื่อช่วยให้ตนหรือตัวบุคคลมีพัฒนาการเหมาะสมกับแต่ละวัย สามารถประกอบภารกิจพัฒนาการสำหรับวัยของตนเองได้สำเร็จ

แต่ขณะเดียวกัน เราก็มีอาจะละทิ้งบุคคลที่มีพัฒนาการต่ำหรือสูงกว่าเกณฑ์ที่สังคมยอมรับ บุคคลเหล่านี้ควรมีโอกาสได้รับการตอบสนองให้เต็มตามศักยภาพ ไม่ว่าจะโดยตัวเขาเอง หรือโดยบุคคลอื่น กลุ่มคน องค์กร หรือสถาบันที่มีส่วนรับผิดชอบในการพัฒนาการเด็ก เยาวชน หรือบุคคลโดยทั่วไป

ดังนั้น การเสริมสมบูรณ์แห่งตน จึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่งเพื่อช่วยให้บุคคลนั้นเป็นคนที่มีความก้าวหน้าอันจะนำไปสู่การพัฒนาสังคมทุกระดับต่อไป

### แนวคิดและทฤษฎีที่นำไปสู่การเสริมสมบูรณ์แห่งตน

การแสดงพฤติกรรมที่นำไปสู่การเสริมสมบูรณ์แห่งตนเป็นไปตามหลักจิตวิทยาที่ว่าด้วยการบรรลุผลสัมฤทธิ์ (psychology of achievement) ซึ่งกรอสแมน (Grossmann, 1982) ได้รวบรวมความคิดที่เป็นสาระสำคัญของนักจิตวิทยาต่างๆ และกล่าวเป็นข้อสังเกตว่า การบรรลุผลสัมฤทธิ์นี้เป็นองค์ประกอบที่มีอยู่ในความคิดของนักทฤษฎีบุคลิกภาพ เช่น ฟรอยด์ (Freud) เชื่อว่าพลังลิบิโด (libido energies) ของคนจะแปรรูปออกมาเป็นงานสร้างสรรค์ ให้เกิดผลดีเป็นที่ยอมรับ โดยผ่านทางกระบวนการทดเทิด (sublimation) แอดเลอร์- (Adler) มีความคิดว่าผลสัมฤทธิ์ หรือการบรรลุความสำเร็จอยู่ในความพยายามของผู้ที่ต้องการจะขัดแย้งกับความบกพร่องที่มีอยู่ในการรับรู้ตนเอง (self-perception) เมอร์เรย์ (Murray) ถือว่าการบรรลุผลสัมฤทธิ์และความทะเยอทะยานเป็นส่วนหนึ่งในความต้องการของคน และขณะเดียวกันเขาก็เห็นว่า ความต้องการปกป้องตนเอง การป้องกันความไร้ประสิทธิภาพและความไม่สามารถจะช่วยตนเองได้นั้น นับว่าเป็นแรงจูงใจสนับสนุนการบรรลุผลสัมฤทธิ์และความทะเยอทะยานของคน ส่วนมาสโลว์ (Maslow) ถือว่าความต้องการความรู้ ความเข้าใจและสุนทรียภาพเป็นความต้องการที่บังเกิดขึ้นก่อนในลำดับขั้นความต้องการของคนที่มีมุ่งไปสู่การบรรลุถึงความสามารถสูงสุดตามศักยภาพของตนเอง (self-actualization) ซึ่งเป็นการเสริมสมบูรณ์แห่งตน ไวท์ (White) ได้กล่าวเป็นข้อเสนอให้ทราบว่ามีแรงขับที่แสดงอำนาจ (mastery drive) มีความเกี่ยวข้องกับความสำนึกในด้านความสามารถ (a sense of competence) ซึ่งถ้าหากว่า ความสำนึกนี้ได้บังเกิด

ขึ้นในตัวเด็กที่กำลังพัฒนาแล้ว ก็จะคงอยู่ต่อไปอีก ตลอดเวลา

นอกจากนี้กรอสแมนยังได้กล่าวถึงแนวคิดของแมคเคลลแลนด์ (Mc Clelland) ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมด้านผลสัมฤทธิ์ เป็นการแสดงออกถึงความต้องการที่จะบรรลุผลสัมฤทธิ์ ซึ่งบังเกิดขึ้นมาทีหลัง คือหลังจากที่ได้มีการเรียนรู้เกี่ยวกับความต้องการ ซึ่งเป็นความต้องการที่ได้มาจากการเรียนรู้ (acquired need) ของคน โดยทั่วไปแล้ว ผู้ดำเนินงานวิจัยตามแนวความคิดของ แมคเคลลแลนด์ ซึ่งจะนำไปสู่ความเข้าใจเรื่องการเสริมสมรรถนะแห่งตน กำหนดให้พฤติกรรมด้านผลสัมฤทธิ์ตั้งอยู่บนพื้นฐานภายในขอบเขต 5 ประการ คือ

- 1) พฤติกรรมด้านผลสัมฤทธิ์ย่อมนำไปสู่ผลลัพธ์ที่อาจวัดออกมาได้
- 2) อาจประเมินผลลัพธ์ได้ในด้านคุณภาพหรือปริมาณ
- 3) นิยามผลลัพธ์ได้ในแง่ของความสำเร็จหรือความล้มเหลวโดยที่เป้าหมายไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป
- 4) อาจได้ผลลัพธ์มาด้วยความพยายามบางประการ
5. การบรรลุถึงผลลัพธ์นับว่าเป็นเรื่องของตนเอง เป็นความสามารถของตนเอง และเป็นความพยายามของตนเอง

พฤติกรรมด้านผลสัมฤทธิ์ที่นำไปสู่การสร้างสมรรถนะแห่งตนได้นั้น จะเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านสถานการณ์กับตัวแปรด้านบุคลิกภาพ และความหลากหลายของสถานการณ์ ซึ่งจะเป็นพลังกระตุ้นให้แต่ละคนปรับโครงสร้างในการรับรู้ตนเอง ไปในแนวทางที่เขาจะต้องวางแผนการปรับโครงสร้างนั้นให้สมจริง ให้ตนเองได้มีแรงจูงใจที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาในแนวทางที่สอดคล้องประสานกับแผนการในกรณีเกี่ยวกับความสำเร็จ ก็ให้ถือว่าผลลัพธ์ที่ได้มาเป็นเรื่องของตนเองในฐานะที่เป็นผู้ริเริ่ม ส่วนในกรณีเกี่ยวกับความล้มเหลวถ้ามี

ความมุ่งหวังเพื่อความสำเร็จในตอนปลายอย่างสมจริง ความพยายามและทักษะก็จะมีเพิ่มขึ้น

ดังนั้น ผลสัมฤทธิ์ใด ๆ อันจะนำไปสู่การเสริมสมรรถนะแห่งตนนั้นจะขึ้นอยู่กับความสามารถของบุคคลทางด้านการวางแผน และคุณภาพของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งมีต้นตอหรือรากเหง้าสำคัญในด้านความสามารถมาตั้งแต่เกิด และการมีโอกาสดำเนินปฏิสัมพันธ์กับ บิดา มารดา สมาชิกในครอบครัว และบุคคลอื่น ๆ ในสังคมที่กว้างและไกลออกไป (Grossmann, 1982)

### ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมสมรรถนะแห่งตน

ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมสมรรถนะแห่งตนมีหลายประการ แต่ที่เป็นปัจจัยสำคัญ ได้แก่

ก. **ความสมบูรณ์ทางร่างกายและจิตใจ** ความเป็นปกติของร่างกาย และจิตใจเป็นพื้นฐานที่จะนำไปสู่ผลดี ส่วนความบกพร่องของร่างกายและจิตใจจะเป็นอุปสรรค จะมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับความมากน้อย หรือความรุนแรงของความบกพร่องที่มีอยู่

ข. **การอบรมเลี้ยงดู** ที่ได้รับจากพ่อแม่และบุคคลในครอบครัว ซึ่งถ้าเปิดโอกาสให้มีการตอบสนองตนเองตามความหวังอย่างเหมาะสม ก็จะช่วยอำนวยผลดีได้มากกว่าการไม่เปิดโอกาสให้เลยหรือการปล่อยปละละเลย ให้ตอบสนองตนโดยขาดความเหมาะสม ขาดความพอดี โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดูให้ตระหนักในความสามารถของตน มีความต้องการสัมฤทธิ์ผลเพื่อจะนำไปสู่แรงจูงใจที่จะเกิดการเสริมสมรรถนะแห่งตน

ค. **การให้การศึกษา** ที่เปิดโอกาสให้ได้เรียนรู้ได้ประสบการณ์ในด้านการตอบสนองตนเองตามความหวัง มีบทเรียนหรือแบบฝึกหัดที่ส่งเสริมการตอบสนองตนเองตามความหวัง ของผู้เรียนและของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน โดยจัดให้เหมาะสมกับหลักสูตรที่ผู้เรียนมีความสนใจ มีความถนัดตามเป้าหมายชีวิตของผู้เรียน

กล่าวโดยสรุป ความหวัง (ความปรารถนา) อันประกอบด้วย สัญชาตญาณความต้องการ แรงจูงใจ แรงกระตุ้น ความทะเยอทะยาน เป้าหมาย ค่านิยม และอุดมคติ ของบุคคลอันมีอยู่ภายใต้เงื่อนไขปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าว ยังผลให้ผลเกิดการเสริมสมบูรณ์แห่งตนตามเหตุปัจจัยดังกล่าว

### ผลจากการเสริมสมบูรณ์แห่งตน

ในกรณีที่ประสบความสำเร็จจากการเสริมสมบูรณ์แห่งตนตามความหวัง ย่อมก่อให้เกิดความพอใจขึ้นกับตนเองและกับบุคคลที่รับผิดชอบด้านการพัฒนาบุคคลภายในกรอบของความมุ่งหมายที่กำหนดไว้ โดยเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ การฝึกอบรม และการศึกษาเล่าเรียนตามหลักสูตรผลที่ได้รับจะเป็นพื้นฐานสำหรับการเสริมสมบูรณ์แห่งตนต่อไปอีก จนกระทั่งถึงขีดสูงสุดของแต่ละคน ซึ่งจะช่วยพัฒนาให้เป็น คนเก่ง คนดี และมีความสุข

ในกรณีที่ไม่ประสบความสำเร็จ หรือได้รับความล้มเหลวจากการเสริมสมบูรณ์แห่งตน ย่อมจะได้รับความผิดหวังที่จะทำให้เกิดความท้อถอย ด้อยพัฒนา เสื่อมสุขภาพกายสุขภาพจิต ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิต เพราะขาดพื้นฐานที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาตน

“ตน” ที่ได้รับการเสริมสมบูรณ์แห่งตนเป็นผลสำเร็จจะเห็นได้จากพฤติกรรมหรือลักษณะของบุคคล ในกรณีสองสามตัวอย่างที่ได้นำมาแสดงประกอบไว้ดังต่อไปนี้

#### ก. ได้มี “ตน” ในสภาพที่สมบูรณ์หรือบริบูรณ์มากขึ้น

โดยทั่วไป ตนที่สมบูรณ์อันเป็นผลจากการเสริมตนเองมีลักษณะสำคัญที่แสดงออกมามีดังต่อไปนี้

- 1) เปิดรับประสบการณ์ต่าง ๆ
- 2) มีชีวิตสอดคล้องกับความเป็นจริง
- 3) เห็นว่าอินทรีย์หรือร่างกายเป็นที่ไว้วางใจได้

4) ใช้วิถีวิธีส่วนต่าง ๆ ประสบการณ์ต่าง ๆ ได้แม่นยำ

5) ฉลาดในการรับรู้ประสบการณ์และในด้านความรู้สึก

6) ฉลาดเลือกในกรณีที่มีความสับสน

7) สนองความต้องการต่าง ๆ ได้ดี

8) รับผลของการตอบสนองที่ผ่านมาแล้วตามสภาพความเป็นจริง

นอกจากสภาพของ “ตน” ที่สมบูรณ์ บริบูรณ์ ซึ่งมีลักษณะสำคัญต่าง ๆ ดังกล่าวแล้วยังมีตัวอย่างของคุณลักษณะอื่น ๆ อีกหลายประการ อันเป็นผลอันพึงหวังได้จากกระบวนการเสริมสมบูรณ์แห่งตน เช่น ลักษณะของ “บุคคลที่ยอมรับตนเอง” (self-accepting) ลักษณะของ “บุคคลที่ปรับตนได้” หรือมี “สุขภาพจิตที่ดี” (โปรดอ่านเรื่อง “การปรับตน” ในวารสารสารานุกรมศึกษาศาสตร์ฉบับที่ 25 เดือนมกราคม พ.ศ. 2545)

#### ข. การเป็นคนยอมรับตนเอง

ฮอลล์ และลินด์เซย์ได้เสนอบุคคลที่มีลักษณะของการยอมรับตนเองไว้ดังนี้

1) มีศรัทธาในวิสัยสามารถของตนเองในอันที่จะเผชิญกับชีวิต

2) พิจารณาเห็นความคุ้มค่าของตนเองในฐานะเป็นบุคคลที่เท่าเทียมกับผู้อื่น

3) ไม่ถือว่าตนเองเป็นคนแปลกประหลาดหรือ อปกติ

4) ไม่ซีอายเป็นหรือพะวงตน

5) รับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง

6) ปฏิบัติตามมาตรฐานส่วนตน แทนที่จะประพฤติคล้ายตามมาตรฐานภายนอก

7) ยอมรับการยกย่อง หรือการตำหนิที่มีความแจ่มแจ้งชัดเจน

8) ไม่ตำหนิข้อจำกัด หรือ ปฏิเสธ คุณสมบัติอันโดดเด่นของตนเอง

9) ไม่ตำหนิตนเองหรือปฏิเสธ ความรู้สึกของตนเอง

10) รู้ถึงความอ่อนแอของตนเอง แล้วรู้ว่าจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขข้อบกพร่องส่วนใด

11) ร่วมงานกับคนอื่น และรู้สึกว่าคุณเองกระทำในสิ่งที่ผู้อื่นมุ่งหวัง

12) รู้ตัวว่าคุณเองเป็นคนอย่างไรโดยปราศจากจากความคิดเห็นว่าคุณเองนั้นเป็นคนสมบูรณ์แบบ (Sheerer, 1963)

ตัวอย่างอื่น ๆ ของคนที่ได้รับการเสริมสมบูรณ์แห่งตน ได้แก่

คนที่ปรับตัวได้ดี คนที่ได้รับการหล่อหลอมทางสังคม คนที่มีความสามารถพอเพียง คนที่บรรลุถึงความสามารถสูงสุดและคนที่ฉลาดทางอารมณ์เหล่านี้ เป็นต้น

ทั้งนี้ การเสริมสมบูรณ์แห่งตนอาจให้ผลปรากฏกับบุคคลในลักษณะที่เป็นองค์รวมตามตัวอย่างข้างต้นดังกล่าว หรืออาจเกิดขึ้นกับบางลักษณะในตัวบุคคล ซึ่งถือว่าเป็น “ตน” เฉพาะในส่วนที่เกี่ยวกับพัฒนาการด้านใดด้านหนึ่ง อันเป็นจุดเด่นที่ปรากฏชัดเจน เช่น เฉพาะทางด้านสติปัญญาทางด้านทักษะ ทางด้านสังคม หรือทางอวัยวะกล้ามเนื้อ หรือทางด้านอารมณ์ ซึ่งมีวุฒิภาวะเพิ่มขึ้นเป็นการก้าวเข้าสู่พัฒนาการสูงสุดตามศักยภาพของบุคคล

### ครูกับบทบาทในกระบวนการปลูกฝังการเสริมสมบูรณ์แห่งตน

การเสริมสมบูรณ์แห่งตนตามความหวังดังที่ได้กล่าวมาแล้วเป็นส่วนสำคัญต่อการดำรงชีวิตของบุคคล ทุกเพศ ทุกวัย ทุกสาขาอาชีพ ในทุกสังคม นับว่าเป็นตัวแปรหรือองค์ประกอบที่จะนำไปสู่การพัฒนาบุคคลในด้านต่างๆ ดังที่กล่าวมาแล้วในตอนต้น

ด้วยเหตุที่การเสริมสมบูรณ์แห่งตนมีส่วนเกี่ยวข้องกับความหวัง ไม่เฉพาะแต่ของบุคคลเท่านั้น แต่หมายรวมไปถึงความหวังของบุคคลอื่น หรือกลุ่มบุคคล ตลอดจนขององค์กรที่เกี่ยวข้องด้วย ถ้าหาก

กระทำการได้สำเร็จสมบูรณ์หรือกว้างขวางขึ้นเพียงใด ผลที่บังเกิดกับบุคคลก็ย่อมจะมีมากขึ้นเพียงนั้น ดังนั้นในวงการศึกษาครูควรถือแนวทางปฏิบัติดังต่อไปนี้

ก. ชี้แจงให้ผู้เรียนทุกคน และผู้ที่เกี่ยวข้องรวมทั้ง ครู ผู้ปกครอง ได้ทราบความหมายและความสำคัญของ “การเสริมสมบูรณ์แห่งตน”

ข. ให้ผู้เรียนได้มีการเรียนรู้ประสบการณ์ด้วยตนเองเกี่ยวกับ “การเสริมสมบูรณ์แห่งตน”

ค. ให้ครูร่วมกับผู้เรียนได้วิเคราะห์ศึกษาพฤติกรรม “การเสริมสมบูรณ์แห่งตน” ที่ผู้เรียนแสดงออกมาในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่โรงเรียนพร้อมๆ กับประเมินผลที่ได้รับหรือที่บังเกิดขึ้น

ข. ให้ผู้เรียนทุกคนได้รับทราบผลจากการประเมินว่ามีคุณค่าต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตประการใด มากน้อยเพียงใด

แนวทางปฏิบัติเหล่านี้ นอกจากเป็นผลดีต่อนักเรียนแล้วจะเป็นผลที่สะท้อนให้เห็นถึงประสิทธิภาพในการสอนของครู รวมถึงคุณภาพของสถาบันการศึกษาอีกด้วย

สำหรับกระบวนการในการปลูกฝังการเสริมสมบูรณ์แห่งตนให้แก่ผู้เรียนในระดับต่างๆ ครูควรเลือกใช้ให้เหมาะสม โดยทั่วไปครูสามารถใช้กระบวนการเรียนรู้จากทฤษฎีต่างๆ และการทำกิจกรรมซึ่งเปิดโอกาสให้ได้แสดงความสามารถ ทักษะ ประสบการณ์ ความถนัดเฉพาะตน และพัฒนาตนไปสู่เป้าหมายทางการศึกษา ซึ่งเอื้ออำนวยให้แก่แต่ละคนได้รับการเสริมสมบูรณ์แห่ง “ตน” อันสมบูรณ์ยิ่งขึ้นไปตามคุณวุฒิและวัยวุฒิ อันเป็นแนวทางที่สามารถจะพัฒนา “ผู้เรียน” พร้อมๆ ไปด้วยการพัฒนา “การเรียนการสอน ” ได้อีกทางหนึ่งด้วย

ส่วนการประเมินผลจากการเสริมสมบูรณ์แห่งตน ถ้าจะได้รับประโยชน์มากขึ้น ครูควรพิจารณาผลในลักษณะที่เป็นองค์รวม เช่น บูรณาการด้านสังคม คุณทริยภาพ ศาสนา เศรษฐกิจ วิทยาศาสตร์ทักษะสร้างสรรค์ ความสามารถหลายๆ อย่างเหล่านี้เข้า

ด้วยกันเพื่อจะนำไปสู่การบรรลุผลสัมฤทธิ์ ที่ช่วยสร้างเสริมสมบุรณ์แห่งตนได้มากยิ่งขึ้น ความสามารถต่าง ๆ ที่พอจะรวมเข้าด้วยกันเพื่อช่วยให้ผู้เรียนบรรลุผลดังกล่าวได้แก่

1) ทักษะด้านการสื่อสาร

2) ความอดทน ซึ่งเป็นความสามารถที่จะป้องกันความเสียหายทั้งต่อตัวบุคคล และต่อกระบวนการแก้ไขปัญหา เพราะมีความขุ่นเคืองใจหรือความวุ่นวายเกิดขึ้น

3) ความสามารถในการตั้งเป้าหมายได้พอเหมาะพอประมาณ เพื่อป้องกันความล้มเหลวหรือการกระทำไปโดยปราศจากความภาคภูมิใจกับความสำเร็จตามความสามารถที่มีอยู่

เหล่านี้นอกจากจะเป็นความสามารถที่ช่วยให้บุคคลหรือผู้เรียนบรรลุสัมฤทธิ์ตามความประสงค์ได้แล้ว ยังจะช่วยให้มีพัฒนาการแห่งตน (ego-development) ในด้านวุฒิภาวะเพิ่มขึ้นไปพร้อม ๆ กันด้วย

การเรียนการสอนตามหลักสูตรนอกจากจะเป็นการเสริมสมบุรณ์แห่งตนตามวัตถุประสงค์ของแต่ละรายวิชาในหลักสูตรแล้ว ยังมีความจำเป็นที่จะต้องมีการเสริมสมบุรณ์แห่งตนให้ผู้เรียนทุกคนในทุกระดับชั้นเรียนมีคุณสมบัติที่เรียกว่า คุณภาพคนไทยดังในรายการตัวอย่างต่อไปนี้ อันเป็นแนวทางหนึ่งของความเห็นเกี่ยวกับคุณภาพและเกณฑ์วัดคุณภาพคนไทยทั่วไป (มานิต สิทธิผล อ้างจาก กำนาง ภริตานนท์, 2543)

1. มีความรู้กฎหมาย
2. ปฏิบัติตามกฎหมาย
3. หวงแหนป้องกันทรัพย์สินสาธารณะ
4. ขยันหมั่นเพียรทำงาน
5. มีความรู้เรื่องโภชนาการ
6. แต่งกายสะอาด
7. จัดที่อยู่อาศัยและรักษาความสะอาด
8. มีความรู้ ปฏิบัติ รักษาสุขภาพจิตและกาย
9. วางแผนอนาคตของตนเองและครอบครัว
10. นิยมปฏิบัติตามหลักศีลธรรมรักษาความ

ยุติธรรม

11. เป็นคนพูดจาสุภาพ
12. บริจาคทรัพย์เพื่อการกุศล
13. ใฝ่หาข่าวสารบ้านเมืองพอสมควร
14. มีความรู้ด้านประวัติศาสตร์ไทย
15. หาความรู้พิเศษเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
16. ให้การส่งเสริมหรือเข้าร่วมกลุ่มบุคคลองค์กร ที่ทำประโยชน์

17. สามารถประเมินผลการรักษาคุณภาพ 1 - 16 และมีการแก้ไขหากพบข้อบกพร่อง

จึงพอสรุปได้ว่ากระบวนการเรียนการสอนที่มีการเสริมสมบุรณ์แห่งตนนั้น สามารถจะช่วยบ่มเพาะและปลูกฝังคุณภาพคนไทย ให้กับผู้เรียนได้มากน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับความสามารถและประสิทธิภาพของครูผู้สอนรวมทั้งผู้เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานตามความมุ่งหมายของการเรียนการสอนที่ได้กำหนดไว้

**ปรีชา ธรรมา**

**บรรณานุกรม**

กำแหง ภริตานนท์. **หนังสือพิมพ์เดลินิวส์**. ฉบับวันอังคาร 20 มิถุนายน 2543.

Grossman, Klaus E. **Social Basis of Achievement Development, Proceedings : Second Asian Workshop on Child and Adolescent Development**. Edited by Behavioral Science Research Institute, SriNakharinwirot University, Bangkok, Thailand, 1982.

Hall, C.S. and Lindzey, G. **Theories of Personality**. New York : John Wiley, 1952.

Maslow, A.H. **Motivation and Personality**. New York : Harper, 1954.

Miller, N.E. and Dollard, J. **Social Learning and Imitation**. New Haven : Yale University Press, 1941.

## พุทธศาสน์การเรียนรู้

**พุทธศาสน์การเรียนรู้ (Buddhistic Way of Learning)** คือ การเรียนรู้ตามแนวทางของพุทธศาสนา เน้นการเรียนรู้ตามแนวการสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งบางท่านเรียกว่า **หลักการสอนของพระพุทธเจ้า** หรือ **หลักการสอนแบบพุทธจริยา**

หลักการสอนของพระพุทธเจ้า มี 4 ประการ คือ

1. **สันถัสสนา** ในการอบรมสั่งสอนธรรมะ พระองค์จะชี้แจงให้ผู้ฟังเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ชัดเจน เห็นจริง

2. **สมาทปนา** พระองค์จะอธิบายให้ผู้ฟังเห็นว่าเรื่องที่พูดถึงนั้นเป็นจริง หรือไม่ก็เท็จจริง

3. **สมุตเตชนา** พระองค์จะใช้วิธีปลุกเร้าใจให้ผู้ฟังคิดค้น กระตือรือร้นที่จะปฏิบัติตามหลักธรรมะนั้นให้ประสบความสำเร็จ

4. **สัมปหังสนา** ในการบรรยายธรรมะ พระองค์จะสร้างบรรยากาศให้เอื้อต่อการเรียนรู้

ด้วยเหตุนี้ในการสอนธรรมะทุกครั้งพระองค์จึงใช้วิธียกตัวอย่างเป็นเรื่องจริงบ้าง นิทานบ้าง เล่าประกอบเสมอซึ่งเรียกกันว่า **ชาดก** เห็นได้ชัดเจนในพระไตรปิฎกฉบับเถรวาท เมื่อพระองค์สอนครั้งใดการเรียนรู้จะเกิดขึ้นกับผู้เรียนได้โดยธรรมชาติ เรียกว่า **ผู้เรียนมีดวงตาเห็นธรรม** เสมอการเรียนรู้ในที่นี้หมายถึง **การเรียนรู้เรื่องทุกข์ และ วิถีทางดับทุกข์**

หลังจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แล้ว ก็ได้เผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยใช้หลักการสอนดังกล่าว ทำให้การสอนธรรมะของพระองค์ได้ผลดีเป็นอย่างยิ่ง ไม่ว่าจะเป็นการเทศนาสั่งสอนแก่พระปัจจุวัตคีย์ สอนสังคาลกมานพ สอนสังฆกนิครนถ์ และเทศนาสั่งสอนบุคคลอื่น ๆ ในที่สุดผลการสอนของ

พระพุทธรองค์สามารถสร้างความบันดาลใจ (inspiration) ให้บุคคลต่าง ๆ เลื่อมใสและปฏิบัติตามเสมอ ด้วยเหตุดังกล่าวทั้งหมดนี้ พระพุทธรองค์จึงได้ชื่อว่า **บรมครู (Great Teacher)**

ในทางพระพุทธศาสนาถือว่า การเรียนรู้มี 3 ระดับ คือ

1. **การเรียนรู้ระดับปริยัติ** คือ การเรียนรู้ที่ทำให้จดจำเนื้อหาในสิ่งที่เรียนนั้นได้ เรียกว่า **รู้จำ**

2. **การเรียนรู้ระดับปฏิบัติ** คือ การเรียนรู้ที่ทำให้ทำได้ ปฏิบัติได้ เรียกว่า **รู้จริง**

3. **การเรียนรู้ระดับปฏิเวธ** คือ การเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง รู้หมด รู้กว้าง รู้ลึก เรียกว่า **รู้แจ้งแทงตลอด**

### การเรียนรู้ตามวิถีทางของพระพุทธศาสนา

ในทางพระพุทธศาสนานั้น หัวใจของการเรียนรู้เป็นการเรียนรู้เรื่องทุกข์และวิธีดับทุกข์ แต่ถ้าศึกษาพระพุทธศาสนาอย่างละเอียดลึกซึ้งจะพบว่า มีอีกมากมายหลายเรื่องที่พระพุทธรองค์ทรงสอนเพื่อการเรียนรู้ทั้งในระดับโลกิยะและโลกุตระ อย่างไรก็ตามที่มีผู้พยายามเชื่อมโยงการเรียนรู้ตามวิถีทางพระพุทธศาสนาว่าเป็นทฤษฎีการเรียนรู้อย่างหนึ่งตามแนวตะวันตกได้หรือไม่นั้น อาจจะอยู่นอกประเด็นเพราะการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนากับการเรียนรู้ตามแนวคิดทางตะวันตกอยู่คนละฐานของกระบวนการรู้คิด

ตามวิถีทางพระพุทธศาสนานั้น การเรียนรู้จะเกิดขึ้นหรือไม่ ดีเลวเพียงไรขึ้นอยู่กับปัจจัยสี่อย่างทำงานประสานกัน นั่นคือ

ปัจจัยที่ 1 **อดีตกรรม** ได้แก่ กรรมเก่า หรือ ประสพการณ์เก่า

ปัจจัยที่ 2 **อารมณ์** เกิดจากการมีสิ่งเร้ามากระทบผัสสะทั้งหกคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (จิต)



ปัจจัยที่ 3 เจตสิก ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิด  
ของจิต

ปัจจัยที่ 4 วัตถุรูป ได้แก่ อวัยวะรับสิ่งเร้า  
ทั้งปวง

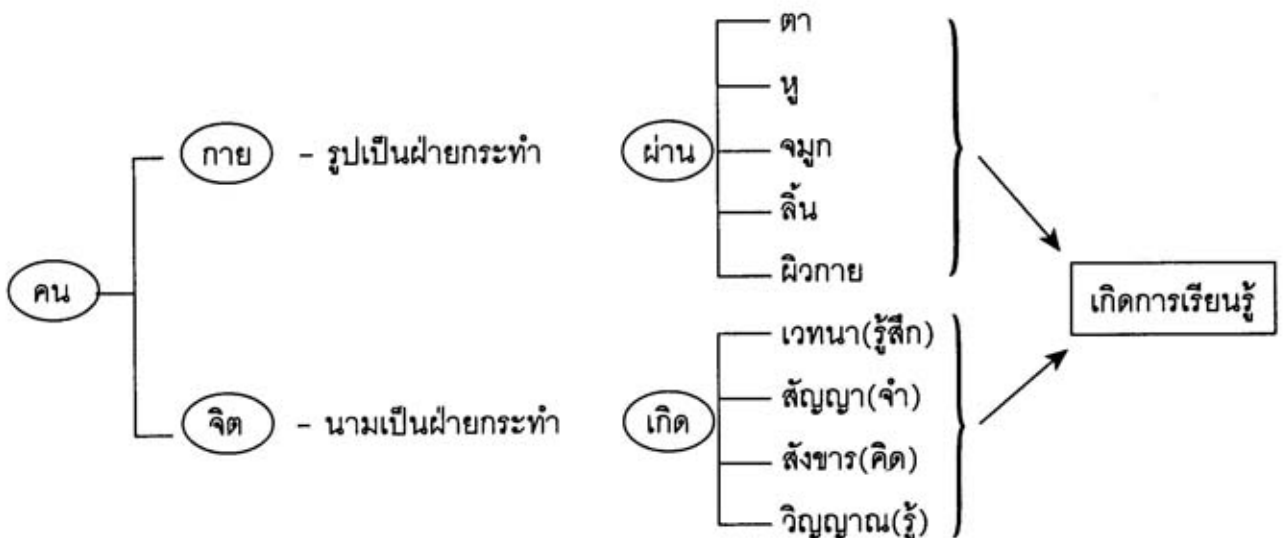
**วิธีการเรียนรู้ตามแบบพระพุทธศาสนา**

1. การฟัง การได้ยินได้ฟังมากทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างหนึ่งซึ่งเรียกว่า สุตมยปัญญา คือ เกิดปัญญาด้วยการฟัง
2. การจำได้คือการที่สามารถรับรู้เรื่องต่างๆ ที่ผ่านผัสสะแล้วเกิดสัญญาขึ้น เป็นการพัฒนาขั้น 5 ส่วนสัญญาจึงจำได้
3. การสาธยาย การได้อ่านบอ่ย โดยเฉพาะการอ่านดังๆ การได้พูดบอ่ยๆ ได้บรรยายบอ่ยๆ
4. การเพ่งพินิจด้วยใจ เรียกว่า ภวานามยปัญญา ในการนี้ต้องอาศัยสมาธิช่วย
5. การแทงทะลุเข้าถึงความถูกต้องด้วยทัศนะ เป็นการเข้าถึงความรู้อย่างแท้จริง เรียกว่า

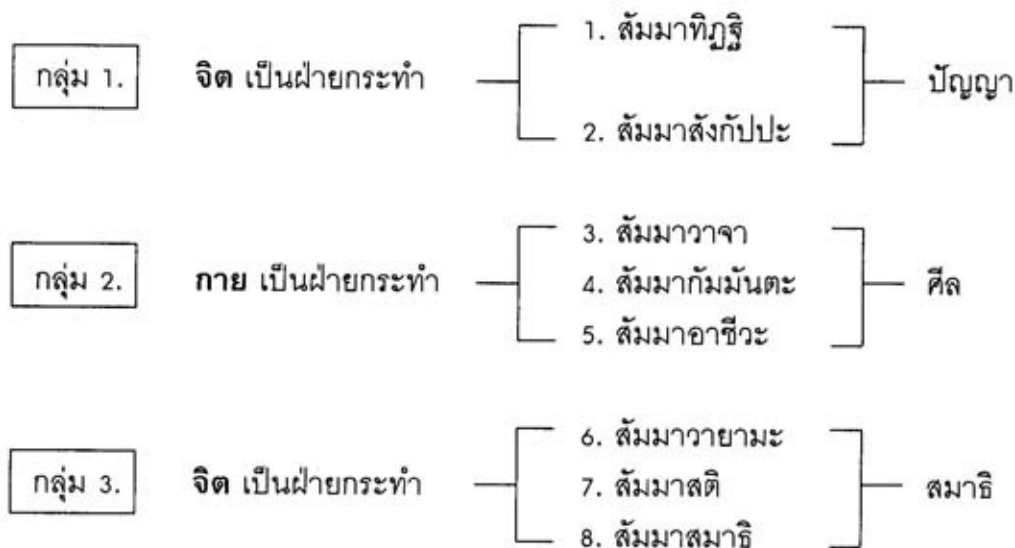
วิปัสสนาปัญญา เป็นขั้นปฏิเวธ ในการนี้ต้องอาศัยหลักความเชื่อตามกาลามสูตรด้วย

การเรียนรู้ในทางพระพุทธศาสนา คือ การเรียนรู้ในทางที่จะทำให้พ้นทุกข์ เป็นการเรียนรู้ที่ได้จากการมองทุกสิ่งทุกอย่างตามสภาวะความเป็นจริง ซึ่ง เรียกว่า ยถาภูตัง การพิจารณาขั้นนี้ห้าอันเป็นที่อาศัยของกิเลสต้นเหตุโดยยกเอาไตรลักษณ์มาประกอบนั้น จะทำให้ทุกคนเห็นตรงกันว่าทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่เที่ยงแท้ (อนิจจัง) เป็นทุกข์ (ทุกขัง) และไม่ใช่ตัวตนอันแท้จริง (อนัตตา) ทุกคนจะรู้เท่าทันในขั้นนี้ห้า, ไม่ยึดติดตัวตน, ดังที่ท่านพุทธทาสภิกขุ เคยเทศนาอยู่เสมอว่า “อย่ายึดติดตัวกูของกู” นั่นเอง

คน ประกอบขึ้นด้วย กาย และ จิต กายเป็นรูปธรรม, เป็นฝ่ายกระทำผ่านสัมผัสทั้งห้าคือ ตา หู จมูก ลิ้น ผิวกาย และจิตเป็นนามธรรม เป็นฝ่ายกระทำก่อให้เกิดเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญานทั้งกายและจิตกระทำแล้วจึงเกิดการเรียนรู้ตามแผนผังต่อไปนี้



ในธรรมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธองค์ทรงแสดงหลักการเรียนรู้เพื่อดับทุกข์ คือ มรรคแปด (ทางดับทุกข์) โดยแบ่งเป็น ๓ กลุ่มดังนี้



ทั้งสามกลุ่มนี้ก็คือ ไตรสิกขา นั่นเอง ไตรสิกขา คือการศึกษาหรือการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติใน 3 หลักการ ได้แก่

1. **หลักศีลสิกขา** คือ การศึกษาให้รู้จักฝึกฝนใช้อายตนะและผัสสะทั้งหลายให้อยู่ในระเบียบแบบแผน มีการแสดงออกทั้งกายจรिया วจีจรिया และมโนจรियाที่เหมาะสม มีระเบียบวินัย

2. **หลักจิตสิกขา** คือ การศึกษาเพื่อฝึกจิตให้มีสมาธิให้รู้จักมนุษย์นั้นจิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว ตรงตามพุทธพจน์ในพระธรรมบทพุทธทศนิกายที่ว่า “มโน ปุพฺพคมา ธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา”

๓. **หลักปัญญาสิกขา** คือ การศึกษาเพื่อให้เกิดปัญญาเกิดความรู้แจ้ง ให้มีความรู้และรู้จักสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

ทั้งหมดนั้นคือ การเรียนรู้ตามวิถีทางพระพุทธศาสนาโดยสังเขป ถ้าท่านผู้ใดประสงค์จะทราบโดยละเอียด ขอให้ศึกษาจากเอกสารต่างๆ ที่แจ้งไว้แล้วตอนท้ายเรื่องนี้

อนึ่งเมื่อพูดถึงเรื่องปัญญา ในทางพระพุทธศาสนาแบ่งปัญญาออกเป็น 2 ระดับ คือ

1. **ระดับโลกีย์ปัญญา** ปัญญาระดับนี้เป็นปัญญาขั้นที่รู้จักโลก รู้จักปรับปรุงแก้ไขปัญหาของ

โลกและพัฒนาโลก แต่ยังไม่ใช้ปัญญาเพื่อทำให้สิ้นกิเลสตัณหา เป็นปัญญาของสามัญชนทั่วไป

2. **ระดับโลกุตระปัญญา** ปัญญาระดับนี้เป็นปัญญาขั้นที่อยู่เหนือโลก เป็นปัญญาที่เป็นไปเพื่อการสิ้นกิเลสตัณหาอุปาทานทั้งหมด

จะเห็นได้ว่า หนังสือหรือตำราที่อยู่นอกวงพระพุทธศาสนา ยังไม่มีเล่มใดที่กล่าวถึงเรื่องของปัญญาได้ลึกซึ้งถึงระดับโลกุตระปัญญาของพระพุทธองค์ แม้กระทั่งเกณฑ์การตัดสินพวกอัจฉริยะทั้งหลายก็อยู่ในระดับไม่เกิน โลกีย์ปัญญาทั้งสิ้น

ในพระไตรปิฎก (ฝ่ายเถรวาท) เล่มที่ 11 ข้อที่ 231 แสดงถึง สาเหตุให้เกิดปัญญาไว้ 3 ประการ คือ

1. สุตมยปัญญา ได้แก่ปัญญาที่เกิดจากการฟัง

2. จินตามยปัญญา ได้แก่ปัญญาที่เกิดจากการคิดนึกตรึกตรอง

3. ภวานามยปัญญา ได้แก่ปัญญาที่เกิดจากการเจริญภาวนา (การอบรมจิต) ซึ่งมีอยู่ 2 วิธี ได้แก่

3.1 สมถภาวนา เป็นการอบรมจิตแบบสมถวิธี

3.2 วิปัสสนาภาวนา เป็นการอบรมจิตแบบวิปัสสนาวิธีคือการอบรมจิตโดยใช้หัวข้อธรรมะ

ซึ่งทำให้เกิดความรู้ (เฉพาะเรื่องนี้มีรายละเอียดค่อนข้างมาก)

แม้ว่าทางพระพุทธศาสนาจะมีหลักการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง สามารถนำไปปฏิบัติได้แต่เป็นที่น่าเสียดายที่ในวงการศึกษา ครูและผู้ที่เกี่ยวข้องยังไม่ตระหนักในความสำคัญของหลักคำสอนของพระพุทธองค์ใน

การที่จะนำไปปฏิบัติตน และสั่งสอนอบรมเด็กภายใต้ความรับผิดชอบของตนเอง ซึ่งสมควรที่จะได้มีการศึกษาอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ เพื่อการปฏิบัติอย่างจริงจังต่อไป

วรวีทย์ วตินสรากร

## บรรณานุกรม

- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสน์. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2533.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า. กรุงเทพฯ : มูลนิธิพุทธธรรม, 2530.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). เพื่ออนาคตของการศึกษาไทย. กรุงเทพฯ :ธรรมสภา., 2536.
- พระราชวรมณี (ประยุทธ์ ปยุตโต). พุทธธรรม. กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ, 2532.
- พุทธทาสภิกขุ. บรมธรรม. กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ, 2524.
- พุทธทาสภิกขุ. ไกวัลยธรรม. : บุตรธิดาในครอบครัว “เหมะกุล” พิมพ์เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้พ่อแม่, 2536.
- พุทธทาสภิกขุ. โมกขธรรมประยุกต์. สุราษฎร์ธานี : ธรรมทานมูลนิธิ, 2518.
- วิไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม. จิตวิทยาศาสนา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์, 2527.
- ศาสนา, กรม. กระทรวงศึกษาธิการ. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง (เล่ม 1 - 45). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรมการศาสนา. 2514.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. พระไตรปิฎกฉบับสำหรับประชาชน. กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์, 2539.
- แสง จันทร์งาม. พระพุทธศาสนาจากพระโอษฐ์. กรุงเทพฯ : บรรณาการ, 2520.
- อภิธรรมมูลนิมิตมหาธาตุวิทยาลัย. ปรมัตถธรรม. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์, 2516.

## วินัยแห่งตน

### วินัยแห่งตน

วินัยแห่งตน (Self-discipline) หมายถึงการควบคุมพฤติกรรมของบุคคลด้วยความสามารถของตนเองได้เป็นผลสำเร็จตามเป้าหมายอันเป็นที่ยอมรับ โดยดเว้นหรือระงับยับยั้งการกระทำอันไม่เหมาะสม และนำตนไปสู่การกระทำอันเหมาะสมยิ่งขึ้น

### ความสำคัญ

วินัยโดยเฉพาะวินัยแห่งตนในโลกเสรีมีความสำคัญอย่างยิ่ง หากปราศจากการมีวินัยแห่งตนแม้จะมีคุณธรรมหรือความรู้อันลุ่มลึกเพียงใด ก็ไม่สามารถจะยังผลอันพึงปรารถนาให้บังเกิดขึ้นได้ จึงอาจกล่าวได้ว่า วินัยแห่งตนเป็นส่วนผสมสำคัญในการกระทำทุกอย่างให้เป็นผลสำเร็จ อันนับว่าเป็นพฤติกรรมที่นำไปสู่ความมุ่งหมาย การมีวินัยแห่งตนนอกจากจะเป็นการกระทำเพื่อนำความรู้และคุณธรรมภายในตัวบุคคลไปใช้ประโยชน์อย่างมีประสิทธิภาพแล้ว ยังเป็นการกระทำในอีกหลายประการด้วยกันอันได้แก่ เป็นการจัดระเบียบของชีวิตให้ดำเนินไปด้วยความเข้าใจอันดี ให้ได้บรรลุถึงความมุ่งหมายในชีวิต เป็นการกระทำที่ให้ความสำคัญกับสิ่งที่อยู่ไกลในอนาคตและมีความดั่งามมากกว่าสิ่งที่อยู่ใกล้ในขณะปัจจุบันและมีความดั่งามน้อยกว่า เป็นการกระทำเกี่ยวกับการระงับยับยั้งความรู้สึกชั่วแล่น การบังคับควบคุมขจัดความอยากได้และการผัดผ่อนความพึงพอใจออกไป เป็นการเสียดุลความสุขสบายและความเพลิดเพลินใจ เฉพาะหน้า ตลอดจนการพิจารณาเลือกกระทำในแนวทางที่ยากกว่าขณะที่มีแนวทางที่ง่ายกว่าเปิดโอกาสให้เลือก วินัยแห่งตนมิใช่การตามใจตนเอง แต่อาจเป็นการกระทำที่เข้มงวดกวดขัน ที่เป็นเช่นนี้มีใช่เพราะเหตุที่ความเข้มงวดกวดขันเป็นคุณลักษณะ

ของวินัยแห่งตนแต่เป็นเพราะความเข้มงวดกวดขันเป็นเงื่อนไขของการที่จะได้รับความสำเร็จตามความมุ่งหมายมากกว่า

นักจิตวิทยาการศึกษาคนสำคัญในอดีต (Ellis, 1952) ได้กล่าวถึงบทบาทของวินัยแห่งตนในการดำเนินชีวิตของแต่ละคนค่อนข้างจะชัดเจนอยู่แล้วในทุกด้าน โดยอาศัยผลจากการสังเกตและการวิจัย โดยทั่วไปปรากฏให้เห็นว่า กว่าความสำเร็จของบุคคลตามมาตรฐานพอประมาณส่วนมาก ไม่ว่าจะใช้มาตรฐานการตัดสินประการใดก็ตาม จำเป็นต้องอาศัย แรงงานและการเสียดุล การระงับยับยั้งความรู้สึกชั่วแล่น การประสานงาน และการกำหนดทิศทางของการใช้พลังงานให้มุ่งไปสู่เป้าหมายบางประการที่ได้เลือกไว้แล้ว ไม่ว่าเป้าหมายนั้นจะดีหรือไม่ดีตามค่านิยมทางจริยธรรมใดก็ตามหรือไม่ว่าเป้าหมายนั้นจะเป็นการเอาชนะในการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ ตลอดจนการได้เป็นเกษตรกรที่ดีหรือนายช่างที่ดี การปลูกฝังความรักหรือมิตรภาพ การเอาชนะฝ่ายศัตรู การได้รับตำแหน่งทางการเมืองหรือการได้รับคุณความดีอันโดดเด่นทางศิลปะหรือทางวิทยาศาสตร์ก็ตาม เหล่านี้ล้วนจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความวินัยแห่งตนเป็นปัจจัยสำคัญทั้งสิ้น

### ที่มาและสาเหตุของการมีวินัยแห่งตน

โดยทั่วไปในโลกปัจจุบันซึ่งเน้นความเป็นอิสระเสรี การควบคุมพฤติกรรมนับว่าเป็นการกระทำที่ขัดกับหลักเสรีภาพส่วนบุคคล จึงไม่นิยมที่จะกระทำกัน หากใครจะควบคุมพฤติกรรมของผู้อื่นก็มักจะก่อให้เกิดปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อตัวผู้กระทำ บางครั้งผู้กระทำการควบคุมพฤติกรรมของผู้อื่นจะไม่ยอมรับว่าตนเองเป็นผู้กระทำ เพราะกลัวว่าจะถูกวิพากษ์วิจารณ์ ทั้ง ๆ ที่การกระทำนั้นก่อให้เกิดผลดีมี

ประโยชน์มากกว่าผลเสีย ในประวัติศาสตร์ มาเคียเวลลี (Machiavelli) เป็นชื่อรัฐบุรุษของนครฟลอเรนซ์ อิตาลี ที่ถูกนำมาใช้แทนความหมายของ “ความชั่วร้าย” ตลอดมาจนถึงปัจจุบันเพราะเหตุที่เขาใช้เทคนิคการควบคุมอันไม่เป็นที่พอใจของผู้ที่อยู่ใต้การควบคุม และเพราะการควบคุมส่วนใหญ่มักจะเป็นไปเพื่อผลประโยชน์โดยตรงของผู้ควบคุม และให้ผลโดยอ้อมอันเป็นการลงโทษต่อผู้อื่นมากกว่า

ธรรมชาติของคนโดยทั่วไปซึ่งมีแนวโน้มที่จะขัดขืนหรือต่อต้านการควบคุมจากผู้อื่น ได้ก่อให้เกิดผลดีทั้งในวงการปรัชญาและวงการประชาธิปไตย ในส่วนที่เกี่ยวกับสิทธิและเสรีภาพ โดยเฉพาะความคิดเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ของคนได้ถูกนำมาเป็นแรงผลักดันอันสำคัญที่ก่อให้เกิดปฏิบัติการต่อต้านอำนาจเผด็จการของทรราชย์ ซึ่งนับว่าเป็นปฏิกริยาอันชัดเจนมากต่อการควบคุมพฤติกรรมของคน เมื่อคนโดยทั่วไปไม่ชอบไม่พอใจให้ผู้อื่นมาควบคุมพฤติกรรมของตน การควบคุมพฤติกรรมโดยตนเองของแต่ละคนจึงเป็นแนวทางที่เหมาะสมที่ควรมากกว่า และนับว่าเป็นการแสดงถึงการมีวินัยแห่งตนอย่างชัดเจน

นักจิตวิทยาทดลองคนสำคัญ สกินเนอร์ (Skinner, 1966) ให้ข้อสังเกตอันเป็นแนวคิดที่นำไปสู่การควบคุมตนเอง ซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมของผู้คนในสามวงการ อันได้แก่ วงการบุคคล วงการปกครอง และวงการศึกษา

ก. **วงการบุคคล** หมายถึงถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในครอบครัว ในกลุ่มเพื่อนฝูงในกลุ่มสังคม และในกลุ่มทำงานร่วมกัน ตลอดทั้งในด้านการให้คำปรึกษา และจิตบำบัด

คนที่อยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะจะควบคุมซึ่งกันและกันด้วยแนวทางในเชิงจริยธรรม ผู้ใดที่ประพฤติตนเป็นที่ยอมรับของหมู่คณะ ก็จะได้รับชมเชย ความเห็นชอบ ความรักใคร่ และการเสริมแรงอีกนานาประการ อันยังผลให้เขาประพฤติตนทำนอง

เดียวกันนั้นต่อไปอีก และเมื่อใดที่พฤติกรรมของเขาไม่เป็นที่ยอมรับของหมู่คณะ เขาก็จะถูกวิพากษ์วิจารณ์ ถูกตรวจสอบ ถูกตำหนิติเตียน หรือไม่ก็จะถูกลงโทษ ในกรณีที่เป็นที่ยอมรับของหมู่คณะ คนผู้นั้นจะได้ชื่อว่าเป็นคนดี ส่วนในกรณีที่ไม่เป็นที่ยอมรับ จะได้ชื่อว่าเป็นคนเลว การประพฤติปฏิบัติตนในลักษณะของการควบคุมดังกล่าวได้ฝังแน่นอยู่ในวัฒนธรรมทั่วไป จนกระทั่งมิได้มองเห็นเทคนิคของการควบคุมจึงเป็นผลให้การควบคุมทำนองนี้ยังถือปฏิบัติกันอยู่ตลอดมาโดยที่การเสริมแรงที่ดีและการลงโทษที่ดี มักจะเป็นเรื่องที่หาความชัดเจนได้ยาก

การชมเชยกันเป็นส่วนสำคัญของวัฒนธรรมพฤติกรรมที่อ่อนด้อยลงไปสามารถจะกลับคืนให้ดำรงคงอยู่ต่อไปได้โดยการให้ความช่วยเหลือด้วยการชมเชย แต่ละคนจะได้รับยกย่องสรรเสริญได้ รับการชมเชย หรือได้รับความรักใคร่เมื่อเขาทำอะไรเพื่อหมู่คณะ โดยเฉพาะในยามที่หมู่คณะต้องเผชิญกับภัยอันตรายอันใหญ่หลวง การกระทำเพื่อหมู่คณะโดยการเสียสละชีวิต หรือทรัพย์สิน หรือด้วยการรับทุกข์ยาก จักได้รับการยกย่องสรรเสริญเป็นพิเศษมากขึ้น

## ข. วงการปกครอง

กล่าวโดยทั่วไปแนวคิดทางจิตวิทยาที่นำโดย สกินเนอร์ เห็นว่าการปกครองเป็นวงการที่มีกระบวนการควบคุมอันไม่เป็นที่ชื่นชอบ รัฐมีความหมายไปในแง่ของอำนาจที่จะลงโทษ ระบบของกฎหมายอิงอยู่กับแนวความคิดเรื่องความรับผิดชอบส่วนบุคคลเป็นสำคัญ และยากที่จะประนีประนอมกันได้ระหว่างภาคปฏิบัติกับภาคทฤษฎี กล่าวคือ การปฏิบัติและการบังคับใช้กฎหมายบางครั้งมิได้สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของตัวบทกฎหมาย และบ่อยครั้งที่การพิพากษาคดีของศาลชั้นต้นถูกเพิกถอนโดยศาลชั้นสูง ในกระบวนการยุติธรรมบางครั้งไม่สามารถที่จะสืบหาพยานหลักฐานได้มาก พอที่จะเอาผิดกับผู้กระทำผิดในด้านการปฏิบัติตามตัว

บทกฎหมายจริง ๆ การควบคุมพฤติกรรมของบุคคล เป็นเรื่องที่ยากลำบาก เพราะบุคคลสามารถหาทาง หลีกเลียงได้เสมอ การควบคุมพฤติกรรมของผู้อยู่ใน ปกครอง โดยเฉพาะในด้านการลงโทษยังมีได้ดำเนิน ไปตามตัวบทกฎหมายอย่างสมบูรณ์ กับทั้งยังไม่มี บังคับเสริมในด้านต่าง ๆ มากพอที่จะกระจายออกไปยังพื้นที่ในท้องถิ่นห่างไกลหรือเขตปกครองต่าง ๆ ได้ตามสัดส่วนที่เหมาะสมอย่างทั่วถึง ทำให้เห็น ว่าการมีวินัยแห่งตนนั้น มีความสำคัญยิ่งต่อทั้งผู้ ปกครองและผู้อยู่ในปกครอง

#### ค. วงการศึกษา

ข้อสังเกตตามแนวคิดทางจิตวิทยาอีกเช่นกันว่า เทคนิควิธีทางการศึกษาในอดีตไม่เป็นที่น่าชื่นชอบ มากนัก บรรดาครูในสมัยนั้นล้วนแล้วแต่เป็นผู้มี “อวูโล” มากกว่า เข้มแข็งมากกว่าศิษย์สามารถ ทำให้ศิษย์เรียนรู้ได้โดยให้ศิษย์อยู่ในท่ามกลางสิ่ง แวดล้อมที่น่าสะพรึงกลัว และศิษย์จะเอาตัวรอดได้ อย่างปลอดภัยก็แต่โดยการเรียนรู้ด้วยตนเอง

แต่ต่อมาเมื่อมีการศึกษาแบบพัฒนาการ (progressive education) ซึ่งเป็นกระบวนการ แบบมนุษยนิยม ก็เห็นอย่างชัดเจนว่า ได้มีการนำ เอาวิธีการเสริมแรงทางบวกเข้ามาแทนมาตรการเข้มงวดอันไม่เป็นที่ชื่นชอบ เช่น พุดชมเชยนักเรียนที่ เรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ถือว่ากระบวนการเรียนรู้หรือ ความรู้นั้นเป็นบางสิ่งบางอย่างที่มีอยู่ภายในตัวบุคคล และถือว่าเป็นการชมพฤติกรรมที่มีแหล่งต้นกำเนิด อยู่ภายในตัวผู้เรียนเอง และจะกล่าวชมในกรณีต่าง ๆ เช่น ชมคนที่อ่านได้ ชมคนที่รู้คำตอบมากกว่าคนที่ รู้ว่าจะหาคำตอบได้จากที่ใด ชมนักเขียนมากกว่านัก อ่าน ชมนักคณิตศาสตร์ที่แก้ปัญหาได้ด้วยหัตถ์คิดของ ตนเองมากกว่าผู้แก้ปัญหาได้ด้วยเครื่องคิดเลข ฯลฯ

ส่วนโรเจอร์ส (Rogers, 1966) นักจิตวิทยา คนสำคัญอีกท่านหนึ่งได้ให้ข้อสังเกตเพิ่มเติมเกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมในสิ่งที่เกี่ยวกับความหมายของคำศัพท์คำนี้ว่า เป็นคำที่ลึกลับซึ่งอาจ ใช้ได้ในหลาย ๆ ความหมาย แต่เขาได้กล่าวถึงเพียง สามความหมายที่มีความสำคัญมากที่สุดต่อการ พิจารณาประเด็นปัญหาเรื่องนี้ คือ

ความหมายแรก ของการควบคุมพฤติกรรม คือการจัดเงื่อนไขต่าง ๆ โดย ข เป็นผู้จัดให้กับ ก โดยที่ ก ไม่มีสิทธิ์ไม่มีเสียงใด ๆ ในการจัดเลย กรณีนี้ เป็นการควบคุมจากภายนอก (external control)

ความหมายที่สองของการควบคุมพฤติกรรม คือการจัดเงื่อนไขต่าง ๆ โดย ข เป็นผู้จัดให้กับ ก โดยที่ ก ยินยอมให้มีเงื่อนไขเหล่านั้นเกิดขึ้นกับตน กรณีนี้เป็นอิทธิพลของ ข ที่มี ก

ความหมายที่สามของการควบคุมพฤติกรรม คือการจัดเงื่อนไขโดย ก เป็นผู้จัดเพื่อให้พฤติกรรม ในความคาดหมายบังเกิดขึ้นกับตัวของเขาเอง กรณี นี้เป็นการควบคุมจากภายใน (internal control)

การควบคุมในวงการบุคคลวงการปกครองและ ในวงการศึกษาดังกล่าว โรเจอร์ส ยังเห็นว่าอยู่ใน ความหมายแรกและความหมายที่สอง คือเป็นการ ควบคุมจากภายนอกและการใช้อิทธิพลมากกว่า ความหมายที่สามคือ ความสามารถในการควบคุม ตนเอง

เพื่อให้มีแนวคิดในเรื่องกระบวนการด้านการ ควบคุมพฤติกรรมของคน โรเจอร์สจึงรวบรวมข้อ เขียนของหลาย ๆ คนรวมทั้งของสกินเนอร์และของ แวนเดนเบิร์ก (Vandenberg) มาประกอบการ พิจารณาข้อสรุป และได้ข้อสรุปที่เขาถือว่าเป็น เพียงแนวคิดหรือสังกัประมธดาเท่านั้นในเรื่องของ การควบคุมพฤติกรรมของคน อันประกอบด้วยสาระ สำคัญ 5 ประการดังต่อไปนี้

1) ต้องมีการตัดสินใจเกี่ยวกับเป้าหมายของการกระทำเสียก่อน ตามปกติเป้าหมาย ที่พึงประสงค์เป็นเป้าหมายที่คาดคิดเอาเองแต่ บางครั้งดังที่นักเขียนผู้มีชื่อเสียงคนหนึ่ง ออร์เวลล์ (Orwell, 1984) ได้เขียนไว้ในหนังสือของเขาว่า เป้าหมายที่เลือกสรรไว้นั้นเป็นการให้ความยิ่งใหญ่กับ อำนาจของแต่ละคน ซึ่งคนส่วนมากจะไม่เห็นด้วย ส่วนสกินเนอร์เสนอแนะไว้ว่าชุดหนึ่งของเป้าหมาย ที่ควรกำหนดไว้ในเทคโนโลยีด้านพฤติกรรมคือ “ให้

คนเป็นสุข ได้รับข่าวสาร มีทักษะ ประพฤติดีและมีผลงาน” บางแห่งโรเจอร์สต้องการให้มีปฏิบัติการทางการศึกษาที่ดีขึ้น ให้คนมีความเฉลียวฉลาดมากขึ้นในการใช้ความรู้ ส่วนด้านการปกครอง ให้มีการควบคุมพฤติกรรมด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์เพราะเป้าหมายเหล่านี้จะนำมาซึ่ง “โลกที่ดีกว่านี้สำหรับทุก ๆ คน”

ดังนั้นขั้นตอนแรกของการคิดเกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมของคนโดยทั่วไปหรือของตนเองก็คือการเลือกเป้าหมาย ไม่ว่าจะเป้าหมายเฉพาะหรือทั่วไป นั่นคือต้องทราบว่า เพื่อเป้าประสงค์อะไรกันแน่

2) ไม่ว่าจะเป้าหมายปลายทางจะเป็นเป้าหมายเฉพาะเจาะจงอย่างมาก หรือเป้าหมายทั่วไป เช่น ต้องการ “โลกที่ดียิ่งขึ้น” จะต้องดำเนินการไปโดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ เพื่อแสวงหาวิถีทางที่นำไปสู่เป้าหมายปลายทางนั้น ๆ และเราจะใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ เพื่อปรับปรุงแก้ไขตนเองให้ได้พบแนวทางไปสู่ความมุ่งหมายที่กำหนดไว้ในความคิด

3) เมื่อใดที่ได้พบเงื่อนไขหรือวิธีการเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายนั้นแล้ว ก็จะเสนอเงื่อนไขนั้น ๆ แก่บุคคลหรือกลุ่มที่จะใช้วิธีการนั้น ๆ ตามสิทธิอำนาจที่เขาได้รับมอบหมายให้ดำเนินการ

4) การจัดการให้บุคคลเข้าไปปรับเงื่อนไขต่าง ๆ ตามที่กำหนดไว้ ซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมตามเป้าหมายที่ต้องการ ด้วยระดับความน่าจะเป็นไปได้ อย่างสูงและเมื่อถึงจุดนี้แล้วแต่ละคนก็จะเป็นสุขในกรณีที่ตั้งเป้าหมายไว้ให้เขาเป็นสุข หรือเป็นคนประพฤติดีหรือเป็นคนว่าง่าย หรือเป็นอะไร ๆ ตามที่ได้กำหนดไว้ในเป้าหมาย

5) ถ้าหากว่าได้นำกระบวนการดังที่ได้กล่าวมาไปใช้ดำเนินการ และมีองค์การทางสังคมรับไปกระทำอย่างต่อเนื่องก็จะช่วยให้เกิดผลหรือก่อให้เกิดรูปแบบของพฤติกรรมอันมีคุณค่าต่อไป

เมื่อโรเจอร์สมิแนวกความคิดหรือสังกัปรวม 5 ประการดังกล่าว และได้นำแต่ละข้อมาพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในด้านการควบคุมพฤติกรรมของคน ก็ทำให้ปรากฏเห็นเป็นความชัดเจนมากขึ้น ดังนี้

1. มีความเป็นไปได้ที่เราจะ ก) เลือกการให้คุณค่าของคนในกระบวนการที่นำไปสู่การบรรลุความสามารถตามศักยภาพ ข) เลือกคุณค่าของความคิดสร้างสรรค์ และ ค) เลือกคุณค่าของกระบวนการที่ช่วยให้ได้ความรู้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น

2. มีความเป็นไปได้ที่บุคคลจะสามารถดำเนินการด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ เพื่อค้นหาภาวะเงื่อนไขที่จำเป็นจะต้องมีอยู่ ก่อนที่เริ่มดำเนินการตามกระบวนการใด ๆ แล้วดำเนินการทดลองอย่างต่อเนื่องในการค้นหาวิถีทางที่ดีกว่าเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์

3. มีความเป็นไปได้ที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลสามารถจัดการเงื่อนไขโดยการใช้อำนาจหรือการควบคุมให้น้อยที่สุด ตามความรู้ที่มีอยู่ในปัจจุบัน อำนาจที่จำเป็นคืออำนาจในการสร้างคุณสมบัติต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

4. เมื่อเข้าสู่ภาวะเงื่อนไขต่าง ๆ แล้ว ความรู้เท่าที่มีอยู่ในปัจจุบันสามารถชี้แนะให้บุคคลทราบแต่ละคนจะมีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น จะก้าวไปสู่การบรรลุความสามารถตามศักยภาพเป็นคนที่มีความยืดหยุ่น สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปตามกาลเทศะ และเป็นคนปรับตัวได้ในเชิงสร้างสรรค์มากขึ้น

5. เมื่อเป็นไปได้ดังเช่นที่ได้กล่าวทั้งหมด การเลือกเอาอย่างใดก็ตามในตอนแรกเริ่มจะเป็นการเปิดฉากเริ่มต้นของระบบสังคม หรือระบบย่อยที่มีค่านิยม ความรู้ ทักษะด้านการปรับตัวแม้กระทั่งสังกัปทางวิทยาศาสตร์ที่มีอยู่ ก็จะเปลี่ยนไปอย่างต่อเนื่องและเพิ่มพูนยิ่งขึ้น จุดเน้นจะอยู่ที่ “คนในฐานะที่ตนนั้นอยู่กับกระบวนการของการเปลี่ยนแปลง ไปในแนวทางที่เหมาะสม”

## แนวคิดทางพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง

ในการบรรยายธรรมะสำหรับผู้ครองเรือนโดยท่านปัญญานันทภิกขุ มีการกล่าวถึง ธรรมะที่เป็นหลักปฏิบัติสำหรับชาวบ้านชาวเมืองทั่วไป ที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้ 4 ประการ เรียกว่า ธรรมสำหรับชาวบ้าน หรือ ฆราวาสธรรม คือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ โดยอธิบายว่า “ทมะ แปลว่า ควบคุมตัวเอง คือ ควบคุมตัวเองบังคับไว้ให้อยู่ในอำนาจแห่งความรับผิดชอบชั่วดี ให้อยู่ในความรับผิดชอบแห่งสติปัญญาได้...ให้ร่างกายของเรานี้ อยู่ในความควบคุมของจิต จิตอยู่ในความควบคุมของพระธรรมหรือของศาสนา กล่าวคือควบคุมด้วยศีล ควบคุมด้วยสมาธิ ควบคุมด้วยปัญญา เช่น เราบวชศีล เราสัญญาว่าเราจะไม่ฆ่าใคร เราจะไม่เบียดเบียนใคร เราจะไม่ไปเอาของใครที่เจ้าของไม่ได้ให้ เราจะไม่เอารัศเอาเปรียบใครโกงใคร เราจะไม่ค้ำก้ำไรเกินควรด้วยควบคุมตัวเองไม่ให้จิตใจฟุ้งซ่าน ไม่ให้ยินดีสิ่งที่มีเกินขอบเขต เช่น ไม่ปล่อยตัวให้หลงไปกับ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส อันเป็นสิ่งที่ชั่วร้าย ไม่ไปในสถานบ่อนการพนัน ไม่ไปเที่ยวตามสถานที่ที่ไม่ควรจะไป ควบคุมการพูดจา ไม่พูดหยาบคาย พูดตำเขา พูดยุให้เขาแตกกัน เราควบคุมการพูดให้พูดคำสัตย์ คำอ่อนหวาน คำสมานสามัคคี มีประโยชน์ ไม่ให้คิดฟุ้งซ่านไปในเรื่องไม่เข้าเรื่อง ใช้ปัญญาเป็นเครื่องควบคุม คือต้องพิจารณาว่าสิ่งนี้คืออะไร มันเกิดจากอะไร เป็นประโยชน์เป็นโทษอย่างไร เราควรจะไปเข้าไปเกี่ยวข้องอย่างไร คุมไว้ให้มันดีงาม จิตใจเรียบร้อย มีปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา เรียกว่า ทมะ หรือใช้อีกคำหนึ่งว่า สัญญะ ก็ได้ หมายความว่า สำรวมเดินสำรวม นั่งสำรวม เรียกว่าสุภาพเรียบร้อย ผู้ดี คือคนที่คุมตัวเองได้ คุมตัวเองไม่ได้เป็นผู้ร้าย หลักการเป็นอย่างนี้”

## การศึกษากับการมีวินัยแห่งตน

ในการเรียนการสอน การให้การศึกษ การอบรมแก่เด็กและเยาวชนหรือนักเรียนโดยทั่วไปมี

ภาวะเงื่อนไขหลายประการที่เอื้อต่อการมีวินัยที่ดี และมีภาวะเงื่อนไขบางประการที่ควรหลีกเลี่ยงเพื่อป้องกันมิให้เกิดความยุ่งยาก ทางจิตวิทยาได้ให้ความสำคัญในองค์ประกอบที่เอื้อต่อการมีวินัยแห่งตนดังนี้

1) สภาพแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ความไม่แออัดในห้องเรียน แสงสว่าง อุณหภูมิ การถ่ายเทของอากาศ โต๊ะที่นั่ง อุปกรณ์ต่างๆ รวมทั้งการทำงาน ซึ่งมีความสำคัญทั้งในโรงเรียนและในสถานฝึกงานทั่วไป

2) ความเหมาะสมหรือไม่เหมาะสมของหลักสูตรกับความสามารถของผู้เรียน

3) การให้คำปรึกษาและการจัดกลุ่มในชั้นเรียนเป็นวิชาที่เด็กไม่สนใจเรียน บางครั้งก็ก่อให้เกิดปัญหาตามมานานาประการ

4) การจัดที่นั่งให้นักเรียนข้อนี้บางครั้งก่อให้เกิดปัญหาขึ้นมาได้ เช่น การให้เด็กชนมาก ๆ นั่งอยู่หลังชั้นอยู่ไกลสายตาคครูจะเป็นปัญหาเวลาเรียนได้มากกว่าการให้เขานั่งแถวหน้า

5) ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ควรแสดงออกถึงความเป็นมิตรไมตรีต่อกัน ครูสนใจรู้และช่วยแก้ไขปัญหานักเรียน

6) ความเป็นผู้นำและความสามารถของครู องค์ประกอบนี้ก็เป็นสิ่งจำเป็นต่อการสร้างวินัยให้กับนักเรียน

7) การมีสำนึกในความยุติธรรม ความไม่ลำเอียงด้วยอคติต่างๆ หากครูขาดจิตสำนึกนี้ไป นักเรียนจะไม่เคารพเชื่อฟัง

8) การเป็นที่ยอมรับว่าครูเป็นหัวหน้าของกลุ่มนักเรียน และเป็นหัวหน้าที่ไม่ได้ใช้อำนาจเผด็จการ

9) การให้นักเรียนมีการปกครองด้วยตนเองมากขึ้น

10) การพัฒนาการควบคุมตนเองหรือการมีวินัยแห่งตนนั้นควรกระทำตั้งแต่ยังอายุน้อย ๆ เพราะจะได้ผลมากกว่าการมีอายุมากขึ้น เริ่มทำเมื่อเด็กเข้าทำนอง “ไม้อ่อนดัดง่าย ไม้แก่ดัดยาก”



องค์ประกอบต่างๆ ดังกล่าวเหล่านี้จะเป็นแนวทางที่ช่วยให้ผู้เป็นครู ผู้บริหารการศึกษา ผู้ให้บริการแนะแนว และผู้รับผิดชอบในการจัดการศึกษา ได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาการควบคุมตนเองหรือการมีวินัยแห่งตนของนักเรียน ให้เกิดผลได้สมจริงมากขึ้นตามความมุ่งหมายของการศึกษาโดยทั่วไป

ดังนั้นเป้าหมายสำคัญของการศึกษา ควรจะเป็นการพัฒนาการควบคุมตนเอง หรือการสร้างวินัยแห่งตนให้บังเกิดขึ้นในตัวผู้เรียน เพื่อจะได้หมดความจำเป็นที่จะต้องมีการควบคุมโดยใช้อำนาจ

บุคคลในวงการศึกษาเห็นความจำเป็นของการมีวินัยและภายใต้เงื่อนไขบางประการยังจำเป็นต้องมีการควบคุมอย่างเข้มงวด การมีวินัยแห่งตนหรือการควบคุมตนเองได้เป็นเครื่องหมายสำคัญที่บ่งบอกถึงการมีวุฒิภาวะ คนที่ควบคุมตนเองอย่างมีวุฒิภาวะเท่านั้นที่จะสามารถผัดผ่อนการสนอง

ความพึงพอใจออกไปและยอมรับกับความไม่สะดวกสบายเฉพาะหน้าด้วยความเต็มใจ เพื่อที่จะได้บรรลุเป้าหมายที่อยู่ไกลออกไป

การฝึกฝนวินัยแห่งตนของโรงเรียนควรมีจุดประสงค์เพื่อการพัฒนาการควบคุมตนเองโดยผ่านกระบวนการขัดเกลาทางสังคม (socialized self-control) คือให้เป็นคนปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมทางสังคม มีการควบคุมพฤติกรรมของตนเองโดยคำนึงถึงสวัสดิภาพของผู้อื่นภายในสังคมตามความเหมาะสมซึ่งจะต้องค่อยๆ ฝึกฝนอบรมกันไป เพราะจะกระทำไม่ได้ไม่เสร็จเรียบร้อยภายในระยะเวลาอันสั้นและเมื่อเด็กมีการควบคุมตนเองได้มากขึ้น ผู้ใหญ่ก็ต้องลดการควบคุมให้น้อยลงไป และให้เสรีภาพแก่เด็กเท่าที่เด็กสามารถใช้เสรีภาพนั้นได้ด้วยความรับผิดชอบอย่างเหมาะสม

ปรีชา ธรรมา

## บรรณานุกรม

บัญญัติานันทภิกขุ. ธรรมะสำหรับผู้ครองเรือน. บริษัทพิมพ์ดี จำกัด, มปป.

Ausubel, David P., Novak, Joseph D. and Hanesian, Helen. **Educational Psychology : A cognitive View.** 2<sup>nd</sup> ed. New York : Holt, Rinehart and Winston, 1978.

Ellis, Robert S. **Educational Psychology : A Problem Approach.** New York : D.Van Nostrand Company, Inc, 1952.

Garrison, Karl C. and Magoon, Robert A. **Educational Psychology : An Integration of Psychology and Educational Practices.** Columbus : Charles E. Merrill Publishing Company, 1972.

Rogers, Carl R. and Skinner, B.F. **Some Issues Concerning the Control of Human Behavior : A Symposium.** 1966. mimeographed.