

# ความสำคัญของจิตวิทยา



## หัวข้อในบทเรียน



- ▶ 1. ความสำคัญของจิตวิทยา
- ▶ 2. ประโยชน์ของการศึกษาวิชาจิตวิทยา
- ▶ 3. วิธีการศึกษาทางจิตวิทยา



## ความสำคัญของวิชาจิตวิทยา

- ▶ 1. เพื่อให้นักศึกษาได้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ตลอดจนพัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และเชาว์ปัญญา
- ▶ 2. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจพฤติกรรมต่าง ๆ ของตนเองและผู้อื่น
- ▶ 3. เพื่อให้นักศึกษาสามารถนำความรู้ทางจิตวิทยาไปใช้ในการแก้ปัญหาของตนเอง
- ▶ 4. เพื่อให้นักศึกษาสามารถนำความรู้ทางจิตวิทยาไปใช้ในการปรับตัว สามารถเข้า กับสังคมได้ อย่างมีความสุขและไม่ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน
- ▶ 5. เพื่อให้นักศึกษานำจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้ ในการดำรงชีวิต การประกอบอาชีพ และการทำงานต่าง ๆ ได้อย่างเป็นสุข

## ประโยชน์ของการศึกษาวิชาจิตวิทยา

- ▶ 1. ทำให้มีความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ยอมรับตนเอง
- ▶ 2. ทำให้มีความเข้าใจในพฤติกรรมของคนอื่น มีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น ยอมรับคนอื่น
- ▶ 3. ทำให้สามารถวิเคราะห์ถึงสาเหตุของพฤติกรรม เป็นคนมีเหตุผลและยอมรับเหตุผล
- ▶ 4. ทำให้มีความสามารถในการปรับตัว มีการปรับปรุงตนเอง มีบุคลิกดี มีมนุษยสัมพันธ์ มีสุขภาพจิตดี
- ▶ 5. นำความรู้ทางพฤติกรรมไปประยุกต์ใช้กับวิชาชีพ ทำให้เกิดความก้าวหน้าในวิชาชีพ

## ประโยชน์ของการศึกษาวิชาจิตวิทยา

- ▶ 6.มีทัศนคติที่ดีต่อการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน การสงเคราะห์คนอื่น การรักในสันติภาพ
- ▶ 7.เป็นคนทันสมัย มีโลกทัศน์กว้าง มีคุณธรรม
- ▶ 8.เป็นคนน่าเชื่อถือ
- ▶ 9.ส่งเสริมความรักความอบอุ่นในครอบครัว เพิ่มคุณภาพชีวิต ไม่สร้างปัญหาให้แก่สังคม
- ▶ 10.ระมัดระวังในสุขภาพของตนเองและผู้อื่นให้มีชีวิตที่ดี

## ความสำคัญของวิชาจิตวิทยา

- ▶ สามารถทำให้บุคคล ยอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่น/รักตนเองและรักผู้อื่น ต้องอยู่บนพื้นฐานของความเชื่อเรื่องมนุษย์มีความแตกต่างกัน จึงทำให้เรา แต่ละคน ไม่เหมือนกัน หลายคนหลายความคิดแต่การจะอยู่ ร่วมกันให้ชีวิตมีคุณค่า บุคคลควรยอมรับในความแตกต่างของ บุคคล และพร้อมที่จะเคารพความเป็นมนุษย์ เสมอกัน หรืออาจ กล่าวได้ว่าจิตวิทยาให้ความสำคัญแก่บุคคลทุกคนเสมอกัน

## วัตถุประสงค์ของวิชาจิตวิทยา

- ▶ 1.เพื่อการอธิบายพฤติกรรม  
(**explanation of behavior**)
- ▶ 2.เพื่อการทำนายพฤติกรรม  
(**prediction of behavior**)
- ▶ 3.เพื่อการควบคุมพฤติกรรม  
(**control of behavior**)

## วิธีการศึกษาทางจิตวิทยา

นักจิตวิทยาจะใช้วิธีการต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การตรวจสอบตนเอง
2. การสังเกต
3. การศึกษาบุคคลเป็นรายกรณี
4. การสัมภาษณ์
5. การทดสอบ

ดังจะอธิบายต่อไปนี้

## 1. การตรวจสอบตนเอง

► หมายถึง การตรวจสอบตนเองด้วยการย้อนทบทวนการกระทำและ ความรู้สึกนึกคิดของตนเองในอดีตที่ผ่านมา แล้วบอกความรู้สึกออกมา โดยการอธิบายถึงสาเหตุและผลของการกระทำในเรื่องต่างๆ

เช่น ต้องการทราบว่า ทำไมเด็กนักเรียนคนหนึ่งจึงชอบพูดปดเสมอ ก็ให้เล่าเหตุการณ์ในอดีตที่เป็นสาเหตุให้มีพฤติกรรมเช่นนั้น ก็จะทำให้ทราบที่มาของพฤติกรรมและได้แนวทางในการที่จะช่วยเหลือแก้ไขพฤติกรรมดังกล่าวได้

การตรวจสอบตนเอง จะได้รับข้อมูลตรงตามความเป็นจริงและเป็นประโยชน์ เพราะผู้รายงานมี ประสบการณ์และอยู่ในเหตุการณ์นี้ เผลิงๆ ถ้าหากผู้รายงานจดจำเหตุการณ์ได้แม่นยำ มีความจริงใจในการรายงานอย่างซื่อสัตย์ไม่ปิดบัง ปิดป้องความจริง

## 2. การสังเกต



► หมายถึง การเฝ้าดู  
พฤติกรรมในสถานการณ์ที่  
เป็นจริงอย่างมี จุดมุ่งหมาย  
โดยไม่ให้ผู้ถูกสังเกตรู้ตัว  
การสังเกต แบ่งเป็น 2  
ลักษณะคือ

### ► 1 การสังเกตอย่างมีแบบแผน

มีการเตรียมการ ล่วงหน้า มีการวางแผน มีกำหนดเวลา สถานการณ์  
สถานที่ พฤติกรรมและบุคคลที่จะสังเกตไว้เรียบร้อยแล้ว เมื่อถึงเวลาที่  
นักจิตวิทยาวางแผนก็จะเริ่มทำการสังเกตพฤติกรรมตามที่กำหนด และ  
ผู้สังเกตพฤติกรรมจะจดพฤติกรรมทุกอย่างในช่วงเวลานั้นอย่าง  
ตรงไปตรงมา

### 2 การสังเกตอย่างไม่มีแบบแผน

การสังเกตโดยไม่ต้องมีการเตรียมการล่วงหน้าหรือวางแผนล่วงหน้าแต่  
สังเกตตามความสะดวกของผู้สังเกตคือ จะสังเกต ช่วงเวลาใดก็ได้แล้ว  
ทำการจดบันทึกพฤติกรรมที่ตนเห็นอย่างตรงไปตรงมา

## ► ข้อดีของการสังเกต

ช่วยให้ได้ข้อมูลละเอียด ชัดเจน และตรงไปตรงมา เช่น การสังเกต อารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลต่อสถานการณ์ต่างๆ ทำให้เห็นพฤติกรรมได้ชัดเจนกว่าการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการอื่นๆ



### 3. การศึกษาบุคคลเป็นรายกรณี (Case Study)

- ▶ หมายถึง การศึกษารายละเอียดต่างๆของบุคคล แต่ต้องใช้เวลาศึกษาติดต่อกันเป็นระยะเวลาหนึ่ง เพื่อรวบรวมข้อมูลมาวิเคราะห์ เพื่อให้เข้าใจถึงสาเหตุของพฤติกรรม หรือลักษณะพิเศษที่ผู้ศึกษาต้องการทราบ เพื่อหาทางช่วยเหลือแก้ไขปรับปรุง ส่งเสริมพฤติกรรมให้เป็นไปในทางสร้างสรรค์



## 4.การสัมภาษณ์(Interview)



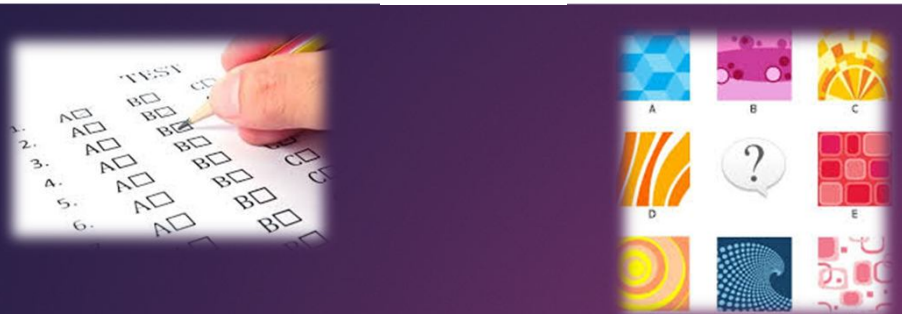
หมายถึง การสนทนากันระหว่างบุคคล ตั้งแต่**2**คนขึ้นไปโดยมีจุดมุ่งหมาย การสัมภาษณ์มีหลายจุดมุ่งหมาย เช่น การสัมภาษณ์เพื่อความคุ้นเคย สัมภาษณ์เพื่อคัดเลือกบุคคลเข้าทำงาน สัมภาษณ์เพื่อคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อ สัมภาษณ์เพื่อการแนะ เพื่อให้ได้ข้อมูลหรือข้อเท็จจริงต่างๆ และใช้ในการตัดสินใจ

## การสัมภาษณ์ที่ดี

- ▶ ต้องศึกษารายละเอียดต่างๆ ตั้งแต่เรื่องประวัติ เรื่องราวของครอบครัว ประวัติ พัฒนาการ ประวัติสุขภาพ ผลทางการเรียน ความสนใจ ความถนัด

การรวบรวมข้อมูลอาจใช้ เทคนิควิธีต่างๆ เช่น การสังเกต การสัมภาษณ์ การใช้แบบทดสอบ เป็นต้น เพื่อเป็นการประมวลผลให้ได้ข้อมูลให้ละเอียดและตรงจุดให้มากที่สุด





## 5.การทดสอบ(Testing)



หมายถึง การใช้เครื่องมือที่มีเกณฑ์ในการวัด  
ลักษณะของพฤติกรรม โดย ให้ผู้รับการ  
ทดสอบเป็นผู้ตอบสนองต่อแบบทดสอบ  
เป็นแบบทดสอบภาษา และแบบปฏิบัติการ  
หรือลงมือทำ เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับบุคคล  
ตามจุดมุ่งหมาย แบบทดสอบที่นำมาใช้ในการ  
หาข้อมูล ได้แก่ แบบทดสอบบุคลิกภาพ  
แบบทดสอบความสนใจ เป็นต้น

## คำถามท้ายบท



- ▶ 1. นักศึกษาคิดว่าวิชาจิตวิทยามีความสำคัญเกี่ยวกับอาชีพในสายงานบริการหรือไม่ และจงอธิบายเหตุผล
- ▶ 2. วิธีการศึกษาทางจิตวิทยา ประกอบด้วยกี่วิธีและมีวิธีใดบ้าง
- ▶ 3. จงบอกข้อดีของการสัมภาษณ์