



การคิดอย่างเป็นระบบตามแนวทฤษฎีทางจิตวิทยา

SYSTEMATIC THINKING BASED ON PSYCHOLOGICAL THEORIES

บทคัดย่อ

การคิดแบบเป็นระบบ คือ การมองสภาพต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง รอบคอบ ซึ่งคนจะคิดแบบเป็นระบบได้นั้นต้องเป็นคนช่างสังเกต ช่างคิดวิเคราะห์ รู้ผิด รู้ถูก เก็บข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้นให้มากพอ ก่อนจะตัดสินใจนำไปใช้ในการแก้ปัญหา และการแก้ปัญหาของบุคคลคนนั้น จะเป็นแบบเกิดการหยั่งเห็นก่อนลงมือกระทำเสมอ

Abstract

Systematic thinking means viewing things broadly and cautiously. The one who possesses systematic thinking needs to be observant, analytical and righteous. Before making any decision, he will collect sufficient data and then is able to perceive the result before the action.

ทฤษฎีของเลวิน

ทฤษฎีของเลวิน และทฤษฎีกลุ่มสังคมนิยม เช่น ชัลลิสแวน เน้นเรื่อง สิ่งแวดล้อม ทุกอย่างมีอิทธิพลต่อการกระทำ ความคิด เจตคติ ค่านิยม ของคนตั้งแต่เริ่มเกิดจนถึงตาย เช่น สถานการณ์ปัจจุบัน เศรษฐกิจ ศาสนา การชิงดีชิงเด่น มีใครยั่วสาวได้สาวเอา พอคนอายุมากขึ้นจะดูแลสุขภาพแวดล้อมได้มากขึ้น ด้วยการรู้จักสังเกต คิดวิเคราะห์ และน่าจะทำการจดบันทึกไว้ จะทำให้คิดอะไรได้กว้างขึ้น เป็นระเบียบขึ้น ถ้ามีการฝึกให้คิดและลองเขียนดู ลองอ่านดู คิดทบทวนและสังเคราะห์ทุกสิ่งทุกอย่างเข้าด้วยกัน จิตใจว่าเราจะคิดไม่ออก ถ้าทำจิตใจให้สงบแล้วนั่งพิจารณาถึงสิ่งที่เราจะทำ หรือปัญหาที่เกิด และควรแก้ไขอย่างไร ได้อย่างเป็นขั้นตอนเป็นระบบมากขึ้น

¹ รองศาสตราจารย์, อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์

อารี ดันท์เจริญรัตน์



การคิด การแก้ปัญหาแบบต่าง ๆ สามารถยกทฤษฎีทางจิตวิทยามาประกอบได้ดังเช่น การเรียนรู้แบบ การแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์ จะประกอบด้วยกระบวนการต่าง ๆ คือ

- คิดตั้งโจทย์หรือตั้งปัญหาที่จะทำจะตอบหรือแก้ไข
- ตั้งสมมติฐานไว้หลายอย่าง
- เก็บข้อมูลให้ครบตามสมมติฐาน
- ทดลองใช้วิธีการตามสมมติฐานแต่ละข้อ
- สรุปผลการใช้ทั้งหมด
- ติดตามผลประเมินผล ดูว่าวิธีไหนได้ผลดีบ้าง สรุปไว้ใช้ต่อไป วิธีไหนไม่ดี ไม่ได้ผล สรุปว่าไม่ควรนำไปใช้

ทฤษฎีของธอร์นไดค์

ทฤษฎีของธอร์นไดค์ บางคนเรียกทฤษฎีเชื่อมโยง บางคนเรียกทฤษฎีลองผิดลองถูก ซึ่งอาจผ่านกระบวนการลองผิดลองถูกมาก่อน เช่น

- ทำหลาย ๆ อย่างในการตอบสนองของสิ่งเร้า
- ตัดสิ่งที่ไม่ได้ผลออกไป
- โยงสิ่งที่ทำแล้วได้ผลไว้ใช้
- สรุปกฎเกณฑ์ไว้ใช้ต่อไป

บางอย่างคนมีประสบการณ์มามากแล้ว อาจเรียนรู้และแก้ปัญหาโดยการหยั่งเห็น (insight) เช่น เด็กเล็กมีพวงกุญแจจะใช้ลองไขทุกลูก สำหรับผู้ใหญ่จะดูรูปร่างของลูกกุญแจ และวิเคราะห์ว่าลักษณะแบบนี้ไขประตูแบบมีลูกบิด แบบนี้ไขกุญแจลิ้นชักโต๊ะ แบบนี้ไขกุญแจประนาท้วงคล้อง ก็เลือกใช้เฉพาะลูกกุญแจตามรูปแบบของแม่กุญแจที่จะไข ซึ่งเรียกการคิดแบบนี้ว่าเกิดการหยั่งเห็น (insight)

กฎของทฤษฎีของธอร์นไดค์ มีว่าคนจะเรียนรู้หรือแก้ปัญหาได้ดี หรือลองผิดลองถูกแล้วจะประสบผลสำเร็จเร็วช้า มากน้อยขึ้นอยู่กับสิ่งสำคัญต่อไปนี้

1. ความพร้อมของผู้จะกระทำ เช่น อายุ ความรู้พื้นฐาน ประสบการณ์ในการทำสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งนั้น



2. การฝึกหัด ก็เกี่ยวกับการกระทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ ต่อเนื่องตลอดเวลา จะทำให้ชำนาญในการกระทำ หรือการคิดแก้ปัญหาสิ่งนั้น

3. ผลที่ได้ผล ถ้าสิ่งที่ทำมานั้นควรกระทำ รู้ผลการกระทำว่าดี ก็จะทำซ้ำอีก ยิ่งถ้าได้รับคำชม รางวัล การยอมรับยกย่องจากสังคมจะเกิดความภูมิใจ และจะมีความพยายามทำสิ่งนั้นหรือสิ่งอื่น ๆ ต่อไป อีก

ทฤษฎีของทอลแมน

ทอลแมน เชื่อว่า การอ่านมาก ฟังมาก เห็นมาก ทำมาก จะทำให้คนมีวิธีการที่จะใช้ในการแก้ปัญหาได้มาก และการที่คิดถึงสิ่งใดว่าจะทำอะไรตรงไหน ทางไหน จะเกิดเป็นภาพขึ้นในสมองก่อน เช่น จะเดินทางจากวัดพระศรีรัตนมหาธาตุไปห้างสรรพสินค้าบิกซี มีเส้นทางไปได้หลายทาง จะมีภาพปรากฏในสมอง เหมือนเห็นเป็นแผนที่ของเส้นทางต่าง ๆ ไปทางนี้ผ่านอะไร จะทำธุระอะไร รถติดหรือไม่ ใช้เวลาประมาณเท่าไร

ทุกสิ่งทุกอย่างที่คนเห็น สิ่งที่ได้จากการเคยอ่าน เคยดู เคยฟัง เคยทำ จะเป็นความรู้แฝงคิดเกิดขึ้น ในตัวบุคคล ซึ่งก็จะเป็นประโยชน์ในการมีข้อมูลไว้ใช้ในการแก้ปัญหา หรือตอบสนองสิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น

ทฤษฎีกลุ่มเกสตัลท์

ทฤษฎีกลุ่มเกสตัลท์ สรุปว่าในภาพที่เห็น หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ จะมีทั้งส่วนเด่น (Figure) หรือ ส่วนที่สะดุดตา หรือส่วนที่มีขอบเขต และส่วนพื้น (Ground) หรือส่วนประกอบอื่นๆ ที่ไม่มีขอบเขตตายตัว

ถ้าเราดูภาพโดยรวมทั้งหมด และวิเคราะห์ออกมาว่าดูตรงนี้เป็นภาพอะไร (จากส่วน Figure) และจากส่วนที่เหลือเป็น Ground จะดูเป็นภาพอะไรหรือพิจารณาแต่ละสิ่งๆ ที่มีทั้งผลดีและผลเสีย เวลาเรามองก็มองให้รู้ทั้งผลดี ผลเสีย ที่เรามองสิ่งที่ดีจะเกิดอะไรขึ้น ถ้ามองสิ่งที่ไม่ดีจะเกิดอะไรขึ้น เช่น ในภาพหมู่ มีคน มีวิว เราจะดูภาพคน (Figure) หรือเราจะดูภาพวิว (Ground)

นอกจากเราดูกลุ่มคนแล้ว ถ้ามีเราอยู่ในภาพเราจะดูตัวเรา (Figure) มากกว่าจะดูภาพคนอื่น (Ground)

นอกจากนี้กลุ่มเกสตัลท์ ยังกล่าวว่า การรับรู้ คนควรรับรู้แบบส่วนรวม (as a whole) โดยมักจะ หรือควรจะรับรู้ตามระบบต่อไปนี้เพื่อให้การรับรู้ได้ดี จำได้ง่าย จำได้ดี จำได้นาน คือ



1. กฎแห่งความใกล้ชิด อะไรใกล้ ๆ กันจะรู้เป็นหน่วยเดียวกัน หรือโยงเข้าหาสิ่งที่ใกล้ตัวจะเข้าใจง่าย

2. กฎแห่งความเหมือน อะไรที่เหมือนกันจะรับรู้เป็นหน่วยเดียวกัน แม้กระทั่งอะไรที่คล้ายกันเราก็ควรแยกแยะอะไรกับ อะไรที่ต่างกัน หรืออะไรที่เหมือน ๆ กัน จับกลุ่มเป็นกลุ่มเดียวกัน เช่น อักษรกลาง อักษรสูง อักษรต่ำ การใช้สระไอ ไหม้วน (ไ.)

3. กฎแห่งความสมบูรณ์ และความต่อเนื่อง อะไรที่ไม่สมบูรณ์ในตนเอง คนมักจะอาศัยประสบการณ์ของตนต่อเติม หรือโยงให้ต่อเนื่องกันเพื่อให้เกิดเป็นภาพหรือเป็นวัตถุอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา

ตามปกติถ้าเราดูอะไรที่ไม่มีความสมบูรณ์เราจะใช้ประสบการณ์ที่มีอยู่เดิมให้มีความสมบูรณ์มากขึ้น เช่น พูดว่าได้กลิ่นกระดาศ คนอาจต่อเติมจากการฟังและรับรู้ว่ามีกลิ่นกระดาศที่เก่า ๆ ที่ฝุ่นเกาะ บางคนต่อเติมจากการฟังและการรับรู้ว่ามีกลิ่นกระดาศหอม เป็นต้น

ดังนั้น ถ้าจะทำหรือจะพูดอะไรควรระลึกถึงข้อนี้ ก็ควรทำ หรือพูดให้มีความสมบูรณ์ในตัว หรือมีความชัดเจนที่สุด

กลุ่มวิเคราะห์องค์ประกอบพฤติกรรม

นักจิตวิทยาบางคนเชื่อว่าการจะเข้าใจการกระทำ ของบุคคลต้องรู้จักสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่คน จะทำ โดยทั่วไปกระบวนการของพฤติกรรมจะมีดังนี้

1. เป้าหมาย เราต้องวิเคราะห์ตัวเอง วิเคราะห์ปัญหาว่าเราต้องการอะไร เป้าหมายอะไร
2. สถานการณ์ เราต้องวิเคราะห์ตัวเอง วิเคราะห์ปัญหามองมีองค์ประกอบหรือลักษณะอะไรบ้าง
3. แปลความหมาย แปลสถานการณ์ วิเคราะห์สถานการณ์ที่เราจะต้องแก้ไขจะต้องทำ ต้องตอบสนอง
4. ความพร้อม วิเคราะห์ตัวเองจากการแปลความหมาย สถานการณ์ว่าตัวเองมีความพร้อมในการแก้ปัญหา สถานการณ์นั้นมากน้อยเพียงใด ถ้าพร้อมก็เกิดขึ้นต่อไป
5. ลงมือกระทำ หรือทดลองทำ หรือตอบสนอง
6. ผลที่ตามมา ถ้าผลที่ตามมาดี เป็นที่น่าพอใจคนก็จะเริ่มทำต่อหรือทำซ้ำอีก ถ้าผลที่ตามไม่ได้ผล หรือไม่เป็นที่น่าพอใจก็ถึงขั้นต่อไป
7. ย้อนกลับ หรือกลวิธีในการปรับปรุง หรืออาจเริ่มตั้งแต่ขั้นแรกใหม่

อารี ดันท์เจริญรัตน์



การทำทั่วไป บางทีเราไม่รู้ว่าจะทำอะไร เราจึงทำอย่างนี้ จริงๆ แล้วการกระทำทุกอย่างของคนเรามีเป้าหมาย แต่ไม่ทันรู้ตัว ทำไปโดยอัตโนมัติก็เลยทำให้เกิดปัญหาตามมามากมาย

ดังนั้น ก่อนทำอะไรต้องคิดก่อนทำ คิดก่อนพูด คิดก่อนเขียน ถ้าเราไม่มีสติ ไม่มีสมาธิ เราจะไม่ทันได้คิด หรือคิดไม่ออก

นั่นคือต้องเริ่มจากการตั้งสติ วิเคราะห์จุดเริ่มต้น ตั้งแต่ก่อนทำ ค่อย ๆ ทำ (ใจเย็น ๆ) เมื่อทำแล้วไม่ได้ผลก็นำปัญหาเดิมมาวิเคราะห์ หรือพิจารณา ช่วงมีสติ มีสมาธิจะมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น รอบคอบขึ้น มองภาพรวมได้ทั้งหมด และสามารถมองได้เป็นระบบครอบคลุมทุกสิ่งเรื่องที่เราจะทำ จะแก้ปัญหา

เมื่อคิดได้แล้ว จดบันทึกเป็นโครงสร้างเป็นข้อ ๆ แล้วเขียนหรือคิดแต่รายละเอียดต่อไป ถ้าทำเช่นนี้บ่อย ๆ จะเกิดความเคยชิน และทำจนติดเป็นนิสัย

การคิดแบบเป็นระบบได้ต้องผ่านกระบวนการฝึกคิดวิเคราะห์ เช่น เราได้ข้อมูลข่าวสารมาก่อนจะเชื่อจะตัดสินใจต้องผ่านกระบวนการต่อไปนี้ก่อน

อันดับแรก ต้องเก็บข้อมูลข่าวสารก่อน ข่าวมาจากไหน ดูว่าเป็นข่าวมาจากใคร ใครเป็นเจ้าของ และต้องพิจารณาต่อไปว่า ข่าวเป็นการโฆษณาชวนเชื่อ หรือเป็นการประท้วง การโจมตี ข่าวประเภทเสียชื่อเสียงหรือเป็นข้อเท็จจริง เป็นเหตุผลจริงหรือหลอก ๆ ต้องผ่านกระบวนการกลั่นกรองหรือพิสูจน์ก่อนที่จะเชื่อหรือนำมาใช้ในการแก้ปัญหาหรือตอบสนอง หรือลงมือกระทำ

นอกจากการวิเคราะห์ข่าวแล้ว ยังมีลักษณะต่าง ๆ ที่เป็นองค์ประกอบที่จะช่วยให้คนคิดอย่างเป็นระบบได้ เช่น

- ฝึก คิด วิเคราะห์
- ฝึกเก็บข้อมูลข่าวสารที่เชื่อถือได้
- ฝึกคิดแบบการแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์

การคิดแบบเชื่อมโยงตามแนวของ ธอร์นไคค์ ได้แก่ ความพร้อม (สมองใช้คิด อ่าน ได้ประมาณ 1 ชั่วโมง) ควรมีตารางการปฏิบัติงาน ทำตามตารางให้ได้ ฝึกจนเป็นนิสัย ให้กำลังใจตัวเอง

มีหลักในการถ่ายโยงประสบการณ์เก่ามาใช้ในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ใหม่ ยกขั้นตอนการลงมือลงมือลงมือมาสรุปและโยงไปไว้ใช้

อารี ดันท์เจริญรัตน์



มีหลักในการจำข้อมูลข่าวสาร ข้อเท็จจริง หลักวิชาการที่เชื่อถือได้ไว้เป็นแนวในการนำไปใช้ในการ
คิดแก้ปัญหา ได้แก่

- มีการสังเกต
- มีการแบ่งเวลาในการทำงาน
- ฝึกวินัยให้ตัวเอง เก็บของเป็นที่เมื่อใช้งานเสร็จ เก็บเข้าที่เดิม
- มีการบันทึก
- มีหลักในการจำ จัดข้อมูลทีอ่าน ที่ฟังมาไว้ เป็นหมวดหมู่ มีการเขียนให้เห็นชัดเจน
- มีการอ่านทบทวน
- มีการนำไปใช้

นอกจากนี้แล้วยังต้องมีความรอบคอบ ใจเย็น มีสติ สมาธิ คิดถึงว่าจะทำเพื่ออะไร (อะไรคือ
เป้าหมาย)

เอกสารอ้างอิง

พรรณราย ทรัพย์ประภา. (2548). **จิตวิทยาประยุกต์ในชีวิตและการทำงาน**. กรุงเทพฯ

สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2544). **จิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพฯ : พัฒนาการศึกษา.

วิภาพร มาพบสุข. (2547). **จิตวิทยาการทำงาน**. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

สุรางค์ คุ้มตระกูล. (2541). **จิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

อารี ดันท์เจริญรัตน์. (2551). **จิตวิทยาการเรียนรู้**. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยนครสวรรค์.

Moore, Brooke Noel and Parker, Fichard. (1986). **Critical Thinking**. Callifornia Mayfield
Publishing Company.