



ความหมายของการมองตนเอง

จากการศึกษาในเรื่องของการมองตนเองโดยทั่ว ๆ ไปจะพบว่าบุคคลมองภาพพจน์ของตนเองจากสภาพ 2 ประการ คือ สภาพทางร่างกายและสภาพทางจิตใจ การมองตนเองตามสภาพร่างกายนั้นบุคคลจะมองตนเองในเรื่องของรูปร่างลักษณะทางกายซึ่งจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเขาด้วย ส่วนการมองตนเองตามสภาพทางจิตใจจะเป็นการมองตนเองทางด้านคุณลักษณะต่าง ๆ เช่น ความซื่อสัตย์ ความมีอิสระ ความมั่นคงปลอดภัย ความบกพร่องต่าง ๆ เป็นต้น และการมองตนเองเหล่านี้จะเกิดจากการที่บุคคลมีความสัมพันธ์กับคนอื่นในสังคมเป็นประการสำคัญ¹

การที่จะศึกษารายละเอียดอื่น ๆ เกี่ยวกับการมองตนเอง การจะศึกษาให้ทราบถึงว่าการมองตนเองนั้นคืออะไรเสียก่อน จึงจะทำให้สามารถศึกษารายละเอียดอื่น ๆ ต่อไปได้อย่างถูกต้อง ได้มีนักจิตวิทยาหลายท่านให้ความสนใจในเรื่องราวของการมองตนเอง โดยที่แนวคิดเกี่ยวกับเรื่องของตน (Self)

¹ Roymond F. Gale, Developmental Behavior, (London : The Macmillian Company Collier - Macmillian Limited, 1975), pp. 494 - 495.

เริ่มเป็นที่สนใจครั้งแรกในแวดวงของนักปรัชญา

ในยุคนั้นเมื่อมีการกล่าวถึงคน ก็มักจะใช้คำต่าง ๆ กัน เช่น จิตใจ (spirit) บาง หรือ จิต (psyche) บาง หรือ วิญญาณ (soul) บาง สำหรับแนวความคิดเรื่องคนนั้นมาเป็นที่สนใจกันแพร่หลายในหมู่นักจิตวิทยา ขณะนั้น เริ่มมาจากวิลเลียม เจมส์ (William James) ได้เขียนเรื่องราวเกี่ยวกับคนไว้ในหนังสือชื่อ ปรีนซิเบิล ออฟ ไชโคโลยี (Principle of Psychology) ซึ่งมีพิมพ์ในปี 1890 ในที่นี้ชื่อว่า เดอะ คอนเชียส ออฟ เซลฟ์ (The Conscious of Self) ซึ่งเป็นบทที่ยาวที่สุดในหนังสือชุดนี้ แต่แนวความคิดเกี่ยวกับเรื่องนี้ได้ถูกละเลยไปในครั้งแรกของศตวรรษที่ 20 เพราะนักจิตวิทยากลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) ซึ่งเน้นความสำคัญของจิตวิทยาการทดลอง และเป็นพวกที่มีชื่อเสียงอยู่ในระยะนั้น ได้วิจารณ์และค้านว่าทฤษฎีเกี่ยวกับเรื่องคนไม่ได้อยู่ในขอบเขตของวิชาจิตวิทยา จนกระทั่งปี 1923 ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับอีโก้ (ego) ขึ้นมา และอีโก้ของฟรอยด์มีส่วนคล้ายคลึงกับคนของเจมส์ จึงทำให้แนวความคิดเรื่องคนกลับมาเป็นที่สนใจอีกครั้งหนึ่ง ได้มีการศึกษาค้นคว้า และวิจัยเกี่ยวกับเรื่องคนกันอย่างกว้างขวางตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

คำว่า คน (Self) ที่นักจิตวิทยาใช้มีความหมายกว้างมาก ในบางครั้งนักจิตวิทยาก็ใช้คำว่าคน (Self) ในขณะที่หมายถึงอัตมโนทัศน์หรือการมองตนเอง (Self Concept) ง่าย

ฮอลล์ และ ลินด์ซี ¹ (Hall and Lindzey) ได้กล่าวถึงความหมายของคน (Self) ที่ใช้ในหมู่นักจิตวิทยาเป็น 2 ประการคือ

¹

Dalvin S. Hall, and Gardner Lindzey, Theory of Personality .(New York : John Wiley & Sons, 1969), p. 468.

1. คนในแง่วัตถุ (Self - as object) ซึ่งหมายถึง ทัศนคติ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยมทั้งหมดที่บุคคลมีต่อรูปร่างลักษณะพฤติกรรม คุณค่าของตนเองในฐานะที่เป็นบุคคลคนหนึ่ง หรือหมายถึงวิถีทางที่บุคคลรับรู้และประเมินผลเกี่ยวกับตนเอง

2. คนในแง่กระบวนการ (Self - as - process) ซึ่งหมายถึง คนในฐานะผู้กระทำกิจกรรมต่าง ๆ อันได้แก่ การคิด การพิจารณา รับรู้ การจัดการกับสิ่งแวดล้อม

การมองตนเองก็เช่นเดียวกันจะมีการแบ่งออกในรูปแบบเดียวกับคน คือ

1. การมองตนเองในแง่ของวัตถุ (Self - Concept - as - object) ซึ่งหมายถึง ลักษณะสำคัญของบุคลิกภาพซึ่งจะทำให้บุคคลมีความแตกต่างกันใน ทัศนคติ แรงจูงใจ และความสามารถ ทั้งนี้จะเป็นการกำหนดพฤติกรรม การรับรู้ การป้องกันตนเอง การแสดงออก แรงจูงใจ และทางด้านความรู้

2. การมองตนเองในแง่กระบวนการ (Self - Concept-as-process) ซึ่งหมายถึง การมองตนเองในแง่ของผู้กระทำกิจกรรมต่าง ๆ หรือเป็นผลของการมองตนเองในรูปแบบธรรมชาติ ซึ่งการมองตนเองจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล

วิลเลียม เจมส์¹ (William - James) นักจิตวิทยาคนแรกที่เขียนเกี่ยวกับเรื่องของตนได้กล่าวถึงตนใน 2 ลักษณะ คล้ายกับฮอลล์และจิ้นซ์ คือตนในฐานะผู้รับรู้ (The Self is regarded as a knower) และตนในฐานะผู้ถูกรับรู้ (The Self is regarded as an object of what is known)

¹ William James, Principle of Psychology, Vol.1. (New York: Dover, 1950), pp.291-305.

เจมส์เห็นว่าคนในฐานะผู้รับรู้ไม่ได้ช่วยให้เราเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลได้และควรจะเป็นเรื่องที่อยู่ในขอบเขตของวิชาปรัชญามากกว่า และได้ให้ความหมายของคนในฐานะผู้รับรู้ว่าเป็นสิ่งที่บุคคลนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งประกอบด้วยตนทางวัตถุ (material self) หมายถึงสิ่งต่าง ๆ ที่บุคคลนั้นเป็นเจ้าของ เช่น ร่างกาย ครอบครัวย สิ่งของต่าง ๆ คนในสังคม (social self) หมายถึงความคิดเห็นของผู้อื่นที่มีต่อบุคคลนั้น และตนในจิต (spiritual self) หมายถึงกระบวนการทางจิตใจ เช่น ความคิด อารมณ์ ความปรารถนา เป็นต้น

โรเจอร์¹ (Rogers) ได้ให้ความหมายของการมองตนเองไว้ว่าเป็นโครงสร้างของการรับรู้ (configuration of perception) ที่บุคคลมีต่อตนเองเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะ ความสามารถ การรับรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างตนกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม การรับรู้เกี่ยวกับคุณค่าของตัวเอง เป็นต้น โรเจอร์มีความเห็นว่า การมองตนเองพัฒนาขึ้นมาจากผลของการที่บุคคลได้มีความสัมพันธ์ (Interaction) กับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากการที่บุคคลได้รับการประเมินผลจากบุคคลอื่น

กู๊ด² (Good) ได้ให้ความหมายของการมองตนเองไว้ว่าเป็นการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถ รูปร่างลักษณะ การกระทำ กิจกรรมประจำวันของตนเองในฐานะที่เป็นบุคคลคนหนึ่ง

¹ Carl R. Rogers, Client - Centered Therapy (Boston : Houghton Mifflin, 1951), p. 36.

² Carter V. Good, (Ed.) Dictionary of Education (3 ed ; New York : McGraw Hill, 1973 , p. 254.

โวลแมน¹ (Wolman) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การมองตนเอง คือ การประเมินผลที่บุคคลมีต่อตนเอง

บาร์ตัสเซค (Bartussek) กล่าวว่า การมองตนเองเป็นผลรวมของทัศนคติและค่านิยมเกี่ยวกับพฤติกรรม ความสามารถ และคุณลักษณะของตนเอง²

ปาร์ค³ (Robert Ezra Park) มีความเห็นว่า การมองตนเองเป็นลักษณะของแต่ละบุคคล โดยเฉพาะจะเป็นสิ่งที่เป็นผลจากการประกอบอาชีพและบทบาททางสังคม ซึ่งก็จะแตกต่างกันไปตามสังคมที่เราอยู่ นอกจากนี้ยังรวมไปถึงการยอมรับและสถานภาพทางสังคมของบุคคลด้วย ซึ่งการยอมรับทางสังคมจะทำให้เกิดบุคลิกลักษณะของบุคคลขึ้นมา

ออสซูเบล และ โรบินสัน⁴ (Ausubel and Robinson) เห็นว่า การมองตนเองเป็นความรู้สึกที่มีต่อตนเองในทางดีหรือทางไม่ดี (affective) และทัศนคติ

¹ Benjamin B. Wolman, (Ed) Dictionary of Behavioral Science : (New York : McMillian, 1973), p.342.

² D.Bartussek, "Self Concept," Encyclopedia of Psychology, edited by H.J. Eysenek, W. Arnold and R. Meilli, III (1973),p.185.

³ Lewis A. Coser, Masters of Sociological Thought (New York : Harcourt Brace Jovanovich, Inc., 1971), p. 365.

⁴ David P. Ausubel and Floyd G. Robinson, School Learning (New York : Holt, Rinchart and Winston, 1969), p. 405.

(attitude) ของบุคคลที่มีต่อตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะที่ซับซ้อนมาก

แหล่งกำเนิดของการมองตนเอง (Source of Self - Concept)

จากที่กล่าวถึงความหมายของการมองตนเอง (Self - Concept) มาแล้วข้างต้น ก็คงพอจะสรุปได้ว่า การมองตนเองก็คือ ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึกนึกคิด ที่บุคคลที่มีต่อตนเองในทุก ๆ ด้าน จึงเป็นที่น่าสนใจที่จะศึกษาต่อไปถึงสาเหตุของการเกิดการมองตนเองอีกประการหนึ่งด้วย

ในเรื่องของการเกิดการมองตนเองของบุคคลนั้นได้มีผู้กล่าวถึงเรื่องนี้หลายท่านด้วยกัน ดังเช่น

จอร์จ มีด (George Mead) ได้ให้ความคิดเห็นว่า การมองตนเองเกิดจากการติดต่อสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งจะเป็นการที่ทำให้บุคคลสามารถที่จะรับทราบได้ว่าบุคคลอื่นจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบตอบตนอย่างไร และเขาควรจะต้องปฏิบัติตัวอย่างไรเพื่อจะได้เป็นที่ยอมรับของสังคมปิด กล่าววา อนของบุคคลนั้นจะเกิดมาจากทางสังคมนั่นเอง ซึ่งจะเป็นองค์ประกอบสำคัญในการสร้างบุคลิกภาพของบุคคล

คูลเล (Cooley) เป็นอีกท่านหนึ่งที่คิดว่า การมองตนเองของบุคคลเกิดจากการติดต่อสัมพันธ์ทางสังคม (interaction)

ซัลลิแวน (Sullivan) ได้ให้ข้อคิดว่า การที่เด็กได้มีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่มีความสำคัญกับตัวเขา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง มารดาแล้วจะเป็นบุคคลที่สำคัญมากกว่าคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งจะทำให้เด็กได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ ซึ่งจะมีคความสำคัญมากในการเกิดความรู้สึกนึกคิดแบบต่าง ๆ อันอาจจะมีผลทำให้เด็กเกิดความวิตกกังวลได้¹

¹Seymour Epstein, "The Self - Concept Revisited or a Theory of a Theory," American Psychologist, 28 (May, 1973) : 405 - 406.

ฟรานเซน (Frandsen) ได้กล่าวว่า ตัวการที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการของการมองตนเอง คือ ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับบิดามารดา พี่น้อง ครู เพื่อน และบุคคลอื่น นอกจากมีอิทธิพลของสังคม เช่น แบบแผนทางวัฒนธรรม และสถานภาพของสังคมที่มีอิทธิพลต่อการมองตนเองของเด็กเป็นอย่างมาก ¹

เจมส์ ดิกกอรี่ (James C. Diggory) ได้กล่าวว่า การมองตนเองนั้นเกิดจากการเรียนรู้โดยประสบการณ์ จากการสังเกตตนเองในภาวะหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และจากปฏิกิริยาของผู้อื่นที่มีต่อตนด้วย การมองตนเองนั้นพัฒนาไปได้เรื่อย ๆ ไม่มีขอบเขตและเวลาจำกัด ²

ดิงค์เมเยอร์ (Dinkmeyer) ได้กล่าวว่า การมองตนเองได้รับอิทธิพลจากศาสนา สังคม และฐานะทางเศรษฐกิจที่เขาเกี่ยวข้องกับตัวมาตั้งแต่เกิด จากความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ดังกล่าวที่ทำให้เด็กรู้จักประเมินคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ทำให้เขาเกิดการมองตนเองขึ้น ³

ปาร์ค (Robert Ezra Park) มีความเห็นว่า การมองตนเองของบุคคลมีรากฐานมาจากสถานภาพทางสังคมที่เขาเป็นสมาชิกอยู่ ซึ่งแต่ละบุคคลจะ

¹ Arden D. Frandsen, Educational Psychology (New York : McGraw : Hill Book Company, 1967) p. 474.

² James C. Diggory, Self Evaluation : Concept and Studies (New York : John Wiley and Sons, 1966) p.351.

³ Don C. Dinkmeyer, Child Development, the emerging self (New Delhi : Prentice - Hall of India Private Limited, 1967) p.183.

จะแตกต่างกันไป ¹

แชฟเฟอร์ และ โชเบน (Shaffer, Shoben) ได้กล่าวว่า การมองตนเองก็คือทัศนคติแบบหนึ่ง และก็เป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้จากทัศนคติของผู้อื่นเช่นเดียวกับเขาได้ย้ำอีกว่าไม่มีใครที่มีการมองตนเองคิดตัวมาแต่กำเนิด แต่บุคคลจะเกิดการมองตนเองโดยการเรียนรู้จากประสบการณ์เป็นสำคัญ ²

จากที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า การมองตนเองของบุคคลมิได้เป็นสิ่งที่มีความแต่กำเนิด แต่การมองตนเองจะมาเริ่มพัฒนาในวัยทารก และจะมีการพัฒนาเรื่อยมาจนกระทั่งเด็กเริ่มรู้จักที่จะแยกระยะตัวเองจากสิ่งแวดล้อมได้ การมองตนเองนั้นจะเกิดจากการที่เด็กหรือบุคคลใดมีความสัมพันธ์กับสังคมและสภาพแวดล้อม ปฏิกริยาของบุคคลอื่นในสังคมนรอบตัวเราจะเป็นเครื่องกำหนดการมองตนเอง หรืออาจจะกล่าวได้ว่าการมองตนเองเกิดขึ้นโดยการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เขาได้มีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ความสัมพันธ์กับบุคคลที่มีความสำคัญกับบุคคลนั้นจะมีอิทธิพลต่อการพัฒนาของบุคคลเป็นอย่างมาก เขาจะพยายามปฏิบัติตนเพื่อให้เป็นที่พอใจของบุคคลเหล่านั้น สิ่งทีแวดล้อมและมีอิทธิพลต่อบุคคลนั้น ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน สถาบันที่เขาสังกัดอยู่ และสังคม เช่น แบบแผนทางวัฒนธรรม สถานภาพทางสังคม เป็นต้น

¹ Coser, Masters of Sociological Thought : 365.

² Shaffer, Shoben, The Psychology of Adjustment (Boston : Houghton Mifflin Company, 1970) pp. 94 - 95.

โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัวจะเป็นกลุ่มสังคมกลุ่มแรกที่บุคคลจะได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ บุคคลที่มีความสำคัญมากที่สุดที่จะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ก็คือมารดา ซึ่งจะให้การอบรมสั่งสอนให้เด็กได้รู้ว่าคนคือใคร ควรจะต้องมีบทบาทอย่างไร เพื่อให้จะติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมได้ เฮลเปอร์ (Helper, 1955) ได้ศึกษาถึงเรื่องอิทธิพลของครอบครัวต่อการพัฒนาการมองตนเองของเด็ก ผลของการวิจัยปรากฏว่า ความเชื่อหรือความคิดเห็นของมารดามีอิทธิพลต่อการพัฒนาทางจิตวิทยาของเด็กมากกว่าความเชื่อหรือความคิดเห็นของผู้อื่น¹ ดังนั้น จึงพอจะกล่าวได้ว่า ครอบครัวโดยเฉพาะอย่างยิ่งบิดามารดาจะเป็นผู้ที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการมองตนเองทัศนคติ และการประเมินตนของเด็ก ซึ่งจะเป็นรากฐานของบุคลิกภาพไปจนตลอดชีวิต

สรุปแล้ว การมองตนเองจะเกิดจากการที่บุคคลเรียนรู้สภาพแวดล้อมโดยประสบการณ์ของตนเอง สภาพแวดล้อมที่สำคัญที่สุดก็คือครอบครัว ซึ่งเป็นกลุ่มสังคมกลุ่มแรกของบุคคล

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการมองตนเอง (Theories of Self - Concept)

ปัจจุบันบรรดาผู้ที่สนใจศึกษาในเรื่องเกี่ยวกับการมองตนเอง (self - concept) และเรื่องของตน (self) แล้ว จะเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปแล้วว่า การมองตนเอง (self - concept) เป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีเกี่ยวกับตน (self - theory) ซึ่งทฤษฎีเกี่ยวกับตนนี้เป็นความสำคัญของประสบการณ์ของบุคคล ซึ่งประสบการณ์ของบุคคลนั้นมีความเกี่ยวข้องกับการมองตนเองของคนพิการควย นอกจากนี้

1

Byrne, An Introduction to Personality : An Approach : 449.

นี้ยังให้ความสนใจกับการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interaction) ด้วย ใน การศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับคนนั้นจะมีวัตถุประสงค์เบื้องต้น 3 ประการ คือ

1. การทำให้บุคคลยอมรับสภาพของตนเองทุก ๆ อย่างทั้งในคำคิดและ ไม่คิด เพื่อให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพการณ์นั้น ๆ ได้
2. การทำให้บุคคลยอมรับนับถือตนเอง
3. การทำให้บุคคลสามารถที่จะเผชิญหน้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้ เป็นอย่างดี ¹

วัตถุประสงค์พื้นฐานของทฤษฎีเกี่ยวกับคนที่ไคกล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น เป็น สิ่งที่ได้มาจากสมมุติฐานที่ว่า พฤติกรรมขั้นพื้นฐานของมนุษย์เกิดจากลักษณะความต้องการ ทางชีวภาพที่ตอบสนองต่อความพึงพอใจหรือความทุกข์ทรมาน และจากการวิเคราะห์ สภาพความแปรปรวนของบุคคลิกภาพที่เกิดขึ้นทั้งหมดโดยฉับพลัน ดังเช่น ในกรณีของ ผู้ป่วยโรคจิตประเภทรุนแรง (acute schizophrenia) ²

เคลลี (Kelley, 1955) มีความเห็นว่า บุคคลมีความพยายามที่จะ แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันของเขาเอง โดยมีวิธีดำเนินการแก้ปัญหาในลักษณะเดียวกับการแก้ปัญหาของนักวิทยาศาสตร์ ซึ่งจะทำการตั้งสมมุติฐานและทดสอบสมมุติฐานสลับ ต่อเนื่องกันไปเรื่อย ๆ และเขาจะทบทวนแนวความคิดต่าง ๆ ที่ได้จากการทดสอบ สมมุติฐานแล้ว จึงมาบันทึกผลจากการสังเกตทั้งหมดเป็นแผนภูมิซึ่งจะนำมาใช้เป็น

1
Epstein, American Psychologist, 28 : 407.

2
Ibid., p. 406 - 407.

ขอบข่ายของงานหรือแนวทางการปฏิบัติ ซึ่งเรียกว่า ทฤษฎีก็ได้ และถ้าบุคคลไม่ได้มีการจัดประสบการณ์ตามวิธีการดังกล่าวแล้ว เขาก็ไม่สามารถที่จะปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมในโลกที่มีแต่ความสับสนนี้ได้ อันจะเป็นผลให้เกิดความขัดแย้งต่าง ๆ มากมายยิ่งไปกว่านั้น ถ้าบุคคลปราศจากระบบดังกล่าวมาแล้วข้างต้น เขาก็จะขาดซึ่งข้อมูลที่จะใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนในเรื่องต่าง ๆ ¹

แม้ว่า เคลลี จะไม่ได้เจาะจงถึงการมองตนเอง (self - concept) อันเป็นคุณค่าของความแตกต่างระหว่างตน (self) และสิ่งที่ไม่ใช่ตน (non-self) โดยตรงก็ตาม แต่ก็ได้พิจารณาถึงความรู้ความเข้าใจโดยทั่วไปในเรื่องนี้แล้ว จะทำให้สามารถที่จะกล่าวได้ว่า ระเบียบโดยทั่วไป ที่สมมุติว่ามีอิทธิพลต่อระบบความคิดของบุคคลนั้นก็คือ ข้อมูลจากประสบการณ์ที่สามารถจัดระเบียบมาเป็นระบบเกี่ยวกับตน (self-system) และระบบเกี่ยวกับโลก (world system) ซึ่งข้อมูลจากประสบการณ์นี้ไม่เพียงแต่จะเป็นเครื่องแสดงความแตกต่างของตนกับสิ่งที่ไม่ใช่ตน และเป็นการเน้นจุดที่ว่าบุคคลนั้นไม่อาจจะละเลยหรือเพิกเฉยต่อสิ่งนี้ได้เท่านั้น แต่ความแตกต่างที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่มิใช่ประโยชน์หลายประการ คือ

1. ทำให้บุคคลสามารถที่จะเกิดแนวทางการปฏิบัติตนที่เหมาะสมได้ โดยการพิจารณาเลือกแนวทางจากประสบการณ์ที่ได้รับมา
2. ความแตกต่างระหว่างตนกับสิ่งที่ไม่ใช่ตนนั้นมีประโยชน์ต่อบุคคลในด้านการฝึกฝนการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง

1

Kelley, G.A., The Psychology of personal constructs.
New York : Norton, 1955) 2 vols.

3. ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขโดยรู้จักถึงความรับผิดชอบของตน และความรับผิดชอบนี้จะเป็นสิ่งที่ไม่มีความหมายเลยถ้าบุคคลไม่ได้เรียนรู้ถึงความแตกต่างระหว่างตนกับสิ่งที่ไม่ใช่ตน¹

ความมุ่งหมายหลักในทฤษฎีของเคลลีก็คือการให้ความสำคัญกับความแตกต่างระหว่างโลกแห่งการกระทำของตนกับโลกแห่งการถูกการกระทำของสิ่งที่ไม่ใช่ตน ทฤษฎีของเคลลีจะให้ความสำคัญเกี่ยวกับทางด้านอารมณ์น้อย ซึ่งจะแตกต่างจากทฤษฎีอื่น ๆ ในปัจจุบันที่มีจะใส่ใจเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์เป็นแกนสำคัญ²

แอดเลอร์ (Adler) ได้ใช้คำว่า ลีลาชีวิต (life style) ในความหมายเดียวกับอีโก้ (ego) ของฟรอยด์หรือการมองตนเอง (self-concept) แอดเลอร์กล่าวว่า เด็กที่เกิดมาในสังคมนั้นจะต้องเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ มากมายในชีวิต และจะต้องเรียนรู้วิธีที่จะต่อสู้กับสิ่งเหล่านี้ ในสังคมกลุ่มแรกนี้ซึ่งจะประกอบด้วยบิดามารดาและญาติพี่น้อง ความคิดพื้นฐานเกี่ยวกับชีวิตจะเกิดขึ้นในตอนนี้ เด็กจะต้องสัมพันธ์กับสภาพครอบครัวทั้งหมด ซึ่งทำให้เขาเกิดความคิดว่า ควรจะปฏิบัติตนอย่างไรจึงจะอยู่ได้อย่างมีความสุข และเด็กจะเกิดทัศนคติต่าง ๆ ซึ่งจะพัฒนาไปเป็นวิถีชีวิตของเขาเอง การที่จะสามารถทราบได้ถึงวัตถุประสงค์และเป้าหมายของเด็กนั้น ก็จะต้องศึกษาเกี่ยวกับวิถีชีวิตหรือการมองตนเองของเด็กเสียก่อน แอดเลอร์มีความเชื่อว่า การกระทำทุกอย่างของเด็กเป็นผลของวิถีชีวิตซึ่งมีรากฐานมาจากการประเมินตนและสังคมนั่นเอง³

1
Dinkmeyer, Child Development, the emerging self : 185.

2
Ibid.

3
Epstein, American Psychologist, 28 : 407.

การที่เด็กประเมินคนและตำแหน่งของตนนั้นก่อให้เกิดความมั่นคงแห่งบุคลิกภาพของเขา ดังนั้นการกระทำทั้งหมดและทัศนคติของเขาจะแสดงออกมาในลักษณะเกี่ยวกับลีลาชีวิตเขา นับตั้งแต่ขวบปีแรกเป็นมาลีลาชีวิตจะก่อตัวขึ้นจากประสบการณ์และจะพัฒนาตัวเองขึ้นเรื่อย ๆ อย่างไม่มีที่สิ้นสุดจนกระทั่งกลายเป็นบุคลิกลักษณะทั้งในค่านิยมปฏิบัติตอบและการประเมินสิ่งต่าง ๆ และการตีความหมายประสบการณ์จะมีอิทธิพลต่อความมั่นคงทางจิตใจ ซึ่งจะ เป็นแนวทางในการตัดสินใจในชีวิต

ดังนั้น ลีลาชีวิตจึงไม่ได้เกิดจากประสบการณ์ใดโดยเฉพาะ แต่จะเกิดจากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ กัน ซึ่งเป็นความเคยชินในชีวิต เด็กแต่ละคนจะรับวิธีการต่าง ๆ ที่จะทำให้เขาได้รับความสุขในชีวิตตามประสบการณ์ที่เขาเคยได้รับมาซึ่งก็จะเกิดเป็นลีลาชีวิต เราจะต้องระลึกไว้ว่า การที่บุคคลจะประพฤตินในทางที่ไม่เหมาะสมนั้น พฤติกรรมของเขาจะต้องเหมาะสม วิธีการกระทำตามแบบของเขาเองหรือคามวิถีทางของเขา ซึ่งก็เท่ากับว่าเขาได้เลือกสร้างประสบการณ์ของเขาเอง

แอกเลอร์มีความเข้าใจว่าพฤติกรรมเป็นผลจากแรงผลักดันของสภาวะแวดล้อมมากกว่าทางค่านิยมพันธุ และเห็นว่าคนกับอำนาจความคิดสร้างสรรค์ของบุคคลที่จะประเมินประสบการณ์ของเขาจะทำให้เกิดความเข้าใจได้ว่า ทำไมจึงเกิดพฤติกรรมเช่นนั้น การมองสิ่งต่าง ๆ (perception) ของเด็กจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมมากกว่าความเป็นจริง ลีลาชีวิตของเด็กแต่ละคนจะเป็นตัวกำหนด การกระทำรวมทั้งเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของเขาด้วย ความรู้เกี่ยวกับวิถีชีวิตจะทำให้มองเห็นเรื่องของพฤติกรรมทั้งหมด ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมและการประเมินของเด็กซึ่งเกิดจากวิถีชีวิตนั้นจะเป็นไปโดยต่อเนื่องเรื่อยไป

แอกเลอร์ชอบกล่าวถึงขอบเขตของคนในรูปของลีลาชีวิต และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในค่านิยม ความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกเป็นบุคลิกภาพของบุคคล คือ ลีลาชีวิตนั่นเอง ซึ่งเป็นสิ่งเดียวกับที่ฟรอยด์เรียกว่าอีโก้ (ego)

และ Dinkmeyer เรียกว่า การมองตนเอง (self - concept)¹

คอมและแสนก (Arthur Combs and Don Snygg) ได้พิจารณาถึง ตัวองค์ประกอบที่สำคัญในการศึกษาเรื่องการมองตนเอง โดยในทฤษฎีของเขาจะมุ่ง ถึงลักษณะการมองพฤติกรรมของบุคคล เรามีความเห็นว่าคุณคนจะมีการสังเกต พฤติกรรมต่าง ๆ ตามทัศนะของเขาเอง และบุคคลจะไม่ประพฤตินตามความจริง ในทัศนะของผู้อื่น แต่เขาจะปฏิบัติตนตามความจริงในทัศนะของเขาเองและการรับรู้ ตามลักษณะนี้ของบุคคลจะช่วยเขาในการเลือกตัดสินใจ ตัวอย่างเช่น ในกรณีที่มี สภาพสังคมบางอย่างที่มีความยุ่งยากเกินไปสำหรับเด็ก และเด็กจะต้องเข้าไปสู่ สภาพสังคมแบบนั้นด้วย ถ้าบิสามารถหาไม่ได้พยายามที่จะให้ความสนใจทำให้เด็กมีความ เข้าใจในความเป็นจริงของเหตุการณ์ต่าง ๆ แล้ว เด็กก็จะเกิดความรู้สึกว่า สภาพสังคมแบบนั้นเป็นสิ่งที่ยุ่งยากสำหรับเขาจริง ๆ ทำให้เด็กมีการรับรู้อย่างผิดไป จากความเป็นจริง²

พฤติกรรมต่าง ๆ จะเป็นสิ่งที่มีเหตุผลและมีวัตถุประสงค์เสมอในทัศนะของ ผู้ประพฤติเอง พฤติกรรมที่บุคคลได้กระทำไปนั้นจะมีความหมายสำหรับตัวของเขาเอง และเป็นหนทางที่ดีที่สุดที่เขาได้ตัดสินใจกระทำไปในเวลานั้น ๆ คอมส์และแสนก ได้ชี้ให้เห็นว่า ถ้าบุคคลได้เรียนรู้ถึงวิถีทางใดก็ตามที่ดีที่สุดที่เขาจะเลือกปฏิบัติได้ เขาก็ จะเลือกปฏิบัติทันที ดังนั้นจึงควรจะศึกษาต่อไปว่าบุคคลมีการรับรู้สภาพการณ์ว่าสำคัญมาก

¹
Ibid., p. 186-187.

²
A Comban and D. Snygg, Individual Behavior (New York : Harper & Row, Publisher, Inc., 1959), p.20.

หรือน้อยไค้อย่างไร ซึ่งถ้าศึกษาแล้วจะพบว่าในการรับรู้บุคคลจะให้ความหมาย
สภาพการณ์นั้นอย่างกว้าง ๆ โดยรวมตัวเขาไว้ด้วย แล้วจะพิจารณาคัดเลือกจากประสบการณ์
ที่เขาเคยได้รับมาจากสภาพการณ์ซึ่งเกิดขึ้นโดยทันทีทันใด ¹

ซัลลิแวน (Sullivan) การมองตนเองในทัศนะของเขาก็คือ การ
มองตนเองจะเกิดจากการเรียนรู้ถึงความแตกต่างในเรื่องต่าง ๆ ซึ่งมีรากฐานมาจาก
ความกังวล และการมองตนเองจะพัฒนาจากผลสะท้อนที่เกิดจากการปฏิบัติของบุคคล
ที่มีความสำคัญในชีวิต ซัลลิแวนได้วิเคราะห์ประสบการณ์ของบุคคลออกเป็น 3 อย่าง
คือ prototaxic เป็นประสบการณ์ขั้นต้นที่เด็กจะรู้ถึงความแตกต่างระหว่างร่างกาย
ของตนกับสิ่งภายนอก parataxic เด็กจะเรียนรู้ถึงความแตกต่างระหว่าง
ประสบการณ์และการให้ความหมายประสบการณ์ syntactic เป็นการทำให้ความจริง
และเหตุผลที่เขาได้พบมา มีความสอดคล้องกันอย่างสมบูรณ์ ซัลลิแวน ได้เน้นว่า
การพิจารณาแบบทั้ง 3 นี้ จะต้องพิจารณาควบคู่กันกับอายุด้วย ²

อิทธิพลของการมองตนเอง

การมองตนเอง เป็นลักษณะที่สำคัญที่สุดในบุคคลิกภาพหรืออาจจะถือเป็น
หัวใจของบุคคลิกภาพเลยก็ได้ การมองตนเองจะเป็นสิ่งที่ประกอบด้วยความคิดและ
ความรู้สึกซึ่งจะทำให้บุคคลมีความตระหนักในความเป็นจริงของตนเอง คือเขาจะเกิด
ความคิดว่า เขาเป็นใครและมีฐานะอย่างไร ซึ่งความคิดดังกล่าวจะทำให้บุคคล

¹
Ibid.

²
Dinkmeyer, Child Development, the emerging self : 188.

มองเห็นภาพของตนได้ ภาพพจน์ของตัวนั้นจะประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือ ภาพพจน์ทางกายภาพและภาพพจน์ทางจิตใจ

ภาพพจน์ทางกายภาพ (Physical self-image) ประกอบด้วยความคิดของบุคคลเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะทางกายของเขาและความคิดเกี่ยวกับความสำคัญของทุกส่วนในร่างกายของเขาที่จะต้องประกอบพฤติกรรมต่าง ๆ

ภาพพจน์ทางจิตใจ (psychological self - image) ประกอบด้วยการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับคุณลักษณะต่าง ๆ เช่น ความซื่อสัตย์ ความอิสระ ความปลอดภัย ฯลฯ

ภาพพจน์ของตัวนั้นจะเป็นเสมือนกระจกเงาที่ส่องให้เห็นลักษณะของตน ซึ่งจะถูกกำหนดโดยการที่บุคคลมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ทั้งนับพาทและสถานภาพที่บุคคลได้รับจากกลุ่มหรือจากสังคมนั้น¹ จะมีอิทธิพลต่อความคิดของบุคคลที่มองตนเอง ดังนั้น ความคิดเกี่ยวกับตนเองของเด็กจะเป็นกระจกเงาที่ส่องให้เห็นถึงความเชื่อของเด็กที่ว่าบุคคลสำคัญในชีวิตของเขาคิดว่าเขาเป็นอย่างไร ดังนั้นบุคคลิกภาพจะพัฒนาขึ้นโดยความคิดเกี่ยวกับตนเองนี้ และความคิดเกี่ยวกับตนเองเหล่านี้จะเป็นสิ่งที่ทำให้ทราบได้ถึงสังคม วัฒนธรรม (sociocultural) ที่อยู่รอบตัว หรือเป็นผลจากการรับรู้และการมีประสบการณ์โดยที่มีความสัมพันธ์กับบุคคลในสภาพการณ์ที่มีลักษณะพิเศษ การจัดระเบียบความคิดเหล่านี้จะเป็นไปตามลำดับความสำคัญ ซึ่งความคิดเบื้องต้นของตัวนั้นจะเกิดจากความสัมพันธ์ในครอบครัว ความคิดต่อมาจะได้รับจากบุคคลในกลุ่มสังคมอื่น ๆ ที่อยู่ภายนอกบ้าน ความคิดเหล่านี้อาจจะมีทั้งที่ให้ความพอใจกับตน

¹ Gale, Developmental Behavior : 495,

หรืออาจจะทำให้เกิดความไม่พอใจก็เป็นได้ และแต่ละความคิดก็จะมีระดับความสำคัญแตกต่างกันออกไป แต่ไม่ว่าจะเป็นความคิดเกี่ยวกับคนที่มีความสำคัญระดับใดก็ตาม ก็จะเป็นหัวใจของบุคคลิกภาพชนเดียวกัน

ซัลลิแวนซึ่งมีความสนใจศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับคนมาก ก็มีความเห็นตรงกันว่า การมองตนเองเป็นศูนย์กลางของบุคคลิกภาพของมนุษย์และในกระบวนการเรียนรู้ของบุคคลนั้น การมองตนเองเป็นประสบการณ์ชั้นสูงสุด ทั้งทางด้านส่วนบุคคลและทางด้านสังคมที่เด็กจะมีการเรียนรู้ได้ เด็กเล็ก ๆ จะเริ่มสร้างความคิดเกี่ยวกับตน และจะค่อย ๆ ศึกษาธรรมชาติของการมองตนเองมากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งก็จะไปมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมและการปรับตัวของเขาด้วย ¹

ลักษณะเบื้องต้นของการมองตนเองของคนพิการ

ตามที่ได้เคยกล่าวไว้แล้วในตอนต้นของบทนี้ว่า การมองตนเองนั้นเกิดจากสภาพร่างกายและสภาพทางจิตใจ ในกรณีการมองตนเองของคนพิการก็เช่นเดียวกัน กล่าวคือ คนพิการก็ยังเป็นบุคคลที่จะต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ในสังคม และจะต้องมีการติดต่อกับคนปกติทั่วไป แต่สภาพทางร่างกายของคนพิการนั้นผิดแปลกไปจากคนปกติ จึงจะทำให้คนพิการเกิดการมองภาพพจน์ของตนเองในทางมีปมค้อยกว่าคนปกติ ทางด้านจิตใจก็เช่นเดียวกับคนพิการจะมีความรู้สึกมีปมค้อยในค่านที่ตนต้องเป็นภาระของผู้อื่นในครอบครัวและสังคม ทำให้คนพิการเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่มีอิสระ ไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีความรู้สึกขาดความมั่นคงปลอดภัยทำให้คนพิการมีการแสดงออกในลักษณะของคนมีปมค้อย ชอบเก็บตัว มองสังคมในแง่ร้าย หวาดระแวง ไม่กล้าแสดงออก เพราะเกรงว่าจะไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม

¹ Ibid., p. 491.

ในเรื่องเกี่ยวกับการมองตนเองของบุคคลที่มีปมค้อย หรือ Stigmatized individuals ซึ่งเป็นบุคคลที่ผิดแผกแตกต่างไปจากคนทั่วไป อาจจะเป็น เพราะสภาพทางร่างกาย เช่น คนพิการ หรือความแตกต่างในลักษณะอื่น ๆ ที่ไม่เป็นที่ยอมรับของคนทั่วไป เช่น พวกยิวก็ตาม กอฟฟ์แมน (Goffman) เป็นผู้หนึ่งที่สนใจศึกษาเรื่องนี้ไว้มาก ซึ่งพอที่จะสรุปแนวคิดของเขาได้ดังนี้ คือ

โดยปกติแล้ว ไม่ว่าจะเป็นคนทั่วไปหรือคนพิการก็ตาม เมื่ออยู่ในสังคม ทุกคนก็ต้องปฏิบัติตามบรรทัดฐาน (norms) ของสังคมนั้น เพื่อที่จะได้รับการยอมรับจากสังคม และทำให้เขาอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข แต่ในบางครั้งบุคคลก็ไม่อาจที่จะทำตามบรรทัดฐานของสังคมได้ ทั้งนี้ไม่ใช่เพราะเขาไม่ปรารถนาที่จะทำแต่เป็นเพราะสภาพของตัวเองที่ทำให้ทำไม่ได้ ดังเช่น บรรทัดฐานเกี่ยวกับความสวยงาม น่าดูน่าชม และทางด้านการศึกษาชั้น สำหรับคนพิการแล้ว บรรทัดฐานทั้งสองอย่างนี้เป็นสิ่งที่เขาไม่อาจที่จะปรับตนเองให้เป็นไปตามได้ เนื่องจากความจำกัดทางด้านสภาพร่างกายของเขาเอง ทำให้คนพิการเกิดความรู้สึกล้มเหลว ในการที่จะได้รับการยอมรับจากคนทั่วไป และไม่ว่าเขาจะไปอยู่ ณ ที่ใดก็ตามบรรทัดฐานนี้ก็เหมือนเงาติดตามตัวเขาเรื่อยไป ทำให้เกิดเป็นปมค้อยค้อยภายในใจตลอดเวลา ดังนั้น คนพิการจึงพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อที่จะปรับตัวให้เข้ากับบรรทัดฐานดังกล่าว อาจจะเป็นโดยการปรับสภาพทางร่างกาย เช่น การใส่อวัยวะเทียม แต่เขาไม่อาจที่จะปรับสภาพดังกล่าวได้ และบุคคลอื่นยังคงให้ความสนใจกับความพิการของเขามากอย่างไม่สิ้นสุดแล้ว เขาก็อาจจะหาทางออกใหม่ โดยการตัดตัวเองออกไปจากสังคมเลยก็ได้ ในบางครั้งคนพิการก็มีความต้องการที่จะแสดงออกซึ่งความสามารถของเขาบ้าง แต่ความพยายามดังกล่าวไม่เป็นผลคนปกติที่พบเห็นเขาจึงเข้าไปทำการช่วยเหลือ แต่คนพิการนั้นเขาจะไม่พึงพอใจเลยที่ได้รับความช่วยเหลือ เพราะการช่วยเหลือนั้นเป็นการกีดกันไม่ให้เขาได้แสดงความสามารถของเขาเอง ซึ่งทำลายความตั้งใจของเขา คนพิการทั้งหลายนั้นพยายามที่จะปรับตนเองให้ปฏิบัติตามได้เช่นเดียว

กับคนปกติ เขาจะไม่ยอมรับแบบแผนของคนพิการเลย และเมื่อคนพิการไม่อาจที่จะปฏิบัติตนได้ทั้งในรูปแบบของคนปกติ และก็ไม่อยากที่จะปฏิบัติตามแบบของคนพิการ เขาก็จะเกิดความอึดอัดคับข้องใจไม่รู้ว่าจะปฏิบัติตนได้อย่างไรจึงจะเหมาะสมและเป็นการยอมรับของคนทั่วไปด้วย

ไม่ว่าอย่างไรก็ตามทั้งคนพิการและคนปกติก็ไม่อาจที่จะแยกออกไปจากกันได้ และความแตกต่างกันระหว่างคนพิการและคนปกติก็เป็นสิ่งที่ไม่อาจจะปกปิดได้ เช่นเดียวกัน ดังนั้น การที่จะทำให้คนพิการมีการมองตนเองที่ดีไค้นั้น จะต้องทำให้เขายอมรับในสภาพความเป็นจริงของเขา และสภาพของความแตกต่างจากคนปกติเสียก่อน ดังเช่นคนพิการที่มีการปรับตัวคืนนั้น เขาจะรู้จักที่จะยอมปฏิบัติเฉพาะบางสิ่งที่เขาจะปฏิบัติได้ เช่นเดียวกับคนปกติ และเขาจะหลีกเลี่ยงที่จะปฏิบัติในสิ่งที่เขาไม่สามารถจะปฏิบัติได้ โดยที่เขาจะไม่ปิดแนวทางการปฏิบัติของคนปกติเป็นหลักของเขาด้วย ดังนั้น จึงทำให้เขาสามารถที่จะอยู่ในสังคมร่วมกับคนปกติได้อย่างเป็นสุข¹

เบกเกอร์ (Becker) เป็นอีกผู้หนึ่งที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับการมองตนเองของคนพิการ เขากล่าวว่า โดยปกติแล้วคนพิการมักจะมีความรู้สึกว่าผู้อื่นมองเห็นว่าเขาเป็นคนที่แปลกแตกต่างไปจากคนทั่ว ๆ ไปในสังคม และสังคมมักจะไม่ปฏิบัติกับเขาในฐานะที่เป็นเพื่อนมนุษย์คนหนึ่ง แต่สำหรับตัวคนพิการเองแล้ว เขามองว่า คนพิการทั้งหลายก็เป็นบุคคลหนึ่งเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ในสังคม เพียงแต่ว่าเขามีความผิดปกติทางด้านร่างกายเท่านั้น แต่เขาไม่ได้มีความผิดปกติทางด้านสังคมเลย

1

Erving Goffman, Stigma, (New Jersey : Prentice Hall Inc. Englewood Cliffs ; 1963), pp.50-139.

ตามปกติแล้วคนพิการจะมีความรู้สึกที่ไว้มาก เขาจะรับรู้ต่อปฏิกิริยาของคนที่ทั่วไปที่มีต่อเขาเมื่อได้มีการพบปะกันในสังคม เขาจะประเมินการปฏิบัตินั้นแล้วจะยึดมั่นไว้ไม่เปลี่ยนแปลง คนพิการจะไม่ค่อยชอบที่จะให้คนอื่นแสดงความสนใจห่วงใยเขามากกว่าคนปกติ เพราะยิ่งจะทำให้เขาเกิดความรู้สึกเกี่ยวกับความพิการของเขามากขึ้น ดังนั้นเมื่อมีความสัมพันธ์กับคนพิการ เขาจำเป็นจะต้องแยกความรู้สึกและการแสดงออกของเขาเอง คือ ถึงแม้ว่าเราจะสงสารเขาเพียงใดก็ตาม แต่เราจะต้องปฏิบัติกับเขาเหมือนกับคนปกติทั่วไป ซึ่งบางครั้งก็จะทำให้เกิดความอึดอัดใจกับเราเองเหมือนกัน สำหรับตัวคนพิการเองนั้นในขณะที่เขาพยายามทำให้เหมือนคนปกติเวลาอยู่ในสังคม แต่ความรู้สึกภายในของเขาเองก็ยังคิดว่าตนเองเป็นคนที่น่าเวทนา มีความหวาดกลัว กลียดชังตนเอง และพยายามที่จะหลีกเลี่ยงสภาพนั้น ทั้งนี้ จึงทำให้คนพิการไม่ยอมรับความพิการของตนเองและพยายามปฏิบัติตนให้เหมือนกับคนปกติมากที่สุด นี่เองที่เป็นเหตุผลสำคัญที่คนพิการไม่ชอบที่จะได้รับการปฏิบัติหรือความเห็นอกเห็นใจเป็นพิเศษจากคนทั่วไป

อย่างไรก็ตาม ความรู้สึกมีปมค้อยของคนพิการนั้นมากที่จะลบเลือนได้ ถึงแม้ว่าคนพิการนั้นจะสามารถปรับตัวในสังคมได้ก็ตาม แต่เมื่อเขาต้องเข้าไปอยู่ในที่ซึ่งมีคนปกติจำนวนมาก ๆ แล้ว เขาก็มักจะเกิดความรู้สึกในเรื่องของความแตกต่างจากบุคคลเหล่านั้น และรู้สึกว่าป็นเป้าสายตาของคนค้อย คนพิการส่วนใหญ่ มักจะหลีกเลี่ยงที่จะไปอยู่รวมในสังคมของคนปกติ ดังนั้นในการติดต่อสัมพันธ์กับคนพิการจึงควรปฏิบัติต่อเขาในฐานะคนปกติ ไม่จำเป็นที่จะต้องให้ความสนใจเอาใจใส่เขาเป็นพิเศษ จะให้การช่วยเหลือก็แต่เมื่อได้รับการขอร้องจากเขาเท่านั้น ¹

1

Howard S. Becker, The Other Side, (New York : Collier - Macmillian Limited, 1967), pp. 120 - 133.

นอกจาก Goffman และ Becker แล้ว ก็ยังมีผู้ที่ศึกษาเกี่ยวกับการมองตนเองของผู้ที่แตกต่างไปจากคนปกติอีกผู้หนึ่ง คือ ปาร์ค (Robert Ezra Park) ซึ่งเขามีความคิดว่าบุคคลจะมีการมองตนเองแตกต่างกันไป ซึ่งก็แล้วแต่รากฐานความเป็นมา บทบาทและประสบการณ์ของบุคคลนั้น ปาร์คได้ให้ความเห็นว่า การมองตนเองเป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล และโดยเฉพาะสิ่งที่เป็นผลมาจากการประกอบอาชีพและบทบาททางสังคมซึ่งก็จะมี ความแตกต่างกันไปตามสังคมที่เขาอยู่นอกจากนี้ยังรวมไปถึงการได้รับการยอมรับ และสถานภาพทางสังคมด้วย ซึ่งการได้รับการยอมรับทางสังคมจะเป็นการสร้างบุคลิกภาพให้กับบุคคลโดยที่มีสถานภาพทางสังคมเป็นตัวกำหนดการยอมรับนั้น ดังนั้นการมองตนเองของบุคคลก็จะเกิดจากบทบาททางสังคม ซึ่งบทบาทนี้เกิดจากการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นตามสถานภาพสังคม ดังนั้นจึงอาจสรุปได้ว่า การมองตนเองของบุคคลมีรากฐานมาจากสถานภาพในกลุ่มสังคมที่เขาเป็นอยู่ ในกรณีที่บุคคลมีการมองตนเองไม่ตรงกับสถานภาพที่เขาเป็นอยู่ เขาก็จะกลายเป็นคนประเภทที่เรียกว่าบุคคลที่อยู่โดดเดี่ยว (isolated individual) หรือเป็นคนประเภทที่ขาดหลักในชีวิต หรือถ้าจะใช้คำที่ปาร์คนิยามก็คือประเภทมนุษย์ชายแอม (marginal man) ซึ่งเป็นคนประเภทที่มีการมองตนเองไม่ตรงกับสถานภาพของตน¹ ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพทางสังคมที่ตนอยู่ได้ และก็ไม่สามารถที่จะแยกตัวออกไปจากสังคมโดยเด็ดขาดได้ ทำให้เป็นคนที่อยู่ในสภาพครึ่ง ๆ กลาง ๆ ซึ่งอาจจะเรียกอีกอย่างหนึ่งได้ว่า คนที่อยู่ในสองโลก คือ โลกแห่งความคาดหวังและโลกแห่งความเป็นจริง²

¹ Coser, Master of Sociological Thought , 365.

² Ibid.

จากแนวความคิดของปาร์ค สามารถที่จะนำมาพิจารณาในเรื่องการมองตนเองของคนพิการได้ว่า ในกรณีที่การมองตนเองเกิดจากสถานภาพ บทบาท และประสบการณ์ทางสังคมนั้น คนพิการคงจะต้องมีลักษณะการมองตนเองที่แตกต่างไปจากสถานภาพการมองตนเองของคนปกติทั่วไป เพราะเมื่อเกิดความพิการแล้ว สถานภาพ บทบาทต่าง ๆ ที่เขาเคยมีมาก่อนพิการนั้นจะต้องเปลี่ยนแปลงไป ดังนั้นสภาพของจิตใจ ความรู้สึกนึกคิดก็จะต้องเปลี่ยนแปลงไปด้วย ในเรื่องของคนพิการนี้ได้อินักจิตวิทยาหลายท่านได้ทำการศึกษาสิ่งที่น่าสนใจไว้หลายอย่าง คือ

1. คนพิการมักจะปรับตัวเองเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ยากกว่าบุคคลธรรมดา และมักจะแสดงพฤติกรรมแปลก ๆ เมื่ออยู่ในกลุ่มคนธรรมดา แต่ก็ไม่มีอะไรที่คนพิการปรับตัวได้ดีกว่าคนธรรมดา
2. การแสดงพฤติกรรมที่ผิดแปลกนี้ คนพิการมักจะไม่แสดงออกในกลุ่มคนพิการด้วยกัน ลักษณะกิริยาอาการที่จะสังเกตได้คือ ซื่อาย ไม่ชอบสังสรรค์ เป็นต้น
3. คนพิการมักจะใช้ชีวิตของคนในลักษณะที่แตกต่างไปจากคนปกติ และจะต้องใช้ระยะเวลาที่ยาวนานทีเดียวที่จะสร้างเสริมให้คนพิการเหล่านี้มีการปรับตัวทางสังคมที่ดีได้
4. คนพิการที่พิการมาเป็นระยะเวลานาน ย่อมจะมีการปรับตัวได้ยากกว่าคนพิการที่พิการมาเป็นระยะเวลาสั้น ๆ

ที่กล่าวมาแล้วนั้นเป็นลักษณะของคนพิการโดยทั่วไป โดยเป็นการสรุปจากการศึกษาของนักจิตวิทยาหลาย ๆ ท่าน สำหรับทฤษฎีเกี่ยวกับความพิการก็มีอยู่หลายทฤษฎีด้วยกัน สำหรับทฤษฎีสำคัญ ๆ ที่สามารถจะนำมาใช้ในการศึกษาและปฏิบัติงานกับคนพิการได้ คือ

ทฤษฎีเกี่ยวกับ Body - Image คือ ทฤษฎีที่กล่าวถึงภาพของตนเองที่เกิดขึ้นในใจ หรือในความคิดของตนเอง ซึ่งเป็นมโนภาพที่เกิดขึ้นในตัมนุษย์ทุกคน

ซินเคอร์ได้ทำการศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงมโนภาพของบุคคล เมื่อร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งสูญเสียไป อาจจะเป็นการเสียสมรรถภาพการทำงานของอวัยวะนั้น หรือสูญเสียไปเพราะอุบัติเหตุ หรือโรคร้ายไข้เจ็บ หรือเสียไปแต่กำเนิดก็ตาม การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจด้วย ตามหลักที่ว่า การเปลี่ยนแปลงมโนภาพของคนเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจะทำให้บุคคลขาดความสมบูรณ์ทางจิตใจไปด้วย ¹

ทฤษฎี Inferiority Complex จะกล่าวถึงลักษณะความรู้สึกที่เรียกว่า "ปมค้อย" ซึ่งจะศึกษาในความหมายเกี่ยวกับความรู้สึกอย่างหนึ่งที่คิดว่าตนเองเลวหรือค้อยกว่าคนอื่น ปอคเลอริได้ทำการศึกษาพบว่าความผิดปกติของอวัยวะในร่างกายทำให้เกิดความแปรปรวนทางจิตใจได้โดยจะทำให้เกิดปมค้อยขึ้นมากภายในใจ เมื่อเอาตนเองเปรียบเทียบกับคนอื่นและหาทางแก้ไขหรือข่มปมค้อยนั้นเสีย ในระยะแรกแอคเลอริมุ่งศึกษาและถือว่าปมค้อยจะเกิดขึ้นแต่เฉพาะในลักษณะอวัยวะที่พิการเท่านั้น แต่ต่อมาเขาได้ศึกษาเพิ่มเติมว่า ปมค้อยอาจจะเกิดขึ้นจากการเปรียบเทียบกับผู้อื่นในเรื่องของสังคมโดยทั่วไปก็ได้ จากทฤษฎีของแอคเลอริจะพบว่า ผู้พิการย่อมจะต้องมีปมค้อยในตัวเองเมื่อเปรียบตนเองกับคนปกติ ²

นอกจากแนวความคิดในทางสังคมวิทยาและจิตวิทยาแล้ว ทางด้านสังคมสงเคราะห์ก็ได้มีความสนใจศึกษาเกี่ยวกับการมองตนเองของคนพิการด้วย ดังเช่น

¹ นักศึกษาจิตวิทยาสังคม มหาวิทยาลัยรามคำแหง "การศึกษาค้นพิการในศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ" กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2520.

² เรื่องเดิม หน้าเดิม.

ตามความคิดของ Charlotte C. Babcock ที่ได้อธิบายไว้ว่า ความพิการเป็น
 ด้วการสำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้มนุษย์เกิดความตึงเครียดและจะมีอิทธิพลต่อลักษณะของ
 ตน (ego) ของบุคคลนั้น ด้วคนที่พิการแล้วจะมีแบบแผนการมองตนเองแตกต่าง
 ไปจากบุคคลปกติทั้งความเจ็บปวดและความกังวลที่เกิดขึ้นกับคนพิการจะทำให้เขาเกิด
 ความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจไปด้ว ซึ่งจะทำให้การรับรู้ข้อมูลต่าง ๆ จากสภาพ
 ภายนอกนั้นไม่สมบูรณ์หรือขาดหายไป ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกแห่งความหวาดกลัว
 และความรู้สึกผิดต่าง ๆ กิริยาอาการที่เคยแสดงออกตั้งแต่ก่อนพิการและความหวังหรือ
 ความใฝ่ฝันต่าง ๆ ที่เขาเคยมีมาแต่ก่อนจะสูญสลายไปพร้อมกับความพิการ ความรู้สึก
 ที่เกิดขึ้นมาแทนที่ก็คือความกังวลกับความคิดว่าอวัยวะที่ยังเหลืออยู่นั้น จะทำให้
 เขาไม่สามารถที่จะกระทำคนให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้ หรืออย่างน้อยเขาก็ไม่
 อาจที่จะปฏิบัติตามแพทย์สั่งได้ ปกติแล้วมนุษย์จะมีความหวัง เป้าหมายของชีวิต
 และความชื่นชมยินดีเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของชีวิต ถ้าความต้องการเหล่านี้ไม่
 มีโอกาสจะเป็นไปได้ ดังเช่นในตัวอย่างของคนพิการ เขาจะต้องพยายามหาทางที่จะ
 หาสิ่งชดเชยความต้องการเหล่านั้นมาได้ ถ้าคนพิการมีความปรารถนาในสิ่งใด
 แล้วไม่ได้รับการตอบสนองอย่างเต็มที่ จะทำให้เขาเกิดความกังวลมากกว่าคนปกติ
 คนพิการมักจะมองตนเองในลักษณะของคนที่ไม่ได้รับความลำเอียงจากสังคม ไม่เป็น
 ที่ต้องการของสังคม เขาจะมีความรู้สึกโกรธเคืองอยู่ในใจเสมอ ดังนั้น คนพิการ
 ที่คนภายนอกมองเห็นว่าเป็นคนสงบเงียบและควบคุมตนเองได้นั้นในส่วนตัวลึกของจิตใจ
 แล้วเขาจะซ่อนความกระตือรือร้น นอยใจและความกตัญญูอย่างมากเอาไว้ โดยที่
 บุคคลภายนอกจะไม่มีโอกาสใคร่เลย ¹

¹ Howard J. Parad, Roger R. Miller, Ego-Oriented Casework :
 Problems and Perspectives, (New York : Service Association of American,
 1976) pp. 45 - 61.

ความสัมพันธ์ระหว่างการฟื้นฟูสมรรถภาพและการมองตนเองของคนพิการ

ลักษณะการมองตนเองของคนพิการที่ได้กล่าวมาในหัวข้อที่แล้วนั้น ทำให้เกิดแนวความคิดในเรื่องการฟื้นฟูสมรรถภาพขึ้น เพื่อเป็นการช่วยเหลือให้คนพิการมีสมรรถภาพทางกายและทางจิตดีขึ้น ซึ่งถ้าจะกล่าวถึงหลักการของการฟื้นฟูสมรรถภาพแล้ว การฟื้นฟูสมรรถภาพ คือ กระบวนการช่วยเหลือคนพิการให้สามารถปรับตัวในทางเศรษฐกิจและสังคม เพื่อให้เขาเพื่อประโยชน์สูงสุดตามสมรรถภาพที่เขา มีอยู่¹ ซึ่งกระบวนการนี้จะช่วยให้คนพิการสามารถที่จะช่วยเหลือตนเองและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติ เช่นบุคคลทั่วไป

ทางด้านกรฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกาย จะเป็นการช่วยให้คนพิการสามารถที่จะใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ยังอยู่ในสภาพที่ใหม่ประสิทธิภาพมากที่สุด แต่การฟื้นฟูสมรรถภาพทางจิตใจนั้นจะเป็นการช่วยให้คนพิการสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพความพิการและสภาวะทางสังคมได้ โดยเฉพาะในเรื่องเกี่ยวกับการมองตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องปกติที่คนพิการมักจะมีมุมมองตนเองในทางค้อยเสมอ และในการฟื้นฟูสมรรถภาพการเปลี่ยนแปลงการมองตนเองของคนพิการในลักษณะนี้เป็นสิ่งสำคัญมาก ทฤษฎีต่าง ๆ ก็เป็นที่ยอมรับว่า ร่างกายกับจิตใจของมนุษย์นั้นมีความสัมพันธ์กัน ดังนั้น ไม่ว่าจะพยายามฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกายสักเท่าใดก็ตาม แต่ถ้าจิตใจไม่ได้รับการฟื้นฟูไปค้วยแล้วการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายก็จะไร้ผล

¹ นักศึกษาจิตวิทยาสังคม มหาวิทยาลัยรามคำแหง, การศึกษาค้นพิการใน
ศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ : หน้า 10 - 11.

ในด้านของการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ เพื่อที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง การมองตนเองนั้น จะต้องทำการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายและทางจิตไปพร้อม ๆ กัน ซึ่งการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายนั้นจะเป็นภาระหน้าที่ของแพทย์ และนักกายภาพบำบัด ที่จะบำบัดรักษา โดยรักษาและการฝึกกายภาพ แต่ทางด้านจิตใจนั้นเป็นหน้าที่ของ จิตแพทย์ และนักสังคมสงเคราะห์ที่จะช่วยกันทำการแก้ไข โดยเฉพาะนักสังคมสงเคราะห์ แล้วจะมีบทบาทสำคัญยิ่งในงานด้านนี้ ตามทฤษฎีทางสังคมสงเคราะห์ที่นักสังคมสงเคราะห์ ควรจะใช้สำหรับงานการฟื้นฟูและเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจนั้น ดังเช่น ตามหลัก ทฤษฎีการป้องกันและฟื้นฟู (Preventive and Rehabilitative Approach)¹ ซึ่ง จะใช้มาเป็นแนวทางเบื้องต้นที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง พร้อมกันนั้นก็ควรจะ ต้องศึกษาคนพิการในเรื่องของบทบาทและระบบต่าง ๆ ที่ล้อมรอบตัวเขาด้วย โดย อาศัยทฤษฎีบทบาท (Role theory) และทฤษฎีแห่งระบบ (System Theory)² เพื่อที่จะได้เข้าใจถึงประวัติความเป็นมาและพฤติกรรมในอดีตของคนพิการนั้นเสียก่อน ในการดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพนั้นจะใช้ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลง (Change Theory)

1

Charls D. Carvin and Paul M. Classer, "Social Group Work : The Preventive and Rehabilitative Approach," Encyclopedia of Social Work (1971) : Vol.II.

2

W. Buckley, Sociology and Modern System Theory, (New Jersey : Prentice - Hall, Englewood Cliff, 1967) p. 41.

3

Ronald Lippitt, et al, The Dynamic of Planned Change, (New York : Harcourt, Brace & World, Inc, 1958) p.96.

เป็นการดำเนินการโดยเปลี่ยนแปลงระบบต่าง ๆ ซึ่งแยกเป็น ระบบผู้ให้บริการ (Change agent system) ระบบผู้รับบริการ (Client system) ระบบแห่งปัญหา (Target system) และระบบการดำเนินการเปลี่ยนแปลง (Action System) และดำเนินการนั้น นักสังคมสงเคราะห์จะดำเนินการโดยให้สมาชิกกลุ่มปรับปรุงโครงสร้างของกลุ่มเสียใหม่ วิธีการที่นักสังคมสงเคราะห์จะใช้สร้างสรรค์เปลี่ยนแปลงสมาชิกกลุ่มจะใช้กลวิธีต่าง ๆ เช่น การใช้กิจกรรมเป็นเครื่องมือ การใช้ทฤษฎีแบบระบบเปลี่ยนแปลงปรับปรุงพฤติกรรมโดยใช้หลักทฤษฎี Behavioral Modification ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายและความนึกคิดของคนพิการให้ถูกต้องเหมาะสมยิ่งขึ้นกว่าเดิมด้วย และในขณะที่นักสังคมสงเคราะห์กำลังปฏิบัติงานดังกล่าวข้างต้นก็จะต้องคำนึงถึงหลักของการติดต่อสัมพันธ์ด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องคนพิการนั้นได้มีผู้สนใจศึกษาในเรื่องต่าง ๆ หลายเรื่องด้วยกัน แต่งานทั้งหลายนั้นยังไม่ค่อยเป็นที่รู้จักกันโดยแพร่หลายนัก ในที่นี้จะขอเสนองานวิจัยดังกล่าวเพียง 2 เรื่อง คือ

งานศึกษาวิจัยของ เดมโบ และ ไรท์ (Dembo and Wright) ซึ่งเป็นงานวิจัยที่ได้อ้างถึงในเอกสารการศึกษาคนพิการในศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ ที่จัดทำโดยนักศึกษาคณะจิตวิทยาสังคม มหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งให้เห็นว่า คนพิการนั้นย่อมจะมีความพิการเป็นเครื่องลดคุณค่าของตนเอง ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกว่าคอยกว่าบุคคลธรรมดาไม่ว่าจะเป็นเรื่องสุขภาพหรือว่าปฏิกริยาการตอบสนองต่าง ๆ คนพิการโดยทั่วไปมักจะมีความคิดว่า "ทำไมฉันจึงต้องเป็นคนพิการ" ซึ่งแต่ละบุคคลก็จะหาคำตอบที่แตกต่างกันออกไป ตามสาเหตุแห่งความพิการ สภาพแวดล้อมและการพัฒนาทางร่างกายและจิตใจ

แม้ว่าคนพิการจะมีลักษณะท่าทางที่ผิดปกติไปจากบุคคลทั่วไปก็ตาม แต่จิตใจของเขาก็มิใช่จะพิการไปด้วย เขายังมีความต้องการในสิ่งต่าง ๆ เท่าเทียมกับคนปกติทั่วไป¹ ถึงแม้ว่าบางครั้งจิตใจของเขาจะมีการผันแปรไปจากสภาพปกติบ้างก็ตาม ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากสภาพความพิการ แต่ก็ เป็นสิ่ง ที่อาจจะช่วยเหลือแก้ไขให้คืนสู่สภาพปกติได้ โดยการให้กำลังใจและให้ เขายอมรับในสภาพความเป็นจริงแห่งตน

ดังนั้นกระบวนการหนึ่งซึ่งจะขาดเสียมิได้ในการฟื้นฟูสภาพทางจิตใจ ก็คือ การให้บริการการปรึกษาแนะนำให้กับคนพิการ ซึ่งจะเป็นเครื่องช่วยในการปรับปรุงและพัฒนาจิตใจของคนพิการได้เป็นอย่างดีทีเดียว

ผู้วิจัยได้สรุปผลวิจัยถึงการปรับตัวของคนพิการไว้ดังนี้ คือ

ขั้นที่ 1 คือ พฤติกรรมดกคดอย เช่น การชอบทำพฤติกรรมแบบเด็ก ๆ คอยฟังผู้นั่งอยู่ตลอดเวลาไม่เป็นตัวของตัวเอง ไม่แสดงกิริยาตอบสนองต่อสิ่งใด และมักจะไขว่คว้าเป็นข้ออ้างในเรื่องความพิการของตนและจะแสดงอาการวิตกกังวล โดยเห็นได้ชัด

ขั้นที่ 2 คือ การจัดให้เหมาะสม คนที่อยู่ในขั้นนี้จะมีความรู้สึกคล้ายกับว่าตนเองนั้นถูกศาสนาลงโทษ คนพวกนี้จะมีความอคทน และยอมรับว่าตนเองนั้นมีสภาพแตกต่างไปจากเดิม เขาจะไม่พอใจในโชคชะตาของตนเองเลย

¹ นักศึกษาจิตวิทยาสังคม, มหาวิทยาลัยรามคำแหง, การศึกษาคนพิการ
ในศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ : หน้า 14 - 16.

ขั้นที่ 3 คือ การปรับอารมณ์และจิตใจ มีนักสังคมสงเคราะห์และนักจิตวิทยาจำนวนมากที่มักจะใช้วิธีนี้ในการทำให้คนพิการมีการปรับตัวที่ดีขึ้น ทำให้จิตใจสบาย และกล้าเข้าสมาคมกับคนอื่น ๆ ในสังคมได้ ทำให้ความรู้สึกมีปมค้อยลดน้อยลงไป ยอมรับข้อเท็จจริงเกี่ยวกับความพิการของตนเองมากขึ้น

ขั้นที่ 4 อันเป็นขั้นสูงสุด คือ การที่สามารถพูดถึงความพิการได้เป็นส่วนรวมขั้นนี้คนพิการจะมีความรู้สึกไว กระตือรือร้นยอมรับสภาพความเป็นจริงที่นานมาแล้วในอดีต รวมทั้งประสบการณ์ที่ไม่ดีต่าง ๆ ด้วย ช่วยให้เขามีพัฒนาการที่เหมาะสมกับวุฒิภาวะมากขึ้น และยอมรับสภาพความเป็นจริงในด้านความสามารถของตนเอง ในขณะนั้นได้ก็ เขาจะมีความรู้สึกว่า เขาสามารถที่จะเข้าร่วมสมาคมกับคนปกติทั่วไป ได้โดยไม่มีความรู้สึกในด้านมีปมค้อย และเขาเชื่อว่าเขาเป็นบุคคลที่มีความสมบูรณ์ ไม่น้อยไปกว่าคนอื่น ๆ ในสังคม เขาจะเชื่อในคุณค่าและความสามารถของตนเองมาก

ขั้นต่าง ๆ ของแบบแผนการปรับตัวนี้ ได้มาจากการสังเกตและรวบรวมข้อมูล มาประมวลเป็นแบบแผนของการแสดงความรู้สึกและปฏิกิริยาโต้ตอบของจิตใจ เพื่อเป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจแก่คนพิการต่อไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องอีกเรื่องหนึ่งก็คือ การศึกษาคนพิการของนักศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง ซึ่งไปศึกษาวิจัยคนพิการที่ศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ อำเภอ พระประแดง¹ ซึ่งเป็นสิ่งเกี่ยวกับที่กำลังศึกษาเรื่องการมองตนเองของคนพิการนี้

¹ นักศึกษาจิตวิทยาสังคม มหาวิทยาลัยรามคำแหง, การศึกษาคนพิการใน ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ : หน้า 23 - 25.

ผลของงานวิจัยดังกล่าวพอจะสรุปได้ดังต่อไปนี้ คือ

1. ด้านความรู้สึก การปรับตัว และอารมณ์ คนพิการมักจะมีความรู้สึกว่าเหว ขาดความอบอุ่นทางจิตใจ ชอบเก็บตัวเงียบ ๆ ไม่ชอบแสดงออก
2. ด้านการสังคมกับเพื่อน คนพิการจะมีความใกล้ชิดกับเพื่อนในศูนย์มากกว่าบุคคลภายนอก หรือครอบครัวของตนเอง จะเห็นได้ว่าทางศูนย์จัดกิจกรรมคนพิการจะเข้าร่วมเป็นส่วนใหญ่ สำหรับความรู้สึกต่อเพื่อนนั้น เขาเห็นความสำคัญของเพื่อนไม่มากนัก
3. ด้านความรู้สึกต่อเพศตรงข้าม คนพิการอยากจะมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม แต่ไม่กล้าแสดงออก
4. ด้านเป้าหมายของชีวิต เขาจะตั้งเป้าหมายในด้านการประกอบอาชีพ มุ่งงานเป็นหลักแหล่ง และความต้องการการยกย่องจากสังคมมากกว่าความต้องการอื่น ๆ
5. ด้านทัศนคติต่อตนเอง เขามีความเห็นว่าคุณพิการยังมีความหวังในชีวิต และยังมีประโยชน์ต่อสังคม แต่เขาจะไม่ชอบการ เป็นผู้นำ
6. ด้านการแก้ปัญหา คนพิการจะนิยมแก้ปัญหาด้วยตนเองมากกว่า แต่ถาแก้ไขไม่ได้จริง ๆ จึงจะนำปัญหานั้นไปปรึกษาเพื่อนสนิทเท่านั้น

จากที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า การมองตนเองเป็นสิ่งที่สำคัญมาก สำหรับการช่วยเหลือคนพิการ การฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายจะไม่ได้ผลเลย ถ้าคนพิการยังคงมีการมองตนเองและสังคมในค่านที่ไม่ดีอยู่ ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงแก้ไขลักษณะการมองตนเองของคนพิการจึงเป็นกระบวนการที่สำคัญยิ่งในการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ ซึ่งในการส่งเสริมคนพิการโดยการฟื้นฟูสมรรถภาพในปัจจุบันได้คำนึงถึงความสำคัญของการมองตนเองนี้เป็นหลัก.