



พัฒนาการของมนุษย์ (Development)

ความหมายของพัฒนาการ

หมายถึง การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆของบุคคล เช่น ร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา อย่างมีขั้นตอนและเป็นแบบแผน เริ่มตั้งแต่การปฏิสนธิจนกระทั่งเสียชีวิต มีทั้งการเปลี่ยนแปลงในเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ

ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการของมนุษย์

1. การเจริญเติบโต
2. วุฒิภาวะ
3. การเรียนรู้

การเจริญเติบโต (Growth)

เป็นการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของร่างกาย มักเปลี่ยนแปลงในเชิงปริมาณ เป็นปัจจัยสำคัญอันดับแรกที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการ

วุฒิภาวะ (Maturation)

หมายถึงกระบวนการที่ทำให้ส่วนต่าง ๆ ของอินทรีย์พัฒนาเต็มที่โดยแทบไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมแต่อย่างใดเลย แต่ส่วนของร่างกายจะพัฒนาในอัตราที่แตกต่างกัน ตัวอย่างของกระบวนการวุฒิภาวะได้แก่ พัฒนาการทางการเคลื่อนไหว เนื่องจากเด็กทุกคนสามารถคลาน ยืน และเดินเป็นลำดับคล้ายๆกันในช่วงอายุไล่เรียงกัน แต่พฤติกรรมเหล่านี้ก็มีโอกาสถูกปรับเปลี่ยนได้บ้างโดยสภาพแวดล้อม

การเรียนรู้ (Learning)

เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างค่อนข้างถาวร อันเป็นผลมาจากการฝึกฝน หรือมีประสบการณ์มาก่อน

ความผูกพัน (Attachment)

เป็นแนวโน้มที่เด็กจะแสวงหาความใกล้ชิดกับบุคคลหนึ่งบุคคลใดโดยเฉพาะ และจะรู้สึกปลอดภัยหากได้เห็นคนๆนั้นอยู่ด้วย ถ้าเด็กไม่สามารถสร้างความผูกพันอย่างมั่นคงกับใครในวัยแรกของชีวิตได้ ก็มักจะไม่สามารถพัฒนาความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับคนอื่นในวัยผู้ใหญ่ได้ ดังการศึกษาลูกลิงของ Harlow (1970)



ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development) : Erik Erikson

1. ขั้นไว้วางใจหรือไม่ไว้วางใจ (Trust VS. Mistrust) (แรกเกิด- 2 ขวบ) - ไว้วางใจและมองโลกในแง่ดี
2. ขั้นเกิดการช่วยเหลือตนเองหรือสงสัยและอาย (Autonomy VS. Doubt & Shame) (2-3 ขวบ) – รู้สึกถึงความสามารถในการควบคุมตนเอง
3. ขั้นเกิดความคิดริเริ่มหรือความรู้สึกผิด (Initiative VS. Guilt) (3-5 ปี) – มีเป้าหมายและทิศทางสามารถริเริ่มกิจกรรมของตนเอง
4. ขั้นเกิดความขยันหรือความรู้สึกด้อย (Industry VS. Inferiority) (6-12 ปี) – มีความสามารถทางกาย ทางวิชาการ และทางสังคม
5. ขั้นเกิดการสร้างเอกลักษณ์หรือสับสนในบทบาทของตน (Identity VS. Confusion) (วัยรุ่น) – มีภาพพจน์แบบบุรณาการเกี่ยวกับตนเองในฐานะปัจเจกบุคคล
6. ขั้นเกิดความรู้สึกสนิทสนมหรือความรู้สึกโดดเดี่ยว (Intimacy VS. Isolation) (วัยผู้ใหญ่ตอนต้น) – สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดและยั่งยืน ค้นพบอาชีพของตน
7. ขั้นเกิดความรู้สึกรับผิดชอบหรือสนใจแต่ตนเอง (Generativity VS. Self-Absorption) (วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง) – ให้ความสนใจในครอบครัว สังคม และชนรุ่นหลัง
8. ขั้นเกิดความรู้สึกมั่นคงหรือรู้สึกสิ้นหวัง (Integrity VS. Despair) (วัยชรา) – รู้สึกสมบูรณ์และพอใจในชีวิต ยินดีเผชิญความตาย

พัฒนาการวัยต่าง ๆ

พัฒนาการของตัวอ่อนในครรภ์

หลังการปฏิสนธิบริเวณท่อนำไข่ประมาณ 24 ชั่วโมง ไข่จะแบ่งเซลล์ในลักษณะทวีคูณพร้อมกับค่อยๆเคลื่อนมาตามท่อนำไข่ไปยังมดลูกซึ่งจะกินเวลาประมาณ 7 วัน จากนั้นจึงจะฝังตัวกับผนังมดลูก พัฒนาการของตัวอ่อนในครรภ์แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ovum (ราว 2 สัปดาห์แรก) embryo (ราว 6 สัปดาห์ต่อมา) และ fetus (ช่วง 7 เดือนต่อมา)

วัยทารก (Infancy)

วัยทารกเป็นวัยที่เด็กมีพัฒนาการที่รวดเร็วในทุกด้าน เป็นรากฐานของพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ เช่น การวางรากฐานบุคลิกภาพ การปลูกฝังความคิดรวบยอด (concept) และพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต:- การสอนภาษาพูดที่ถูกต้อง การฝึกสุขนิสัยต่างๆ ตลอดจนการสร้างความสัมพันธ์อันอบอุ่นแก่เด็ก



วัยเตาะแตะ (Toddlehood) 2-3 ขวบ

- เป็นวัยที่พยายามฝึกการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- เป็นระยะดื้อ (Negativism) มีพฤติกรรมปฏิเสธคำสั่งของผู้ใหญ่
- เป็นวัยที่เด็กจะพัฒนาความเป็นตัวตน (Self) การรู้จักตัวเอง และรู้ว่าตนเป็นบุคคลหนึ่งที่ต่างกับบุคคลอื่น

วัยอนุบาล (Preschool Child) 3-6 ปี

- พัฒนาการทางร่างกาย มีความก้าวหน้าทางด้านการใช้กล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อย่อย จึงควรจัดกิจกรรมที่มีการฝึกการใช้กล้ามเนื้อต่าง ๆ
- พัฒนาการทางอารมณ์และสังคม เด็กเริ่มก้าวออกจากครอบครัวไปสู่สังคมภายนอก จึงต้องปรับตัวเพื่อที่จะอยู่กับผู้อื่นได้อย่างไม่มีปัญหา เป็นวัยที่สามารถเรียนรู้ทัศนคติ ค่านิยมของสังคม และบทบาททางเพศ ลักษณะของอารมณ์มีความซับซ้อน เปลี่ยนแปลงง่าย
- พัฒนาการทางสติปัญญา เป็นระยะแก้ปัญหาด้วยการรับรู้ ยังไม่รู้จักการใช้เหตุผลที่สมบูรณ์

วัยเรียน (School Age Child) 6-12 ปี

- พัฒนาการทางร่างกาย มีการเจริญเติบโตช้าลง มีการเปลี่ยนแปลงทางสัดส่วนมากขึ้น มีการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพ
- พัฒนาการทางสังคม เด็กจะได้รับอิทธิพลจากครูและกลุ่มเพื่อนสูง มีการจับกลุ่มเด็กเพศเดียวกันอย่างเหนียวแน่น
- พัฒนาการทางสติปัญญา เด็กจะมีความคิดที่สลับซับซ้อน มีการใช้เหตุผลมากขึ้นในการตัดสินใจลดการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางลง ซึ่งส่งผลต่อวิธีการแก้ปัญหาด้วย

วัยรุ่น (Adolescence) 12-20 ปี

- พัฒนาการทางร่างกาย มีการเปลี่ยนแปลงทางเพศอย่างเห็นได้ชัด ก่อให้เกิดความวิตกกังวล
- พัฒนาการทางสังคม มีลักษณะชอบเป็นอิสระ ชอบทดลอง ต้องการเป็นตัวของตัวเอง และเนื่องจากเป็นช่วงต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ ทำให้วัยรุ่นเกิดความสับสนในบทบาทหน้าที่ของตนเอง
- พัฒนาการทางสติปัญญา มีระดับความสามารถทางสติปัญญาเหมือนผู้ใหญ่ แต่แตกต่างกันด้านความสุขุมและประสบการณ์

วัยผู้ใหญ่ (Adulthood)

- | | |
|----------|--|
| แบ่งเป็น | - วัยผู้ใหญ่ตอนต้น 20-40 ปี |
| | - วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง 40-60 ปี |
| | - วัยผู้ใหญ่ตอนปลาย (วัยชรา) 60 ปีขึ้นไป |



งานพัฒนาการ (Developmental Task)

- การเลือกคู่ครอง ส่วนใหญ่จะสามารถเลือกคู่ครองที่สอดคล้องกับความเป็นจริงในชีวิตของบุคคลมากกว่าความฝันเฟื่องแบบวัยรุ่น
 - **ชีวิตสมรส** ต้องมีการปรับตัวเข้าหากัน ปัญหาในการปรับตัวจะเกิดขึ้นเมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองฝ่ายขาดวุฒิภาวะทางด้านจิตใจ ขาดการเตรียมตัวทางด้านเศรษฐกิจ ขาดความเป็นผู้ใหญ่ หรือรู้จักกันอย่างผิวเผิน
 - **ความเป็นพ่อแม่**
 - วัยผู้ใหญ่ตอนต้น บุคคลจะยุ่งเกี่ยวกับการผลิตสมาชิกใหม่ให้สังคม ซึ่งสภาพนี้ก่อให้เกิดทั้งความชื่นใจและความกดดัน
 - วัยกลางคน มีการกลับบทบาทระหว่างพ่อแม่ซึ่งอยู่ในวัยชรา กับลูกที่อยู่ในวัยกลางคน
 - วัยชรา พ่อแม่จะพึ่งพิงลูกของตน และเปลี่ยนบทบาทจากการเป็นผู้นำครอบครัวไปเป็นผู้ช่วยเหลือครอบครัว
 - **อาชีพการงาน**
 - วัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง หมกมุ่น และทุ่มเทชีวิตให้กับการทำงาน
 - วัยกลางคน ประสิทธิภาพในการทำงานจะลดลง มักต้องการเพียงแค่รักษาสถานภาพของตนเองไว้เท่านั้น ไม่ต้องการริเริ่มโครงการใหม่ๆ เนื่องจากกลัวพลาด
 - วัยชรา มีการเกษียณอายุ มักรู้สึกที่ตนเองไร้ประโยชน์ และไม่เป็นที่ต้องการของสังคม
 - **ชีวิตสังคม**
 - วัยผู้ใหญ่ตอนต้น ชอบมีเพื่อนจำนวนมาก และมาจากหลายแหล่ง
 - วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง ชีวิตสังคมจะแคบเข้า มักเป็นเพื่อนที่คบหากันมานาน
 - วัยชรา จะมีเพื่อนน้อยลงอย่างมาก บุคคลจะมีการถอนตัวจากสังคมอย่างช้าๆ
- **การตาย** :- ฉากสุดท้ายของพัฒนาการ กระบวนการยอมรับความตายมี 5 ขั้น คือ การปฏิเสธ (ไม่ยอมรับความจริง) ความโกรธ (ต่อบุคคลใกล้ชิด) การต่อรอง (กับสิ่งศักดิ์สิทธิ์) การซึมเศร้า และการยอมรับ

เอกสารอ้างอิง

- โยธิน ศันสนยุทธร และคณะ. จิตวิทยา กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2533.
- เดิมศักดิ์ คทวณิช. จิตวิทยาทั่วไป กรุงเทพฯ: บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน), 2550.



คำถามท้ายบท

1. พัฒนาการของมนุษย์หมายถึงรวมถึงการเปลี่ยนแปลงในลักษณะใดบ้าง
2. ปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของมนุษย์
3. วุฒิภาวะหมายถึงอะไร
4. จงอธิบายถึงลักษณะของพัฒนาการสำคัญของวัยรุ่น
5. ปรากฏการณ์ที่เรียกว่าวิกฤตวัยทองมีลักษณะเป็นอย่างไร
6. การจะลดปัญหาความขัดแย้งที่เกิดจากช่องว่างระหว่างวัย (generation gap) ระหว่างพ่อแม่กับลูกวัยรุ่นควรมีหนทางปฏิบัติอย่างไร