การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์
HUMAN BEHAVIORAL DEVELOPMENT

ความเข้าใจในการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์เป็นสิ่งจำเป็นต่อการสร้างสรรค์ในการดำเนินชีวิต เนื่องจากมนุษย์มีความแตกต่างกันในเรื่องของสติปัญญา ความถนัด บุคลิกภาพ ตลอดจนความต้องการทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้การที่บุคคลจะประสบความสุข ความสำเร็จได้จะต้องเป็นผู้ที่เข้าใจยอมรับตนเองและผู้อื่น ในขณะเดียวกันต้องมีความพร้อมที่จะปรับปรุง พัฒนา และเปิดโอกาสให้เกิดการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมคุณลักษณะที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตอย่างสันติสุขของตน

หนังสือการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์เล่มนี้ มีจุดเริ่มต้นจากการที่ผู้เขียนได้ประมวลความรู้ร่วมกับประสบการณ์ด้านการสอน รวมทั้งประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตนำมาสู่การเรียบเรียงให้เป็นเนื้อหาที่ครอบคลุม และมีการยกตัวอย่างประกอบในเนื้อหาแต่ละส่วนอย่างสอดคล้อง ทั้งนี้เพื่อให้เป็นเรื่องราวที่น่าติดตามและทำให้ผู้อ่านสามารถเข้าใจเนื้อหาได้โดยง่าย และได้ประยุกต์แนวคิด ทฤษฎี พร้อมทั้งตัวอย่างผลงานวิจัยที่สามารถนำไปปรับใช้กับชีวิตประจำวัน โดยเนื้อหาเริ่มตั้งแต่การศึกษาเบื้องต้นถึงปัจจัยพื้นฐาน องค์ประกอบของพฤติกรรมมนุษย์ การเข้าใจตนเองและผู้อื่น การพัฒนาตนเพื่อการมีชีวิตที่ดี มนุษยสัมพันธ์ในสังคมพหุวัฒนธรรม และการทำงานอย่างมีความสุข ตลอดจนการพัฒนาเยาวชนไทยเข้าสู่สังคมในศตวรรษที่ 21 โดยผู้เขียนได้นำเสนอเนื้อหาอย่างต่อเนื่องเป็นขั้นตอน ใช้สำนวนภาษาและถ้อยคำที่อ่านเข้าใจได้ง่าย มีภาพประกอบที่ชัดเจนสมบูรณ์ ดังนั้นหนังสือเล่มนี้จึงเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับนิสิตนักศึกษา นักวิชาการ และบุคคลทั่วไปที่สนใจในการพัฒนาตน เพื่อนำมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันและเสริมสร้างคุณค่าความเป็นมนุษย์ได้เป็นอย่างดี

cupress
จัดพิมพ์โดย
สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร. 0-2218-3269-70
โทรสาร 0-2218-3547
e-mail:cupress@chula.ac.th
www.cupress.chula.ac.th
สรรคุณค่าวิชาการ สู่สังคม
Knowledge to All

กระบวนการผลิตหนังสือเล่มนี้ช่วยลดโลกร้อน
ด้วยการชดเชยปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจก 100%
1.22 kg.CO_2eq/เล่ม

cupress.chula.ac.th

การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์
ISBN 978-974-03-3883-3
9 789740 338833
C112
1111500 390.00 บาท

Chulalongkorn University press

การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์
HUMAN BEHAVIORAL DEVELOPMENT

ไหมไทย ไชยพันธุ์

สพจ.
2387

cupress

การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์
HUMAN BEHAVIORAL DEVELOPMENT

ไหมไทย ไชยพันธุ์

การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์

Human Behavioral Development

การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์

Human Behavioral Development

ไหมไทย ไชยพันธุ์

สำนักพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2562

390.-

ไหมไทย ไชยพันธุ์

การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ / ไหมไทย ไชยพันธุ์

1. พฤติกรรมมนุษย์. 2. การปรับพฤติกรรม. 3. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล.

302

ISBN 978-974-03-3883-3

สพจ. 2387

สรรคุณค่าวิชาการ สู่สังคม
Knowledge to All
www.cupress.chula.ac.th

ลิขสิทธิ์ของสำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
การผลิตและการลอกเลียนหนังสือเล่มนี้ไม่ว่ารูปแบบใดทั้งสิ้น
ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากสำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พิมพ์ครั้งที่ 1 จำนวน 1,000 เล่ม พ.ศ. 2562

ผู้จัดจำหน่าย ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

สาขา ศาลาพระเกี้ยว โทร. 0-2218-7000-3 โทรสาร 0-2255-4441
สยามสแควร์ โทร. 0-2218-9881-2 โทรสาร 0-2254-9495
ม.นเรศวร จ.พิษณุโลก โทร. 0-5526-0162-4 โทรสาร 0-5526-0165
ม.เทคโนโลยีสุรนารี จ.นครราชสีมา โทร. 0-4421-6131-4 โทรสาร 0-4421-6135
ม.บูรพา จ.ชลบุรี โทร. 0-3839-4855-9 โทรสาร 0-3839-3239
โรงเรียนนายร้อย จปร. จ.นครนายก โทร. 0-3739-3023 โทรสาร 0-3739-3023
ม.พะเยา จ.พะเยา โทร. 0-5446-6799-800 โทรสาร 0-5446-6798
จัตุรัสจามจุรี (CHAMCHURI SQUARE) ชั้น 4 โทร. 0-2160-5301-2 โทรสาร 0-2160-5304
หัวหมาก โทร. 0-2374-1378 โทรสาร 0-2374-1377
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน จ.นครราชสีมา โทร. 0-4492-2662-3 โทรสาร 0-4492-2664
Call Center (จัดส่งทั่วประเทศ) โทร. 0-2255-4433 http://www.chulabook.com
และเครือข่าย

ร้านค้า หนังสือเข้าชั้นเรียน ติดต่อแผนกขายส่ง สาขาหัวหมาก โทร. 0-2374-1375-6 โทรสาร 0-2374-1375

กองบรรณาธิการ : ทัศนีย์ ผิวขำ

ออกแบบปก : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ออกแบบรูปเล่ม : อังสนา ชิตรัตน์

พิมพ์ที่ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [CUB6208-001] โทร. 0-2218-3562-3 โทรสาร 0-2218-3547
www.cupress.chula.ac.th

คำนำ

หนังสือการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ (Human Behavioral Development) เล่มนี้ เรียบเรียงขึ้นโดยมีจุดประสงค์เพื่อใช้เป็นแหล่งศึกษาค้นคว้าและใช้ประกอบการจัดการเรียนการสอน ตลอดจนสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในห้องเรียน ซึ่งประกอบด้วยวิธีการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ที่เป็นระบบ การสร้างมนุษยสัมพันธ์ การเสริมสร้างพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์สำหรับนิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ครูอาจารย์ที่ทำหน้าที่ผู้สอน รวมทั้งบุคคลทั่วไปที่สนใจเพื่อนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตและพัฒนาตนเองและสังคมต่อไป ซึ่งผู้เขียนได้ศึกษา ค้นคว้า และรวบรวมเรียบเรียงเนื้อหาจากหนังสือ ตำราต่าง ๆ ทั้งในและต่างประเทศ ข้อมูลจากงานวิจัย บทความวิชาการ บทความวิจัย กรณีศึกษา ข้อมูลจากประสบการณ์ด้านการสอน รวมทั้งรูปภาพประกอบที่เข้าใจง่ายโดยผู้เขียนได้วาดขึ้นมาใหม่ ทั้งนี้เพื่อให้หนังสือเล่มนี้มีความเข้าใจง่ายต่อการศึกษา และทำให้ผู้อ่านได้ความรู้ที่เหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย

ในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ ผู้เขียนได้รวบรวมเรียบเรียงรายละเอียดของเนื้อหาแบ่งออกเป็น 8 บท ประกอบด้วย 1) การศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์ 2) การศึกษาปัจจัยพื้นฐานของพฤติกรรมมนุษย์ 3) การศึกษาองค์ประกอบของพฤติกรรมมนุษย์ 4) การเข้าใจตนเองและผู้อื่น 5) การพัฒนาตนเพื่อการมีชีวิตที่ดี 6) การพัฒนามนุษยสัมพันธ์ในสังคมพหุวัฒนธรรม 7) การพัฒนาตนเพื่อการทำงานอย่างมีความสุข 8) การพัฒนาเยาวชนไทยเข้าสู่สังคมในศตวรรษที่ 21

ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณคุณครู อาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจคุณภาพของหนังสือเล่มนี้เพื่อให้มีคุณภาพและทันสมัยมากขึ้นเพื่อถ่ายทอดศาสตร์ที่ถูกต้องกับผู้อ่าน ตลอดจนผู้ทรงคุณวุฒิที่ผู้เขียนได้นำเอกสาร ตำราต่าง ๆ บทความทางวิชาการ เอกสารงานวิจัยของท่านมาใช้ในการอ้างอิงความรู้ด้านการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ทั้งในเนื้อหาและในบรรณานุกรมท้ายเล่ม จนสามารถรวบรวมและนำมาเรียบเรียงเป็นหนังสือเล่มนี้ได้อย่างสมบูรณ์และสำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ไหมไทย ไชยพันธุ์

กรกฎาคม 2562

สารบัญ

หน้า

คำนำ

สารบัญ

สารบัญภาพ

สารบัญตาราง

บทที่ 1 การศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์ 1

1.1 บทนำ 1

1.2 ความหมายของมนุษย์ 2

1.3 ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์ 4

1.4 ประเภทของพฤติกรรม 4

1.5 พัฒนาการของการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ 7

1.6 องค์ประกอบของความเป็นมนุษย์ 10

1.7 ความสัมพันธ์และกระบวนการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์ระหว่างร่างกายกับจิตใจ 13

1.8 วิธีการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ในทางจิตวิทยา 16

1.9 แนวความคิดของกลุ่มนักจิตวิทยาในการศึกษาและอธิบายพฤติกรรม 30

1.10 บทสรุปประจำบทที่ 1 41

1.11 คำถามท้ายบทที่ 1 43

บทที่ 2 การศึกษาปัจจัยพื้นฐานของพฤติกรรมมนุษย์ 45

2.1 บทนำ 45

2.2 ปัจจัยพื้นฐานด้านชีววิทยาที่มีผลต่อพฤติกรรมมนุษย์ 46

2.3 ปัจจัยของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรมมนุษย์ 69

2.4 บทสรุปประจำบทที่ 2 100

2.5 คำถามท้ายบทที่ 2 102

บทที่ 3 การศึกษาองค์ประกอบของพฤติกรรมมนุษย์ 103

3.1 บทนำ 103

3.2 การรับรู้เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ 104

3.3 การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ 119

3.4 ความฉลาดทางสติปัญญาเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ 130

3.5 ความฉลาดทางอารมณ์เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ 147

3.6 การคิดเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ 162

3.7 บทสรุปประจำบทที่ 3 172

3.8 คำถามท้ายบทที่ 3 173

บทที่ 4 การเข้าใจตนเองและผู้อื่น 175

4.1 บทนำ 175

4.2 การรู้จักตนเอง 176

4.3 การเห็นคุณค่าในตนเอง 203

4.4 การยอมรับและการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 215

4.5 บทสรุปประจำบทที่ 4 218

4.6 คำถามท้ายบทที่ 4 220

บทที่ 5 การพัฒนาตนเพื่อการมีชีวิตที่ดี 221

5.1 บทนำ 221

5.2 การพัฒนาตนเอง 222

5.3 การมีชีวิตที่ดี 223

5.4 ความเชื่อพื้นฐานของการพัฒนาตน 227

5.5 การพัฒนาตนตามแนวพุทธศาสนา 230

5.6 กระบวนการพัฒนาตนเอง 234

5.7 เทคนิคการพัฒนาตนเพื่อการมีชีวิตที่ดี 239

5.8 การสร้างโปรแกรมการพัฒนาตน 254

5.9 คุณค่าของการพัฒนาตนเอง 263

5.10 บทสรุปประจำบทที่ 5 265
5.11 คำถามท้ายบทที่ 5 266

บทที่ 6 การพัฒนามนุษยสัมพันธ์ในสังคมพหุวัฒนธรรม 267
6.1 บทนำ 267
6.2 มนุษยสัมพันธ์ 268
6.3 การสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลในสังคมพหุวัฒนธรรม 276
6.4 คุณธรรมของการอยู่ร่วมกันตามหลักศาสนาที่บุคคลนับถือ 305
6.5 บทสรุปประจำบทที่ 6 321
6.6 คำถามท้ายบทที่ 6 322

บทที่ 7 การพัฒนาตนเพื่อการทำงานอย่างมีความสุข 323
7.1 บทนำ 323
7.2 แนวคิดเรื่องความสุขในมุมมองปรัชญาตะวันออก 325
7.3 การทำงานในมุมมองทางพุทธศาสนา 327
7.4 ความสุขในการทำงาน 328
7.5 การทำงานให้มีประสิทธิภาพและมีความสุขตามหลักพุทธธรรม 336
7.6 ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงกับการทำงาน 345
7.7 ผลการสำรวจความสุขในการทำงานของคนไทย 355
7.8 การทำงานเป็นทีมที่ดีและมีความสุข 358
7.9 วิธีแก้ปัญหาความขัดแย้ง 375
7.10 การพัฒนาตนเองเพื่อการสร้างความสุขในการทำงาน 378
7.11 คุณค่าของความสุขในการทำงาน 386
7.12 บทสรุปประจำบทที่ 7 388
7.13 คำถามท้ายบทที่ 7 390

บทที่ 8 การพัฒนาเยาวชนไทยเข้าสู่สังคมในศตวรรษที่ 21 391

8.1 บทนำ 391

8.2 สังคมไทยและสังคมโลกในศตวรรษที่ 21 391

8.3 สภาวะปัญหาของเยาวชนไทยในปัจจุบัน 395

8.4 การสร้างเยาวชนที่มีคุณภาพในศตวรรษที่ 21 398

8.5 การเตรียมความพร้อมเพื่อการพัฒนาทักษะการคิดเพื่อชีวิตที่สำเร็จ 399

8.6 การพัฒนาทักษะชีวิตเด็กและเยาวชนไทย 408

8.7 การพัฒนาตนให้เป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 422

8.8 บทสรุปประจำบทที่ 8 434

8.9 คำถามท้ายบทที่ 8 435

บรรณานุกรม **437**

ดรรชนีเนื้อหา **457**

ประวัติผู้เขียน **463**

สารบัญภาพ

ภาพที่ หน้า

1. แสดงประเภทของพฤติกรรมแบ่งตามการมองเห็นโดยทั่วไป.....6
2. แสดงกลไกของพฤติกรรมจากการทำงานทางสรีระ.....13
3. แสดงแผนผังแสดงกระบวนการเกิดพฤติกรรม “ยิ้ม/หัวเราะ” เมื่อดูรายการตลก.....14
4. แสดงตัวอย่างแบบบันทึกการสังเกต.....18
5. แสดงตัวอย่างแบบบันทึกการสัมภาษณ์.....21
6. แสดงแบบบันทึกการศึกษารายบุคคล.....29
7. แสดงลำดับแรงจูงใจและความต้องการของมนุษย์ตามแนวความคิดของมาสโลว์.....40
8. แสดงโครงสร้างของระบบประสาท.....49
9. แสดงเซลล์ประสาท.....52
10. แสดงสมองตัดตามยาว.....53
11. แสดงหน้าที่ของสมองส่วนหน้า.....55
12. แสดงความสามารถในการทำงานของสมองซีกซ้ายและขวา.....57
13. แสดงการแบ่งส่วนต่าง ๆ ของสมอง.....59
14. แสดงการตรวจปฏิกิริยารีเฟล็กซ์ของเข่า.....60
15. แสดงการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ.....62
16. แสดงการทำงานของระบบประสาทซิมพาเทติกและพาราซิมพาเทติก.....63
17. แสดงหน้าที่ของระบบประสาท.....64
18. แสดงองค์ประกอบของต่อมไร้ท่อ.....67
19. แสดงพันธุกรรมของสีตา.....71
20. แสดงการปฏิสนธิ.....76
21. แสดงกระบวนการแบ่งเซลล์.....77
22. แสดงการเดินทางของไซโกตเข้าสู่โพรงมดลูก.....77
23. แสดงพัฒนาการของตัวอ่อน.....78
24. แสดงพัฒนาการของทารกในครรภ์.....79

25. แสดงทารกในครรภ์ระยะสุดท้าย. 79
26. แสดงการตั้งครรภ์แฝด. 81
27. แสดงการถ่ายทอดโครโมโซม. 83
28. แสดงความผิดปกติของโครโมโซมร่างกาย กลุ่มอาการดาวน์หรือโรคดาวน์. 85
29. แสดงความผิดปกติของโครโมโซมร่างกาย กลุ่มอาการพาเทา. 86
30. แสดงความผิดปกติของโครโมโซมร่างกาย กลุ่มอาการคริดูชาต์. 86
31. แสดงภาพการรับรู้โดยการจัดหมวดหมู่ประเภทต่าง ๆ. 111
32. แสดงภาพหน้าผามายา (Visual Cliff). 113
33. แสดงภาพการรับรู้แบบภาพและพื้น (Figure and Ground). 114
34. แสดงการเรียนรู้จากพฤติกรรมเดิมเป็นพฤติกรรมใหม่. 121
35. แสดงขั้นของการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือเลียนแบบของแบนดูรา. 127
36. แสดงกราฟแสดงจำนวนประชากรกับระดับคะแนน IQ. 132
37. แสดงรูปแบบตนทั้ง 3 มีส่วนสัมพันธ์หรือใกล้เคียงกันมาก. 182
38. แสดงรูปแบบตนทั้ง 3 มีส่วนสัมพันธ์หรือใกล้เคียงกันน้อย. 182
39. แสดงพฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดของบุคคลตามแนวคิดทฤษฎีหน้าต่างโจฮารี. 183
40. แสดงโครงสร้างของบุคลิกภาพตามทฤษฎีการวิเคราะห์การสื่อสารสัมพันธ์
ระหว่างบุคคล. 190
41. แสดงกระบวนการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง. 207
42. แสดงตัวอย่างแบบฟอร์มการสร้างโปรแกรมการพัฒนาตน. 255
43. แสดงปัจจัยส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์. 274
44. แสดงลักษณะบุคลิกภาพของคน 4 ลักษณะ. 297
45. แสดงปัจจัยที่ทำให้คนทำงานมีความสุขและไม่มีความสุขแบ่งตามระดับตำแหน่งงาน. 334
46. แสดงผลสำรวจดัชนีความสุขในการทำงานของคนทำงานทั้ง 7 ประเทศในเอเชีย. 356
47. แสดงระยะเวลาในการทำงานกับความสุขในการทำงาน. 357
48. แสดง 3 อันดับปัจจัยที่ทำให้พนักงานมีความสุข. 357
49. แสดงลักษณะของคนทำงานในแต่ละรุ่น. 364

สารบัญตาราง

ตารางที่ หน้า

1. แสดงทักษะของสมอง 2 ซีกที่มีความแตกต่างกัน.....56
2. แสดงค่าเฉลี่ยสหสัมพันธ์ทางสติปัญญาของกลุ่มตัวอย่างที่มีความสัมพันธ์ทางพันธุกรรม.....73
3. แสดงระดับเกณฑ์ภาคเชาวน์ของ Terman.....133
4. แสดงไอคิวเฉลี่ยของบุคคลในอาชีพต่าง ๆ.....135
5. แสดงใจความแตกต่างระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดทางสติปัญญา.....150
6. แสดงลักษณะนิสัยและลักษณะคำพูดของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง.....153
7. แสดงเปรียบเทียบระหว่างความคิดเชิงบวกและความคิดเชิงลบ.....168
8. แสดงพฤติกรรมด้านบวกและด้านลบของบุคลิกภาพแต่ละส่วนตามทฤษฎีการวิเคราะห์การสื่อสารสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Transactional Analysis หรือ T.A.).....191
9. แสดงการเปรียบเทียบลักษณะบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ.....206
10. แสดงการประเมินทางเลือกในการลดน้ำหนัก.....237
11. แสดงการจัดลำดับความสำคัญของงาน.....252
12. แสดงการลำดับคุณค่าของงาน.....252
13. แสดงการวางแผนการใช้เวลาประจำวัน.....253
14. แสดงการวิเคราะห์ปัญหาและวิธีการจัดการด้านสุขภาพร่างกาย.....258
15. แสดงบทบาทและคุณลักษณะของผู้สอนและผู้เรียนเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม.....291
16. แสดงลักษณะของคนทำงานในแต่ละรุ่น.....364
17. แสดงกระบวนทัศน์ใหม่และกระบวนทัศน์เดิมของการเรียนรู้.....419

1 การศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์

1.1 บทนำ

การศึกษาเรื่องการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์เป็นการศึกษาเพื่อเข้าใจแนวคิดพื้นฐานของพฤติกรรมมนุษย์ที่จะทำให้ผู้ศึกษาได้รู้จักเข้าใจตนเองและยอมรับบุคคลอื่นได้มากขึ้น ช่วยให้สามารถทำนายและแปลความหมายพฤติกรรมของบุคคลทั้งภายในและภายนอก รู้ความต้องการตลอดจนเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ ซึ่งการเข้าใจอารมณ์พฤติกรรมของบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ จะช่วยลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล อันนำไปสู่การแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมอย่างถูกต้องเหมาะสม มีเทคนิคในการพัฒนาตนที่ถูกต้อง สามารถปรับตนในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ในสังคม และควบคุมตนเองให้เกิดการพัฒนาศักยภาพสูงสุดที่มนุษย์พึงจะสามารถพัฒนาตนเองได้ โดยองค์ประกอบต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้ต้องอาศัยความรู้ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ในการจะเข้าใจพฤติกรรมนั้น จำเป็นต้องเข้าใจถึงหลักการพื้นฐานที่เกี่ยวกับพฤติกรรม อันเป็นพื้นฐานในการทำความเข้าใจตนเองและนำไปสู่การพัฒนาตนในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเห็นได้ว่าความรู้ทางด้านจิตวิทยาและพฤติกรรมมนุษย์เป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ศึกษาทั้งทางตรงและทางอ้อม ความรู้ดังกล่าวนี้จะช่วยให้ผู้นำความรู้ไปใช้บรรลุวัตถุประสงค์ในการศึกษา การประกอบอาชีพ การใช้ชีวิตประจำวันที่จะให้เกิดความสุขแก่ตนเองและบุคคลอื่นได้ดียิ่งขึ้น ดังนั้น ในบทนี้จึงเป็นการนำเสนอเนื้อหาที่เป็นความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์ในประเด็นต่าง ๆ เพื่อเป็นการปูพื้นฐานในการนำไปสู่การศึกษาและทำความเข้าใจในประเด็นอื่น ๆ ของพฤติกรรมมนุษย์ในเชิงลึกต่อไป

1.2 ความหมายของมนุษย์

"มนุษย์" เป็นคำที่เรากำหนดขึ้นมาเพื่อเรียกตัวเอง โดยการให้ความหมายของมนุษย์นั้นมีต่าง ๆ กันไป สำหรับความหมายที่เราได้ยินกันโดยทั่วไป คือ มนุษย์เป็นสัตว์โลกชนิดหนึ่งที่มีใจสูงและมีความชาญฉลาดที่สามารถสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ได้มากกว่าสัตว์ใด ๆ ในโลกนี้

จากอดีตกาลที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันนี้ มีนักวิชาการหลายท่าน ได้อธิบาย คำว่า "มนุษย์" ไว้หลายแนวคิด ดังเช่น เพลโต (Plato) นักปรัชญาชาวกรีกโบราณที่มีอิทธิพลอย่างสูงต่อแนวคิดตะวันตก กล่าวว่า มนุษย์ประกอบไปด้วย 3 ส่วน อันได้แก่ 1 กาย คือ บริเวณตั้งแต่ทวารหนัก ทวารเบาไปจนถึงลิ้นปี่ อันประกอบด้วยอวัยวะขับถ่าย อวัยวะสืบพันธุ์ และระบบย่อยอาหาร ซึ่งกายนี้ถือว่าเป็นส่วนที่แสดงความเป็นสัตว์ของมนุษย์ ส่วนที่ 2 ใจ คือ บริเวณตั้งแต่ลิ้นปี่ไปจนถึงคอ อันประกอบไปด้วยหัวใจและนม อันแสดงถึงคุณธรรมที่สูงสุดของความกล้าหาญที่มนุษย์พึงมี และส่วนที่ 3 จิต ซึ่งเป็นส่วนสุดท้าย คือ ในส่วนของศีรษะซึ่งแสดงถึงคุณธรรมอันสูงสุดด้วยเหตุผลและความคิด (สมบัติ จันทรวงศ์, 2558)

นอกจากนี้ยังมีแนวคิดเกี่ยวกับมนุษย์อีกมากมาย โดยแนวคิดที่เก่าแก่ที่สุดเชื่อว่า มนุษย์ประกอบไปด้วยร่างกายและจิตวิญญาณ (Soul) ซึ่งอธิบายว่า ถ้าจิตวิญญาณออกจากร่างเมื่อใด ร่างกายก็จะตายตามและผุพังไป ในขณะที่จิตวิญญาณยังคงล่องลอยอยู่โดยไม่สลายไปด้วยและอาจเกิดขึ้นใหม่ได้อีก แต่อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันมีแนวโน้มที่จะเชื่อว่ามนุษย์ประกอบไปด้วยส่วนที่เป็นร่างกายที่จับต้องได้ ร่างกายนี้มีการทำงานอย่างซับซ้อนและน่าอัศจรรย์ทำให้มนุษย์สามารถคิด เข้าใจ รู้สึก และเมื่อการทำงานของร่างกายหยุดลง ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นความคิดหรือความรู้สึกของมนุษย์ก็จะหยุดไปด้วยพร้อมกับการผุสลายของร่างกายมนุษย์ ซึ่งแนวความคิดนี้เป็นแนวความคิดที่เป็นเชิงวิทยาศาสตร์ในปัจจุบันนั่นเอง

ด้วยความสามารถในการคิดของมนุษย์ที่มีศักยภาพเหนือสัตว์ทั้งปวง ทำให้มนุษย์มีลักษณะโดดเด่นและได้รับการกล่าวถึงว่าเป็นสัตว์ประเสริฐต่างจากสัตว์ชนิดอื่น ๆ ดังเห็นได้จากการที่ท่านพุทธทาสอินทปัญโญ ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับมนุษย์ ว่า คำว่า "คน" เหมาะสำหรับสัตว์ที่ยังมีกิเลส พูด คิด ทำอยู่ด้วยอำนาจของกิเลส ส่วนคำว่า "มนุษย์" มาจากคำสมาส คำว่า "มนะ" หรือ "มโน" ซึ่งแปลว่า ใจ นำไปสนธิกับคำว่า "อุษย์" ซึ่งแปลว่า สูง เมื่อนำ มนะ บวกกับ อุษย์ ได้คำว่า "มนุษย์" มนุษย์ จึงแปลว่า ผู้มีใจสูงใช้ในความหมายของสัตว์ที่มีใจสูงด้วยการปฏิบัติธรรมฝึกหัดอบรมสั่งสมคุณธรรมความดี โดยท่านได้เขียนคำกล่าวเปรียบเทียบให้เห็นข้อแตกต่างระหว่างมนุษย์กับคนไว้ในหัวข้อ "เป็นมนุษย์หรือเป็นคน ?" ดังนี้

เป็นมนุษย์ เป็นได้ เพราะใจสูง เหมือนหนึ่งยูง มีดี ที่แววขน
ถ้าใจต่ำ เป็นได้ แต่เพียงคน ย่อมเสียที ที่ตน ได้เกิดมา
ใจสะอาด ใจสว่าง ใจสงบ ถ้ามีครบ ควรเรียก มนุสสา
เพราะทำถูก พูดถูก ทุกเวลา เปรมปรีดา คืนวัน สุขสันต์จริง
ใจสกปรก มืดมัว และร้อนเร่า ใครมีเข้า ควรเรียก ว่าผีสิง
เพราะพูดผิด ทำผิด จิตประวิง แต่ในสิ่ง นำตัว กลั้วอบาย
คิดดูเถิด ถ้าใครไม่อยากตก จงรีบยก ใจตน รีบขวนขวาย
ให้ใจสูง เสียได้ ก่อนตัวตาย ก็สมหมาย ที่เกิดมา อย่าเชือนเอยฯ

(คู่มือมนุษย์ พุทธทาส อินทปัญโญ, 2548)

อีกหนึ่งแนวคิดทางด้านพุทธศาสนาที่ได้ให้ความหมายของคำว่า “มนุษย์” ในพระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต, 2543) ได้กล่าวไว้ว่า “มนุษย์ คือ สัตว์ผู้ต้องศึกษาชีวิตที่ดี คือ ชีวิตแห่งการศึกษาและธรรมชาติของมนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องฝึกหรือต้องศึกษาซึ่งสามารถฝึกได้หรือศึกษาได้ด้วย” เพราะการเป็นมนุษย์นั้นอาศัยเพียงสัญชาตญาณอย่างเดียวไม่เพียงพอต่อการดำเนินชีวิต ซึ่งไม่เหมือนกับสัตว์ชนิดอื่น ๆ มนุษย์จึงต้องมีการศึกษาเรียนรู้ ฝึกหัด พัฒนาอยู่เรื่อย ๆ จึงจะเป็นชีวิตที่ประเสริฐ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ทันโต เสฏโฐ มนุสเสสุ” แปลว่า “ในหมู่มนุษย์นั้น ผู้ที่ฝึกแล้วเป็นผู้ประเสริฐ” ชีวิตประเสริฐจึงเกิดจากการศึกษานั่นเอง

ตลอดจนศาสตร์ทางด้านสังคมวิทยามีแนวทัศนะที่ว่า “มนุษย์” เป็นสัตว์สังคม (Social Animal) อยู่รวมเป็นกลุ่มในสังคมมีการติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กันเพื่ออยู่รวมกันอย่างสงบสุข มีระเบียบแนวปฏิบัติให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน จึงต้องมีกฎกติกาและบทลงโทษเป็นตัวควบคุมพฤติกรรม ได้แก่ ปทัสถาน (Norms) ประกอบด้วยกฎศีลธรรมหรือจารีต (Morals) วิถีประชาหรือวิถีชาวบ้าน (Folkways) กฎหมาย (Laws) และอื่น ๆ ถ้าสมาชิกในกลุ่มสังคมอยู่ในกรอบกฎเกณฑ์ก็เป็นสังคมสงบสุข ถ้ามีพฤติกรรมเบี่ยงเบนออกนอกลู่นอกทาง บุคคลนั้นก็จะถูกสังคมรังเกียจไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (วีรพรรณ จันทร์เหลือง, 2559)

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า “มนุษย์” คือ สิ่งมีชีวิตที่มีสติปัญญาในการคิดสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ มีการเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพทั้งความสามารถในการเข้าใจโลกและชีวิต รวมทั้งมีคุณธรรมจริยธรรมอันเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจเพื่อให้เกิดการอยู่รวมกันเป็นกลุ่มในสังคมได้อย่างมีความสุข