แนวคิดทฤษฎีและวิธีการ
ที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาคลินิก

นักทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาคลินิก

- **Wilhelm Wundt** สร้างห้องปฏิบัติการจิตวิทยา
- **Lightner Witmer** ก่อตั้งคลินิกจิตวิทยา
- ฮิปโปเครทิส ผู้ริเริ่มเกี่ยวกับตัวยาต่าง ๆ
- ฟรอยด์

นำวิธีการนี้มาใช้ในการรักษาและได้เปลี่ยนแปลงใหม่ เรียกว่า Free-Association ซึ่งเน้นในเรื่องของแรงจูงใจจากจิตใต้สำนึก

- ฟรอยด์
- อิริคสัน
- สกินเนอร์
- มาสโลว์
- โรเจอร์
- และคนอื่น ๆ

แนวคิดทฤษฎีและวิธีการที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาคลินิก

มีแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ พยายามที่จะอธิบายว่าพฤติกรรมต่าง นั้นพัฒนามาอย่างไร และกลายมาเป็นปัญหาได้อย่างไร ซึ่งแต่ละแนวคิดหรือทฤษฎีต่างมีอิทธิพลต่อการวินิจฉัยการรักษาหรือแม้แต่งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งทำให้เกิดการพัฒนา วิธีการที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดหรือทฤษฎีนั้น

เช่น แนวคิดที่คิดว่าพฤติกรรมเกิดขึ้นจากอะไรก็ตามที่คน ๆนั้นรับประทาน ผู้บำบัดที่สนใจในเรื่องนี้จะทำนายเกี่ยวกับการอดอาหารว่ามีผลต่อพัฒนาการของมนุษย์ และอาจตั้งสมมติฐานต่อเนื่องต่อไปอีกว่า การอดอาหารจะเกี่ยวข้องอย่างไรกับความผิดปกติทางจิต (เช่น คาร์โบไฮเดรท ทำให้เกิดความกระวนกระวายใจ) และ อาจจะพัฒนาเครื่องมือพิเศษเพื่อที่จะใช้ในการวัดรูปแบบการรับประทานอาหารของคนไข้

และควบคุมหลักโภชนาการของแต่ละมื้อ การรักษาจะเน้นอยู่ที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการรับประทานอาหารหรือการพูดถึงปัญหาคนไข้อาจจะเป็นการเสียเวลาเปล่า และที่สุดงานวิจัยก็อาจจะเป็นการประเมินเครื่องมือที่จะใช้วัดอาหารที่รับประทานเข้าไปได้พอ ๆ กับการที่จะใช้วัดความเกี่ยวข้องระหว่างการอดอาหารกับสุขภาพจิต เป็นต้น ในปัจจุบันนี้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับคลินิกได้รับอิทธิพลจากการผสมผสานสาขาวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้แนวคิด วิธีการอย่างใดอย่างหนึ่ง

- มีแนวคิดและวิธีการมากมายในจิตวิทยาคลินิกที่ช่วยให้นักจิตวิทยานำมาใช้ในการศึกษากับเรื่องของพฤติกรรม แนะแนวทางให้นักจิตวิทยาตัดสินใจ นำมาใช้และสื่อสารกับผู้ที่มาใช้บริการในการบำบัด รักษาได้อย่างง่าย ๆ
- พฤติกรรมของคนเรานั้นสามารถที่จะตรวจสอบได้หลายระดับ ตั้งแต่ปฏิสัมพันธ์ระหว่างเซลล์ในสมอง ไปจนถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือแม้แต่ระหว่างชาติหรือวัฒนธรรม
- นักจิตวิทยาจะต้องตัดสินใจว่าสิ่งใดของพฤติกรรมที่ต้องการความสนใจเป็นพิเศษ ข้อมูลอะไรที่ต้องการจะประเมินที่จะให้คุณค่าตามต้องการมากที่สุด วิธีการรักษาแบบใดที่จะอธิบายได้ดีที่สุด และงานวิจัยใดที่จะนำมาใช้ได้
- แนวคิดหรือวิธีการเหล่านั้นจะเป็นตัวชี้แนะให้แก่นักจิตวิทยาในการตัดสินใจ วิธีการที่ดีที่สุดของนักจิตวิทยาคลินิก คือ การตั้งสมมติฐานที่กว้างที่สุดและมีคุณค่า เมื่อนักจิตวิทยาคลินิก สามารถใช้วิธีการที่จะสรุปถึงสาเหตุของการเกิดขึ้น การพัฒนาการ การคงอยู่ การทดสอบ ปัญหาต่าง ๆ ของพฤติกรรมได้ และบางครั้งอาจจะเป็นวิธีการที่สามารถที่จะประเมิน ทดลอง ได้จากข้อมูลที่ได้เก็บมา

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาคลินิก

1. The psychodynamic approach
2. Freudian psychoanalysis
3. Defense Mechanisms
4. Developmental Stages
5. psychodynamic approach อื่น ๆ
6. The Behavioral approach
7. Operant Conditioning
8. Classical Conditioning
9. Social Learning (Cognitive-Behavior) Theories
10. The Phenomenological approach
11. Kelly's Personal Construct Theory
12. Roger's Self-Actualization Theory
13. Maslow and Humanistic Psychology
14. Fritz Peals and Gestalt Psychology

1. THE PSYCHODYNAMIC APPROACH

รูปแบบของ psychodynamic มีรากฐานมาจากงานของ ซิกมันด์ ฟรอยด์ แต่ได้รวมแนวคิดของผู้ที่ได้ปรับปรุงและท้าทายแนวคิดของฟรอยด์ด้วย รูปแบบวางอยู่บนพื้นฐานของ

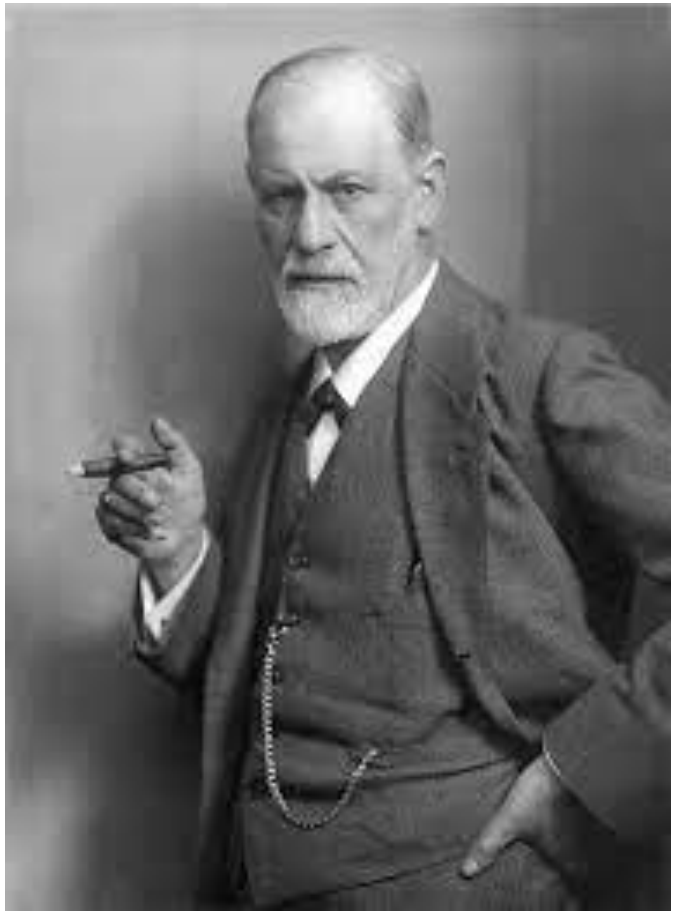
1. พฤติกรรมของมนุษย์ถูกผลักดัน โดยแรงขับ (impulse) ความปรารถนา(desires) แรงจูงใจ (motives) และความขัดแย้งใจ (conflicts) ซึ่งเป็นผลมาจากภายในจิตใจ (intrapsychic - within the mind) และเป็นสิ่งที่ไม่ได้ควบคุมหรือเอาใจใส่

2. ซึ่ง intrapsychic เป็นเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมทั้งที่ปกติและไม่ปกติ ความกระวนกระวายใจอาจนำไปสู่ความขัดแย้งที่ไม่สามารถจะแก้ไขได้ หรือความต้องการที่จะค้นหาหรืออาจจะเป็นความปรารถนาต่าง ๆ ที่เก็บซ่อนเอาไว้

3. พื้นฐานของพฤติกรรมจะเริ่มตั้งแต่สมัยเด็ก ในเรื่องของความพึงพอใจและความคับข้องใจที่เป็นผลมาจากความต้องการหรือแรงขับขั้นพื้นฐาน (basic needs and impulses) เพราะบทบาทของความต้องการที่เกิดขึ้น ดังนั้นจึงต้องสนใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ตั้งแต่ของครอบครัว เพื่อน และรูปแบบอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลจะได้รับความสนใจเป็นพิเศษ

4. เครื่องมือ การรักษาและงานวิจัยทางคลินิก จะได้รับการสนใจเป็นพิเศษ ถึงแม้ว่าบางอย่างอาจจะไม่พบจากการสังเกต

2. FREUDIAN PSYCHOANALYSIS



ทฤษฎีของฟรอยด์ เป็นที่รู้จักในนามของ psychoanalysis ซึ่งมีเรื่อง psychic determinism ซึ่งพูดถึงว่าพฤติกรรมเป็นผลมาจาก psychological factor ที่แอบซ่อนอยู่ภายในไม่สามารถสังเกตเห็นได้จากภายนอกเพราะฉะนั้นพฤติกรรมทุกชนิด (แม้แต่อุบัติเหตุ) มีความหมายเพราะเป็นสิ่งที่เป็นตัวชี้บอกความขัดแย้ง แรงจูงใจที่ซ่อนเอาไว้ การอ่านคำผิด ๆ ลืมชื่อญาติ หรือลืมการยืมหนังสือ อาจจะแปลความว่าเป็นการแสดงให้เห็นถึงความรู้สึกหรือแรงขับที่อาจแสดงถึงความไม่ระมัดระวัง ฟรอยด์เรียกว่า unconscious ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของ mental functioning ซึ่งเป็นส่วนของการไม่ระมัดระวังหรือไม่รู้สึกตัว

นอกจากนี้แล้ว ฟรอยด์ยังพูดถึงพฤติกรรมของมนุษย์ จะมาจากการต่อสู้ระหว่างความปรารถนาที่จะทำให้เกิดความพึงพอใจในสัญชาติญาณในเรื่องของเพศและความก้าวร้าว มนุษย์พยายามแสดงออกหรือแสวงหาความต้องการเหล่านั้นโดยไม่ถูกทำโทษหรือสิ่งที่ไม่ดีไม่เป็นที่ยอมรับตามมา จิตของมนุษย์ (human mind) เป็นที่ ๆ คนต้องการที่จะทำ (สัญชาติญาณ) สิ่งซึ่งสามารถควบคุมว่าอะไรสามารถทำหรือควรทำ (เหตุผลและศีลธรรม) เช่น ถ้าแม่ของลูกชาย 7 ขวบบอกให้ลูกหยุดเล่นเกมส์ ถ้าลูกชายกินคุกกี้ 16 อันและอาเจียนใส่แม่ นักจิตวิเคราะห์จะมองพฤติกรรมของเด็กชายในฐานะของการแสดงออกของแรงผลักดันของความก้าวร้าวที่ต้องการที่จะหลีกหนีจากการถูกลงโทษ

Mental Structure ในระบบของฟอรยด์

จิตใต้สำนึก (unconscious) เป็นที่อยู่ของ id ซึ่งเป็นมาตั้งแต่เกิดและเป็นที่อยู่ของ psychic energy ทั้งหมด ซึ่งเป็นแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรม id จะหาวิธีที่จะสนองความต้องการของความปรารถนาทั้งหลาย และอาจกล่าวได้ว่าเป็นที่ทำให้เกิดความสุข สนุกสนานทั้งหลาย (pleasure principle) ตัวอย่าง เช่น "ถ้ารู้สึกดี ก็ทำไปเลย" เมื่อความต้องการภายในมากขึ้นและโลกภายนอกจำกัดการทำให้เกิดความพึงพอใจ ego ก็เริ่มทำงานในฐานะของการเป็นการแสดงออกของ id โดยเริ่มตั้งแต่อายุประมาณ 1 ปี และพบว่าเป็นความปลอดภัยที่จะแสดงออกตามสัญชาติญาณ ego จะปรับตัวให้เข้ากับความต้องการภายนอกด้วยถือว่าเป็น reality principle (ตัวอย่างเช่น ถ้ากำลังจะทำอย่างน้อยก็ทำเงียบ ๆ) ตัวแทนอันดับ 3 ของจิต คือ superego เป็นผลจากอิทธิพลที่เป็นจริงของสังคม ซึ่งรวมตั้งแต่จากการสั่งสอนมาจากครอบครัว วัฒนธรรม จริยธรรม ศีลธรรม และคุณค่า ซึ่งสำหรับฟรอยด์แล้วการสอนนี้กลายมาเป็น ego ideal หรือคน ๆ นั้นต้องการที่จะเป็น superego จะรวมถึงการรู้คิดและแสวงหาความสมบูรณ์แบบ รูปแบบ และพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับของสังคมที่มาจาก id ด้วย

3. กลไกการป้องกันตนเอง (DEFENSES MECHANISM)

จากโครงสร้างทางจิต 3 ส่วน id ego superego นี้ ในบางครั้งจะเกิดความกระวนกระวายใจทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้น ego พยายามที่จะเก็บความขัดแย้งและความไม่สบายใจต่าง ๆ เอาไว้ไม่ให้ไปสู่จิตสำนึก (consciousness) โดยใช้วิธีการของการป้องกันตนเองวิธีต่าง ๆ ของกลไกป้องกันตนเองโดยเฉพาะให้อยู่ในระดับจิตใต้สำนึก (unconscious) และวิธีที่เป็นที่นิยมในความเห็นของ ฟรอยด์คือ repression (การควบคุม/อดกลั้น) ซึ่งเป็นสิ่งที่ ego พยายามเก็บความคิดที่ยอมรับความรู้หรือแรงขับออกจากจิตสำนึก บางครั้งเรียกอีกอย่างว่า motivated forgetting นอกจากนี้แล้วยังมี reaction, formation, projection,displacement, regression และถ้าลึกมากอาจเป็นผลมาจากพัฒนาการที่ผิดปกติในขั้นของพัฒนาการแต่ละขั้นได้

4.ขั้นพัฒนาการ (DEVELOPMENTAL STAGES)

- ฟรอยด์มีความเชื่อว่าเด็กผ่านขั้นตอนหลายอย่างของพัฒนาการส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจะเกี่ยวข้องกับความสุขของแต่ละช่วงของชีวิต
- ในปีแรกเรียกว่า Oral stage เพราะเป็นเรื่องการรับประทานดูด กัด และกิจกรรมทางปากอื่น ๆ ถ้าไม่ได้รับความสุขในช่วงเด็กอาจจะไม่ประสบความสำเร็จในการผ่านระยะนี้ไป อาจเกิด fixated เกิดขึ้นในตอนเป็นผู้ใหญ่ที่มีการสูบบุหรี่ รับประทานอาหารมากเกินไป นินทาว่าร้ายคนอื่น ต้องพึ่งพาคนอื่นหรือเศร้าซึมเมื่อความต้องการพึ่งพาคนอื่นไม่ได้รับการตอบสนอง ฟรอยด์จะมองคน ๆ นั้นย้อนกลับไปยัง Oral stage

- ในปีที่ 2 เรียกว่า anal stage การขับถ่ายเป็นสิ่งสำคัญที่มีบทบาทต่อความรู้สึกเป็นสุขของในช่วงเวลานี้ ผลของการเข้มงวดในการฝึกมากเกินไปในเรื่องการขับถ่าย เมื่อเป็นผู้ใหญ่จะเป็นคนเข้มงวด จัดการสิ่งต่างๆ เจ้าระเบียบ สะอาดมาก หรือเป็นคนที่ไม่ได้เรื่อง ไม่มีระเบียบ ใช้จ่ายมาก

- ในปีที่ 3-4 เรียกว่า phallic stage เด็กชายจะเริ่มมีความปรารถนาทางเพศกับแม่และเริ่มแข่งขันกับพ่อ พยายามทำแบบพ่อและชื่นชมเพศหญิง ในเด็กเพศหญิงจะรู้สึกอิจฉาเด็กชายเข้าใจว่าอวัยวะเพศตัวเองถูกตัดไป และจะทดแทนการอยากมีอวัยวะเพศของผู้ชายด้วยการอยากมีลูกของตนเองซึ่งคล้ายกับแม่ของตน หากพัฒนาการระยะนี้ไม่ประสบความสำเร็จ เมื่อเป็นผู้ใหญ่อาจมีความก้าวร้าว แข็งข้อ รักร่วมเพศ ชอบโชว์ ชอบใช้วัตถุสิ่งของ

- **Latency stage** เป็นระยะต่อจาก phallic stage แรงขับจาก id จะลดลงแต่จะเป็นเรื่องของความจริงต่าง ๆ ที่มามีบทบาทต่อชีวิตของเด็กมากขึ้น ซึ่งทำให้เด็กหันมาสนใจเรื่องพัฒนาการสังคมและทักษะทางด้านการเรียนซึ่งจะมีจนถึงวัยรุ่น ซึ่งจะเป็นระยะที่ร่างกายเจริญเติบโตขึ้นและเข้าสู่ระยะของ genital ซึ่งระยะนี้ความสุขจะอยู่ที่เรื่องเพศ ซึ่งถ้าในขั้นการพัฒนาการตอนต้น ๆ ดี ความสนใจในเรื่องเพศจะไม่ใช่เพียงการสนองความพึงพอใจของตนเองเท่านั้น แต่จะมีลักษณะที่เป็นความสัมพันธ์ที่มั่นคงและยาวนานและความสนใจ ความต้องการของคนอื่นเป็นสิ่งที่จะให้ความสนใจและเห็นคุณค่าด้วย

5. PSYCHODYNAMIC APPROACHES อื่น ๆ

นักการศึกษาคนอื่น ๆ ที่ไม่เห็นด้วยกับฟรอยด์นั้น อาจเป็นเพราะ

1. ความไม่พึงพอใจกับการที่ฟรอยด์ให้ความสำคัญกับบทบาทแรงจูงใจของ unconscious instincts
2. การให้ความสำคัญกับอิทธิพลของสังคมวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมมนุษย์
3. บทบาทของ conscious ที่มีต่อบุคลิกภาพ
4. ความเชื่อที่ว่าการพัฒนาการของบุคลิกภาพไม่ได้จบลงที่พัฒนาการในวัยเด็ก

- กลุ่ม Psychodynamic อื่น ๆ เช่น อัลเฟรด แอดเลอร์ ซึ่งได้พัฒนาสาขาของ Psychoanalysis เป็นที่รู้จักในนามของ Individual Psychology ซึ่งเชื่อว่าสิ่งที่มีผลต่อพฤติกรรมและพัฒนาการของมนุษย์ คือ ปมด้อย (inferiority)ไม่ใช่สัญชาติญาณ (instincts) แอดเลอร์เน้นครอบครัวทั้งหมดไม่ใช่แต่เรื่องของสถานการณ์เท่านั้น และพูดถึงการเกิดมีผลต่อบุคลิกภาพและบอกว่ามนุษย์เราพยายามที่จะต่อสู้เพื่อไปให้ถึง ปมเด่น (superiority) (การเป็นที่หนึ่งในครอบครัวและในสังคมโลก) วิธีการแสวงหาปมเด่นของตนเป็น style of life ซึ่งวิถีชีวิตของตนจะเกี่ยวข้องกับความร่วมมือ ความสนใจในสังคม ความกล้าหาญ และสามัญสำนึก ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดีจะแสดงออกมาในรูปของการแข่งขัน การพึ่งพาผู้อื่น ไม่สนใจคนอื่น และไม่ยอมรับความจริง แอดเลอร์เชื่อว่าวิถีชีวิตที่ผิดไปจากที่เป็นจริง เช่น ถ้าเด็กผู้ชายพบว่าตัวเองสามารถควบคุมคนอื่นได้ (เป็นความรู้สึกของ superiority) โดยการขอความช่วยเหลือจากคนอื่นในทุกเรื่องตั้งแต่งการแต่งตัวจนถึงการรับประทานอาหาร เขาอาจจะพัฒนาความคิดผิด ๆ ว่าตัวเองเป็นกรณีพิเศษ เพราะฉนั้นเขาก็จะไม่สามารถที่จะทำอะไรด้วยตนเอง คนที่มีวิถีชีวิตผิด ๆอาจทำให้เกิดอาการตื่นตกใจ ป่วย อาจพิการในแง่ที่ต้องการความสนใจเป็นพิเศษจากคนอื่น

- นอกจากนี้ยังมีคนอื่น ๆ ที่ปรับปรุงทฤษฎีของฟรอยด์ เช่น Carl Jung, Karen Horney, Erich Fromm & H.S.Sullivan ซึ่งนำทฤษฎีมาใช้ในจิตวิทยาคลินิก และที่ใหม่สุด คือ ทฤษฎี object reaction ของ Donald Winmicott (1965) W.R.D.Fair bairn (1952) ซึ่งแทนที่ทฤษฎีของฟรอยด์ ด้วยคำอธิบายที่แตกต่างถึงการที่พัฒนาการในวัยเด็กมีผลต่อบุคลิกภาพและความผิดปกติทางจิต นอกจากนี้ยังมี Otto Kernberg (1976) & Heinz Kohut (1977) ที่เน้นบุคลิกภาพของวัยรุ่นวางอยู่บนพื้นฐานของปฏิสัมพันธ์ของเด็กทารกกับคนดูแล
- ขั้นตอนการพัฒนาการ 8 ขั้น ของอิริคสัน หรือสิ่งสัมพันธ์กับคุณลักษณะ เปรียบเทียบกันฟรอยด์

ขั้น	อายุ	ประสบความสำเร็จ	ไม่ประสบความสำเร็จ
1.Trust & Mistrust (oral)	แรกเกิด -1 ปี	ความหวัง (Hope)	ความกลัว (Fear)
2.Autonomy & Shame and doubt (anal)	1-3 ปี	มีกำลังใจ (Willpower)	สงสัยตัวเอง (Self-doubt)
3.Initiating & Guilt (phallic)	4-5 ปี	จุดมุ่งหมาย (Purpose)	ไม่มีคุณค่า(Unworthiness)
4.Industry & Inferiority (latency)	6-11 ปี	มีความสามาถ (Competency)	ไม่มีความสามารถ (Incompetency
5.Ego Identity & Role Confusion	12-20 ปี	ซื่อสัตย์(Fedelity)	ไม่ซื่อสัตย์ (Infedelity)
6.Intimacy & Isolation	20-24 ปี	รัก(Love)	ยุ่งเหยิง(Promiscuity)
7.Generativity & Stagmation	25-65 ปี	ดูแล(Care)	เห็นแก่ตัว(Selfishness)
8.Ego Identity & Despair	65 ปี-ตาย	ฉลาด(Wisdom)	ไร้ค่าและหมดหวัง (Meaninglessness&despair)

6. THE BEHAVIORAL APPROACH

- กลุ่มพฤติกรรมนิยมให้ความสนใจโดยตรงกับพฤติกรรมและความสัมพันธ์ของพฤติกรรมกับสิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ที่คน ๆ นั้นมีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม จุดมุ่งหมายเบื้องต้นของวิธีการนี้คือ การเรียนรู้ ที่เกิดขึ้นในสังคม
- นักจิตวิทยาที่ใช้วิธีการของพฤติกรรมนิยม จะสนใจเรื่องของความแตกต่างระหว่างบุคคล ลักษณะเฉพาะของคน ๆ นั้นไม่ใช่ลักษณะบุคลิกภาพ (trait) หรือ ความผิดปกติทางจิต นอกจากนี้ตัวการทางวัฒนธรรมเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ ตัวอย่างเช่น ในการสอบไม่ผ่าน ความรู้สึกของนักเรียนที่มีเรื่องคุณค่าทางวัฒนธรรม จะมีความรู้สึกอับอายจนคิดฆ่าตัวตายได้

- วิธีการของพฤติกรรมนิยมจะมองดูความเหมือนของบุคคลว่าในสังคมเป็นผลมาจากการที่มีกฎ ค่านิยม และประวัติ การเรียนรู้ที่มาจากคนในวัฒนธรรมเดียวกัน นอกจากนี้แล้วยังมองความคงที่ของพฤติกรรม (ซึ่งแนวคิดอื่นหมายถึง บุคลิกภาพ) ในฐานะที่มาจากผลของการโยงการเรียนรู้ (generalized learning) ความคงที่ของความคิด ความเข้าใจ หรือความเหมือนกันของสิ่งเร้า เช่น คนที่สงบภายใต้สถานการณ์หนึ่งนั้นเป็นผลมาจากการได้รับรางวัลจากความสงบนั้น วิธีการของพฤติกรรมนิยมในการที่จะอธิบายความไม่คงที่ของพฤติกรรมและพฤติกรรมที่ทำนายไม่ได้ของบุคคลโดยใช้คำว่า พฤติกรรมพิเศษ (behavioral specificity)
- วิธีการในพฤติกรรมนิยม 3 อย่าง operant learning, respondent learning & cognitive behavioral จะแตกต่างกันในบางอย่าง แต่มีหลายอย่างร่วมกัน ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- 1. พฤติกรรมที่วัดได้ที่ถูกมองว่าเป็นอัตนัยในจิตวิทยาคลินิก การวัดไม่ได้ หมายถึง การวัดภายนอก ความสนใจอาจกระจายจากสิ่งที่เป็นปรนัยและไม่ชัดเจน (ระยะเวลาที่คุยกัน) ไปจนถึงสิ่งที่เห็นได้อย่างชัดเจน (เห็นด้วยตา เนื้อหาของความคิด) พฤติกรรมเกือบทั้งหมดเป็นสิ่งที่นักพฤติกรรมนิยมสนใจตราบที่วัดได้
- 2. พันธุกรรมและทางชีววิทยาเป็นตัวการสำคัญที่มีผลต่อพัฒนาการ สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลด้วยเช่นกัน จากการสรุปว่ายีนส์มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมโดยทั่วไปของคน แต่ประสบการณ์จากการเรียนรู้ เป็นการปรับให้พฤติกรรมนั้นมีลักษณะเฉพาะมากขึ้น
- 3. วิธีการวิจัยเป็นวิธีการที่ดีที่สุดในการที่จะประเมิน พัฒนา และปรับพฤติกรรม วิธีการพฤติกรรมนิยมสำหรับจิตวิทยาคลินกเป็นการนำไปสู่การทดลองศึกษาในเรื่องจิตพยาธิสภาพและการทำจิตบำบัด

- 4. เครื่องมือและวิธีการบำบัดจะถูกแนะนำโดยวิธีการวิจัย และพฤติกรรมนิยมจะชักจูงให้นักจิตวิทยาคลินิกพิจารณาเกี่ยวกับการใช้เครื่องมือหรือการรักษาก่อนที่จะตัดสินใจใช้
- 5. หลักการเรียนรู้หลักเดียวกันสามารถใช้ได้กับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและไม่เป็นปัญหา วิธีการทางคลินิก คือ การมองหาว่าอะไรที่เป็นปัญหาในขณะนั้น ผลมาจากอะไรและทำอย่างไรที่จะทำให้คนไข้ปรับตัวได้ การจัดการกับความกลัวโรงเรียนของเด็กอนุบาล การจัดการกับเด็กไม่ใช่อยู่ภายใต้มาตรฐานโดยการวินิจฉัยว่า Phobic แต่ขึ้นอยู่กับข้อมูลที่ได้ว่าอะไรเป็นสาเหตุของปัญหา การรักษากับการวินิจฉัยจะต้องนำเข้ามารวมกัน พื้นฐานความแตกต่างของ 3 วิธีการในพฤติกรรมนิยมอยู่ที่แต่ละวิธีเน้นส่วนใดในการเรียนรู้

7. OPERANT CONDITIONING

- Operant ของพฤติกรรมนิยมได้รับแนวคิดของ B.F Skiner ซึ่งเน้นความสัมพันธ์ของการเรียนรู้ระหว่างพฤติกรรมและสิ่งที่ตามมาที่สามารถอธิบายพัฒนาการความคงอยู่และการเกิดขึ้นของพฤติกรรมมนุษย์ วิธีการของสกินเนอร์ เรียกว่า functional analysis เพราะเขาเน้นที่การอธิบายถึงการทำงานที่สัมพันธ์กันระหว่างสิ่งเร้า การตอบสนองและสิ่งที่ตามมา (consequences)
- สกินเนอร์มองความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมก้าวร้าวกับสิ่งที่ตามมา ถ้าความก้าวร้าวของคนไข้ได้รับรางวัลแม้เพียงเล็กน้อยไม่ต้องอธิบายในรูปของความต้องการภายใน คนไข้ก็จะเรียนรู้ที่จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวเหมือนกับคนไข้ในโรงพยาบาลที่ใช้วันทั้งวันมองดูดวงดาวและไม่ได้ถูกมองว่าเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา พฤติกรรมนี้จะมีผลมาจากการเรียรู้จากสิ่งแวดล้อมและได้รับการเสริมแรงในพฤติกรรมที่ บ้า โดยสังคม

8. CLASSICAL CONDITIONING

- อีกวิธีการหนึ่งของพฤติกรรมนิยม โดย Joseph Wolpe (1958,1982) & Hans Eysench (1982) ซึ่งเน้น classical หรือ respondent conditioning ในการที่เข้าใจแยกแยะความผิดปกติของคนโดยเฉพาะเรื่อง anxiety ให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์เชื่อมโยงของสิ่งเร้าที่มีเงื่อนไขกับสิ่งเร้าที่ไม่มีเงื่อนไข เช่น ผู้ชายที่กลัวหรือหลีกเลี่ยงงานสังคม ทำอย่างนั้นอาจไม่ใช่เพราะประสบการณ์ที่ผ่านมาหรือประสบการณ์ที่ไม่ดีเท่านั้น แต่เป็นเพราะเขาเอาไปสัมพันธ์เชื่อมโยงกับงานเลี้ยงซึ่งเขามีประสบการณ์ความวิตกกังวล กับการได้รับเชิญให้ไปงาน

9. SOCIAL LEARNING (COGNITIVE-BEHAVIORAL) THEORIES

- **Skinner,Wolpe,Eysench และคนอื่น ๆ เน้นพฤติกรรมที่มองเห็น แต่นักพฤติกรรมนิยมบางคนมองว่ายังไม่สมบูรณ์โดยเฉพาะกลุ่ม Social learning และ cognitive-behavioral ซึ่งเน้นบทบาทของกระบวนการความคิด (cognitive) ในการพัฒนาและคงอยู่รวมทั้งการปรับพฤติกรรม แนวคิดที่เด่นในด้านนี้ได้แก่ Albert Bandura & Walter Mischel ซึ่งได้ศึกษาและอธิบายถึงว่าสังคมมีอิทธิพลได้อย่างไร และกระบวนการคิดเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ (Bandura,1986 & Mischel,1993)**
- **แนวคิดหลักของ Bandura คือ observational learning vicarious cognitive processes ซึ่งเชื่อว่าการพัฒนาการของพฤติกรรมไม่ใช่แต่เรื่องของ Operant และ classical เท่านั้น แต่รวมถึง indirectly (vicariously) โดยผ่านทางการสังเกตและกระบวนการคิดของสิ่งแวดล้อม**

ผลของ cognitive social leaning person variables

1.Competencies ความสามารถในการสร้างความคิดและพฤติกรรม รวมทั้งการทดสอบ IQ สังคม ความคิดและพฤติกรรมที่ถึงวุฒิภาวะและความสามารถ การพัฒนาของ ego การประสบความสำเร็จทั้ง ความรู้ ความสามารถและทักษะ หมายถึง อะไรที่คน ๆ นั้นจะรู้และสามารถทำได้

2.Encoding Strategies and Personal constructs การจัดกลุ่มเหตุการณ์ คน และตัวเอง

3.Expectancies พฤติกรรมที่แสดงออกและสิ่งเร้าที่แสดงออกจะมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับ สถานการณ์เฉพาะ มีความสามารถหรือมีความมั่นใจว่าจะสามารถแสดงพฤติกรรมที่จะเป็นไปได้

4.Subjective Values สิ่งเร้าที่เป็นแรงจูงใจและปลุกปลอบใจ แรงผลักดัน และสิ่งที่ไม่ต้องการต่าง ๆ

5.Self-Regulatory Systems and Plans กฎและปฏิกิริยาในการตอบสนองต่อการกระทำและการ ดำเนินการต่อพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง

- จากตาราง มิเชล มองว่าแนวคิดที่แต่ละคนมีเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะทำให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์จากการเรียนรู้จากสังคม นอกจากนี้แล้วกลุ่มนักทฤษฎี **cognitive-behavioral** ได้ให้ความสนใจกับอีกหลายอย่างรวมถึงการที่คนจะเป็นผู้ประเมินและอธิบายพฤติกรรมของตัวเองและเห็นว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นควรที่จะแสดงออกมาให้โลกได้รับรู้ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการที่จะใช้กับพวกเศร้า และ **Anxiety disorders**
- ในการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งพฤติกรรมของเราเองด้วยจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับลำดับของอารมณ์ เหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ จะกระจายออกไปตาม 3 เรื่องดังนี้คือ **internality ไม่ว่าคนเราจะเห็นเหตุของการเกิดเหตุการณ์ซึ่งนำไปสู่ตัวของเขาเองหรืออย่างอื่นที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม stability ไม่ว่าคนเราจะเห็นสาเหตุเป็นประจำหรือชั่วคราว** และ **globalness ไม่ว่าคนเราจะเห็นสาเหตุเจาะจงกับสถานการณ์หรือเกิดในทุกสถานการณ์** เช่น การอธิบายการทำแบบทดสอบได้ไม่ดีด้วยการโทษว่าแบบสอบถามไม่ดีเป็นเรื่องภายนอก ไม่แน่นอน และเป็นผลเฉพาะเรื่อง การพูดว่า ฉันเองที่โง่ แสดงให้เห็นถึงภายในไม่เปลี่ยนแปลงและเป็น **global** คนไหนที่แสดงออกจากภายในไม่เปลี่ยนแปลงและบอกสาเหตุของประสบการณ์ที่ล้มเหลวดูเหมือนจะมีประสบการณ์ของอาการเศร้า (**depressive symptoms**)

- **นอกจากนี้ยังมี เบ็ค (Beck)** ได้ให้ความเห็นว่าการประเมินความคิดของตนเองจากพฤติกรรมซึ่งบอกว่าได้รับอิทธิพลจากปฏิกิริยาตอบสนองต่ออารมณ์ที่มีต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ คนใดก็ตามที่ประเมินการกระทำของตนเองว่าบกพร่องก็จะวินิจฉัย ถ้าเราไม่สามารถที่จะให้ความพึงพอใจจาก **positive reinforcement** เขามีแนวโน้มที่จะมองตนเองว่าไร้ค่าและไม่ประสบความสำเร็จ เป็นเหตุไปสู่ความคิดที่เศร้าโศก สำหรับเบ็ค ความคิดนี้จะกลายเป็นอัตโนมัติที่เขาจะมีอิทธิพลกับอารมณ์ในการตอบสนองที่ไม่มี **conscious awareness** **จุดประสงค์ของเบ็ค คือ การพยายามให้ความคิดนั้นขึ้นมาอยู่ในจิตสำนึก เพราะฉะนั้นแต่ละคนจะประเมินค่าที่ต่างกันได้**

10.THE PHENOMENOLOGICAL APPROACH

- ทฤษฎีนี้ปฏิเสธแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมของมนุษย์ได้รับอิทธิพลมาจาก 1.สัญชาติญานและความขัดแย้งภายใน 2.สิ่งแวดล้อมและกระบวนการคิด และให้ความเห็นว่าพฤติกรรมของแต่ละคน ณ ขณะนั้นได้ถูกกำหนดโดยลักษณะของการรับรู้โลกของแต่ละคน (perception of the world) ตัวอย่างเช่น นักศึกษา 2 คนเข้าเรียนครั้งแรกคนหนึ่งชอบอาจารย์แต่อีกคนหนึ่งและยกเลิกวิชา นัก Phenomenology บอกว่าการมีปฏิกิริยานี้เป็นผลมาจากการรับรู้ของนักศึกษาทั้ง 2 คน ที่มีต่ออาจารย์ นักจิตวิทยาคลินิกมอง phenomenological approach ภายใต้

1.มนุษย์เป็นคนที่กระฉับกระเฉง รู้คิด รู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่เขาจะต้องรับผิดชอบอะไรก็ตามที่ทำและสามารถที่จะเลือกได้อย่างเต็มที่ในการที่จะทำอะไร

2.ไม่มีใครสามารถเข้าใจพฤติกรรมของคนอื่นได้ ถ้าไม่ได้รับรู้ผ่านทางสายตาของคนนั้นเอง

- ในอเมริกาเหนือ นักจิตวิทยาที่ใช้วิธีการของ **Phenomenology** จะมองว่าคนแต่ละคนมีศักยภาพที่จะเจริญเติบโตและเป็นแรงกระตุ้นต่อพฤติกรรม เขาจะมองมนุษย์ในฐานะที่เป็นสิ่งที่ดีและแสวงหาความคิดสร้างสรรค์ มีความรักและมีจุดมุ่งหมาย (จากเหตุผลนี้ทำให้วิธีการหรือแนวคิดนี้ถูกเรียกว่า มานุษยนิยม (**humanistic**)) ข้อมูลทางจิตวิทยาที่กลุ่มนี้เน้นจึงไม่ใช่ที่ข้อมูลที่ได้จากอดีตของคนไข้หรือการพยายามแก้ไขปัญหาเฉพาะของคนไข้ แต่ศึกษาถึงการเจริญเติบโต สิ่งที่เกิดขึ้น และปัจจุบัน (**here and now**)

11. KELLY'S PERSONAL CONSTRUCT THEORY

- **George Kelly,1955 พัฒนาทฤษฎีภายใต้แนวคิดที่ว่าพฤติกรรมของมนุษย์ถูกกำหนดโดยการสร้างมโนภาพของตนเอง (personal construct)** แคลลี่เชื่อว่าการกระทำของแต่ละคนเป็นสิ่งที่เขาคาดหวังในพฤติกรรม และเกี่ยวกับความเป็นจริงของชีวิต และเป็นตัวชี้นำพฤติกรรม เช่น คนหนึ่งมองมีดว่าเป็นสิ่งอันตรายก็จะเตือนตัวเองให้ระวัง การเตือนตัวเองเป็นผลสะท้อนจากความระมัดระวังและหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุ จากมุมของแคลี่จุดประสงค์หลักของคนเรานั้นไม่ใช่แต่เพียงเพื่อสนองตอบสัญชาติญาณหรือเพื่อรางวัลสูงสุดเท่านั้น แต่เป็นการรับของ **personal construct** และรู้สึกกับโลกรอบตัวเหมือนที่เขารับรู้เหมือนกับนักวิทยาศาสตร์ที่พอใจกับการค้นพบว่าทำไมและเมื่อไรที่ความจริงปรากฏ คนเราต้องการที่จะแสวงหาความเข้าใจและทำนายความจริงที่เกิดขึ้นนั้นในชีวิตของเรา

- แคลลี่มองว่าพฤติกรรมที่ผิดปกติต่าง ๆ เป็นผลมาจากการที่คนพัฒนาสิ่งที่ไม่ตรงกับที่เป็นจริง มีปัญหาผิดพลาดเกิดขึ้นหรือมีการสร้างขึ้นอย่างผิดผลาดโดยเฉพาะเกี่ยวกับประสบการณ์ในสังคม เหมือนกับนักวิทยาศาสตร์ที่อาจจะทำนายผิดจากการตั้งสิ่งที่คาดไว้ผิด คนเราส่วนใหญ่จะประพฤติผิดหรือ ไม่เหมาะสมถ้า **personal construct** ไม่เหมาะสมกับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน คนใดก็ตามที่ตั้งทุกอย่างในชีวิตในแง่ของ ดีหรือไม่ดี จะมีปัญหาเพราะเหตุการณ์ทุกอย่างและคนเราไม่สามารถที่จะแยกแยะดีหรือไม่ดีโดยที่ไม่มีอะไรที่ผิดเพี้ยนไป เช่นที่มองว่านักศึกษามีกิจกรรมทางการเมืองหรือ คนต่างชาติเป็นคนไม่ดีและเด็กทุกคน หมอ หรือเสมียนเป็นคนดีความคิดนี้ย่อมผิดอย่างน้อยที่สุดในบางเวลาและเขาจะถูกมองโดยคนอื่นในฐานะที่เป็นคนใจแคบ มีอคติ และตัดสินลักษณะต่าง ๆ อย่างไม่ถูกต้อง

12. ROGER'S SELF-ACTUALIZATION THEORY

- คาร์ล โรเจอร์ (Carl Rogers,1942,1951,1970) เชื่อว่าคนเรามีแรงจูงใจในการเจริญเติบโตมาตั้งแต่เกิด ซึ่งเรียกว่า self-actualization ซึ่งเป็นตัวชี้นำแนวโน้มของชีวิตของมนุษย์ ความต้องการที่จะแผ่ขยาย พัฒนาการและมีวุฒิภาวะ แนวโน้มที่จะแสดงและกระทำตามศักยภาพทั้งหมด โรเจอร์มองว่าพฤติกรรมทั้งหมดของมนุษย์ตั้งแต่เริ่มต้นแสวงหาอาหารไปจนถึงการมีความคิดริเริ่มร้างสรรค์ในด้านศิลปะ จากการพูดคุยปกติไปจนถึงพูดไม่รู้เรื่องเป็นผลมาจากการที่คน ๆ นั้น มีลักษณะเฉพาะของตัวเองในการรับรู้สิ่งแวดล้อม
- โรเจอร์บอกว่าคนส่วนใหญ่จะให้คุณค่าในทาง + ของคนอื่นสูงมากและเขาจะพยายามแสวงหาถึงแม้จะหมายถึงการต้องคิดหรือกระทำที่ไม่ตรงกับที่ประสบการณ์ของคนอื่นและแรงจูงใจจากของตัวเอง ซึ่งสิ่งนี้เป็นสิ่งที่โรเจอร์เรียก conditions of worth คือการที่คน ๆ นั้นได้รับการมองในทาง + จากคนอื่นโดยเฉพาะอย่างยิ่งจากตัวเอง โดยเฉพาะพฤติกรรมเจตคติและความเชื่อ conditions of worth ถูกสร้างครั้งแรกโดยพ่อ แม่และสถาบันทางสังคมอื่น ๆ และจะเข้าไปอยู่ในคน ๆ นั้นภายหลัง

- ตัวอย่าง เช่น การร้องไห้ไม่ใช่ลักษณะของผู้ชายไทย ผู้ชายร้องไห้เป็นคนอ่อนแอ ซึ่งประโยคนี้เป็นการบั่นทอนความรู้สึกที่แท้จริง โรเจอร์เชื่อว่า ยิ่งความขัดแย้งระหว่างความรู้สึกที่แท้จริงกับอิทธิพลของสังคมของคน ๆนั้นมากเท่าไร จะมีผลทำให้พฤติกรรมมีปัญหามากเท่านั้น
- โรเจอร์เชื่อว่า ปัญหาเหล่านี้สามารถหลีกเลี่ยงได้ ถ้าคน ๆ นั้นได้รับแต่การมองในทาง + จะไม่มี **conditions of worth** เกิดขึ้นการมองตนเองจะไม่แตกต่างจากการมองหรือประเมินจากผู้อื่น ซึ่งทำให้คน ๆนั้นสามารถที่จะปรับตัวและพัฒนาไปได้อย่างเต็มที่ ซึ่งถ้าสิ่งเหล่านี้ไม่เคยมีในอดีตก็อาจจะช่วยได้ในปัจจุบัน ซึ่งโรเจอร์ได้พัฒนาวิธีการบำบัดที่จะให้มีการมองดูตนเองในทาง + และสิ่งอื่นที่จะช่วยคนที่มีปัญหาให้ลดข้อขัดแย้งนี้ลงได้

13. MASLOW AND HUMANISTIC PSYCHOLOGY

- **อับบราแฮม มอสโลว์ (Abraham Maslow,1954,1962,1971)** เน้นความดี ความคิดสร้างสรรค์ในมนุษย์เหมือนกับโรเจอร์ มอสโลว์มองดูคนในฐานะที่มีความสามารถและต้องการ **self-actualization** แต่เขาบอกว่าการที่สามารถไปให้ถึงศักยภาพของตนเองนั้น ไม่ได้มาจากการไม่ลงรอยกันระหว่างประสบการณ์ของคน ๆนั้น ประสบการณ์ของคนอื่น ๆแต่เป็นเพราะไม่ได้ตามความต้องการ (**needs**)
- **มอสโลว์ เชื่อว่าความต้องการซึ่งมีลำดับขั้น** โดยเริ่มจากความต้องการพื้นฐาน (อาหาร-น้ำ) และเลื่อนสูงขึ้นไปยัง ความปลอดภัย ความมั่นคง ความรัก การเป็นเจ้าของ การได้รับการยกย่อง และสุดท้ายการเข้าใจตนเอง (**self-actualization**) ความพึงพอใจในการได้รับการสนองตอบความต้องการในระดับหนึ่งจะยังไม่เป็นที่พอใจถ้าต้องการในระดับที่ต่ำกว่ายังไม่ได้รับการสนองตอบ คนจะไม่สนใจกับความต้องการความรักตราบใดที่เขายังไม่รู้ว่าอาหารมื้อต่อไปจะได้รับประทานหรือไม่

ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

ความต้องการพื้นฐานทางร่างกาย

เป็นความต้องการลำดับต่ำสุดและปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ซึ่งเป็น ปัจจัยที่ทำให้เกิดแรงผลักดันทางกายภาพ เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศ ที่อยู่อาศัย การพักผ่อน และความต้องการทางเพศ

ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

ความต้องการความปลอดภัย

เป็นความต้องการในลำดับที่ 2 ที่จะเกิดขึ้นหลังจากที่ความต้องการทางร่างกายได้รับการตอบสนองแล้ว คือ ความต้องการความปลอดภัยทั้งทางกายและจิตใจ ความมั่นคงในอาชีพ การมีสภาพแวดล้อมที่ดี และกฎระเบียบข้อบังคับที่เหมาะสม เป็นความต้องการในการอยู่รอดทางกายภาพ

ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

ความต้องการความรักและความสัมพันธ์ทางสังคม

หลังจากที่มนุษย์มีความปลอดภัยในชีวิตและมีความมั่นคงในหน้าที่การงานแล้ว มนุษย์ก็จะมีความต้องการความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ เช่น ต้องการความรัก ต้องการเพื่อน ต้องการยอมรับ เป็นสมาชิกในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง และต้องการการมีครอบครัว

ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียง

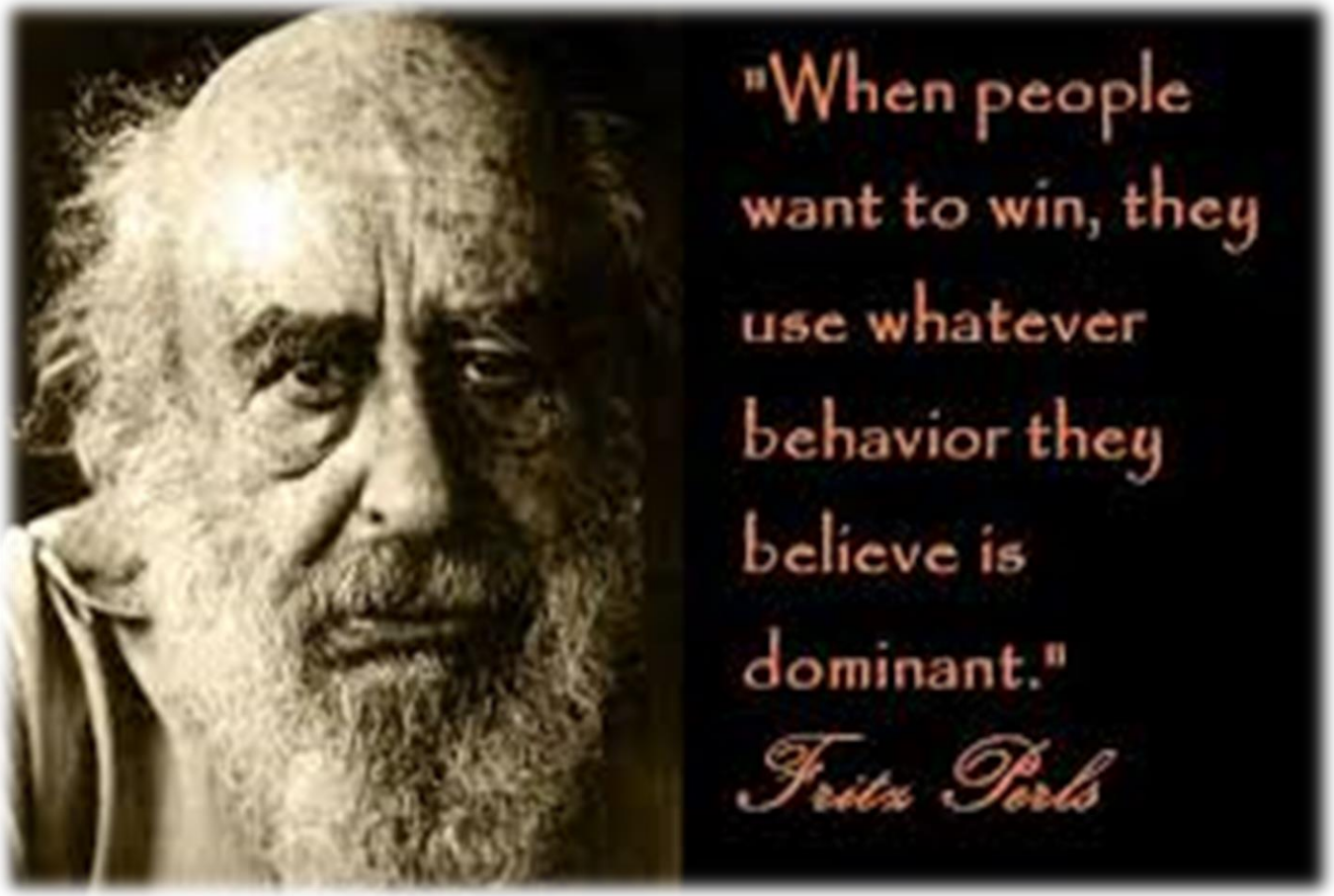
เป็นความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากสังคม ความต้องการคำชื่นชมในความสำเร็จในหน้าที่การงาน ความต้องการได้รับเกียรติยศและศักดิ์ศรี การเห็นคุณค่าของตนเอง ความต้องการเหล่านี้ เช่น การเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่งได้รับเงินเดือนที่สูงขึ้น การได้รับความก้าวหน้าในงานอาชีพ

ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

ความต้องการเติมความสมบูรณ์ให้ชีวิต

เป็นความต้องการขั้นสูงสุด คือ ความต้องการความสำเร็จในสิ่งที่แต่ละคนปรารถนาหรือใฝ่ฝัน มีความแตกต่างกันไปในแต่ละคน โดยการทุกคนจะต้องตั้งเป้าหมายไว้และพัฒนาทักษะความสามารถและความพยายามให้ถึงขีดสุด เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้

14. FRITZ PERLS AND GESTALT PSYCHOLOGY



- พีช ฟิลล์ (Fritz perls) ไม่เห็นด้วยกับแนวคิดของฟรอยด์ที่เน้นเรื่องสัญชาติญาณทางเพศ และไม่ให้ความสนใจกับสิ่งที่ฟิลล์เรียก hunger ซึ่งเป็นสัญชาติญาณหรือแนวโน้มที่จะนำไปสู่ self-preservation และ self-actualization ฟิลล์มอง ego เหมือนที่ฟรอยด์มอง ego ว่าเป็นตัวกลางที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองตัวเองโดยเป็นตัวกลางของความขัดแย้งระหว่างความต้องการภายในกับความกดดันจากสิ่งแวดล้อม แต่ฟิลล์ไม่ได้คิดถึง ego ในฐานะโครงสร้างทางจิต แต่เป็นในฐานะกระบวนการ (process) ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อลดความตึงเครียดระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม
- กระบวนการจะเกิดขึ้นในฐานะที่บุคคลมีการเจริญเติบโตทางจิต คือการนำสิ่งแวดล้อมเข้ามาเพื่อพบกับความต้องการภายใน การเจริญเติบโตของบุคคลขึ้นอยู่กับการที่ยังทราบถึงความต้องการภายในกับการเรียกร้องจากภายนอก

- ตัวอย่างเช่น คนที่มีความปรารถนาทางเพศอย่างรุนแรง แต่เติบโตมาในครอบครัวซึ่งความรู้สึกแบบนี้ถูกมองว่า “ไม่มีศีลธรรม” จะไม่ได้รับการสนใจที่จะให้ได้รับความช่วยเหลือและกลายมาเป็นปัญหา อาจจะกลายเป็นการปฏิเสธไม่ยอมรับความรู้สึกทางเพศหรือรับรู้มากเกินไปจนกลายเป็นสำส่อนทางเพศ ซึ่งการทำให้ผิดไปจากที่เป็นจริงนี้อาจจะมีผลทำให้เกิดปัญหาที่รุนแรงมากยิ่งขึ้นได้ เช่น ถ้าคน ๆ นั้นไม่สามารถที่จะยอมรับความรู้สึกที่ไม่เป็นมิตรไปยังคนอื่นได้ ผลอาจจะกลายเป็นว่าคนอื่นไม่เป็นมิตรกับตัว (projcetion) และเกิดความรู้สึกกระวนกระวายใจในการที่จะออกจากบ้าน ซึ่งลักษณะของคนแบบนี้อาจจะอยู่ใกล้ ๆ เรามากมายและอาจมองว่า เพราะโลกเราอันตรายมาก และปฏิเสธที่จะจากบ้าน วิธีการรักษาของฟิลล์เรียกว่า Gestalt Therapy ซึ่งจุดประสงค์คือเริ่มต้นการเจริญเติบโตใหม่โดยการสร้าง aware processes

วิธีการที่ใช้ในจิตวิทยาคลินิก

- เครื่องมือที่นักจิตวิทยาคลินิกจะใช้เพื่อประกอบการวินิจฉัย โดยก่อนที่นักจิตวิทยาคลินิกจะใช้เครื่องมือชนิดใดนั้น นักจิตวิทยาจะต้องหาข้อมูลของคนไข้ก่อนเพื่อประกอบการตัดสินใจ
- ประเภทของข้อมูลและข้อมูลที่ต้องการจากแต่ละคน ที่นักจิตวิทยาคลินิกจะต้องทราบมีรายละเอียด ดังตารางต่อไปนี้

ประเภทข้อมูล	ข้อมูล
1.ลักษณะทางกาย	กลุ่มเลือด **RH factor** ปฏิกิริยาในการตอบสนองต่อสภาวะความเครียด การทำงานของไตและตับ ลักษณะทางพันธุกรรม อัตราการเผาผลาญของร่างกาย ความสามารถของสายตา โรคต่าง ๆ
2.สภาพร่างกาย	ความสูง น้ำหนัก เพศ สีตา สีผม ลักษณะร่างกาย
3.ประวัติ	ชื่อ อายุ ที่อยู่ เบอร์โทร อาชีพ การศึกษา รายได้ สถานะสมรส จำนวนบุตร
4.พฤติกรรม	ความเร็วในการอ่าน การประสานกันของสายตาและมือ จำนวนครั้งที่ไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ทักษะการสนทนา ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การประสบความสำเร็จในอาชีพ นิสัยการสูบบุหรี่
5.ความคิด/สติปัญญา	การตอบสนองต่อการทดสอบสติปัญญา รายงานเกี่ยวกับเรื่องความคิด การแสดงออกของผลจากการทดสอบในเรื่องทั่วไปหรือความคิด การตอบสนองต่อแบบทดสอบในเรื่องของการรับรู้และโครงสร้าง
6.อารมณ์/ความรู้สึก	การรายงานเรื่องอารมณ์ การรายงานจากการทดสอบในเรื่องระดับของอารมณ์ การตอบสนองทางร่างกายเมื่อเกิดอารมณ์
7.สภาพแวดล้อม	สภาพและที่ตั้งของที่อยู่อาศัย จำนวนและรายละเอียดเกี่ยวกับลักษณะของงาน ร่างกายและพฤติกรรมของครอบครัว เพื่อน ผู้ร่วมงาน ลักษณะเฉพาะของวัฒนธรรม มาตรฐานของวัฒนธรรมและสิ่งที่เคยปฏิบัติ สภาวะทางเศรษฐกิจ ลักษณะทางภูมาสตร์

การเก็บข้อมูลจากเครื่องมือต่าง ๆ

- นักจิตวิทยาคลินิกจะถามตัวเองด้วยคำถามแรกเกี่ยวกับเครื่องมือที่ใช้กับคนไข้ คือ “เราต้องการที่จะรู้อะไรบ้าง” “เราจะหาคำตอบของสิ่งเหล่านั้นอย่างไร” นักจิตวิทยาคลินิกจะเก็บข้อมูลจาก 4 แหล่งที่สำคัญ คือ การสัมภาษณ์ แบบทดสอบ การสังเกต และจากประวัติของคนไข้
- การสัมภาษณ์ Kelly พูดไว้ว่า “ถ้าเราไม่รู้ว่าอะไรกำลังเกิดขึ้นในความคิดหรือจิตใจของคนไข้ ถาม เขาอาจจะบอกเรา และจากประโยคนี้ ทำให้ไม่ต้องสงสัยว่า ทำไมการสัมภาษณ์เป็นแหล่งข้อมูลพื้นฐานและที่รู้จักหรือใช้กันอย่างกว้างขวาง เพราะอย่างแรก คือ เป็นการปฏิสัมพันธ์ในสังคม เป็นการบอกถึงความสามารถของคน ๆนั้นในเรื่องพฤติกรรมในการใช้ภาษาและไม่ใช้ภาษา อันดับต่อมา การสัมภาษณ์ไม่ต้องใช้เครื่องมือพิเศษอะไรและทำที่ใดก็ได้ และเป็นสิ่งที่ปรับเปลี่ยนได้ ยกเว้นการสัมภาษณ์เพื่อการวิจัยซึ่งเตรียมเนื้อหาไว้แล้ว

- แบบทดสอบ เหมือนการสัมภาษณ์ แต่แบบทดสอบแสดงให้เห็นถึงตัวอย่างของพฤติกรรมแต่สิ่งเร้าที่คนไข้จะต้องตอบสนองนั้นมีมาตรฐานมากกว่าการสัมภาษณ์ เพราะแบบทดสอบให้สิ่งเร้าเดียวกันกับคนไข้ทุกคนภายใต้สถานการณ์เดียวกัน แบบทดสอบทำได้ง่าย ประหยัด สะดวกในการใช้ และผลของการทดสอบสามารถแปลงออกมาเป็นคะแนนและทำให้พฤติกรรมของคนไข้แสดงออกมาในรูปปริมาณได้ และที่สุดคือข้อมูลจากแบบทดสอบสามารถเปรียบเทียบกับพฤติกรรมของคนอื่น ๆ อีกจำนวนมากที่ได้ทดสอบแบบทดสอบเดียวกัน และจากการที่สามารถเปรียบเทียบจากคะแนนหรือจากกลุ่มตัวอย่าง (**norm**) ทำให้นักจิตวิทยาสามารถแปลความโดยอ้างจากค่าเฉลี่ยนั้น ๆ ตัวอย่างเช่น แบบทดสอบ **word-association** ถ้าพูดคำว่า “บ้าน” คนไข้ตอบ “ใหญ่โต” ถ้านักจิตวิทยาไม่เคยทราบมาก่อนว่ามีคนตอบคำนี้อาจคิดว่าเป็นคำตอบที่ไม่ปกติธรรมดา ซึ่งชี้ให้เห็นถึงปัญหาทางด้านสุขภาพจิต แต่เมื่อมี **norm** ก็จะรู้ว่าคำตอบไม่ใช่สิ่งที่แปลกประหลาดจนต้องสนใจมากกว่าปกติ

- การสังเกต จากคำพูดที่ว่า “การกระทำพูดได้ดังกว่าคำพูด” เป็นสิ่งที่ที่ทำให้นักจิตวิทยาใช้ในการสังเกตพฤติกรรมในสถานการณ์ที่น่าสนใจ จุดประสงค์ของการสังเกต คือ นอกจากสิ่งที่คนไข้พูดแล้วค้นหาสิ่งที่เขาทำ การสังเกตเป็นสิ่งเที่ยงตรง เพราะเป็นสิ่งที่สามารถกระทำได้ตรง ๆและจะไม่มีปัญหาเรื่องความจำแรงจูงใจ วิธีการที่ตอบสนองและความเบี่ยงเบนของสถานการณ์ซึ่งเคยมีผลต่อคุณค่าของการสัมภาษณ์และแบบทดสอบ ตัวอย่าง เช่น จากการรายงานของครูเกี่ยวกับความตั้งใจเรียนของนักเรียนทั้งชายและหญิงอาจจะมีผลจากการรับรู้ของครู ความจำผิด ๆได้ แต่ถ้าวิเคราะห์จากการบันทึกเทป จากพฤติกรรมในห้องเรียนจริง ๆ จะไม่มีปัญหาในเรื่องเหล่านี้ สิ่งต่อมาที่การสังเกตมีต่อพฤติกรรม เช่น การึกษาความก้าวร้าวของเด็ก จะสังเกตในสนามเด็กเล่นซึ่งเป็นที่ ๆ พฤติกรรมต่าง ๆเกิดขึ้นและเห็นได้อย่างชัดเจน หรือคนไข้ในโรงพยาบาลจิตเวช การสังเกตจะเห็นว่าคนไข้จะซึมเศร้ามากที่สุดหลังจากญาติมาเยี่ยม ซึ่งการสังเกตมีคุณค่ามากกว่าการ สอบถาม หรือการสัมภาษณ์

- บันทึกประวัติ จากอดีตถึงปัจจุบันของผู้ป่วย เช่น สมุดบันทึก จดหมาย รายงานผลการเรียน ตำรวจ แพทย์ เป็นต้น รูปแบบต่าง ๆของการบันทึกเหล่านี้ จะช่วยนักจิตวิทยาในการมองเห็นคนไข้ได้มุมที่กว้างขึ้นและได้เห็นสิ่งที่อาจจะขาดหายไป แต่ในบางครั้งบันทึกอาจจะมีข้อมูลไม่ครบตามที่ต้องการ เพราะไม่ได้จดไว้ เช่น ในการบันทึกเขียนว่า หย่าร้าง ปี 1995 แต่ไม่ได้บอกว่าทำไม เพราะอะไร และคน ๆนั้นรู้สึกอย่างไรกับเหตุการณ์นั้น