พฤติกรรมมนุษย์ Human Behavior

นำเสนอเมื่อ : 15 ส.ค. 2551

การพัฒนาตนเป็น กระบวนการของ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเราเอง ให้ไปสู่ภาวะที่ ดีกว่าและเป็นที่ต้องการ มากกว่า แต่กระบวนการ ดังกล่าว ไม่ใช่เรื่องง่ายทั้งนี้เพราะพฤติกรรมมนุษย์นั้นซับซ้อน มีองค์ประกอบ และปัจจัย เกี่ยวเนื่องจำนวนมาก ด้วยเหตุนี้ จึงมีความจำเป็น ที่ผู้ศึกษา จะต้องทำความรู้จักสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นเพื่อที่จะได้จัดการ ให้มีอิทธิพล เชิงบวก หรือหลีกเลี่ยง หากมีอิทธิพลเชิงลบต่อ การพัฒนาตนเอง การศึกษาปัจจัยพื้นฐานของพฤติกรรม จะช่วยให้เข้าใจ พฤติกรรมมนุษย์ ได้ดียิ่งขึ้น

ปัจจัยพื้นฐานของพฤติกรรม ประกอบด้วย

- ปัจจัยพื้นฐานด้านชีวภาพ 1. พันธุกรรม 2. การทำงานของระบบในร่างกาย 3. ระบบต่อมไร้ท่อ (Endocrine System) 4. ระบบกล้ามเนื้อ (Muscular System)
- ปัจจัยพื้นฐานด้านจิตวิทยา 1. แรงจูงใจ 2. การเรียนรู้
- ปัจจัยพื้นฐานด้านสังคมวิทยา 1. อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม 2. กระบวนการสังคมประกิต 3. อิทธิพลของกลุ่ม

พฤติกรรมมนุษย์

ความหมายของพฤติกรรมมนุษย์

พฤติกรรม (Behavior) คือ กริยาอาการที่แสดงออกหรือปฏิกิริยาโต้ตอบเมื่อเผชิญกับสิ่งเร้า (Stimulus) หรือสถานการณ์ต่าง ๆ อาการแสดงออกต่าง ๆ เหล่านั้น อาจเป็นการเคลื่อนไหวที่สังเกตได้หรือวัดได้ เช่น การเดิน การพูด การเขียน การคิด การเต้นของหัวใจ เป็นต้น
ส่วนสิ่งเร้าที่มากระทบแล้วก่อให้เกิดพฤติกรรมก็อาจจะเป็นสิ่งเร้าภายใน (Internal Stimulus) และสิ่งเร้าภายนอก (External Stimulus)

สิ่งเร้าภายใน ได้แก่ สิ่งเร้าที่เกิดจากความต้องการทางกายภาพ เช่น ความหิว ความกระหาย สิ่งเร้าภายในนี้จะมีอิทธิพลสูงสุดในการกระตุ้นเด็กให้แสดงพฤติกรรม และเมื่อเด็กเหล่านี้โตขึ้นในสังคม สิ่งเร้าใจภายในจะลดความสำคัญลง
สิ่งเร้าภายนอกทางสังคมที่เด็กได้รับรู้ในสังคมจะมีอิทธิพลมากกว่าในการกำหนดว่าบุคคลควรจะแสดงพฤติกรรมอย่างใดต่อผู้อื่น

สิ่งเร้าภายนอก ได้แก่ สิ่งกระตุ้นต่าง ๆ สิ่งแวดล้อมทางสังคมที่สามารถสัมผัสได้ด้วยประสาททั้ง ๕ คือ หู ตา คอ จมูก การสัมผัส

สิ่งเร้าที่มีอิทธิพลที่จะจูงใจให้บุคคลแสดงพฤติกรรม ได้แก่ สิ่งเร้าที่ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจที่เรียกว่า การเสริมแรง (Reinforcement) ซึ่งแบ่งออกได้เป็น ๒ ชนิด คือ การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) คือ สิ่งเร้าที่พอใจทำให้บุคคลมีการแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เช่น คำชมเชย

การยอมรับของเพื่อน ส่วนการเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) คือ
สิ่งเราที่ไม่พอใจหรือไม่พึงปรารถนานำมาใช้เพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาให้น้อยลง เช่น
การลงโทษเด็กเมื่อลักขโมย การปรับเงินเมื่อผู้ขับขี่ยานพาหนะไม่ปฏิบัติตามกฎจราจร เป็นต้น

มนุษย์โดยทั่วไปจะพึงพอใจกับการได้รับการเสริมแรงทางบวกมากกว่าการเสริมแรงทางลบ

วิธีการเสริมแรงทางบวก กระทำได้ดังนี้

๑. การให้อาหาร น้ำ เครื่องยังชีพ เป็นต้น

๒. การให้แรงเสริมทางสังคม เช่น การยอมรับ การยกย่อง การชมเชย ฯลฯ

๓. การให้รางวัล คะแนน แต้ม ดาว เป็นต้น

๔. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Information Feedback) เช่น การรับแจ้งว่าพฤติกรรมที่กระทำนั้น ๆ เหมาะสม

๕.
การใช้พฤติกรรมที่ชอบกระทำมากที่สุดมาเสริมแรงพฤติกรรมที่ชอบกระทำน้อยที่สุดเป็นการวางเงื่อนไข เช่น เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้วจึงอนุญาตให้ดูทีวี เป็นต้น

องค์ประกอบพื้นฐานของพฤติกรรม

ปัจจัยพื้นฐานด้านชีวภาพ

ปัจจัยพื้นฐานด้านจิตวิทยา

ปัจจัยพื้นฐานด้านสังคมวิทยา

- แรงจูงใจ (Motivation)
- การรับรู้ (Perception)
- การเรียนรู้
- เจตคติและความคิดรวบยอด (Attitude and Concept)
- การตัดสินใจ (Decision Making)

ที่มา http://www.novabizz.com/NovaAce/Behavior/