

Articles from Ramamental

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์

2011-12-05 09:12:23 admin

มาโนช หล่อตระกูล

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์คิดค้นโดย Sigmund Freud (1856-1939) ซึ่งเป็นจิตแพทย์ชาวเวียนนีส ทฤษฎีของเขาได้รับการยอมรับเป็นอย่างมากในยุคนั้น มีแนวคิดต่าง ๆ เกี่ยวกับปัญหาด้านจิตใจที่พัฒนาตามมามากมาย แม้ในปัจจุบันความสำคัญของทฤษฎีจิตวิเคราะห์จะมีบทบาทลดลง ทฤษฎีด้านชีวภาพและการรักษาด้วยยามีบทบาทมากขึ้น แต่ก็ยังเป็นที่ยอมรับกันว่า ทฤษฎีจิตวิเคราะห์เป็นส่วนที่ช่วยให้เข้าใจปรากฏการณ์ต่าง ๆ ของจิตใจได้เป็นอย่างดี

ทฤษฎีพื้นฐาน

จิตใจของคนเราสามารถแบ่งได้เป็น 3 ระดับตามการรับรู้ ได้แก่

1. จิตสำนึก (The conscious) เป็นส่วนของจิตใจที่คนเรารู้สึกนึกคิดอยู่ในแต่ละขณะ
2. จิตก่อนสำนึก (The preconscious) เป็นส่วนของจิตใจที่ตามปกติแล้วเราไม่ได้ตระหนักถึง แต่หากใช้ความตั้งใจก็จะขึ้นมาสู่จิตสำนึกได้ เช่น การพยายามนึกถึงเหตุการณ์บางอย่างในอดีต
3. จิตไร้สำนึก (The unconscious) เป็นความรู้สึกนึกคิด หรือความต้องการที่อยู่ในส่วนลึกของจิตใจ ตามปกติไม่อาจขึ้นมาในระดับจิตสำนึกได้ อาจแสดงออกมาในความฝัน หรือแสดงเป็นอาการต่าง ๆ ของผู้ป่วย ซึ่งจะเบี่ยงเบนไปจากความคิดหรือความต้องการดั้งเดิม

และฟรอยด์ยังแบ่งกระบวนการคิดออกเป็น 2 ลักษณะ

1. Secondary Process เป็นกระบวนการคิดที่เราคุ้นเคยและใช้กันอยู่ ในระดับจิตสำนึกและจิตก่อนสำนึกมีกระบวนการคิดเช่นนี้เป็นการคิดที่ยึดเหตุผล มองสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง (reality principle) เช่น คนเราบางครั้งผิดหวังและบางครั้งก็มีสมหวัง หรือสิ่งที่ต้องการบางอย่างอาจต้องรอคอยบ้าง
2. Primary Process เป็นกระบวนการคิดในระดับจิตไร้สำนึก วิธีคิดเป็นแบบเด็ก ๆ ไม่เป็นเหตุเป็นผล ไม่สนใจเรื่องเวลาหรือสถานที่ สิ่งที่ต้องการคือความสุข ความสมหวัง ซึ่งหากต้องการก็จะได้รับการตอบสนองทันทีจึงจะพอใจ โดยไม่คำนึงว่าผลตามมาเป็นอย่างไร (pleasure principle) ตัวอย่างที่เห็นชัดได้แก่การฝัน ซึ่งเหตุการณ์ทุกอย่างสามารถเกิดขึ้นได้ สิ่งที่อยู่คนละมิติ คนละเวลากัน สามารถมาอยู่ด้วยกันได้ หากนึกถึงอะไรก็จะได้สิ่งนั้น

นอกจากการแบ่งจิตใจออกเป็น 3 ระดับแล้ว ฟรอยด์ยังแบ่งโครงสร้างของจิตใจออกตามหน้าที่ออกเป็น 3 ส่วนด้วยกัน ได้แก่

1. Id เป็นส่วนที่อยู่ในจิตไร้สำนึกเท่านั้น เป็นแรงผลักดันดั้งเดิมของคนเรา แบ่งออกเป็นแรงผลักดันทางเพศ (libidinal drive) และแรงผลักดันทางความก้าวร้าว (aggressive drive) การแสดงออกของ id เป็นไปตาม primary process และ pleasure principle
2. Ego เป็นส่วนที่ทำหน้าที่อยู่ที่ทั้ง 3 ระดับของจิตใจ โดยจะควบคุม บริหารจัดการ ต่อแรงผลักดัน

ต้นตอต่าง ๆ ที่มามีปฏิสัมพันธ์กัน ทำหน้าที่ประนีประนอมระหว่างแรงผลักดันจาก id กับระเบียบหรือข้อจำกัดจากสภาพเป็นจริงภายนอก และแรงต่อต้านจาก superego โดยการทำหน้าที่เป็นไปตาม secondary process และ reality principle

3. Superego เป็นส่วนของจิตใจที่พัฒนาขึ้นมาในระยะ edipal แบ่งออกเป็น conscience หรือมโนธรรมซึ่งมีหน้าที่คอยตัดสินความคิด การกระทำว่าถูกหรือผิด และ ego ideal ซึ่งเป็นส่วนของบุคคลในอุดมคติที่เราอยากเป็นหรืออยากเอาแบบอย่าง

กลไกการเกิดอาการ (Symptom Formation)

ปกติแรงผลักดันต่าง ๆ ภายในจิตใจ และจากสิ่งแวดล้อมจะมีปฏิสัมพันธ์กันโดยตลอด ไม่หยุดนิ่ง (dynamic)

แรงผลักดันจาก id จะถูกต่อต้านโดย ego เนื่องจากหากความต้องการจาก id ได้ขึ้นสู่จิตสำนึกหรือแสดงออกโดยตรงอาจก่อให้เกิดผลเสียแก่บุคคลนั้นได้ ในบางขณะ superego จะเข้ามามีบทบาทร่วมด้วย

แรงผลักดันที่มีลักษณะตรงข้ามกันเหล่านี้จะก่อให้เกิดความขัดแย้ง (conflict) ขึ้น ซึ่งอาจเป็นความขัดแย้งของโครงสร้างต่าง ๆ ภายในจิตใจ หรืออาจเป็นความขัดแย้งระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม แต่เมื่อพิจารณาถึงต้นตอของความขัดแย้งต่าง ๆ เหล่านี้จะพบว่ามีจุดเริ่มต้นมาจากความขัดแย้งระหว่าง id กับ ego ทั้งสิ้น ซึ่งเป็นจุดสำคัญในทฤษฎีจิตวิเคราะห์ เราเรียกความขัดแย้งระหว่าง id กับ ego นี้ว่า neurotic conflict

เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นจิตใจจะอยู่ในสภาพเสียสมดุล (disequilibrium) แรงผลักดันจาก id มีแนวโน้มจะพุ่งขึ้นสู่จิตสำนึก ภายใต้สถานการณ์นี้จะเกิดมีสัญญาณเตือนต่อ ego ในลักษณะของความรู้สึกวิตกกังวล (signal anxiety) ทำให้ ego ต้องแก้ไขสถานการณ์โดยใช้กลไกทางจิต (defense mechanism) เข้าช่วย กลไกทางจิตที่ใช้เป็นลำดับแรกได้แก่ การเก็บกด (repression) ถ้าสำเร็จแรงผลักดันจาก id รวมทั้งความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวข้องกับแรงผลักดันนี้จะถูกผลักกลับไปอยู่จิตไร้สำนึกตามเดิม เกิดความสมดุลของจิตใจขึ้นใหม่

ในกรณีที่กลไกทางจิตแบบเก็บกดไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอ เนื่องจากแรงผลักดันจาก id รุนแรงมาก ego อ่อนแอในช่วงนั้น หรือมีปัจจัยภายนอกมาเสริมแรงผลักดันจาก id ego จะใช้กลไกทางจิตรูปแบบอื่น ๆ เข้าช่วย (auxiliary defense) เช่น reaction formation หรือ projection ลักษณะการแสดงออกจะเป็นในรูปแบบของการประนีประนอม (compromise formation) กล่าวคือ ให้แรงผลักดันจาก id ได้ขึ้นมาสู่จิตสำนึกบางส่วนในรูปแบบที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทำให้ความต้องการจากแรงผลักดันดั้งเดิมได้รับการตอบสนองบ้าง ในขณะเดียวกันก็ยังคงแสดงถึงแรงต่อต้านจาก ego ในรูปแบบของกลไกทางจิตที่ใช้เข้าช่วย อาการต่าง ๆ ของผู้ป่วยที่แสดงออกมานั้นเป็นผลรวมของแรงผลักดันจาก id ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม กลไกทางจิตที่ ego ใช้เข้าช่วยเสริม repression และ signal anxiety ที่ยังคงอาจมีอยู่บ้าง

กลไกทางจิต (Defense Mechanism)

กลไกทางจิตส่วนใหญ่จะเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในระดับจิตไร้สำนึก ซึ่งผู้ป่วยจะไม่ตระหนักถึงสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ดังเช่นใน displacement ผู้ป่วยแสดงความฉุนเฉียวกับคนใช้ที่บ้าน เนื่องจากรู้สึกว่าคุณใช้ชกช้ำ งุ่มง่าม ไม่เคยได้ตั้งใจ โดยที่ไม่ทราบว่าเป็นจริงแล้วเป็นจากการที่ตนโกรธหัวหน้างานแต่แสดงออกไม่ได้จึงมาระบายกับคนใช้

โดยลำพังในตัวของกลไกทางจิตเองไม่ถือว่าเป็นสิ่งผิดปกติ เนื่องจากเป็นการปรับตัวของ ego

เพื่อให้จิตใจกลับสู่สมดุล แต่หากบุคคลนั้น ๆ มีการใช้กลไกทางจิตแบบเดิม ๆ อยู่เสมอ ใช้กลไกทางจิตจำกัดอยู่เพียงไม่กี่ชนิด ไม่ยืดหยุ่นปรับตามสถานการณ์ หรือมีการใช้กลไกทางจิตที่ไม่เหมาะสมกับวัยหรือสถานการณ์อยู่บ่อย ๆ ก็มักจะก่อให้เกิดปัญหาหรือจิตพยาธิสภาพในบุคคลนั้นตามมา

ตารางที่ 1 แสดงกลไกทางจิตสำคัญที่พบบ่อย

ตารางที่ 1 กลไกทางจิตที่สำคัญ

ชื่อกลไกทางจิต	ความหมาย	ตัวอย่าง
Repression	เก็บกดความคิดความรู้สึกหรือความต้องการที่ตนเองยอมรับไม่ได้ไว้ในระดับจิตไร้สำนึก	ผู้ป่วยไม่ทราบว่าตนเคยถูกข่มขืนตอนอยู่ชั้นประถม จนกระทั่งได้อ่านจากไดอารี่ของแม่
Denial	หลีกเลี่ยงการรับรู้ความเป็นจริงที่ทนรับไม่ได้โดยการปฏิเสธการรับรู้	แพทย์บอกผู้ป่วยว่าเป็นมะเร็ง, ผู้ป่วยไม่เชื่อและไม่สนใจสิ่งที่แพทย์แนะนำ
Projection	เป็นการโยนความรู้สึกหรือความต้องการที่ตนเองรับไม่ได้ให้เป็นของผู้อื่น	ผู้ป่วยไม่ชอบหัวหน้างานเกิดความรู้สึกว่าหัวหน้างานกลั่นแกล้ง ไม่ได้ใส่ใจตนเอง
Displacement	การเปลี่ยนเป้าหมายที่ตนเองเกิดความรู้สึกไปยังที่อื่นซึ่งมีผลเสียต่อตนเองน้อยกว่า	ผู้ป่วยถูกหัวหน้าตำหนิรู้สึกโกรธแต่ทำอะไรไม่ได้มา จนเฉียดกับคนรับใช้ที่บ้าน
Reaction – formation	ความต้องการหรือความรู้สึกที่ตนเองรับไม่ได้ถูกเปลี่ยนไปเป็นสิ่งในภาวะตรงข้าม	ภรรยารู้สึกไม่ชอบน้องชายสามีเห็นว่าเป็นคนเจ้าชู้โดยในส่วนตัวกลับแล้วชอบเพราะเหมือนแฟนเก่า
Rationalization	การหาสิ่งที่ฟังดูเป็นเหตุเป็นผลมาอธิบายความคิดหรือการกระทำตนเองที่จิตใจยอมรับไม่ได้	นายแดงซึ่งอ้วนกินอาหารที่งานเลี้ยงมากโดยบอกตนเองว่าครั้งนี้ที่กินมากเพราะเป็นเจ้าภาพแขกจะได้กินตามสบาย โดยไม่เขิน
Intellectualization	หันเหความสนใจไปสู่เรื่องของการใช้ความคิด ปรัชญาต่าง ๆ เพื่อเลี่ยงการเผชิญกับความรู้สึกไม่สบายใจ	นักบอลศูนย์หน้าทีมที่แพ้ เลี่ยงความรู้สึกว่าตนเองแย่ โดยการหันมาสนใจรายละเอียดเรื่องการวางแผนและขั้นตอนที่บกพร่อง
Isolation	อารมณ์ที่เกิดขึ้นควบคู่กับความนึกคิดถูกแยกออกและเก็บกดไว้	ผู้ป่วยเล่าเหตุการณ์ที่พ่อทารุณ ตนเองตอนเด็กด้วยท่าทางเฉย ๆ เมื่อแพทย์ถามตอบว่าไม่รู้สึกอะไร
Sublimation	จัดการกับความขัดแย้งที่เกิด	กังวลใจหลังสอบเพราะรู้สึกว่

ขึ้นโดยการใช้วิธีเก็บปัญหา
เอาไว้ก่อน อยู่ในระดับ
จิตสำนึก

ทำไมไม่ค่อยได้ บอกตนเองว่า
ถึงกังวลไปก็ทำอะไรไม่ได้ รอ
ผลสอบออกมาแล้วค่อยมาว่า
กันอีกครั้งหนึ่ง

บรรณานุกรม

1. Brenner C. An elementary textbook of psychoanalysis, rev ed. New York: Anchor Press, 1974.
2. Eaton MT, Peterson MH, Davis JA. Psychiatry, 4th ed. New York: Medical Examination Publishing, 1981: 1-14.
3. MacKinnon RA, Yudofsky SC. The principle of psychiatric evaluation. Philadelphia: Lippincott, 1992.
4. Sack MH. Introduction to the neurosis. In: Michael R, Cavenar JO, eds. Psychiatry, Volume I, rev ed. . New York: Basic Book, 1987.



Ramamenthal

Ramathibodi Mental Health Homepage



ภาควิชาจิตเวชศาสตร์
รพ.รามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล



คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University.

Tweet

tumblr

my

Share



Email