

ใบงานเรื่อง ช่วยกันคิด (1)

ให้นักเรียนพิจารณาและวิเคราะห์ว่าสถานการณ์ใดที่การสื่อสารนำไปสู่ความขัดแย้ง และสถานการณ์ใดที่สื่อสารได้สอดคล้องเพราะเหตุใด

สถานการณ์ที่ 1

สุดา : ขอโทษค่ะ ช่วยอธิบายเลขข้อนี้หน่อยได้ไหมคะ

สมชาย : ยุ่งจริงๆ ของเราก็งงไม่เสร็จเลย

ขัดแย้ง เพราะ.....

สอดคล้องเพราะ.....

สถานการณ์ที่ 2

สุดหล่อ : วันนี้ผมไม่ไปกับพ่อนะ ผมนัดเพื่อนไว้แล้ว ไม่ไปไม่ได้

สมชาย : หยุดนะ แกจะไปกับเพื่อนไม่ได้ ฉันบอกแกไว้แล้ว แกต้องไปกับฉันเดี๋ยวนี้

ขัดแย้ง เพราะ.....

สอดคล้องเพราะ.....

สถานการณ์ที่ 3

บอย : ดูรถคันนั้นสิ แต่งซะสวยเลย น่าขับจริงๆ

เบล : ไซ้ของใครไม่รู้ล่ะ ถ้าได้ลองขับละก้อแหล่ไม่ไปเลย

ขัดแย้ง เพราะ.....

สอดคล้องเพราะ.....

สถานการณ์ที่ 4

ก๊ิบเก้ : ไอ่...เมื่อคืนพิมพ์รายงานจนดีกกว่าจะเสร็จ ปวดคอไปหมดเลย

ก้อย : แล้วที่ฉันนั่งทำ PowerPoint ไม่เหนื่อยหรือไง แล้วยังต้องออกไปนำเสนออีก

ชัดแย้ง เพราะ.....

สอดคล้องเพราะ.....

สถานการณ์ที่ 5

สุดสวย : มาโรงเรียนสายอีกแล้วนะเรา

ชายน้อย : ครั้นบ้านผมอยู่ไกลมาก วันนี้ออกจากบ้านตั้งแต่ตี 5 แต่เผชิญรถเมล์ขาดระยะ
นานมาก

ชัดแย้ง เพราะ.....

สอดคล้องเพราะ.....

สถานการณ์ที่ 6

ตัวโต : การบ้านเยอะมาก ทำเท่าไรก็ไม่เสร็จ ยังเหลือรายงานอีกตั้งหลายชิ้น ครูสั่งงาน
ทุกวิชาจนทำไม่ทัน จะบ้าตาย

ตาคี : ทำไหวหรือเปล่า ให้เราช่วยเอาไหม ของเราเสร็จหมดแล้ว

ชัดแย้ง เพราะ.....

สอดคล้องเพราะ.....



Friends

ใบงานเรื่อง แบบสำรวจบุคลิกภาพ

ตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ (TA)

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้ และสำรวจตนเองว่ามีความคิดเห็น ความรู้สึกและมีพฤติกรรมอยู่ในระดับใด และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคะแนนที่ตรงกับลักษณะของตนเองมากที่สุด โดยเริ่มจากระดับน้อยที่สุด (1) ไปจนถึงระดับมากที่สุด (7)

1 = น้อยที่สุด → 7 =มากที่สุด

ข้อความ	1	2	3	4	5	6	7
1. ใ้อเพื่อพ่อแม่							
2. เมตตา							
3. มีเหตุผล							
4. ชอบคาดคะเน							
5. เอาใจคนเก่ง							
6. ใจเร็วด่วนได้							
7. เห็นอกเห็นใจผู้อื่น							
8. ชอบแสดงว่ารู้ดีกว่าคนอื่น							
9. ชอบการประเมิน							
10. ยึดถือข้อเท็จจริง							
11. แสวงหาสิ่งใหม่ ๆ เสมอ							
12. ตามใจตนเอง							
13. ชอบใช้อำนาจ							
14. ยึดถือประเพณี							
15. ชอบค้นคว้าทดลอง							
16. ชอบหาแนวทางในการแก้ปัญหา							
17. ก้าวร้าว							
18. มีความคิดริเริ่ม							
19. ชอบแนะนำ							
20. ยอมรับฟังผู้อื่น							

1 = น้อยที่สุด → 7 =มากที่สุด

ข้อความ	1	2	3	4	5	6	7
21. มักคล้อยตามผู้อื่น							
22. ชอบตำหนิติเตียน							

23. มีความรอบคอบและใจเย็น							
24. ขี้อาย							
25. พิจารณาสິงต่าง ๆ โดยยึดถือข้อมูล							
26. มักมีข้อห้ามเสมอ							
27. มีอารมณ์สนุกสนาน ร่าเริง							
28. หาสาเหตุของปัญหา							
29. ไม่คงเส้นคงวา							
30. ใจอ่อน							

ให้นักเรียนนำคะแนนที่ได้ในแต่ละข้อกรอกลงในตารางต่อไปนี้

หมายเลขข้อ	คะแนน	หมายเลขข้อ	คะแนน	หมายเลขข้อ	คะแนน
1		3		5	
2		4		6	
7		9		11	
8		10		12	
13		15		17	
14		16		18	
19		20		21	
22		23		24	
26		25		27	
29		28		30	
รวมคะแนน		รวมคะแนน		รวมคะแนน	
บุคลิกภาพแบบพ่อแม่ P		บุคลิกภาพแบบผู้ใหญ่ A		บุคลิกภาพแบบเด็ก C	

หมายเหตุ ข้อ 1 2 7 เป็นบุคลิกภาพแบบพ่อแม่ P บวก

ข้อ 8 13 14 19 22 26 29 เป็นบุคลิกภาพแบบพ่อแม่ P ลบ

(ที่มา : ม.ร.ว.สมพร สุทัศน์ีย์ . มนุษย์สัมพันธ์ . สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
กรุงเทพมหานคร, 2548)

ใบความรู้กิจกรรมแนะแนว หน่วยการจัดกิจกรรมรูปแบบการสื่อสารแบบ TA ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ใบความรู้เรื่อง การสื่อสารตามรูปแบบ TA (ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ TA)

การสื่อสารตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ หรือที่เรียกว่า TA แบ่งลักษณะการสื่อสารของบุคคลออกเป็น 3 ลักษณะ

1. **ลักษณะพฤติกรรมแบบพ่อแม่ (P)** จะมีลักษณะพฤติกรรมการสื่อสารที่แสดงออกทั้งด้านบวกและด้านลบ โดยพฤติกรรมด้านบวกมีลักษณะของ ความรักใคร่ เอ็นดู ปลอดภัย ห่วงใย หวังดี ส่วนพฤติกรรมด้านลบจะมีลักษณะก้าวร้าว ดุด่าว่ากล่าว ใช้อำนาจสั่งการ ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ประชดประชัน มีลักษณะตัวอย่างคำพูดของลักษณะพฤติกรรมแบบพ่อแม่ (P) ดังนี้

“หยุดนะจิบ อย่าเข้ามา” (P⁻)

“ฉันเหนื่อยสายตัวแทบขาด เพราะต้องหาเลี้ยงพวกแก” (P⁻)

“โง่เจ็บมากไหมจ๊ะ” (P⁺)

“เธอไม่สบายใช่ไหม มา เราจะช่วย” (P⁺)

2. **ลักษณะพฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ (A)** เป็นลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกในลักษณะตรงไปตรงมา มีเหตุผลข้อเท็จจริง ไม่ใช่อารมณ์หรือความคิดเห็นส่วนตัว เมื่อพูดถึงสิ่งใดจะใช้ข้อเท็จจริงไม่ใช่อารมณ์หรือความคิดเห็นส่วนตัว เมื่อพูดถึงสิ่งใดจะใช้ข้อเท็จจริงและเหตุผลเป็นเครื่องตัดสิน ตัวอย่างคำพูดที่แสดงสภาวะแบบผู้ใหญ่

“การทิ้งขยะให้เป็นที่จะเป็นศรีแก่บ้านเมือง”

“คนตัดไม้ทำลายป่ามากขึ้น จึงทำให้น้ำท่วมไปทุกหนทุกแห่ง”

“เธอเห็นหนังสือพิมพ์วันนี้ไหม”

“อยู่บนโต๊ะอาหารงะคะ”

3. **ลักษณะพฤติกรรมแบบเด็ก (C)** พฤติกรรมแบบเด็กจะแสดงออกในลักษณะที่สร้างสรรค์ สดชื่น มีชีวิตชีวา กล้าหาญ และดื้อรั้น คำพูดที่แสดงออกนั้นจะเปิดเผย อิสระ ตรงไปตรงมา ตัวอย่างคำพูดแบบเด็ก ๆ คือ

“ดูเขานี่ ซื่อป้อเสียไม่มีเลย”

“หนูหกล้มเข้าแตก เจ็บจังคะแม่”

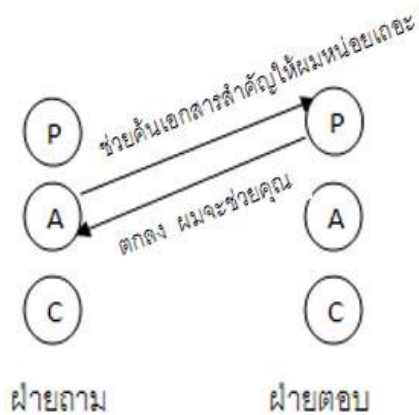
“เพี้ยง! ขอให้ฉันพบเทพบุตรในดวงใจเถอะ”

กล่าวโดยสรุป ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์มีทัศนะว่า พฤติกรรมของบุคคลเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นจะเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ บุคคลจะต้องรู้ว่าเมื่อไรควรมีพฤติกรรมแบบพ่อแม่ แบบผู้ใหญ่ หรือแบบเด็ก การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเช่นนี้ ทำให้บุคคลเข้ากับคนอื่นในสังคมได้ จึงนับว่าเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ถ้าบุคคลใดสามารถปรับใช้พฤติกรรมแต่ละแบบได้อย่างเหมาะสมก็นับได้ว่ามีบุคลิกภาพ และมนุษยสัมพันธ์ดี

ลักษณะรูปแบบการสื่อสาร

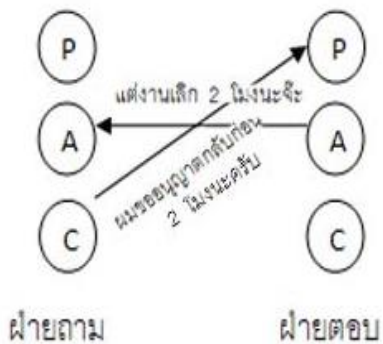
การติดต่อสื่อสารของบุคคล ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์กล่าวถึงการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล 3 ประเภท คือ การติดต่อสื่อสารที่สอดคล้อง ชัดแย้ง และเคลือบแฝง

1. **รูปแบบการสื่อสารที่สอดคล้อง (Complementary Transaction)** หมายถึง การติดต่อสื่อสารที่สนองจุดประสงค์ของผู้พูดทั้งสองฝ่าย และทำให้เกิดความพึงพอใจ สบายใจ และมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน



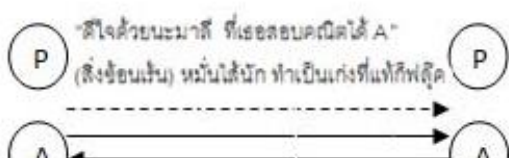
ฝ่ายถาม : ช่วยฉันเอกสารสำคัญให้ผมหน่อยเถอะ
 ฝ่ายตอบ : ตกลง ผมจะช่วยคุณ

2. **รูปแบบการติดต่อสื่อสารที่แสดงความขัดแย้ง (Crossed Transaction)** หมายถึง การติดต่อสื่อสารที่แสดงความไม่เป็นมิตร ผู้ถามต้องการทราบคำตอบแต่ผู้ตอบไม่ให้คำตอบ หรืออาจจะพูดแบบประชดประชัน หาเรื่อง ทำให้เกิดความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ

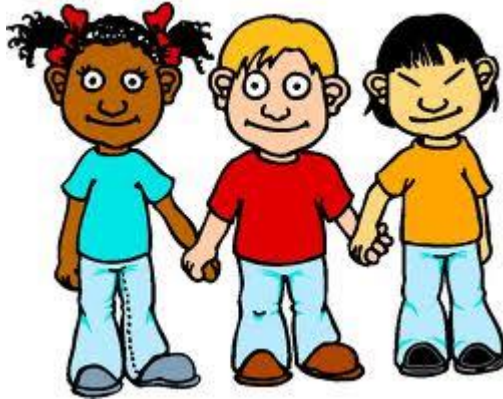


ฝ่ายถาม : ผมขออนุญาตกลับก่อน 2 โมงนะครับ
 ฝ่ายตอบ : แต่งานเล็ก 2 โมงนะจ๊ะ

3. **รูปแบบการติดต่อสื่อสารที่เคลือบแฝง (Ulterior transaction)** เป็นการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีพฤติกรรมการพูดอย่างหนึ่ง แต่มีความต้องการหรือความรู้สึกนึกคิดอีกอย่างหนึ่ง ซ่อนเร้นอยู่ภายใน ซึ่งผู้พูดรู้ว่าผู้อื่นหรือสังคมไม่ยอมรับ จึงพูดออกมาอีกอย่างหนึ่งให้ผู้ฟังยอมรับและพอใจ การติดต่อสื่อสารจึงเป็นไปในลักษณะ “ปากกับใจไม่ตรงกัน” การติดต่อสื่อสารที่เคลือบแฝงจึงเป็นการติดต่อสื่อสารที่ไม่จริงใจ ซึ่งจะนำไปสู่สัมพันธภาพที่ไม่ดี



สมศรี : “ดีใจด้วยนะมาลี ที่เธอสอบคณิตได้ A”
(สิ่งซอมนเร้น) หม่นไสนัก ทำเป็นเก่งที่แท้ก็ฟลุค
มาลี : “ขอบใจจ๊ะ”
(สิ่งซอมนเร้น) ฉันทรู้ว่เธอไม่ได้จริงใจกับฉันท



ใบงานกิจกรรมแนะแนว หน่วยการจัดกิจกรรมรูปแบบการสื่อสารแบบ TA ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ชื่อ-สกุลนักเรียน.....ชั้น ม.6 /.....เลขที่.....

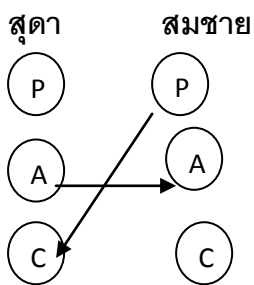
ใบงานเรื่อง ช่วยกันคิด (2)

ให้นักเรียนวิเคราะห์บทสนทนาต่อไปนี้และเขียนทิศทางการสื่อสารของคู่สนทนาตามรูปแบบการสื่อสารที่ปรากฏ ดังตัวอย่าง

ตัวอย่าง

สุดา : ขอโทษค่ะ ช่วยอธิบายเลขข้อนี้หน่อยได้ไหมคะ

สมชาย : ยุ่งจริงๆ ของเราก็งงไม่เสร็จเลย

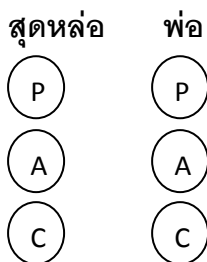


สรุป รูปแบบการสื่อสาร **ขัดแย้ง**

สถานการณ์ที่ 1

สุดหล่อ : วันนี้ผมไม่ไปกับพ่อนะ ผมนัดเพื่อนไว้แล้ว ไม่ไปไม่ได้

พ่อ : หยุดนะ แกจะไปกับเพื่อนไม่ได้ ฉันบอกแกไว้แล้ว แกต้องไปกับฉันเดี๋ยวนี้

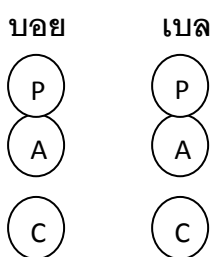


สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

สถานการณ์ที่ 2

บอย : ดูรถคันนั้นสิ แต่งซะสวยเลย น่าขับจริงๆ

เบล : ไซ้ของใครไม่รู้ล่ะ ถ้าได้ลองขับละก็แห้วไปเลย

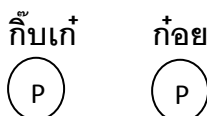


สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

สถานการณ์ที่ 3

ก๊ิบเก้ : ไอ่...เมื่อคืนพิมพ์รายงานจนดีก็กว่าจะเสร็จ ปวดคอไปหมดเลย

ก้อย : แล้วที่ฉันนั่งทำ Power Point ไม่เหนื่อยหรือไง แล้วยังต้องออกไปนำเสนออีก



(A)

(A)

สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

(C)

(C)

สถานการณ์ที่ 4

สุดสวย : มาโรงเรียนสายอีกแล้วนะเรา

ชายน้อย : ครับบ้านผมอยู่ไกลมาก วันนี้ออกจากบ้านตั้งแต่ตี 5 แต่เผชิญรถเมล์ช้าระยะเวลานานมาก

สุดสวย ชายน้อย

(P)

(P)

สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

(A)

(A)

(C)

(C)

สถานการณ์ที่ 5

ตัวโต : การบ้านเยอะมาก ทำเท่าไรก็ไม่เสร็จ ยังเหลือรายงานอีกตั้งหลายชิ้น ครูสั่งงานทุกวิชา
จนทำไม่ทัน จะบ้าตาย

ตาดี : ทำไหวหรือเปล่า ให้เราช่วยเอาไหม ของเราเสร็จหมดแล้ว

ตัวโต ตาดี

(P)

(P)

สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

(A)

(A)

(C)

(C)

สถานการณ์ที่ 6

แม่ : ทำไม่ถึงไม่รู้จักรัดตารางสอนให้เรียบร้อย

จ๊อบ : ก็ไม่ว่างทำการบ้านอยู่ไม่เห็น หรือจ๊าย

(P)

(P)

สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

(A)

(A)

สถานการณ์ที่ 7

แจ่ม : วันเสาร์ไปเที่ยวบ้านเอ็มกับเราไหม

จ๊อบ : ฉันไม่ได้มีเวลาเหลือมากมายที่จะได้ไปโน่นไปนี่ เหมือนเธอ

(P)

(P)

สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

(A)

(A)

C

C

สถานการณ์ที่ 8

หัวหน้าห้อง : เธอช่วยเอาเอกสารไปส่งห้องพัสดุให้เราหน่อยสิจ๊ะ
เพื่อน : ได้สิ เดี่ยวเราเอาไปส่งให้เธอเอง

P

P

A

A

C

C

สรุป รูปแบบการสื่อสาร.....

2. ให้นักเรียนวิเคราะห์การสนทนาต่อไปนี้ ตามแนวคิดของทฤษฎี TA ที่ได้ศึกษามา และ
เติมข้อมูลลงในช่องว่างให้สมบูรณ์

คำพูด/การสื่อสาร	ให้วิเคราะห์สัญลักษณ์การสื่อสารจากบทสนทนาว่าเป็น การสื่อสารแบบใด(P) (A) (C)	ให้นักเรียนคิดวิเคราะห์หาคำพูดตามแนวคิด TA เพื่อให้เป็นการสื่อสารแบบการสร้างสัมพันธภาพที่ดี
แม่: จะไปไหนจะลูก		
ลูกสาว: หนูจะไปทำการบ้านที่บ้านเพื่อนคะแม่		
แม่: ทำไมต้องไปทำที่บ้านเพื่อน ที่บ้าน เราทำไม่ได้หรือไง		
ลูกสาว: แค่หนูจะไปบ้านเพื่อนทำไม แม่ต้องยุ่งอะไรกับหนูมากมาย		

3. ให้นักเรียนเติมสัญลักษณ์การสื่อสารหน้าข้อความต่อไปนี้ P A หรือ C หน้าข้อความ

-1. ครูนัดประชุมกรรมการชุมนุมวันพรุ่งนี้บ่าย 2 โมงนะ
-2. ถ้าเธอรู้จักเก็บหนังสือให้ดี ก็ไม่ต้องมานั่งปนอยู่อย่างนี้หรอก
-3. ทำไมแต่งตัวอย่างนี้ เสื้อหลุดนอกกางเกงได้ไง
-4. น่า...ไปเป็นเพื่อนเราหน่อย เรากลับจะแยกอยู่แล้ว
-5. ไปไหนก็ไปเลย อย่ามายุ่งกับฉัน ไป ไป

- 6. แม่รับมืออะไรกินบ้าง ผมหิวจะแยะอยู่แล้ว
- 7. ขอบคุณน้องๆ ทุกคน ที่ได้แชมป์ เพราะความร่วมมือร่วมใจของพวกน้องๆ ทุกคน
- 8. กินได้เลย ไม่ต้องรอแล้ว คนไม่ตรงเวลา ให้กินที่หลังก็แล้วกัน
- 9. เสื้อเธอสวยจัง คงแพงน่าดู เราคงไม่มีปัญญาซื้อมาสักรอก
- 10. ไม่สบายหรือเปล่า แวะไปให้ครูพยาบาลดูหน่อยนะ

๖๖๖๖๖๖๖๖๖๖๖

ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ (Transactional Analysis – TA)

ผู้ริเริ่ม Eric Berne (1910 – 1970)

ทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ (TA) ถือกำเนิดขึ้นราวช่วงปี ค.ศ.1950 โดยเอริก เบิร์น (Eric Berne) ซึ่งได้รับการอบรมเป็นจิตแพทย์และนักจิตวิเคราะห์ ในช่วงนั้นทฤษฎีจิตวิเคราะห์เป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลมากต่อการบำบัดทางจิต อย่างไรก็ตามการค้นพบธรรมชาติของภาวะอีโก้ (Ego State) โดยเบิร์น ทำให้ TA เกิดขึ้นและตกผลึกเป็นทฤษฎีที่มีความเป็นอิสระ ดังนั้นการเผยแพร่ความคิดภาวะของอีโก้ในช่วงปี ค.ศ. 1955 – 1962 จึงจัดเป็นระยะแรกของการพัฒนา TA การค้นพบภาวะของ อีโก้มีพื้นฐานจากการทดลองทางประสาทวิทยาที่กระตุ้นเร้าสมองโดยตรง พบว่าบุคคลจะมีประสบการณ์แสดงภาวะอีโก้ ของความเป็นพ่อแม่ ผู้ใหญ่ และเด็ก ซึ่งเป็นตัวกำหนดความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เบิร์นยืนยันว่าภาวะอีโก้ ทั้ง 3 สามารถสังเกตเห็นได้ในพฤติกรรมปัจจุบัน เขานำการค้นพบนี้ไปใช้ในการจัดทำจิตบำบัดแบบกลุ่ม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการใช้แนวคิดจิตวิเคราะห์ในการบำบัด TA

ทฤษฎีบุคลิกภาพ

พัฒนาการของบุคลิกภาพสามารถเข้าใจได้ผ่านแนวคิดที่สำคัญต่างๆ ได้แก่ ภาวะอีโก้ การได้รับความเอาใจใส่ คำสั่ง การตัดสินใจ การสร้างบทชีวิต เกม การติดต่อสัมพันธ์ และตำแหน่งชีวิต ซึ่งแนวคิดนี้สะท้อนอิทธิพลของฟรอยด์ อย่างไรก็ตามโครงสร้างของอีโก้ อีโก้ ซุปเปอร์อีโก้ เกิดขึ้นในจิตไร้สำนึก ในขณะที่โครงสร้างบุคลิกภาพตามแนวคิดของทฤษฎีนี้มีพื้นฐานอยู่กับจิตสำนึก โครงสร้างหลักของบุคลิกภาพคือ ภาวะพ่อแม่ เด็ก และผู้ใหญ่ ภาวะทั้งสามนี้พัฒนาขึ้นอย่างสม่ำเสมอและสามารถทำนายได้

ภาวะของอีโก้

ภาวะเด็กของอีโก้ (The Child State)

เด็กแรกเกิดมีสัญชาตญาณธรรมชาติของการแสดงพฤติกรรม เช่น ร้องไห้ ส่งเสียง เอ็กซึก ดูด เลีย ฯลฯ พฤติกรรมเหล่านี้สะท้อนถึงภาวะแรกเริ่มของอีโก้ซึ่งแฮร์ริส (Harris & Harris, 1985) ให้ชื่อว่า The Early Child หรือ Somatic Child ในช่วงใดของชีวิตทารกบุคคลมีพฤติกรรมเหมือนทารก เรียกว่าในขณะนั้นบุคคลอยู่ในภาวะ Early Child Ego

หน้าที่พื้นฐานของภาวะเด็กของอีโก้มี 2 ภาวะคือ

1. ภาวะเด็กอิสระ (The Free Child : FC) หรือเด็กธรรมชาติ (The Natural Child : NC)

ภาวะเด็กอิสระ เป็นภาวะที่แสดงกิริยาไปตามธรรมชาติ ไม่ปิดบังความต้องการแท้จริง ขี้เล่น เต็มไปด้วยพลังสนุกสนาน อยากรู้ อยากเห็น หรือแสดงอารมณ์อีกฉาบฉวย ไม่ได้ตั้งใจ ออกมาตรงๆ บุคคลที่อยู่ในภาวะนั้นนานเกินไปอาจแสดงถึงการไม่สามารถควบคุมตนเอง ไม่มีความรับผิดชอบ

2 ภาวะเด็กปรับตัว (The Adapted Child : FC)

หน้าที่ของภาวะเด็กปรับตัว คือ แสดงกิริยาของเด็กที่รู้จักปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะพ่อแม่ เพราะกลัวการถูกลงโทษหรือการไม่ได้รางวัล เช่น ความรัก คำชมเชย ของเล่น ขนมที่

ต้องการ ฯลฯ พฤติกรรมที่แสดงออกเหมือนว่ามีผู้ใหญ่จับตาอยู่ เช่น ยินยอม ขยับชั้นแข็ง ขณะเดียวกัน อาจแสดงพฤติกรรมตรงข้าม เช่น ต่อต้าน ไม่ยอม กล่าวโดยสรุปว่า

กล่าวโดยสรุป ภาวะเด็กอิสระแสดงออกถึงความรู้สึกหรือพฤติกรรมตามธรรมชาติโดยไม่คำนึงถึง ปฏิกริยารอบข้าง ในขณะที่ภาวะเด็กปรับตัว เป็นการแสดงออกเพื่อปรับให้เข้ากับผู้อื่น

ภาวะผู้ใหญ่ของอีโก้ (The Adult Ego State)

เมื่อทารกเริ่มพัฒนาภาษาพูด ความสามารถในการเก็บสะสมข้อมูลก็จะเพิ่มขึ้นด้วย ภาวะนี้เป็น ช่วงที่เริ่มพัฒนาหน้าที่ในส่วนของภาวะผู้ใหญ่ คือการรับข้อมูลจากโลกภายนอกและจากภาวะอีโก้อื่นๆ แล้ว นำมาประมวลเพื่อช่วยในการตัดสินใจ การตัดสินใจไม่จำเป็นต้องถูกเสมอไป เพราะข้อมูลที่รับมาอาจไม่ ถูกต้องหรือได้มาไม่พอเพียง ภาวะผู้ใหญ่ยังมีหน้าที่เป็นกรรมการการจัดการระหว่างข้อเรียกร้องของภาวะพ่อ แม่ กับความต้องการของภาวะเด็ก นอกจากนี้ยังเป็นส่วนของบุคลิกภาพที่ใช้เหตุผลตั้งคำถามในทำนอง ว่า “ทำไม” และ “อย่างไร” นั่นคือคำนึงถึงผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น

ภาวะพ่อแม่ของอีโก้ (The Parent Ego State)

ภาวะนี้หมายถึง ความเชื่อ อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เด็กเลือกรับและจดจำในเรื่อง ของภาษา รวมทั้งภาพลักษณ์ของพ่อแม่ที่เด็กสร้างขึ้น ภาวะพ่อแม่มีความแตกต่างจากภาวะพ่อแม่ตอนต้น (Early Parent) กล่าวคือภาวะพ่อแม่ครอบคลุมทัศนคติหรือพฤติกรรมที่เด็กจดจำรับเข้ามา ไม่เจาะจง เฉพาะจากพ่อแม่ แต่รวมข้อมูลภายนอกอื่นๆด้วย สำหรับภาวะพ่อแม่ตอนต้น เป็นภาวะที่เด็กรับเอา ความรู้สึกและพฤติกรรมของพ่อแม่โดยการตีความจากภาพที่เห็น เสียงที่ได้ยิน ขณะที่ยังไม่พัฒนาภาษาพูด

ภาวะพ่อแม่ตามหน้าที่หมายถึงแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ

1. พ่อแม่เอื้อเฟื้อ (Nurturing Parent : NP)

NP คือ ส่วนที่แสดงความห่วงใย เอาใจใส่ ปกป้อง ลักษณะดังกล่าวอาจมีความพอดีหรือมากเกินไป

2. พ่อแม่วิพากษ์วิจารณ์หรือพ่อแม่ควบคุม (Critical หรือ Controlling Parent : CP)

CP คือ ส่วนที่ข่มขู่ แสดงอำนาจ กดขี่ ลำเอียง ควบคุม ส่วนนี้บอกถึงลักษณะแฝงของบุคลิกภาพที่ไม่เชื่อในความคิดของตนเอง นอกจากนี้ยังแสดงถึงความไม่ไว้วางใจตนเองและผู้อื่น และแสดงออกโดยใช้ อำนาจเป็นสื่อตอบสนองข้อเรียกร้องความต้องการของตน

แนวคิด

พฤติกรรมของบุคคลจะเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และเวลา โดยจะเปลี่ยนแปลง ใน 3 ลักษณะ ดังนี้

1. พฤติกรรมแบบบิดามารดา (Parent Ego State : P)

- แสดงออกในลักษณะของความรักใคร่ เ็นดู ปลอดภัย ห่วงใย หวังดี
- เกรี้ยวกราด ดุด่าว่ากล่าว ใช้อำนาจสั่งการ ตำหนิติเตียน เหยะเย้ย ประชดประชัน

- ยึดถือประเพณี ระเบียบแบบแผน
- เป็นพฤติกรรมที่ได้รับจากพ่อแม่ตั้งแต่เด็ก การสังเกตและจดจำ เมื่อเติบโตขึ้นเป็น

ผู้ใหญ่ก็จะแสดงพฤติกรรมดังกล่าวโดยไม่รู้ตัว

2. พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ (Adult Ego State : A)

- แสดงออกในลักษณะตรงไปตรงมา มีเหตุผลและข้อเท็จจริง ไม่ใช้อารมณ์หรือความคิดเห็นส่วนตัว

- จะพัฒนาตั้งแต่อายุ 10 เดือน โดยเปรียบเทียบการกระทำของตนกับสิ่งที่พ่อแม่ ห้ามปรามจนค้นพบว่าอะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ

3. พฤติกรรมแบบเด็ก (Child Ego State : C)

- ชุดของความรู้สึก เจตคติ และรูปแบบพฤติกรรมซึ่งบุคคลได้กระทำในวัยเด็ก

- สดชื่น ร่าเริง มีชีวิตชีวา กล้าหาญ สร้างสรรค์ การพูดที่แสดงออกมามีอิสระ เปิดเผยตรงไปตรงมา

- ขาดเหตุผล
- เอะอะ โวยวาย เสียงดัง

แนวทางในการติดต่อสัมพันธ์

1. การติดต่อสัมพันธ์ แบบได้ความสมบูรณ์ (Complementary Transactions) : เป็นการติดต่อสื่อสารที่สอดคล้องกัน เช่น

ส่งสาร – ผู้ใหญ่กับผู้ใหญ่ ตอบรับ – ผู้ใหญ่กับผู้ใหญ่

ส่งสาร – บิดามารดา กับเด็ก ตอบรับ – เด็กกับบิดามารดา

ตัวอย่าง

- : ช่วยค้นเอกสารให้อาจารย์หน่อยเถอะ
- : ได้ค่ะ เดี่ยวหนู/ผมช่วยอาจารย์

2. การติดต่อสัมพันธ์แบบขัดแย้ง (Crossed Transaction)

การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลที่สภาพแห่งตนของคู่สื่อสารไม่สอดคล้องสัมพันธ์กัน เช่น ถ้าผู้ถาม ถามเพื่อต้องการคำตอบ แต่ผู้ตอบ ตอบแบบประชดประชัน หาเรื่อง ทำให้เกิดความรำคาญใจ ขัดเคืองใจ

ตัวอย่าง

กรณีที่ 1 : รายงานที่เธอทำส่งอาจารย์ดูดีจังเลย

 : ยังไงก็สู้รายงานของเอนี้ไม่ได้หรอก

กรณีที่ 2

- : อาจารย์บอกให้ฉันนั่งที่ตรงนี้
- : บอกแล้วไม่ใช่หรอว่าไม่ให้ที่นั่งของฉัน

3. การติดต่อสัมพันธ์แบบซ่อนเร้น (Ulterior Transactions): การติดต่อสื่อสารมี 2 ระดับ คือ

ระดับที่เปิดเผย – เป็นการแสดงออกอย่างตรงไปตรงมา

ระดับที่ซ่อนเร้น – สารที่ถูกส่งออกมาอยู่ในลักษณะปกปิด

ตัวอย่าง

: ดีใจด้วยนะจะได้รับเลือกเป็นตัวแทนห้อง (สิ่งที่คิด : ก็แค่ตัวแทนห้อง ไม่เห็นจะสำคัญอะไร)

: ขอบใจจ้ะ

ทัศนคติต่อตนเองและผู้อื่น

1. ฉันเลวแต่คุณดี (I'm not O.K., You're O.K.)

- เป็นสภาวะทางจิตของคนที่ไม่มีความสุข
- ต้องการกำลังใจ เอาใจใส่จากบุคคลอื่น
- มักมองตนเองในแง่ลบ แต่มองผู้อื่นในแง่ดี ยกย่องชื่นชมผู้อื่น

2. ฉันดีแต่คุณเลว (I'm O.K., You're not O.K.)

- บุคคลมักจะประเมินตนเองว่าเป็นคนดี แต่ประเมินว่าคนอื่นเลว หรือไม่ดี ไม่มีคุณค่า
- ชอบตำหนิผู้อื่น ชอบวัดโทษผู้อื่น ยกตนข่มท่าน

3. ฉันเลว คุณก็เลวด้วย (I'm not O.K., You're not O.K.)

- มองว่าตนเองไม่มีค่า และผู้อื่นก็ไม่มีค่าเช่นกัน
- มักมองโลกในแง่ร้าย หมดหวังในชีวิต ไม่มีจุดมุ่งหมายในชีวิต
- จัดอยู่ในผู้ป่วยโรคจิต หรือโรคประสาท

4. ฉันดี คุณก็ดีด้วย (I'm O.K., You're O.K.)

- มักเป็นผู้ที่จัดอยู่ในกลุ่มผู้มีสุขภาพจิตสมบูรณ์
- เป็นทัศนคติของผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต มองโลกในแง่ดี มองตนเองและผู้อื่นใน

แง่ดี ชีวิตมีความสุข