



การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์

HUMAN BEHAVIORAL DEVELOPMENT

โทมไทย โยเซฟเบิร์ก

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 การพัฒนาตนเองเพื่อการมีชีวิตที่ดี	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	การพัฒนามนุษยสัมพันธ์ในสังคมพุทธธรรม.....	267
6.1	บทนำ.....	267
6.2	มนุษยสัมพันธ์.....	268
6.3	การสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลในสังคมพุทธธรรม.....	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 สถานะปัญหาของเยาวชนไทยในปัจจุบัน.....	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
ดัชนีเนื้อหา.....	457
ประวัติผู้เขียน.....	463