

10-1-1968

Mental mechanism วิธีทำงานของจิตใจ

ภิรมย์ สุคนชาภิรมย์ ณ พัทลุง

Follow this and additional works at: <https://digital.car.chula.ac.th/clmjournal>



Part of the [Medicine and Health Sciences Commons](#)

Recommended Citation

สุคนชาภิรมย์ ณ พัทลุง, ภิรมย์ (1968) "Mental mechanism วิธีทำงานของจิตใจ," *Chulalongkorn Medical Journal*: Vol. 13: Iss. 4, Article 2.

Available at: <https://digital.car.chula.ac.th/clmjournal/vol13/iss4/2>

This Special Article is brought to you for free and open access by the Chulalongkorn Journal Online (CUJO) at Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn Medical Journal by an authorized editor of Chula Digital Collections. For more information, please contact ChulaDC@car.chula.ac.th.

MENTAL MECHANISM

วิธีการทำงานของจิตใจ

แพทย์หญิง ภิรมย์ สุคนธาภิรมย์ ณ พัทลุง พ.บ.*

ประกาศนียบัตรโรคจิต-ประสาท (ร.พ. สมเด็จพระเจ้าพระยา)

Cert. in Neurology and Psychiatry (Penn)

มนุษย์และสัตว์มีส่วนที่ต่างกันหลายอย่างหลายประการ ประการสำคัญประการหนึ่งคือมนุษย์ไม่ได้ประพฤติทุกอย่างตามความต้องการของตน เช่นความต้องการบางอย่างที่ขัดต่อบัญญัติศาสนา หลักศีลธรรม จรรยา ที่ได้อบรมมา หรือขัดต่อทัศนคติของพ่อแม่หรือชนบทรวม-เนียมทางสังคม ดังนั้นความต้องการของมนุษย์ จึงมีทางออกที่ค่อนข้างจำกัด

เป็นปกติวิสัยของแต่ละคนที่ประสงค์จะเลี่ยงความไม่สบายทางจิตใจ เช่นเดียวกับที่จะเลี่ยงความไม่สบายทางร่างกาย เมื่อมีความต้องการที่ขัดกับหลักการ, อุดมคติ ที่ได้ถูกอบรมมา ก็มักจะเกิดความไม่สบายใจ (Conflict) ซึ่งโดยทันทีทันใด มนุษย์มีวิธีแก้โดยอัตโนมัติ และมักเป็นไปโดยไม่รู้สึกรู้ตัว (Unconscious)

เช่นเดียวกับที่เราได้แก้มความไม่สบายกายโดยวิธีอัตโนมัติ (Reflex) ตัวอย่างเช่น เวลาฝนเข้าตา ก็จะมีน้ำตาออกมา เวลาขมเข้าจมูกก็จะจามทันที เป็นต้น

การที่มนุษย์จะประพฤติปฏิบัติอะไรนั้น ส่วนมากเป็นเพราะความต้องการที่จะอยู่อย่างปกติสุข มีความตึงเครียดน้อยที่สุด ซึ่งเราเรียกว่าอยู่ในสภาพสมดุลย์ (Concept of Homeostases) Behavior formula เป็นต้นคือ Stimulus→increase tension→Response Mental Mechanism เป็นกลวิธีแห่งการทำงานของจิตใจที่เกิดขึ้นโดยเจ้าของไม่รู้ตัว (Unconscious) เพื่อเพิ่มพูนหรือรักษาไว้ ซึ่งความสบายใจประการหนึ่ง เพื่อเสถียรภาพความภูมิใจประการหนึ่ง และเพื่อเป็นทางลดความวิตกกังวล เกิดความสงบทางใจ Peace of

* หัวหน้าหน่วยจิตเวช แผนกอายุรศาสตร์ ร.พ. จุฬาลงกรณ์

mind ลดภาวะตึงเครียด tension ด้วย
อีกประการหนึ่ง

Mental Mechanism มี ๓ แบบใหญ่ ๆ
ดังนี้ คือ

๑. แบบการลืม (Forgetting type)
กตความนึกคิดที่ไม่ชอบมยนั้นให้หาย
ไปจากความรู้สึก

๒. แบบการเปลี่ยนแปลง (Disguising
type) หาสิ่งทดแทน

๓. แบบการปฏิเสธ (Denying type)
ปฏิเสธ ไม่ยอมรับความจริง (ซึ่งไม่เป็น
ที่สบาย)

ต่อไปนี้เป็นหัวข้อละเอียดของวิ้งงาน
ของจิตใจ

๑. วิ้งลืมเสียเลยโดยไม่รับรู้ -
Repression

(Forgetting type) เป็นวิ้งที่ความ
รู้สึกนึกคิดหรือความต้องการที่ไม่
ถูกต้อง (ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม) ถูก
กดให้ออกไปจากความรู้สึกโดยไม่รับรู้

(Unconscious) ตัวอย่างเช่น
ก. ลืมเรื่องที่กำลังจะพูด
ข. ลืมทำสิ่งที่ควรจะทำ
ค. เกิดความขาดกต
เพราะความกล้าความ
โกรธถูกกดไว้

๒. วิ้งพยายามลืม - Suppression

(Forgetting type) เป็นวิ้งคล้ายกับ
repression (ข้อ ๑) แต่โดยที่เรารับรู้
(conscious) เช่นคำพูดที่ว่า “ฉันไม่ต้อง
การคิดถึงเรื่องนั้น” หรือ “ขออย่าพูดถึง
มันเลย” เป็นต้น

๓. วิ้งหาสิ่งทดแทน - Sublima-
tion

(Disguising type) เป็นวิ้งเปรียบเทียบ
ความรู้สึกนึกคิด ไม่เป็นที่ยอมรับให้กลายเป็น
เป็นสิ่งที่สังคมยอมรับโดยที่เจ้าตัวไม่รับรู้
(Unconscious) เช่นความรู้สึกโกรธ
ชยากรุกราน (hostile aggressive im-
pulse) แทนที่จะออกมาตรง ๆ ก็ออกมา
ในรูปของกีฬา (golf ect.) ในรูปของการ
แข่งขันชิงดีในด้านธุรกิจการงาน ความรู้
สึกทางเพศอาจลดลงได้ด้วยกิจกรรมทาง
ศิลป์ ดนตรี และ วรรณคดี หรือใน
หญิงที่หาความพอใจจากการเป็นแม่ไม่ได้
ก็จะออกมาในรูปของพยาบาล เมื่อเด็ก ๆ
คนไม่พอใจออกมาในรูปของการตบหรือ
หรือเคียวหมากแทน เป็นต้น

๔. วิ้งเปลี่ยนบุรุษที่สาม - Displa-
cement

(Disguising type) เป็นวิ้งที่

ความคิด ความรู้สึกที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น ถูกเปลี่ยนไปอยู่ที่วัตถุหรือบุคคลอื่นแทนที่จะเป็นวัตถุ หรือคนที่เรารู้สึกอย่างแท้จริง (Unconscious) เช่น

ก) นักเรียนพยาบาลถูกรพยา-บาดตำหนิเรื่อง วัชพยาบาล นักเรียนผู้นั้นโกรธมากแต่ไม่ได้พูดอะไร สองสัปดาห์ต่อมาคนไข้ทำยาหยดลงบนเตียงซึ่งเพิ่งปัดผ้าเสร็จใหม่ ๆ นักเรียนผู้นั้นก็คนไข้เสียมากมายฐานที่มุ่งาม - โดยที่ตนเอง (นักเรียน) ไม่รู้ว่าว่าตนกำลังแสดง ความโกรธ (ที่ค้างค้ำ) ต่อครูของตน

ข) ความกลัว (Phobia) เช่น พ่อและลูกกำลังขี่ม้าด้วยกัน ลูกทำผิดถูกพ่อตัก ลูกเก็บความโกรธและกลัวพ่อเอาไว้ แต่ต่อมาเกิดอาการกลัวม้า

ค) ชายซึ่งถูกนายคู้ เมื่อไปถึงบ้านก็มักจะไปจู่ใจเธอกับภรรยา

๕. วิธีทำตรงกันข้าม -- Reaction Formation

(Denying type) คือความคิดความรู้สึกที่ไม่เป็นที่ยอมรับ ถูกกดเอาไว้แล้วเกิดปฏิกิริยา เป็นการกระทำในทางตรงข้าม (reverse)

ตัวอย่างเช่น

ก. เด็กชายที่ชอบเล่นกับเพื่อน เพราะถูกดูเี่ยวกับ ความสะอาดมาก

ข. แม่ที่ไม่ได้รักลูกด้วยน้ำใสใจจริง มักจะออกมาในรูป overly protective

ค. คนระแวง (paranoia) = ชายผู้ซึ่งมีความรู้สึกทางเพศ ต่อชายอีกคนหนึ่ง กลับใช้วิธีคิดเสียว่า เขาเกลียดชายนั่น

ง. Over politeness และการเป็นผลลดยตาม เพื่อปกปิด aggressiveness.

๖. วิธีให้ร้ายคนอื่น - Projection

(Denying type) ความคิดความรู้สึกที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้นถูกถอนจากตัวเจ้าของไปให้ผู้อื่นแทน (“ฉันไม่ได้เกลียดเขาหรอก - เขาเกลียดฉันต่างหาก” - ความจริงฉันไม่ชอบเขา) (Unconscious)

ตัวอย่างเช่น

ก. มองในแง่ร้าย - คนที่เห็นแต่ความบกพร่องของคนอื่นทั้ง ๆ ที่ตนเองก็มีเช่นเดียวกัน แต่ยอมรับไม่ได้

ข. นักเรียนซึ่งพูดว่าตนชอบตก เพราะครูไม่ชอบ ซึ่งความจริงแล้วอาจจะเป็นว่านักเรียนไม่ชอบครู

ค. ภรรยาซึ่งไม่ซื่อสัตย์ มักจะกล่าวหาสามีว่านอกใจ

(คนที่ใช้กลวิธีนี้ จิตอยู่ในพวกที่ถอยหลังไปสู่ความเป็นเด็ก ระยะเวลาที่ไม่ทราบขอบเขตระหว่างตนเอง และโลกภายนอก เวลาป่วยเป็นโรค มักจะออกมาในรูประแวง)

๗. วิธีให้ร้ายตนเอง - Introjection

(Denying type) ความคิดที่ไม่เป็นที่ยอมรับต่อบุคคลอื่นนั้น กลับหันเข้าหาตนเอง และรับปฏิบัติเอาเสียเอง (Unconscious)

ตัวอย่างเช่น

ก. เด็กซึ่งรับเอาความคิดต่าง ๆ ของผู้ปกครอง บิดา มารดา เข้าไว้ รวมกับความรู้สึกผิดชอบชั่วดีของตน ทั้ง ๆ ที่เดิมที่เขาไม่เคยคิด ไม่เห็นด้วยกับความคิดเหล่านั้น

ข. ในคนเศร้ามาก ๆ นั้น เกิดเพราะความเป็นอริ (hostility) ความรู้สึกตำหนิตนผู้อื่น มีต่อบีตามารดาหรือคู่สมรส (Unconscious) หันกลับเข้าเป็นปฏิบัติต่อตัวเอง

ค. บุคคลที่ฆ่าตัวตายแทนที่จะฆ่าผู้อื่น ทั้ง ๆ ที่โกรธผู้อื่น

๘. วิธีกลับเป็นเด็ก - Regression

(Denying type) เมื่อคนเราแก้ปัญหาด้วยวิธีธรรมดาที่เคยใช้ไม่ได้ผล ก็อาจประพฤติดนดั่งเช่นที่เคยทำมาตั้งแต่เด็ก - ภายหลังกลับไปสู่วัยต้น ๆ ของการเจริญเติบโต

ตัวอย่างเช่น

ก. เด็กซึ่งเคยฝึกหัดเรื่องขับถ่ายอุจจาระ บัสสาวะได้แล้ว (ด้วยความยากลำบาก) อาจถอยหลังไปสู่ระยะนั้นได้อีกเมื่อน้องเกิด

ข. หญิงซึ่งต้องการจะแต่งตัวดี แต่ไม่มีเงินพอ ถึงกระนั้นก็ไม่เลิกความคิดที่จะซื้อ เมื่อสามีกลับจากงานเจ้าหล่อนก็จะแสดงความโกรธแบบเด็ก ๆ

เข้าได้ เพื่อให้สามีรับคำว่าจะซื้อเสื้อผ้านี้ หรืออาจจะออกมาในรูปของการร้องไห้ เช่นเดียวกับเด็ก ๆ เพื่อให้สามีรับคำว่าจะซื้อเสื้อผ้านี้

- ค. ในคนโรค Schizophrenic ที่เลิกเล่นการพูด ถ้าย่อยจากระบัสตวาระ ละอะเทอะ ร้องไห้ และ เอะอะ เมื่อไม่ได้ตั้งใจ เป็นต้น

๕. วิธีประพฤติกตามผู้อื่น เพราะ

คิดว่าเราเหมือนเขา - Identification (Disguising type)

เป็นวิธีที่เกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว (Unconscious) คือจัดการกับความรู้สึกนึกคิดที่ไม่เป็นที่ยอมรับ โดยทำตัวให้เหมือนผู้อื่น หรือมีความรู้สึกคล้ายกับว่าตนเป็นผู้หนึ่งที่ตนกล้าที่จะแสดงความคิดอันนั้นต่อเขา ตัวอย่างเช่น

- ก. เด็กชายเล็ก ๆ ซึ่งต้องการจะเป็นคนหัวขลุ่ย เข้มแข็ง ก็เอาอย่างจากพ่อของเขา
- ข. คนไข้ Schizophrenia ที่พูดว่าตนคือพระราชา

ค. พยาบาลผู้ซึ่งมีปัญหาคคล้ายกับคนไข้ (โดยที่ตัวเองก็ไม่รู้ตัวว่ามีปัญหา) มักไม่กล้าช่วยทำซ็อกไฟฟ้านี้

- ง. มีความเห็นใจชายซึ่งฆ่าภรรยา หรือเห็นใจหญิงซึ่งฆ่าสามี (เพราะเวลาบัพพังเรื่องราวจากผู้ฆ่าก็พลอยโกรธ, ไม่ชอบผู้ถูกฆ่าไปด้วย)

๑๐. วิธหาเหตุผลช่วย - Rationalization (Disguising type)

วิธหาเหตุผลอธิบายความรู้สึกที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น ให้เป็นไปในทางที่ตนเองและสังคมยอมรับ (Unconscious) ตัวอย่างเช่น ก. พูดว่า “ฉันชอบของร้านนี้เพราะบริการเขาดีกว่าที่อื่น แม้อาณาเขาจะแพงกว่าที่อื่น” (ความจริงผู้พูดอาจจะติดใจเสมีนในร้านนั้นเป็นพิเศษ)

ข. นักเรียนพยาบาลผู้หนึ่งพูดว่า “ฉันเรียนพยาบาลเพื่อต้องการให้ตนเองเป็นประโยชน์แก่มนุษยชาติ” “ความเป็นจริงที่พดนนอาจเป็นเพียงส่วนหนึ่ง แต่ส่วนใหญ่อาจเป็นวิธีที่จะได้ออกจากบ้าน, ได้เข้าเรียนฟรี ได้มีโอกาสสังคม ฯลฯ

๑๑. วิธีใช้สัญลักษณ์ - Symbolization (Disguising type)

เป็นกลวิธีทำงานของจิตใจ (Unconscious) ที่ความคิดที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น แสดงตัวออกมาในทางอ้อม ตัวอย่าง เช่น

- ก. ออกมาในความฝัน - Dreams
- ข. ออกมาในความหลงผิด - Delusion คนไข้บางคนกลัวมืด - ซึ่งความจริงคนไข้หมายถึงอวัยวะเพศชาย เป็นต้น

๑๒. วิธีแบ่งแยกความคิด - Dissociation (Denying type)

เป็นกลวิธีทำงานของจิตใจ (Unconscious) ซึ่งความคิดหรือความต้องการที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น

- ๑. ครั้นแรกถูกกดเอาไว้ภายใต้จิตสำนึก (repressed) (แต่ไม่สำเร็จ ๑๐๐%)
- ๒. เมื่อส่วนที่ถูกกดไว้นั้นไหลขึ้นมาอีก
- ๓. จะไม่ไหลขึ้นมาสู่ความรู้สึกทั้งหมดทั้งดุ้น แต่จะมีการแตกแยกไป และเข้าไปสู่บุคคลิกภาพใหม่
- ๔. ซึ่งเป็นตัวที่ทำให้เกิดความประหลาด ตัวอย่าง เช่น

- ก. คนสองแบบ (Dr. Jekyll & Mr. Hyde personatity)
- ข. คนละเมอทำอะไรต่าง ๆ
- ค. ระยะเวลาที่งงงวย (Fugue Staie) ในระยะนี้บุคคลนั้นมักอยู่หนึ่ง ๆ เงียบ ๆ แล้วเกิดดูร้ายขึ้นทันทีทันใด แล้วไม่สามารถจำตอนที่ดูร้ายนั้นได้เลย (Dissociation ที่แท้จริงแล้วมักจะถึงเป็นความผิดปกติ)

๑๓. วิธีจำกัดเขตของความคิด - Isolation (Denying type)

เป็นกลวิธี (Unconscious) ซึ่งความคิดที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น ถูกจัดไปสู่มุมหนึ่งแล้ว หากทางเข้ารอบไว้ แล้วไม่ยอมรับความคิดนั้น (ต่างกับกดไว้ที่เรียกว่า Repression ตัวอย่าง เช่น

- ในคนย้ำคิดย้ำทำ
- การย้ำคิด = ความคิดที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น ได้รับ การตอบสนองหรือทดแทนในความคำนึง (ไม่ใช่จริง ๆ)
- การย้ำทำ = การค่อย ๆ ทำลายความคิด หรือความ

รู้สึก ที่ทนไม่ได้ให้
ค่อย ๆ ลดลง ซึ่งจะ
กล่าวต่อไป.

๑๔. วิธีแปรสภาพความคิด - Conversion (Denying type)

เป็นกลวิธีของจิตใจ (Unconscious) ซึ่งความคิดความต้องการที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้น

๑) ถูกกดไว้ใต้จิตสำนึก (repressed) แล้ว

๒) แสดงออกมาทางร่างกาย เป็นอาหารทางกาย หรืออาจกล่าวได้ว่า ความต้องการที่อยู่ภายใต้จิตสำนึกนั้นแปรสภาพ (อย่างมีความหมาย - Symbolic) เข้ามาเป็นอาการทางกาย ตัวอย่าง เช่น

- ก. เกิดอาการปวดศีรษะทุกครั้งเพื่อเลี่ยงสิ่งที่ไม่ต้องการจะทำ
- ข. ทหาร ขณะจะไปรบ เกิดอาการล้มพาด
- ค. การไม่มีเสียงในคนไข้ Hysteria

๑๕. วิธีสร้างวิมาน - Fantasy

เป็นวิธีทำงานของจิตใจ (Unconscious) ซึ่งความคิดความต้องการที่ไม่เป็นที่ยอมรับนั้นผ่านเข้ามาอยู่ในจิตสำนึก (Consciousness) และทำให้ผู้นั้นเกิดความ

พอใจแต่บุคคลนั้นไม่สามารถทำได้จริง ๆ (วิธีนี้ถือว่ามีปกติ ธรรมดาที่บุคคลนั้นยังควบคุมความนึกฝันของตนไว้ได้ แต่ถ้าคิดถึงมันคงที่อยู่ตลอดเวลา ถือว่ามีผิดปกติ) ตัวอย่างเช่น

- ก. การดื่มตามันกลางวัน
- ข. ความหลงผิด - Delusion of grandeur: - (ฉันเป็นนางฟ้า ฯลฯ)

๑๖. วิธีไม่ยอมรับ - Denial

เป็นวิธีทำงานของจิตใจ (Unconscious) ซึ่งเป็นไปโดยที่สภาพ หรือภาวะที่ทนไม่ได้ หรือยอมรับไม่ได้นั้น ไม่เป็นที่รับรู้ - คล้ายกับว่าไม่มีสิ่งนั้นอยู่ ส่วนมากมักใช้กับอันตรายจากภายนอก เด็ก ๆ จะใช้วิธีนี้แบบปกติวิสัย แต่ถ้าผู้ใหญ่ใช้ ถือว่ามีผิดปกติ ตัวอย่าง เช่น

- ก. แม้ซึ่งไม่สามารถยอมรับการตายของลูกได้
- ข. ภรรยาซึ่งไม่ยอมรับความจริงที่ว่าสามีถูกฆ่าในสนามรบ

๑๗. วิธีชดเชย - Compensation (Denying type)

เป็นกลวิธี (Unconscious) ที่สภาพที่ทนไม่ได้ หรือไม่เป็นที่ยอมรับนั้น ถูกเปลี่ยนลักษณะเป็นตรงกันข้าม เช่น การ

ถ่มตัว แทนความต้องการ จะยกย่อง
ตัวเอง ตัวอย่าง เช่น.

- ก. บุคคลที่ไม่มีค่าสำคัญ ที่พยายามพดเสียดัง ไว้อำนาจ
- ข. คนที่ขี้ขลาดต้องการให้คนอื่นใจ และ นบถ
- ค. นักเรียนที่ไม่ popular หาทางขดเซบด้วยการเรียน เต้นในชั้น
- ง. คนที่ขาดแคลน เงิน แต่ทำตัวเป็นเศรษฐี.

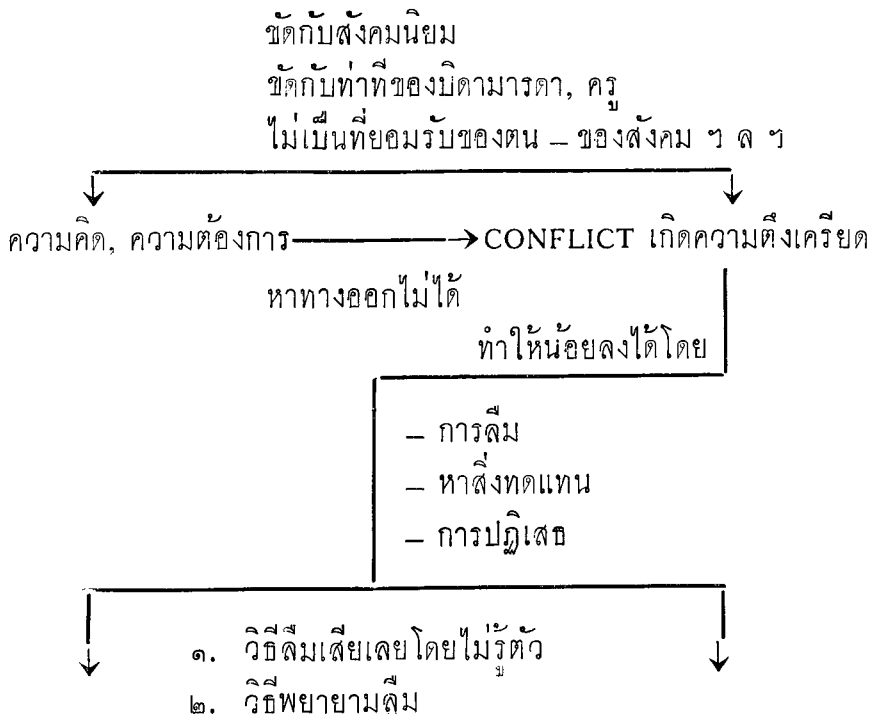
(ซึ่งไม่เป็นที่ยอมรับ) ที่ร่วมไปกับการกระทำบางอย่างถูกเปลี่ยนแปลง แล้วทำสิ่งนั้นซ้ำโดยไม่มีความคิดซึ่งไม่เป็นที่ยอมรับร่วมไปด้วย ตัวอย่าง เช่น

- การกระทำในคนชั่วทำ เช่นล้างมือ แล้วล้างมืออีกซ้ำกันบ่อยๆ ตำรวจกลดจนประตูแล้วกลับไปตำรวจอีก อ่านหนังสือพิมพ์พบข่าวสามีตาย หันกลับไปซื้อหนังสือพิมพ์อีก, วันรุ่งขึ้นซื้อแล้วก็ซื้อซ้ำอีก ฯลฯ (Undoing นึกเป็นวิธีที่ผิดปกติ)

๑๘. วิธีทำเพื่อลบล้าง – Undoing (Denying type)

เป็นกลวิธี (Unconscious) ที่ความคิด

สรุป



จุฬาลงกรณ์เวชสาร

๓. วิถีหาสิ่งทดแทน
๔. วิถีเปลี่ยนบุรุษที่สาม
๕. วิถีทำตรงกันข้าม
๖. วิถีให้ร้ายคนอื่น
๗. วิถีให้ร้ายตนเอง
๘. วิถีกลับเป็นเด็ก
๙. วิถีประพฤตินตามผู้อื่นเพราะคิดว่าเราเหมือนเขา
๑๐. วิถีหาเหตุผลช่วย
๑๑. วิถีใช้สัญญาลักษณะ
๑๒. วิถีแบ่งแยกความคิด
๑๓. วิถีจำกัดเขตของความคิด
๑๔. วิถีแปรสภาพความคิด
๑๕. วิถีสร้างวิมาน
๑๖. วิถีไม่ยอมรับ
๑๗. วิถีทำขาดเขย
๑๘. วิถีทำเพื่อลดบด้าง

กลวิธีทำงานของจิตใจดังกล่าวข้างต้นนี้ ถือว่าเป็นสิ่งปกติ ถ้ามีส่วนช่วยให้เราอยู่ในสังคมได้ด้วยความสุข แต่ถ้าทำให้บุคคลิกภาพเปลี่ยนไปและสังคมไม่ยอมรับ ก็ถือว่าเป็นผิดปกติ

ขอเพิ่มเติมว่าเราทุกคนต่างใช้ Mental Mechanism กันไม่มากก็น้อย และในการศึกษาคนไข้ โดยเฉพาะคนไข้ทางจิตเวช (Psychiatry) นั้น ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะในการรักษาผู้ป่วย ถ้าเราเพียงแต่

จะถามว่า “กลุ่มใจเรื่องอะไร” พร้อมกับ “เอายานี้ไปกินเสีย แล้วพยายามอย่าคิดอะไรมาก” เท่านั้นยังไม่พอ ควรจะต้องศึกษาถึง Personality Back Ground ของเขาและเข้าใจวิถีทำงานของจิตใจของเขาด้วย จะทำให้เรามีความเข้าใจในตัวคนไข้ได้ดีขึ้นว่า เหตุใดเขาจึงประพฤติดังปฏิบัติ หรือมีอาการเช่นนั้น ๆ และจะทำให้เราหาทางช่วยเขาให้ได้ผลดียิ่งขึ้น

Summary

A mental mechanism is an unconscious mental process by which an individual attempts to increase or protect his emotional comfort, his feeling of security and his self-esteem. These mechanisms are used in normal and in abnormal thinking, and the difference is only in the quantity in which they are used. Mental mechanisms are also ways of decreasing anxiety, keeping peace of mind high and keeping tension low.

There are three types of mental mechanisms :

1. Forgetting type
2. Disguising type
3. Denying type

The following is a list of the mental mechanisms :

1. Repression (forgetting type)
2. Suppression (forgetting type)
3. Sublimation (disguising type)
4. Displacement (disguising type)
5. Reaction Formation (denying type)
6. Projection (denying type)

7. Introjection (denying type)
8. Regression (denying type)
9. Identification (disguising type)
10. Rationalization (disguising type)
11. Symbolization (disguising type)
12. Dissociation (denying type)
13. Isolation (denying type)
14. Conversion (denying type)
15. Fantasy (disguising type)
16. Denial
17. Compensation (denying type)
18. Undoing (denying type)

In studying the psychiatric patient one should learn the personal background and the mental mechanism in order to understand and help his patient effectively.

Reference

1. Arthur P. Noyes & Kolb
– Modern Clinical Psychiatry
2. Jack R. Ewalt
– Practical Clinical Psychiatry
3. Strecker & Ebaugh
– Practical Clinical Psychiatry for students.