

การศึกษาแบบนีโอฮิวแมนนิส

บทนำ

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีความเชื่อเกี่ยวกับมนุษย์ที่ว่า มนุษย์เป็นสิ่งที่มีความคิดที่มีพัฒนาการสูงที่สุด พื้นฐานจิตใจของมนุษย์นั้นมีความดีงาม มีคุณค่า ใฝ่รู้ มีความต้องการจากภายในที่จะพัฒนาตนเองไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด การพัฒนาคนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจึงมีหน้าที่ที่จะต้องช่วยพัฒนาศักยภาพแฝงเร้นที่มีอยู่ในตัวคนเราให้แสดงออกมาได้อย่างสูงสุดด้วย การทำให้คนเราโดยเฉพาะในเด็กๆ ให้เกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง (Self Esteem) และการเข้าสู่สภาวะคลื่นสมองต่ำ ในสภาวะนี้เองคนเราจะสามารถใช้ศักยภาพของตัวเองได้อย่างเต็มที่

นีโอฮิวแมนนิสคืออะไร?

นีโอฮิวแมนนิส คือ แนวทางในการพัฒนาคนแนวใหม่ด้วยวิธีการด้านบวก เพื่อที่จะพัฒนาคนให้สมบูรณ์ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การพัฒนาคนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจึงเป็นการพัฒนาในทุกๆ ด้านของคนเราให้กลายเป็นคนที่พึ่งตัวเองได้อย่างสมบูรณ์ ซึ่งมีลักษณะดังนี้

- Physically Fit หรือ มีร่างกายที่แข็งแรง ได้สัดส่วน สวยงาม
- Mentally Strong หรือ มีจิตใจที่มั่นคง เปิดกว้าง เฉลียวฉลาด
- Spiritual Elevated หรือ มีจิตสาธารณะ
- Academic Knowledge หรือ มีความรู้ที่จะนำไปประกอบอาชีพที่ตัวเองถนัดและต้องการได้

นีโอฮิวแมนนิสมีที่มาอย่างไร?

นีโอฮิวแมนนิส (Neo-humanist) เป็นการมองโลกมองชีวิตแนวใหม่ด้านบวก ที่ค้นพบโดยพีอาร์ ซาร์การ์ (P.R.Sarkar) นักปราชญ์ นักจิตวิทยา และนักการศึกษาที่ยิ่งใหญ่ชาวตะวันออก ในปี ค.ศ.1982 แนวคิดนี้มีความเชื่อใกล้เคียงกับแนวคิดมนุษยนิยม (humanist) ที่เชื่อว่า มนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะชนชาติใด ศาสนาใด ฐานะใด ผิวพรรณใด ฯลฯ ก็มีความสำคัญเท่าเทียมกัน และมีความสัมพันธ์กันเหมือนกับพี่น้องร่วมครอบครัวเดียวกัน ส่วนแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจะมองที่กว้างออกไปอีก โดยมองว่าไม่เพียงแต่มนุษย์เท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง แต่จะต้องรวมไปถึงสัตว์ พืช และสิ่งที่ไม่มีชีวิตอื่นๆ ก็มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง มนุษย์ในฐานะที่เป็นสิ่งที่มีชีวิตที่มีการพัฒนาสูงสุด จึงมีหน้าที่ดูแลพิทักษ์ ปกป้อง เพื่อให้ทุกสรรพสิ่ง (มนุษย์ สัตว์ พืช รวมทั้งทรัพยากรธรรมชาติที่ไม่มีชีวิตทั้งหลาย) อยู่ร่วมกันอย่างเป็นธรรม สมานฉันท์ และมีความสุข

การสอนเด็กปฐมวัยตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมีลักษณะอย่างไร?

การสอนเด็กตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส คือ แนวทางในการทำให้เด็กเก่ง ฉลาด แข็งแรง มีความคิดด้านบวก มีน้ำใจ และมีความสุข โดยวิธีการด้านบวก ดังต่อไปนี้

1. การสร้างบรรยากาศให้คลื่นสมองต่ำ

เด็กๆ จะมีการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้สูงสุดเมื่อจิตใจอยู่ในสภาวะที่ผ่อนคลายที่สุด ปราศจากความตึงเครียด ปราศจากความวิตกกังวล สบายใจและมีความสุข ซึ่งเราอาจจะเรียกสภาวะการเรียนรู้ที่ดีที่สุดนี้ว่า สภาวะคลื่นสมองต่ำ มีการค้นพบว่า มีปัจจัยหลายๆ ประการที่มีอิทธิพลต่อคลื่นสมองของคนเรา เช่น เสียงเพลง คนรอบข้าง อาหารที่รับประทาน การออกกำลังกาย คำพูด การฝึกโยคะ และการทำสมาธิ

ดังนั้น เด็กๆ ที่ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ในบรรยากาศที่ช่วยให้คลื่นสมองต่ำ เช่น ได้เรียนรู้จากคุณพ่อ คุณแม่ คุณครูที่อารมณ์ดี ยิ้มแย้ม และเป็นมิตร ได้รับความรักอาหารที่เป็นธรรมชาติ ได้ออกกำลังกายอยู่เสมอ ได้รับการยกย่องชมเชย ได้ฟังเพลงที่ทำให้คลื่นสมองต่ำ ได้ฝึกโยคะ และทำสมาธิ ฯลฯ จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว

2. การพัฒนาเซลล์ประสานประสาท (Synapses)

ความฉลาดของสมองขึ้นอยู่กับเซลล์ประสานประสาท ซึ่งเป็นตัวเชื่อมระหว่างเซลล์

สมอง ยิ่งเซลล์ประสาทประสาทนี้เกิดขึ้นมากเท่าใด สมองย่อมจะทำงานดีขึ้น ทำให้สมองจับใจ มีความจำดี เกินกว่า 80% ของการพัฒนาเซลล์ประสาทจะเกิดในช่วงเด็กเล็ก ๆ มีการค้นพบว่า เซลล์ประสาทประสาทนี้สามารถพัฒนาให้มีมากขึ้นได้ด้วยการทำให้กล้ามเนื้อและกล้ามเนื้อเท้าของเด็กแข็งแรง เนื่องจากฝ่ามือและฝ่าเท้าของคนเรามีเส้นประสาทรวมกันอยู่มาก และเส้นประสาทเหล่านี้จะเชื่อมไปยังสมอง ดังนั้นสมองของเด็กจะดีได้ด้วยการ

- ให้เด็กๆ มีการใช้มือและเท้าให้มาก เช่น กิจกรรมโยคะ การเดินรำ ยิมนาสติกและตีลังกา ริ่ง ว่ายน้ำ ปีนป่าย ฯลฯ

- จัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้หลากหลาย เช่น ความช่างสังเกต กีฬา ดนตรี การทำสมาธิ ฝึกความจำ การทำคลื่นสมองต่ำ ภาษา วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ฯลฯ เด็กๆ ที่ได้ร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย ก็จะกลายเป็นคนที่มีทักษะรอบตัว ไม่มีจุดอ่อนในเรื่องใดๆ

3. การให้ความรัก

แทบจะเป็นไปไม่ได้เลยที่จะมีวัยรุ่นคนใดที่มีปัญหาหากพวกเขาเติบโตมาท่ามกลางรอยยิ้ม คำชมเชย คำพูดให้กำลังใจ ความเข้าใจ การให้อภัย การกอด การสัมผัส และความเป็นเพื่อนของคนในครอบครัว และจากที่โรงเรียน สัมผัสที่อบอุ่น รอยยิ้มที่อ่อนหวาน เสียงหัวเราะ และแววตาที่ให้กำลังใจ จึงเปรียบเสมือนน้ำทิพย์ที่คอยขจัดโลมใจให้คนเรามีพลังในการต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ดังที่แบรดเลย์ นักมนุษยนิยมได้กล่าวไว้ว่า

ถ้าเพียงคุณสัมผัสฉันอย่างนุ่มนวลและอ่อนโยน

ถ้าเพียงแต่คุณมองตาฉันและยิ้มให้ฉัน

ถ้าเพียงแต่ฟังฉันพูดก่อนที่คุณจะชิงพูดเสียเองแล้ว

ฉันก็จะเติบโตได้ และงอกงามได้อย่างแท้จริง

การสอนตามแนวนีโอฮิวแมนนิสม์ประโยชน์ต่อเด็กปฐมวัยอย่างไร?

- เด็กๆ อยากรู้อยากเรียนหนังสือ อยากรู้อะไรไปโรงเรียน เรียนหนังสืออย่างมีความสุข เพราะคุณครูใช้วิธีการด้านบวกในการจูงใจเด็กให้เกิดการเรียนรู้

- เด็กๆ จะรู้สึกบวกกับตัวเอง มีความภาคภูมิใจในตัวเอง เชื่อมมั่นในตัวเอง เนื่องจากเด็กๆ จะได้รับความรักอย่างเต็มที่จากคุณครู และผู้ปกครอง

- เด็กๆ จะเป็นคนที่สมองดี มีความคิดจับใจ มีความจำที่แม่นยำ เนื่องจากเซลล์ประสาทประสาทของเด็กๆ ได้รับการพัฒนาจากการฝึกกล้ามเนื้อและเท้า จากการเล่นโยคะ ริ่ง ว่ายน้ำ เดินรำ ยิมนาสติกและตีลังกา ปั่นแปรงและดินน้ำมัน ฯลฯ

- เด็กๆ จะเป็นคนที่มีร่างกายแข็งแรง ได้สัดส่วน สวยงาม เนื่องจากเด็กๆ จะได้รับการจูงใจให้ทานอาหารที่มีพลังชีวิตสูงๆ เช่น ผักสด ผลไม้สด โยเกิร์ต ฯลฯ และมีการออกกำลังกายด้วยการวิ่ง และทำโยคะอย่างสม่ำเสมอ

- เด็กๆ สามารถที่จะเก่งทางวิชาการ ควบคู่ไปกับดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ เพราะเด็กๆ ถูกฝึกให้มีคลื่นสมองต่ำจากการทำโยคะสมาธิตั้งแต่อายุน้อยๆ พวกเขาจึงเป็นคนที่สมาธิสูง ความจำดี

- เด็กๆ จะเป็นคนที่มีจิตสาธารณะสูง มีน้ำใจและชอบช่วยเหลือผู้อื่น จากการที่เด็กๆ ได้ทำสมาธิตามแนวนีโอฮิวแมนนิส ด้วยการส่งความรักให้กับตัวเอง เพื่อนๆ คุณครู คนในครอบครัว คนในสังคม สัตว์ พืช..... เด็กๆ ก็จะมีจิตใจที่เปิดกว้างขึ้น มีความรักความเมตตาสูงขึ้น

- เด็กๆ จะเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ความเป็นตัวของตัวเองสูง กล้าพูด กล้าคิด กล้าแสดงออก เนื่องจากถูกเลี้ยงดูมาด้วยการใช้วิธีการด้านบวก เด็กๆ จึงมีความรู้สึกด้านบวกกับตัวเองและคนรอบข้างสูง

สถานศึกษาใดที่จัดการสอนตามแนวนีโอฮิวแมนนิสระดับปฐมวัย

โรงเรียนอมตยกุล (ซอยพหลโยธิน 51 เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร) เป็นโรงเรียนที่ใช้การเรียนการสอนตามแนวนีโอฮิวแมนนิส มาเป็นเวลา 23 ปี มีตั้งแต่ระดับอนุบาลไปจนถึงมัธยมศึกษาปีที่หก ภายในพื้นที่เกือบ 10 ไร่ ที่เต็มไปด้วยบรรยากาศแห่งธรรมชาติ ล้อมรอบด้วยต้นไม้ใหญ่อันร่มรื่นสงบ สอดคล้องกับปรัชญานีโอฮิวแมนนิส ที่อยากให้เด็กๆ ได้ใกล้ชิด

กับธรรมชาติ รักธรรมชาติ และมีจิตใจที่สงบ เยือกเย็น ที่โรงเรียนมีกิจกรรมการเรียนการสอน ด้วยวิธีการด้านบวกมากมาย ที่จะทำให้เด็กเป็นคนที่มีความมั่นใจ มีความคิดสร้างสรรค์สูง มีสมาธิดี ฉับไว ด้วยการพัฒนาเซลล์สมองของเด็ก มีภาพพจน์ของตัวเองด้านบวก ด้วยคำพูดด้านบวก และการให้ความรักของคุณครู อยากมาเรียนหนังสือ อยากมาโรงเรียน ด้วยวิธีการตั้งใจไม่ใช้การบังคับ และการทำเรื่องวิชาการยากๆ ให้กลายเป็นเรื่องง่าย ๆ

เด็กๆ ส่วนใหญ่ของโรงเรียนที่เติบโตขึ้นมาตามแนวนีโอฮิวแมนนิส จะเป็นคนที่อารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง มีรูปร่างดี มีบุคลิกภาพดี ใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย พอเพียง เล่นดนตรีเก่ง เล่นกีฬาเก่ง ทำงานศิลปะได้อย่างสร้างสรรค์ ควบคู่ไปกับการได้รับความรู้ทางวิชาการอย่างสนุกสนานและมีความสุข

พ่อแม่ ผู้ปกครอง จะนำแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมาประยุกต์ใช้กับลูกได้อย่างไร

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเป็นเรื่องของการปฏิบัติเกินกว่า 95% ส่วนที่เหลือเป็นเรื่องทฤษฎี ดังนั้นถ้าทั้งทางบ้านและโรงเรียนใช้แนวทางด้านบวกนี้ในการพัฒนาเด็กร่วมกัน เด็กๆ ก็จะได้รับประโยชน์สูงสุด พ่อ แม่ ผู้ปกครองสามารถนำแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมาประยุกต์ใช้กับลูกได้ดังนี้

- ใช้เสียงเพลงที่จะปรับคลื่นสมองของเด็กๆ เช่น เพลง Awakening เปิดให้เด็กๆ ฟังในรถ ที่บ้าน เวลาก่อนนอน ตื่นนอน หรือทำการบ้าน เด็กๆ และผู้ปกครองที่ได้ฟังเพลงชุดนี้บ่อยๆ (เป็นเพลงที่ประดิษฐ์ขึ้นมาเพื่อให้คนฟังคลื่นสมองต่ำ) จะอารมณ์ดี ผ่อนคลาย มีสมาธิสูง ความจำดี และมีความสุข)

- ใช้คำพูดด้านบวกกับลูก พ่อแม่อยากให้ลูกเป็นอะไร ก็ให้ใช้คำพูดนั้นกับลูก เช่น เก่ง ยอดเยี่ยม สมองดี ฉลาด เข้มแข็ง ฯลฯ ไม่ใช่คำพูดด้านลบกับลูก เช่น ชน ดื้อ อ้วน ไม่ฉลาด เลย อืดอาด เกเร ควาย ฯลฯ คำพูดที่เราได้ยินมาแต่เล็กแต่น้อยจะถูกบันทึกไว้ในจิตใต้สำนึก และสิ่งที่ถูกบันทึกไว้ในจิตใต้สำนึกนี้จะค่อยๆ พัฒนากลายเป็นพฤติกรรมในที่สุด

- หัดให้เด็กๆ ได้ทานอาหารที่มีพลังชีวิตสูง (Living food) ซึ่งจะช่วยให้คนเราเกิดสภาวะคลื่นสมองต่ำได้ง่าย อาหารเหล่านี้ได้แก่ ผักสด ผลไม้สด เมล็ดธัญพืช โยเกิร์ต น้ำผลไม้สด น้ำเปล่า ฯลฯ การหัดให้เด็กทานผักด้วยวิธีการจูงใจด้านบวก อาจจะเริ่มต้นจากการที่พ่อแม่เริ่มทานเป็นตัวอย่างก่อน แล้วเริ่มให้เด็กทานวันละเล็กละน้อย เพิ่มปริมาณมากขึ้น จนกลายเป็นนิสัยของเด็กที่ชอบทานอาหารที่มีพลังชีวิตสูงไปในที่สุด

- หากิจกรรมที่ทำให้เด็กๆ ได้มีการบริหารกล้ามเนื้อ กล้ามเนื้อเท่าให้มากที่สุด เช่น เดิน วิ่ง ปีน ป่าย กระโดด ขี่จักรยาน วาดรูป ยิมนาสติก ฯลฯ เพื่อให้เซลล์ประสาทประสาทของเด็กมีปริมาณเพิ่มขึ้น ซึ่งจะทำให้เด็กสมองดี มีความคิดที่ฉับไว ความจำดี ฯลฯ

- ให้ความรักแก่เด็กเป็นประจำสม่ำเสมอ การให้ความรักตามแนวนีโอฮิวแมนนิสประกอบไปด้วยพฤติกรรมด้านบวกต่อไปนี้ คือ ยิ้ม ชม (โดยไม่เปรียบเทียบ) สบตา สัมผัส สวีสวี ยิ้มเด็กได้รับความรักมากเท่าใด เขาก็จะเป็นคนที่มีความรู้สึกด้านบวกกับตัวเอง มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีความภาคภูมิใจในตัวเองมากขึ้นเท่านั้น

- มีตารางเวลาที่เหมาะสมและชัดเจนในแต่ละวันให้แก่เด็กๆ เช่น ตื่นเวลาใด เข้านอนเวลาใด ไปโรงเรียนเวลาอะไร เวลาไหนเป็นเวลาที่ต้องทำการบ้าน และทบทวนสิ่งที่ได้เรียนมา

- เป็นตัวอย่างที่ดีๆ ให้แก่เด็กๆ เช่น เป็นตัวอย่างของคนตื่นแต่หัวค่ำตื่นแต่เช้า การตรงต่อเวลา การพูดจาที่ไพเราะมีหางเสียงคะหรือครับ การออกกำลังกาย การทานอาหารที่มีพลังชีวิตสูง การทำสมาธิ การรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น

- หารายการทีวีดีๆ เพลงดีๆ หนังสือดีๆ ให้เด็กๆ ได้ดู ได้ฟัง และได้อ่าน เพราะข้อมูลดีๆ จากสื่อต่างๆ จะถูกเก็บไว้ในจิตใต้สำนึกที่จะกลายเป็นพฤติกรรมด้านบวก และในไม่ช้า ข้อมูลเหล่านี้ก็จะพัฒนากลายเป็นพฤติกรรมด้านบวกของเราไปในที่สุด

- เล่นิทานคุณธรรมให้เด็กๆ ฟังเป็นประจำสม่ำเสมอ

ข้อเสนอแนะสำหรับครู

การจัดการเรียนการสอนตามแนวนีโอฮิวแมนนิส หรือการเรียนการสอนโดยใช้วิธีการด้าน

บวกในระยะแรกๆ อาจจะเห็นการเปลี่ยนแปลงในตัวเด็กค่อนข้างช้า แต่เมื่อเด็กเริ่มรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีความภาคภูมิใจในตัวเองโดยไม่ต้องเปรียบเทียบกับผู้อื่น การพัฒนาการของเด็กจะเริ่มเร็วขึ้น เร็วขึ้น และเร็วขึ้น โดยเด็กจะมีการพัฒนาทั้งด้าน IQ EQ และ MQ ไปพร้อมๆ กัน การใช้วิธีการด้านลบอาจจะช่วยพัฒนา IQ ของเด็กได้ แต่จะเป็นการทำลายทั้ง EQ และ MQ ของเด็ก วิธีการด้านลบในการที่จะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้หรือเปลี่ยนพฤติกรรมต่อไปนี้เป็นสิ่งที่คุณครูและผู้ปกครองควรหลีกเลี่ยงให้มากที่สุด

- การใช้คำพูดเปรียบเทียบ เช่น “ลูกเก่ง สู้เด็กข้างบ้านไม่ได้เลยนะ”, “ทำไมไม่เก่งเหมือนพี่ พี่เค้าทำได้ทุกข้อเลย”, “เด็กห้อง ก สู้เด็กห้อง ข ไม่ได้เลย” ฯลฯ เด็กที่ถูกเปรียบเทียบว่า ดีกว่าก็จะเกิดความรู้สึกเด่นในใจ (Superiority complex) เด็กที่ถูกเปรียบเทียบว่า แย่กว่าก็จะเกิดความรู้สึกด้อยในใจ (Inferiority complex) และเด็กที่ถูกเปรียบเทียบนี้จะกลายเป็นเด็กที่คอยจะเปรียบเทียบกับผู้อื่นอยู่เสมอ และกลายเป็นคนขี้อิจฉาริษยาไปในที่สุด

- การใช้คำพูดด้านลบ คำพูดมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อจิตใจของคนเรา โดยเฉพาะคำพูดที่เราได้ยินได้ฟังมาตั้งแต่สมัยที่เรายังเป็นเด็กเล็กๆ จิตใจของคนเรา (ดีหรือไม่ดี) ส่วนใหญ่จึงขึ้นอยู่กับคำพูดที่เราได้ยินได้ฟังมาตั้งแต่ในวัยเด็ก คำพูดที่เราได้ยินเสมอๆ จะกลายเป็นทัศนคติ (attitude) และความเชื่อ (believe) ที่หยั่งลึกลงในจิตใจสำนึก บุคลิกภาพและการกระทำต่างๆ ของคนเราจึงเป็นไปในแบบที่เราเชื่ออยู่ว่าเราเป็นคนอย่างไร เราจึงควรหลีกเลี่ยงคำพูดด้านลบต่างๆ เหล่านี้ เช่น โง่ ไม่ได้เรื่อง อ้วน งาม ขี้แย ดื้อ ชน ไอคิวต่ำ เชื้อ อืดอาด ขี้ขลาด ทึ่ม อ่อนแอ ขี้โรค ชน เลว ไม่ฉลาดเลย ควาย ฯลฯ และใช้คำพูดด้านบวกที่เราอยาก让孩子เป็นแทน เช่น ฉลาด เก่ง เยี่ยม น่ารัก ดี ไอคิวสูง พุดเพราะ ยิ้มเก่ง สวย แข็งแรง ซื่อสัตย์ ฯลฯ เด็กๆ ที่เติบโตมาท่ามกลางคำพูดด้านบวกต่างๆ จะกลายเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรู้สึกที่ดีให้กับตนเองและคนรอบข้าง

- การหลอกให้กลัว เป็นวิธีการด้านลบอีกวิธีหนึ่งที่คุณพ่อคุณแม่และคุณครูควรหลีกเลี่ยง เช่น อย่านออกไปเล่นคนเดียวในที่มืดนะ เดี่ยวผีหลอก, อย่านอนนะ เดี่ยวตำรวจจับ, อย่านไปเข้าห้องน้ำคนเดียวนะ เดี่ยวตุ๊กแกจะมากินตับ, อย่านไปโดนแดดนะ เดี่ยวไม่สบาย ฯลฯ แม้ว่าการหลอกให้กลัวจะได้ผลอย่างดีในการควบคุมพฤติกรรมของเด็กๆ แต่ผลเสียหายร้ายแรงที่ตามมาก็คือ ความกลัวในสิ่งที่ถูกหลอกนั้นจะถูกฝังอยู่ในจิตใจสำนึกจนอาจกลายเป็นจุดอ่อนของชีวิตที่อาจจะทำให้กลัวมากๆ (phobia) ในสิ่งที่ถูกหลอกไปจริงๆ จนตลอดชีวิต เช่น บางคนโตแล้วยังกลัวผีอยู่ (กลัวความมืด), บางคนกลัวความสูง, บางคนกลัวเข็มฉีดยา, บางคนกลัวแดด, บางคนกลัวฝน ฯลฯ

บรรณานุกรม

- เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2553) สอนให้เป็นอัจฉริยะตามแนวนีโอฮิวแมนนิส
 กรุงเทพฯ : บริษัท ที.พี. พรินท์ จำกัด
 Avadhutika Anandamitra Acarya.(1986) Neohumanist Education
 Quezon City : Ananda Marga Publications,
 Avadhutika Anandanivedita Acarya.(1999) Teach Me to fly
 West Bengal : Gurukula Publications,
 Keyword : นีโอฮิวแมนนิส, การศึกษาแบบนีโอฮิวแมนนิส