บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยสรุปรวบรวมสาระสำคัญเพื่อเป็นแนวทางดำเนินการวิจัย โดยนำเสนอในหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

1. ความเชื่ออำนาจภายในตน
2. ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส
3. เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม
4. เยาวชนที่กระทำผิด
5. ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

ความเชื่ออำนาจภายในตน (Internal Locus of Control)

ความหมายของความเชื่ออำนาจภายในตน

ความเชื่อ (Belief) เป็นภาวะหนึ่งของภาวะสันนิษฐานภายใน ที่บุคคลมีความมั่นใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าเป็นจริง คำจำกัดความที่บ่งชี้เฉพาะยังไม่มี แต่มีหลายทฤษฎีได้ให้คำจำกัดความไว้มากมายและยังคงเป็นที่ถกเถียงกันเกี่ยวกับเรื่องความเชื่อในตัวบุคคล (Wikipedia, n.d.) ในทางทฤษฎีการวัดลักษณะทางจิตวิทยา ความเชื่อ หมายถึง ข้อมูลที่บุคคลมีต่อวัตถุ คน หรือสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ซึ่งข้อมูลต่าง ๆ เหล่านี้ อาจจะเป็นข้อเท็จจริงหรือเป็นข้อมูลที่ไม่สามารถประเมินก็เป็นได้ (Petty & Cacioppo, 1984 อ้างถึงใน สุบิน ยุระรัช, ม.ป.ป.) ประสบการณ์ที่ได้รับทั้งทางตรงหรือทางอ้อมส่งผลต่อความเชื่อในตัวบุคคล (อุทุมพร (ทองอุไทย) จามรมาน, 2548) ความเชื่อเป็นส่วนประกอบหนึ่งของทัศนคติ (Attitudes) เมื่อบุคคลมีความเชื่ออย่างใด ความเชื่อนั้นจะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมให้บุคคลประพฤติตามสิ่งที่ตนเชื่อ ทั้ง ๆ ที่ความเชื่อนั้นอาจไม่ได้ตั้งอยู่บนพื้นฐานความเป็นจริงก็ได้ ความเชื่อยังมีอิทธิพลต่อการควบคุมตนเองของบุคคล เมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ทั้งที่ดีและไม่ดี (สุภาภรณ์ เพาะบุญ, 2546, หน้า 18) ความเชื่อของมนุษย์มีพื้นฐานจากประสบการณ์ในอดีตที่ผ่านมาและเกิดจากแรงเสริมเมื่อบุคคลนั้นแสดงพฤติกรรม (Rotter, 1966 cited in Engler, 2003, p. 262) ความเชื่ออาจไม่มีเหตุผลก็ได้ แต่ความเชื่อช่วยเติมเต็มตัวตนของมนุษย์ (Self-Fulfilling) เมื่อมนุษย์มีความเชื่อเรื่องใดก็จะกระทำตามสิ่งที่เชื่อนั้น ความเชื่ออาจเป็นได้ทั้งในแง่บวกหรือลบ ชีวิตมนุษย์ขึ้นอยู่กับตัวคนนั้นกำหนดให้เป็น และขึ้นกับประสบการณ์ที่เคยได้พบสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เป็นตัวบ่งชี้ว่า บุคคลนั้นจะมีความเชื่อแบบใดเกิดขึ้น เช่น บุคคลที่เชื่อว่าเขาไม่มี

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ความสามารถที่จะทำสิ่งใดได้ พฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงออกมามีแนวโน้มจะพบกับความล้มเหลว ซึ่งสาเหตุอาจมาจากความไม่พยายามที่จะทำอย่างเต็มที่ หรือมีความคิดที่บ่อนทำลายตนเองในทางใดทางหนึ่งนั่นเอง (Bavister & Vicker, 2004, pp. 68-69)

ดังนั้น ความเชื่อจึงเป็นภาวะทางจิตใจที่อยู่ในตัวบุคคล มีความสัมพันธ์กับทัศนคติและส่งผลต่อพฤติกรรม กล่าวคือ บุคคลมีความเชื่อเช่นใดย่อมมีแนวโน้มที่จะมีทัศนคติเช่นนั้น นำไปสู่การแสดงออกของพฤติกรรมในเวลาต่อมา และความเชื่ออาจมีเหตุผลหรือไม่ก็ได้

ความเชื่ออำนาจควบคุม (Locus of Control) จัดเป็นจิตลักษณะหนึ่งในตัวบุคคลในทางจิตวิทยา หมายถึง ลักษณะสำคัญของบุคลิกภาพ แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจควบคุมมีจุดเริ่มต้นจาก Julian B. Rotter เมื่อประมาณปี ค.ศ. 1950s (Rotter, 1966 cited in Neill, 2006) Rotter สร้างทฤษฎีบุคลิกภาพขึ้นมาโดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของแนวคิดและหลักการเกี่ยวกับการเรียนรู้เรียกว่า ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) สมมุติฐานขั้นพื้นฐานของทฤษฎีเชื่อว่าพฤติกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ซึ่งได้รับประสบการณ์จากคนอื่น (Rotter, Chance, & Phares, 1972 อ้างถึงใน นพมาศ อุ้งพระ (ธีรเวคิน), 2546, หน้า 370) และยังเกิดจากแรงจูงใจของสิ่งแวดล้อมและตัวเอง ดังนั้นตัวกำหนดพฤติกรรมของ Rotter จึงมีทั้งสิ่งแวดล้อมและตัวเอง (นพมาศ อุ้งพระ (ธีรเวคิน), 2546, หน้า 371)

แนวคิดที่มีชื่อเสียงของ Rotter คือ Internal Versus External Control of Reinforcement (Engler, 2003) Rotter ใช้คำว่า Locus of Control of Reinforcement แทนลักษณะบุคลิกภาพหรือภาวะสันนิษฐานภายในที่ค้นพบ เกิดจากการเชื่อมโยงความรู้ระหว่างสาขาวิชาจิตพฤติกรรมศาสตร์ (Behavioural Psychology) และจิตวิทยาด้านความนึกคิด (Cognitive Psychology) เข้าด้วยกัน ในมุมมองของ Rotter พฤติกรรมมนุษย์โดยส่วนใหญ่ถูกชักนำด้วยแรงเสริม (Reinforcements) ได้แก่ การให้รางวัล หรือการลงโทษ โดยมนุษย์จะนำเข้ามาเป็นความเชื่อส่วนตน ที่จะแสดงหรือไม่แสดงพฤติกรรม ดังนั้น ความเชื่ออำนาจควบคุมจึงเป็นตัวกำหนดทัศนคติและพฤติกรรมที่แสดงออกมาเป็นการรับรู้ของแต่ละบุคคลเกี่ยวกับสาเหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต (Neill, 2006)

มีผู้ให้ความหมายของความเชื่ออำนาจควบคุม ไว้ดังนี้

Rotter (1966) หมายถึง ทัศนคติ ความเชื่อหรือความคาดหวังของบุคคลที่เชื่อมโยงระหว่างสิ่งที่แสดงออกหรือการกระทำของตนกับผลลัพธ์ที่เกิดตามมา

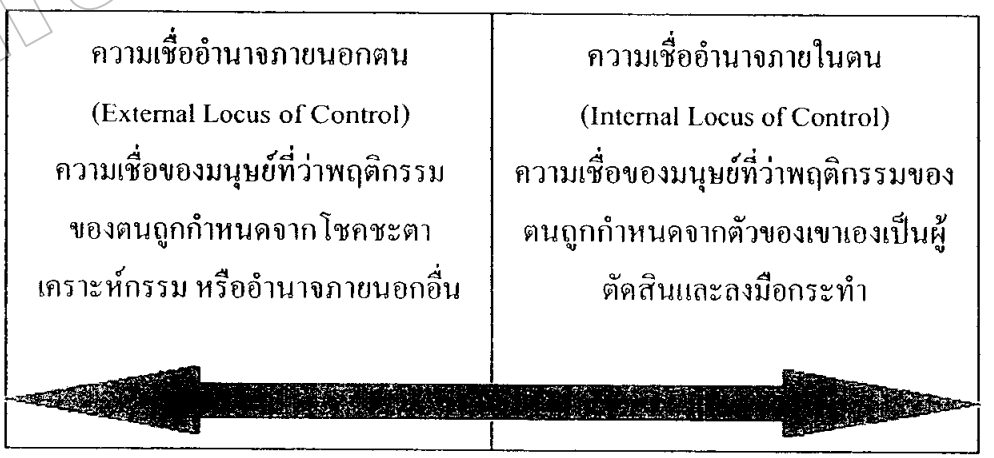
Zimbardo (1985, p. 275 cited in Neill, 2006) เป็นความเชื่อว่าผลลัพธ์ที่เกิดจากการกระทำของตนนั้น เป็นผลจากสิ่งที่ตนกระทำ (แนวโน้มผู้มีความเชื่ออำนาจภายในตน) หรือเชื่อว่า เป็นผลจากสิ่งอื่นที่นอกเหนือการควบคุมของตน (แนวโน้มผู้มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

Gershaw (1989) การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับแหล่งควบคุมที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของเขา ผู้ที่มีลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนจะเชื่อว่าแหล่งควบคุมคือตัวของตนเอง พฤติกรรมที่แสดงออกมาตัวเองเป็นผู้ลิขิตหรือทำให้เกิดขึ้นเองทั้งสิ้น ดังนั้น บุคคลกลุ่มนี้มีแนวโน้มจะแสดงพฤติกรรม ความสามารถและการตัดสินใจโดยใช้ประสบการณ์ที่ผ่านมาของตนเองเป็นเครื่องช่วย ตรงข้ามกับผู้ที่มีความเชื่อว่า แหล่งควบคุมเกิดจากสิ่งภายนอก รูปแบบการดำเนินชีวิตและการตัดสินใจบุคคลกลุ่มนี้มักขึ้นกับแหล่งควบคุมภายนอกตน เช่น โชค ดวง พรหมลิขิต หรืออำนาจอื่นที่อยู่นอกเหนือตัวเขา

Hampson & Colman (1995) หมายถึง สมมติฐานเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อว่าความสำเร็จหรือความล้มเหลวของตนเกิดจากตัวเขาเอง (เป็นผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตน) หรือเชื่อว่าเกิดจากสภาพแวดล้อม บุคคลอื่นที่มีอิทธิพล (เป็นผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตน) ส่วนมากผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตนมักมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลและอาการทางประสาท (Nueroticism)

ความเชื่ออำนาจควบคุมที่กล่าวมา เป็นแนวคิดที่กล่าวถึงองค์ประกอบหรือบุคลิกภาพแบบหนึ่งในตัวบุคคล ประกอบด้วยความเชื่ออำนาจภายนอกตนกับอำนาจภายในตน ดังภาพที่ 2-1 (Neill, 2006) คนเรามีแนวโน้มที่จะมีแบบใดแบบหนึ่งมากกว่า แต่ไม่ใช่แบบเดียวโดยสิ้นเชิง (Engler, 2003, p. 262) การแสดงออกต่าง ๆ ในชีวิตมนุษย์มักถูกกระตุ้นจากความเชื่อที่คน ๆ นั้นรับรู้ว่าส่งผลในการควบคุมหรือมีอิทธิพลต่อชีวิตของเขา ระหว่างความเชื่ออำนาจภายในหรือภายนอกตน ถ้าเขามีความเชื่อเป็นแบบใด ด้านที่มากกว่าก็จะแสดงออกมาเด่นชัดกว่า (Gershaw, 1989)



ภาพที่ 2-1 แสดงระดับความเชื่ออำนาจควบคุมระหว่างอำนาจภายนอกและอำนาจภายในตนของบุคคล

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ความเชื่ออำนาจควบคุม แบ่งออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ ความเชื่ออำนาจภายในตน และความเชื่ออำนาจภายนอกตน มีผู้ให้ความหมายของความเชื่ออำนาจภายในตนไว้ ดังนี้

Rotter (1982, pp. 171-172 อ้างถึงใน สุภาภรณ์ เพาะบุญ, 2546, หน้า 3) หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเป็นผลมาจากการกระทำของตนเองซึ่งผลจะเป็นอย่างไรตนเองสามารถควบคุมได้ บุคคลประเภทนี้จะมีลักษณะเป็นตัวของตัวเอง มีความกระตือรือร้นต่อความเป็นไปของสิ่งแวดล้อม มีแรงจูงใจ พยายามปรับปรุงสภาพแวดล้อมไปตามลำดับขั้นตอน เห็นคุณค่าและทักษะความพยายามของตนเอง สามารถปรับตัวและควบคุมสถานการณ์และจัดการกับภาวะคุกคามในชีวิตด้วยตนเอง บุคคลเหล่านี้ยากที่จะถูกชักจูงให้เชื่อโดยไร้เหตุผลได้

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2549) กล่าวว่า ความเชื่ออำนาจภายในตนเป็นลักษณะทางจิตที่เกิดจากการเรียนรู้จากสภาพรอบตัว ว่าผลดีผลเสียที่จะเกิดกับตนนั้น มีสาเหตุส่วนใหญ่ที่การจัดการของตนเอง ตนทำดีก็จะได้ผลดี ตนทำมากก็จะได้มาก แต่ถ้าทำน้อยก็จะเกิดผลตามต้องการน้อยด้วย ดังนั้นจึงเชื่อว่า ตนสามารถรู้สาเหตุของผลต่าง ๆ ได้คือทำนายได้แม่นยำ สามารถควบคุมได้ หรือสามารถจัดการที่สาเหตุ เพื่อให้เกิดผลที่ต้องการนั้นได้จริง

สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน (2549) หมายถึง ความเชื่อว่า สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดกับตนนั้นเกิดจากการกระทำของตนโดยเชื่อว่า ถ้ากระทำดีจะได้ดี ถ้าทำชั่วก็จะได้ชั่วตอบแทน เชื่อว่าตนสามารถทำนายผลที่เกิดขึ้นกับตนได้ และตนสามารถควบคุมผลนั้น ๆ ได้ เป็นการคาดหวังทั่วไปของบุคคลว่า สิ่งต่างๆ ที่ตนได้รับ เกิดจากการกระทำของตน ไม่ว่าจะเป็นด้านดีหรือด้านร้ายก็ตาม

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยขอสรุปความหมายของความเชื่ออำนาจควบคุม ดังนี้ ความเชื่ออำนาจควบคุม เป็นความเชื่อของบุคคลที่รับรู้เกี่ยวกับแหล่งควบคุมที่เป็นสาเหตุของผลลัพธ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ หรือมีอิทธิพลต่อชีวิตของตน แบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือ แหล่งควบคุมภายนอกตน กับแหล่งควบคุมภายในตน แต่ละบุคคลจะมีแนวโน้มด้านใดด้านหนึ่ง ซึ่งด้านที่มากกว่าจะส่งผลเด่นชัดต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตและการตัดสินใจของบุคคลนั้น ผู้ที่เชื่อว่าสาเหตุของผลลัพธ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ส่วนใหญ่เกิดจากแหล่งควบคุมภายนอกตน จัดว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน ส่วนผู้ที่เชื่อว่าสาเหตุของผลลัพธ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ส่วนใหญ่เกิดจากแหล่งควบคุมภายในตน จัดว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีความเชื่ออำนาจภายในตน

ความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความเชื่อของบุคคลว่าผลลัพธ์หรือความเป็นไปของเหตุการณ์ต่าง ๆ ส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นกับตน มีแหล่งควบคุมมาจากภายในตน ตัวเขาเป็นผู้กำหนดมิใช่อิทธิพลจากผู้อื่นหรือสิ่งอื่นภายนอก สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นล้วนเป็นผลจากการกระทำ ความสามารถและความเพียรพยายามของตนทั้งสิ้น ไม่ขึ้นกับโชคชะตา เคราะห์กรรม ความบังเอิญ หรืออิทธิพลของผู้อื่น

ความเชื่ออำนาจภายนอกตน หมายถึง ความเชื่อของบุคคลว่าผลลัพธ์หรือความเป็นไปของเหตุการณ์ต่าง ๆ ส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นกับตน มีแหล่งควบคุมมาจากภายนอกตน เกิดจากอิทธิพลของผู้อื่นหรือสิ่งอื่นภายนอก เช่น โชคชะตา เคราะห์กรรม ความบังเอิญ หรืออิทธิพลของผู้อื่น ตัวเขาไม่สามารถควบคุมบังคับได้

องค์ประกอบที่มีผลต่อความเชื่ออำนาจควบคุม (Rotter, 1966) ได้แก่

1. รูปแบบความคิดต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (Attribution Style) เป็นวิธีคิดของบุคคลนั้นที่มีต่อสาเหตุเบื้องหลังที่ทำให้เหตุการณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้นกับตน ตัวอย่างเช่น ผู้ที่ขับรถเร็วแล้วโดนจับ บางคนเชื่อว่าสาเหตุที่เขาถูกจับเพราะความโชคร้าย หรือเกิดจากความไม่ยุติธรรมของตำรวจ ผู้ที่คิดแบบนี้ เขาเชื่อว่าผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับตน มีสาเหตุมาจากสิ่งอื่นภายนอกที่เขาควบคุมไม่ได้ (External Causes) ตรงข้ามกับบางคนเชื่อว่าสาเหตุที่เขาถูกจับเป็นเพราะตนเองขับรถเร็วเกินไป ผู้ที่คิดแบบนี้เขาเชื่อว่าผลลัพธ์ที่เกิดกับตนสาเหตุเกิดจากตัวเขาเป็นผู้กระทำ (Internal Causes)

2. แรงเสริมที่ส่งผลต่อการเกิดพฤติกรรม (Cognitive Reinforcement of Behaviors) หมายถึง ความคิด (Cognition) ซึ่งเป็นกระบวนภายในของมนุษย์ เมื่อมีข้อมูลถูกส่งเข้ามาจะเกิดการจดจำ การเก็บและการนำข้อมูลมาใช้ ถ้าพฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคลนั้นทำให้เกิดผลลัพธ์ที่น่าพอใจ เหตุการณ์ครั้งนั้นจะเป็นแรงเสริมให้บุคคลนั้นกระทำซ้ำแบบเดิมอีก ถ้าเขาต้องการผลลัพธ์แบบเดิม

ตัวอย่างเช่น เด็กบางคนมีความคิดว่าสุนัขตัวใหญ่น่ากลัว ต่อมาเด็กคนนั้นเล่นกับสุนัขตัวใหญ่แล้วถูกกัด เหตุการณ์นั้นจะช่วยตอกย้ำความคิดของเขาเกี่ยวกับความกลัวสุนัขมากขึ้น ตรงกันข้าม ถ้าเด็กคนนั้นเล่นกับสุนัขแล้วสุนัขเลียหยอกล้อเล่นด้วย เด็กคนนั้นจะมีประสบการณ์ความประทับใจต่อสุนัข เหตุการณ์ที่เกิดจะเป็นแรงเสริมต่อความคิดเขา ส่งผลให้ไม่เกิดความรู้สึกหวาดกลัวสุนัข ผลลัพธ์ตามมา คือ รูปแบบความคิดที่เป็นแรงเสริม 2 แบบ คือ
"สุนัขตัวใหญ่หมายถึง ความหวาดกลัว" หรือ "สุนัขตัวใหญ่ไม่ได้หมายถึง ความน่ากลัว"

ดังนั้น การรับรู้ความเชื่ออำนาจควบคุมของแต่ละบุคคล จึงเป็นลักษณะเฉพาะบุคคลนั้น อาจเป็นการรับรู้อำนาจภายในหรือภายนอกตน ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนจะมีมุมมองว่าผลลัพธ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตเกิดจากสิ่งภายนอกที่มีผล เช่น ดวง ความบังเอิญ โอกาสทอง หรือส้มหล่น ที่เขาเกิดความเชื่อเช่นนั้น อาจเป็นผลจากเหตุการณ์บางอย่างที่เกิดขึ้นกับตัวเขาและทำให้เขาเชื่อเช่นนั้น และกลายเป็นแรงเสริมทางความคิดของเขาว่ามีปัจจัยภายนอกที่คอยควบคุมดูแลอยู่ ในทางตรงกันข้ามผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตน มุมมองของเขาต่อสาเหตุของเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดกับตนเขาเชื่อว่า เป็นเพราะเขาทำงานหนัก ขยัน หมั่นเพียร การตัดสินที่จะทำหรือไม่ทำของเขาประกอบกับมีเหตุการณ์บางอย่างตอกย้ำกลายเป็นแรงเสริมทำให้เขามีความเชื่อแบบนี้ยิ่งขึ้น

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ความเชื่ออำนาจภายในตนสามารถรับรู้ และเรียนรู้ได้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว ผลการวิจัยที่ผ่านมา บ่งชี้ว่าลักษณะความเชื่ออำนาจควบคุมถูกพัฒนาตั้งแต่ยังเป็นทารก และเริ่มมีความชัดเจนเห็นความแตกต่างมากขึ้นในช่วงอายุ 8-14 ปี (Heckhausen & schultz, 1995 cited in Schultz & Schultz, 1998, p. 428) รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว วัฒนธรรม และประสบการณ์ส่วนตนก็เป็นตัวผลักดัน สร้างรูปแบบความเชื่ออำนาจควบคุมขึ้นมาในตัวมนุษย์ ดังเช่น ผลการศึกษาของทัศนา ทองภักดี (2539), Malcarne, Drahota and Hamilton (2005) หรือผลงานวิจัยที่พบความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเลี้ยงดูกับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในเยาวชน (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2549, หน้า 17) เป็นต้น จากผลการศึกษาของ Malcarne et al. (2005) พบว่า ผู้มีลักษณะความเชื่ออำนาจภายนอกตน มีความสัมพันธ์กับผู้ที่มีฐานะเศรษฐกิจทางสังคมในระดับต่ำ เนื่องจากว่า คนที่มีฐานะยากจนมักมีความสามารถในการควบคุมชีวิตตนได้น้อย ประสบการณ์ทางสังคมปลูกฝังให้เชื่อในอำนาจภายนอกตน ดังนั้น บุคคลที่อยู่ในสภาพสังคมเช่นนี้ จึงกลายเป็นผู้มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนสูง หรือผลการวิจัยที่พบว่าความเชื่ออำนาจภายในตนพัฒนาตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น เนื่องจากการเติบโตทำให้ผ่านการฝึกฝนทักษะต่าง ๆ ทำให้เรียนรู้การควบคุม ดูแลชีวิตตนเองโดยไม่ขึ้นกับสิ่งแวดล้อมภายนอก

ความแตกต่างทางเพศและอายุกับความเชื่ออำนาจ

มีงานวิจัยพบว่า นักศึกษามักแสดงออกถึงลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนมากกว่าภายนอกตน (Rotter, 1966) บุคคลจะมีลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้นและมีมากที่สุดในช่วงวัยกลางคน (Milgram, 1971; Ryckman & Malikiosi, 1975, cited in Schultz & Schultz, 1998, p. 428) มีข้อบ่งชี้บางอย่างว่าชายและหญิงตอบสนองแตกต่างกัน มีงานวิจัยบางชิ้นที่พบว่าผู้ชายมีลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนมากกว่าผู้หญิง (Strickland & Haley, 1980 cited in Schultz & Schultz, 1998, p. 428) ความเชื่ออำนาจภายนอกตนจะเพิ่มมากขึ้นในผู้หญิงที่หย่าร้าง (Doherty, 1983 cited in Schultz & Schultz, 1998, p. 428) ผู้หญิงที่ถูกทำร้ายร่างกาย มีแนวโน้มลักษณะความเชื่ออำนาจภายนอกตน (Baron & Byrne, 1984 cited in Schultz & Schultz, 1998, p. 428) โดยทั่วไป ชาวเอเชียมักจะมีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมากกว่าชาวอเมริกัน อธิบายว่าเนื่องมาจากความแตกต่างของความเชื่อทางวัฒนธรรม กล่าวคือวัฒนธรรมเอเชียมักเน้นสังคมชุมชน และการพึ่งพาอาศัยกัน จึงเป็นตัวแปรที่ส่งเสริมให้มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมากกว่าภายในตน (Uba, 1994 cited in Schultz & Schultz, 1998, p. 429)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ความสำคัญของความเชื่ออำนาจภายในตน

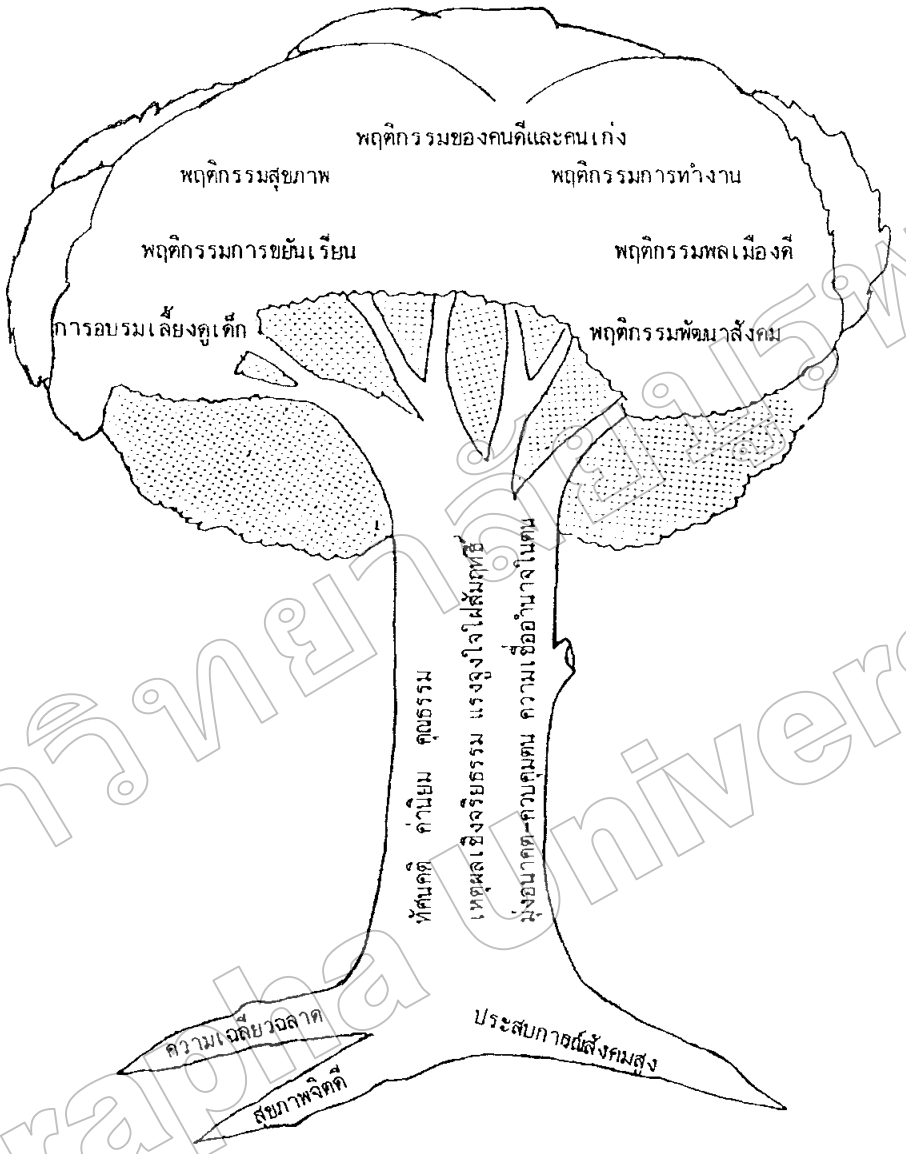
Hjelle & Ziegler (1992) กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในและภายนอกตน มีความแตกต่างกันหลายอย่าง ตามสาเหตุของความเชื่ออำนาจควบคุมนั้น บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะสนใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว สนใจค้นหาข้อมูลการดูแลภาวะสุขภาพตน และมีแนวโน้มสนใจการดูแลป้องกันสุขภาพของตน พ่อแม่ยังมีส่วนสนับสนุนในการสร้างสุขนิสัยที่ดี รู้สาเหตุที่ทำให้สุขภาพแย่ลง และงานวิจัยบางชิ้นพบว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมักกลายเป็นผู้มีความผิดปกติทางจิตมากกว่า ผู้มีความเชื่ออำนาจภายในตน เช่น พบว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมีระดับความวิตกกังวลและความซึมเศร้าสูง มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ อัตราการฆ่าตัวตายสูง ผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตนจะมีความมั่นใจความสามารถของตนในการแก้ปัญหา มีการตัดสินใจที่ดี

Schultz & Schultz (1998) ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน มักจะมีใฝ่ฝันถึงความสำเร็จของตนมากกว่าผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสนใจกระบวนการค้นหาข้อมูลในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน ชอบจัดการ มีความเชื่อมั่นในตนเอง และทักษะทางสังคมสูง ผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตนมักไม่มีปัญหาทางอารมณ์หรือ เป็นพิษสุราเรื้อรัง แก้ปัญหาได้ดีแม้ว่ามีภาวะกดดันทางจิตใจ ระดับความวิตกกังวลและความซึมเศร้าต่ำ มักไม่ค่อยตัดสินใจฆ่าตัวตาย จากผลการศึกษาในนักเรียนพบว่านักเรียนที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมักมีผลการเรียนดีกว่าและได้คะแนนดีกว่าในการสอบ

Rotter เชื่อว่า ความเชื่อด้านใดด้านหนึ่งที่สุดโต่งเกินไปไม่เหมาะกับชีวิตจริงและไม่ดีต่อสุขภาพ เขาตั้งสมมติฐานว่าผู้ที่มีความเชื่อด้านใดด้านหนึ่งมากเกินไปมักเกิดจากการปรับตัวที่ไม่สมดุล (Maladjustment) (Rotter & Hochreich, 1975 cited in Engler, 2003 p. 263) อย่างไรก็ตาม ผู้ที่มีบุคลิก ลักษณะเหมาะสมจะมีความเกี่ยวข้องกับความเชื่ออำนาจภายในตน นำไปสู่การปรับตัวที่ดีในการเข้าสังคมและการทำหน้าที่ตนในสังคมอย่างเหมาะสม ความเชื่ออำนาจควบคุมในตัวบุคคลนั้นเป็นองค์ประกอบที่มีมานานแล้วและเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อองค์ประกอบด้านอื่น (Lefcourt, 1992 cited in Engler, 2003 p. 263) สอดคล้องกับทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2544) ได้จากการประมวลผลงานวิจัยหลายสิบเรื่องในคนไทย สรุปไว้ว่า จิตลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตน จัดเป็นจิตลักษณะหนึ่งในแปดของจิตลักษณะที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของคนดีและคนเก่ง ได้แก่ พฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมการทำงาน พฤติกรรมขยันเรียน พฤติกรรมพลเมืองดี พฤติกรรมพัฒนาสังคม ดังเช่น ภาพที่ 2-2 ต้นไม้จริยธรรม (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2544)

ยังมีผลการศึกษาหลายชิ้น ที่ชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของความเชื่ออำนาจภายในตนกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านต่าง ๆ ตัวอย่างเช่น วิสุทธิ์ อริยภิญโญ (2539), ดวงจันทร์ อันอาจ (2546), วริศญา บางศรี (2546) และเอมอร ธรรมนิตย์ (2546) เป็นต้น

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 2-2 ต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นฐานและองค์ประกอบทางจิตใจของพฤติกรรมทางจริยธรรม

สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน (2549) กล่าวถึงความสำคัญของลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนไว้ว่า

- เป็นจิตลักษณะที่สามารถใช้ทำนายพฤติกรรมของบุคคลได้ โดยเฉพาะพฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

- เป็นแรงจูงใจให้บุคคลมีความพยายามกระทำในสิ่งที่ตนรับผิดชอบให้สัมฤทธิ์ผล โดยมีการวางแผนงานระยะยาวเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

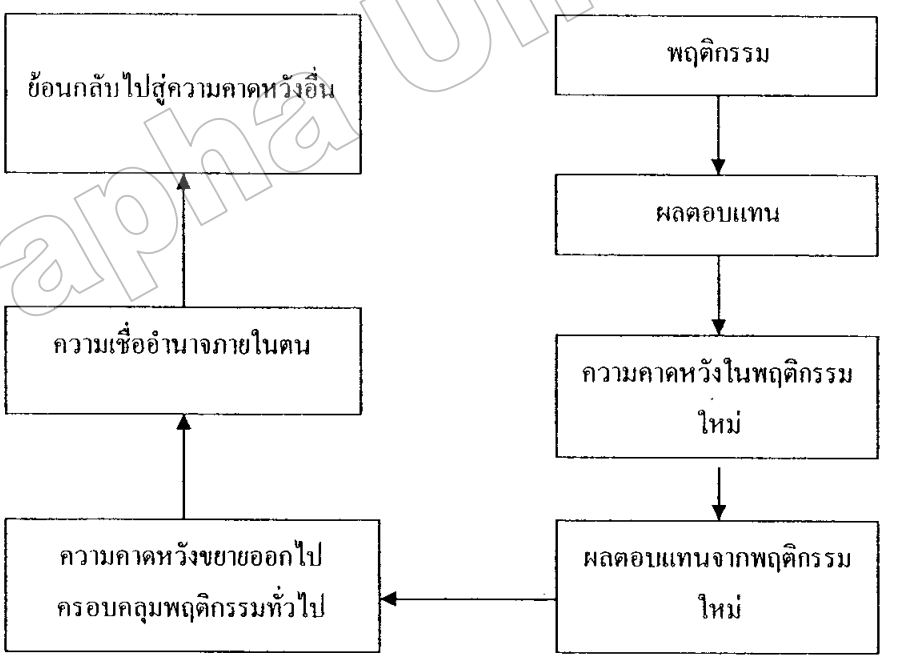
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

- มีความสัมพันธ์กับจิต ในลักษณะ “อดได้ รอได้” (การควบคุมตน)

- มีความสัมพันธ์กับเหตุผลเชิงจริยธรรม และค่านิยมสร้างสรรค์

ความเชื่ออำนาจในตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะที่พึงปรารถนาต่าง ๆ ของสังคมไทย เช่น ความเป็นผู้นำ ความเกรงใจ (เพื่อรักษาสัมพันธภาพที่ดี) ทัศนคติแบบวิทยาศาสตร์ และกระตือรือร้นในการเรียนรู้ข้อมูลที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้อง และยังเป็นคนที่มีกำลังใจทำกิจกรรมต่าง ๆ เพราะเชื่อว่าจะทำให้เกิดผลตามต้องการได้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ ส่วนความเชื่ออำนาจนอกตน ทำให้เกิดพฤติกรรมไม่พึงปรารถนาต่าง ๆ เช่น การสร้างกลุ่ม แบ่งพรรค แบ่งฝ่าย ใช้ระบบเส้นสาย แสวงหาผลประโยชน์ที่ได้มาอย่างง่าย ๆ หรืออย่างผิด ๆ

จากข้อมูลข้างต้น สรุปได้ว่า ความเชื่ออำนาจภายในตน เป็นลักษณะความเชื่อสำคัญที่พึงมีในตัวบุคคล และควรได้รับการพัฒนามากกว่าความเชื่ออำนาจภายนอกตน เนื่องจากความเชื่ออำนาจภายในตน ส่งผลต่อพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคลและมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะพึงประสงค์อื่นซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกับความเชื่ออำนาจภายในตน ดังแสดงในภาพที่ 2-3 (สุภาภรณ์ เพาะบุญ, 2546, หน้า 3)



ภาพที่ 2-3 พฤติกรรมของบุคคลในการพัฒนาสู่การมีความเชื่ออำนาจภายในตน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ลักษณะผู้มีความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน

Rotter (1982, pp. 171-172 อ้างถึงใน สุภาภรณ์ เพาะบุญ, 2546, หน้า 3) กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีลักษณะเป็นตัวของตัวเอง มีความกระตือรือร้นต่อความเป็นไปของสิ่งแวดล้อม มีแรงจูงใจ พยายามปรับปรุงสภาพแวดล้อมไปตามลำดับขั้นตอน เห็นคุณค่าและทักษะความพยายามของตนเอง สามารถปรับตัวและควบคุมสถานการณ์และจัดการกับภาวะคุกคามในชีวิตด้วยตนเอง บุคคลเหล่านี้ยากที่จะถูกชักจูงให้เชื่อโดยไร้เหตุผลได้

บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมักชอบตั้งคำถามและค้นหาข้อมูลมากกว่าผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตน สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง และแก้ไขปัญหาได้ดีกว่า (Agarwal & Misra, 1986 cited in Engler, 2003, p. 263) ผู้ต้องขังที่เชื่ออำนาจภายในตนสูงจะรู้ว่าตนเองควรปฏิบัติตนอย่างไร รับรู้สถานการณ์ของตนที่เกี่ยวข้องกับโทษทัณฑ์ที่ตนได้รับ (Rotter, 1996 cited in Engler, 2003, p. 263) ลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนจะช่วยปกป้องบุคคลนั้นไม่ให้ยอมแพ้ต่ออิทธิพลภายนอก ป้องกันไม่ให้ถูกชักจูงจากบุคคลอื่นโดยง่ายและเป็นอิสระจากคำวิจารณ์ของผู้อื่น นอกจากนี้ยังพยายามจะควบคุมการกระทำของบุคคลอื่น (Lefcourt, 1976 cited in Engler, 2003, p. 263) พวกเขามีแนวโน้มรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเองและไม่กล่าวโทษต่อผู้อื่น ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจึงมักกล่าวโทษตนเองมากกว่าผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตน

ผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตนจะรู้เงื่อนไขที่นำพาตนไปสู่ภาวะสุขภาพกายและใจที่ดี รู้ว่าควรปฏิบัติอย่างไรจึงจะทำให้สุขภาพตนเองแข็งแรง เช่น เลิกบุหรี่ หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติดและหมั่นออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นต้น (Bezjak & Lee, 1990; Powell, 1992; Rosolack & Hampson, 1991; Menec & Chipperfield, 1997 cited in Engler, 2003, p. 263) บุคคลเหล่านี้จึงไม่ค่อยทุกข์ทรมานจากภาวะความดันโลหิตสูงและอาการคุกคามจากโรคหัวใจ ถ้าเจ็บป่วยก็จะหาวิธีรักษาให้หายได้เร็วกว่าผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตน (Strickland, 1978, 1979 cited in Engler, 2003, p. 263) และยังได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือทางสังคม (Lefcourt, Martin, & saleh, 1984 cited in Engler, 2003, p. 263) และรู้จักใช้วิธีคุมกำเนิดอย่างเหมาะสม (Visher, 1986 cited in Engler, 2003, p. 263)

ผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตนมักทำอะไรในรูปแบบเดิมที่ทำตามกันมา (Singh, 1984 cited in Engler, 2003, p. 263) ไม่ค่อยค้นหาทางเลือกอื่นเพิ่มเติม (Harrison, Lewis, & Straka, 1984 cited in Engler, 2003, p. 263) มีแนวโน้มเป็นผู้มีความวิตกกังวล ซึมเศร้าและมีความเครียดง่าย ชอบใช้กลไกการป้องกันตนเองเมื่อประสบความล้มเหลว เพื่ออธิบายสาเหตุที่ตนล้มเหลว และมักโทษว่าสาเหตุที่ตนไม่ประสบความสำเร็จในการทำงานเป็นเพราะความเคราะห์ร้าย เกิดจากงานที่ทำยากเกินไป (Drwal & Wiechnik, 1984; Lester, 1992 cited in Engler, 2003, p. 263)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

Gershaw (1989) สรุปจากผลการศึกษาหลาย ๆ ครั้งที่ผ่านมาพบว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมักแสดงบุคลิกลักษณะออกมาดังนี้

1. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนมักจะมุ่งทำงานเพื่อหวังผลสำเร็จของงาน มีความอดทน พยายามสูงในการทำงานเพื่อรอรับรางวัลตอบแทน และมีการวางแผนกำหนดเป้าหมายในระยะยาว

2. จากลักษณะข้อที่ 1 ภายหลังเมื่องานสำเร็จเสร็จสิ้นผ่านไปได้ด้วยดี คนที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนก็จะเพิ่มเป้าหมายของพฤติกรรมตนเองมากกว่าเดิม (มีความคาดหวัง) ส่วนคนที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนระดับเป้าหมายในตนเองจะต่ำ

3. ถ้างานที่ทำไม่ประสบความสำเร็จ บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะประเมินหาสาเหตุว่าเกิดจากอะไร เพิ่มกำลังความสามารถในการทำงานให้มากขึ้นไปอีก ในขณะเดียวกันจะพยายามลดความคาดหวังต่อความสำเร็จลง ส่วนผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตน เมื่อสิ่งที่ทำไม่ประสบความสำเร็จคนกลุ่มนี้จะยิ่งเพิ่มความคาดหวังมากขึ้นอยากให้สำเร็จมากขึ้น

4. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะมีความอดทนกับการถูกบังคับ ขู่เข็ญได้ดีกว่าผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตน

5. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนเรียนรู้สิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวและเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมาของเขา

6. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนมักเกิดความวิตกกังวลและชอบโทษตัวเอง และใช้กลไกกดทับ (Repression) เพื่อให้ลืมสิ่งที่ไม่สมหวัง

7. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะพยายามค้นหาวิธีแก้ปัญหาด้วยตนเองจึงอาจทำให้เกิดความรู้สึกซึมเศร้าได้ง่าย ดังนั้น พวกเขาจึงไม่ชอบความรู้สึกสิ้นหวังและอาการซึมเศร้าที่รุนแรง

8. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะอดทนต่อสถานการณ์ที่คลุมเครือ น่าสงสัย (Ambiguous Situations) ได้ดีกว่าคนที่เชื่ออำนาจภายนอกตน

9. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะไม่พยายามทำในสิ่งที่เสี่ยง

10. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะตั้งใจทำงานเพื่อที่จะพิสูจน์ความสามารถของตนเอง (Self-Improvement) โดยพยายามปรับแก้งานที่ทำให้ดีที่สุด

11. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะต้องการผลตอบแทนที่คุ้มค่า และแรงสนับสนุนทางสังคมสูง

12. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะมีภาวะสุขภาพจิตที่ดีและฟื้นตัวได้เร็วกว่า เมื่อร่างกายอ่อนแอ

13. บุคคลที่เชื่ออำนาจภายในตนจะชอบเล่นเกมที่ต้องอาศัยทักษะความสามารถ ในขณะที่คนมีความเชื่ออำนาจภายนอกตนจะชอบเล่นเกมที่อาศัยดวงหรือโชค

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน (2549) กล่าวถึงผู้มีความเชื่ออำนาจภายในตนว่าจะมีความเชื่อมั่นว่าตนสามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จตามที่ตนเองต้องการ ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใด ๆ ก็ตาม มีความภาคภูมิใจในตนเอง พัฒนาความเข้าใจต่อตนเองและความเป็นตัวของตัวเองในทางบวก และเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ อย่างไม่มีข้อจำกัด

สุภาภรณ์ เพาะบุญ (2546) ศึกษาองค์ประกอบเชิงยืนยันความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่าบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) ด้านการคิดอย่างมีวิจารญาณ (Critical Thinking) ด้านความมีวินัยในตนเอง (Self-Discipline) ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) และด้านความวิตกกังวล (Anxiety) ซึ่งมีลักษณะบุคลิกลักษณะดังนี้

1. บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง จะมีลักษณะพฤติกรรม เช่น สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ตามความต้องการ อารมณ์ดี สนุกสนาน มุ่งหวังชัยชนะในการแข่งขัน สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรู้สึกภาคภูมิใจ เป็นต้น

2. บุคคลที่มีการคิดอย่างมีวิจารณญาณ จะมีลักษณะพฤติกรรม เช่น สามารถให้เหตุผลและตอบคำถามที่เป็นการอธิบายเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ สามารถจำแนกเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ เชื่อถือในเหตุและผลมากกว่าเชื่อเรื่องโชคลางหรือจิตวิญญาณ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงหรือความคิดที่เกิดขึ้นใหม่ ๆ เมื่อมีหลักฐานที่น่าเชื่อถือ สามารถแยกแยะข้อเท็จจริง ความคิดเห็นได้ เป็นต้น

3. บุคคลที่มีวินัยในตนเอง จะมีลักษณะพฤติกรรม เช่น ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม สามารถควบคุมอารมณ์ได้ ประพฤติตนอย่างมีเหตุผล มีความซื่อสัตย์ จริงใจ และมีเหตุผล สามารถพึ่งตนเองได้ เป็นต้น

4. บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะมีลักษณะพฤติกรรม เช่น มีความพยายามอดทนในการกระทำสิ่งต่าง ๆ มีความกล้าเสี่ยงพอสมควร มีการยอมรับในตนเองและต้องการการยอมรับจากสังคม ชอบกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความคิดของตนเองไม่ให้ใครมาบงการ เป็นต้น

5. บุคคลที่มีความวิตกกังวลน้อย จะมีลักษณะพฤติกรรม เช่น มีความเครียดน้อย มีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความรอบคอบในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ไม่กลัวในสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น เป็นต้น

การวัดความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน

ช่วงแรก Rotter ออกแบบงานวิจัยหลายชิ้นเพื่อหาคำตอบว่าทำไมคนแต่ละคนจึงเรียนรู้และปฏิบัติงานแตกต่างกัน เมื่อได้รับแรงเสริมที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่วนตัว หรือ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมส่วนตัว ผลที่ได้รับจากการศึกษาวิจัยเหล่านั้นส่งผลให้เขาพัฒนาแบบวัด

I-E Scale (Internal-External Scale) จัดว่าเป็นเครื่องมือวัดที่มีความแม่นยำเที่ยงตรง ใช้สำหรับวัดการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับศูนย์กลางการควบคุม (Perception of Locus of Control) (Rotter, 1966 cited in Engler, 2003, p. 262) แบบวัด I-E Scale ของ Rotter ประกอบไปด้วยข้อคำถามแบบบังคับให้เลือกตอบ (Force-Choice Items) จำนวน 23 ข้อ และคำถามแบบเว้นช่องว่างให้เติม จำนวน 6 ข้อ ผู้ตอบแบบสอบถามจะต้องตอบตัวเลือกที่ใกล้เคียงกับตนเองมากที่สุด คะแนนรวม อยู่ระหว่าง 0-23 คะแนน คะแนนสูง หมายถึง มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมาก อย่างไรก็ตาม Rotter ไม่ได้กำหนดชัดเจนถึงคะแนนที่จะใช้แบ่งแยก (Cutoff Score) ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน แต่ใช้ค่ากลาง (Norm) ของกลุ่มที่ทำการวัดเป็นตัวเปรียบเทียบ จากการวิจัยในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยม พบว่า มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 8.5 และคะแนนต่ำสุดที่ Rotter รายงานไว้คือ 5.94 (Rotter, 1966 cited in Engler, 2003, p. 263)

ต่อมามีผู้พัฒนาแบบวัดความเชื่ออำนาจขึ้นมาอีกหลายฉบับ โดยใช้แนวคิด I-E Scale ของ Rotter แบบวัดที่นิยมใช้แพร่หลายรู้จักทั่วไปและถูกอ้างถึงเสมอ คือ Rotter's Locus of Control Scale จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยเกี่ยวข้องผู้วิจัยพบว่า แบบวัด Children's Nowicki-Strickland Internal-External Locus of Control (CNSIE) ของ Nowicki & Strickland เป็นแบบวัดที่พัฒนาขึ้นเมื่อปี ค.ศ. 1973 เป็นแบบวัดสำหรับเด็กโดยเฉพาะ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 40 ข้อ โดยให้เลือกตอบระหว่าง ใช่ หรือ ไม่ใช่ แต่ละข้อคำถามจะเป็นข้อความเกี่ยวกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นแรงเสริม ความจูงใจ ความสัมพันธ์ หรือสภาวะการณ์ต่าง ๆ รอบตัวที่สะท้อนความเชื่ออำนาจควบคุมของบุคคล (Nowicki & Strickland, 2007)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่ออำนาจภายในตน

Gordon (1977) ศึกษาความสัมพันธ์ของความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตนของเยาวชนกับความเชื่อมั่นในตนเองที่ส่งผลต่อความสำเร็จด้านการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 113 คน อายุ 10 ปี เรียนอยู่เกรดสี่ พบว่าความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อความสำเร็จด้านการเรียนและความเชื่อมั่นในตนเอง กล่าวคือ เด็กที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะประสบความสำเร็จด้านการเรียนในระดับดีและมีความเชื่อมั่นตนเองในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Dimitrovsky, Itskowitz, and Schapira-Back (1994) ศึกษาความเชื่ออำนาจควบคุมของผู้หญิงชาวอิสราเอลในช่วงเริ่มชีวิตแต่งงาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงอิสราเอลจำนวน 60 คน พบว่าผู้หญิงก่อนแต่งงานมีความเชื่ออำนาจภายนอกตน หลังแต่งงานแล้วพบว่าระดับความซึมเศร้าสูงกว่าผู้หญิงที่ก่อนแต่งงานเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน และผู้หญิงที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนทั้งในช่วงก่อนแต่งและหลังแต่งงาน มีแนวโน้มเกิดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

Booth-Butterfield, Anderson, and Booth-Butterfield (2000) ศึกษาความสัมพันธ์ของบุคลิกลักษณะความเชื่ออำนาจควบคุมด้านสุขภาพกับการกำกับดูแลตนเองของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ อายุ 12-19 ปี จำนวน 112 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่สูบบุหรี่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนด้านสุขภาพ กล่าวคือ ระดับความเชื่ออำนาจภายในตนเองของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับต่ำ แต่ความเชื่อเรื่องความโชคลางอยู่ในระดับสูงเมื่อเปรียบเทียบกับวัยรุ่นที่ไม่สูบบุหรี่ และยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับการกำกับดูแลตนเองต่ำกว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ ผลที่พบนี้แสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นที่สูบบุหรี่มีความรู้สึกว่าศูนย์กลางอำนาจควบคุมอยู่เหนืออำนาจตนและเชื่อว่าโชคลางมีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพของตนและตนเองไม่มีความสามารถในการกำกับดูแลตนเองให้ได้รับผลด้านบวกอย่างที่ตนต้องการ

Miller, Fitch, and Marshall (2003) ศึกษาปัจจัยที่มีผลทำให้นักเรียนเกิดปัญหาด้านการเรียนและปัญหาพฤติกรรมที่เรื้อรัง โดยเปรียบเทียบระดับความเชื่ออำนาจในการควบคุมระหว่างนักเรียนที่เข้าเรียนตามปกติกับนักเรียนที่ถูกให้ออกจากห้องเรียนเพราะปัญหาพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 7-12 จำนวน 234 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ถูกให้ออกจากห้องเรียนเนื่องจากปัญหาพฤติกรรม มีระดับความเชื่ออำนาจภายนอกตนค่อนข้างสูง เนื่องจากปัญหาต่าง ๆ ที่พวกเขาเผชิญนำไปสู่ความรู้สึกสิ้นหวังและเชื่อว่าตนขาดอำนาจควบคุม ซึ่งในที่สุดพวกเขาจะมีลักษณะของความเชื่ออำนาจภายนอกตนมากกว่า

Malcarne, Drahota, and Hamilton (2005) ศึกษาความเชื่ออำนาจควบคุมด้านสุขภาพของเยาวชนในแง่ปัจจัยทางเชื้อชาติ เพศ รายได้ของผู้ปกครอง พบว่า เชื้อชาติ และรายได้ของผู้ปกครอง เป็นตัวทำนายความเชื่ออำนาจควบคุมด้านสุขภาพของเยาวชนที่สำคัญกว่ามิติด้านเพศ

สุวิมล จอดพิมาย (2538) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน อัตมโนทัศน์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์ กลุ่มประชากร คือ นักศึกษาพยาบาล จำนวน 190 คน อายุระหว่าง 17-24 ปี พบว่า นักศึกษากลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักศึกษากลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน

ทัศนา ทองภักดี (2539) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู ความเชื่ออำนาจภายในตนและความคิดเห็นเกี่ยวกับตนของเด็กในเมืองและชนบท กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่สาม รวม 349 คน พบว่า รูปแบบการเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่ออำนาจภายในตน กล่าวคือ ความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนทั้งในเมืองและชนบทที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการเลี้ยงดูรูปแบบอื่น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนเขตที่อยู่อาศัยไม่มีผลต่อความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียน และจากการพิจารณารายด้าน พบว่า ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านความรู้สึกนึกคิดทั่ว ๆ ไปของนักเรียนหญิงที่อาศัยอยู่ในเมือง

สูงกว่านักเรียนชายที่อาศัยอยู่ในเมือง

วิสุทธิ์ อริยภิญโญ (2539) ศึกษาตัวแปรทางจิต และสถานการณ์ในการขับขี่ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการขับขี่อย่างปลอดภัยของผู้ขับขี่รถยนต์ส่วนบุคคลในเขตกรุงเทพฯ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ขับขี่รถยนต์ส่วนบุคคลในกรุงเทพฯ เป็นประจำ (อย่างน้อยหนึ่งปี) จำนวน 601 คน โดยศึกษาตัวแปรลักษณะทางจิต ได้แก่ ความเชื่ออำนาจภายในตน ทัศนคติต่อพฤติกรรมการขับขี่อย่างปลอดภัย และบุคลิกภาพชนิดเอ พบว่า ความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อพฤติกรรมขับขี่อย่างปลอดภัย ในกลุ่มผู้ขับขี่อายุน้อยที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงมีพฤติกรรมขับขี่อย่างปลอดภัยมากกว่าผู้มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำ กลุ่มผู้ขับขี่ที่มีระยะเวลาขับขี่น้อยหากเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนสูงจะมีพฤติกรรมการขับขี่ด้านความระมัดระวังมากกว่า ผู้มีความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำ

สุพัตรา ไตรอุดมศรี ช่อลดา พันธุเสนา และสาวิตรี ลิ้มชัยอรุณเรือง (2540) ศึกษาผลของการให้ข้อมูลทางสุขภาพอย่างมีแบบแผนต่อความเชื่อด้านสุขภาพและพลังอำนาจภายในตนของผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจตาย กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจตายที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล จำนวน 40 คน เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่ได้รับข้อมูลทางสุขภาพตามแผนจากผู้วิจัยและกลุ่มควบคุมซึ่งได้รับข้อมูลตามปกติจากพยาบาลประจำการ พบว่า ผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจตายกลุ่มทดลองมีความเชื่อด้านสุขภาพและมีคะแนนพลังอำนาจภายในตนสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับข้อมูลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อรุณี หลายพสุ (2541) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจด้านสุขภาพกับการปรับตัวของผู้ติดเชื้อเอชไอวี กลุ่มตัวอย่างคือผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลนครพิงค์ช่วงเดือนกรกฎาคม-กันยายน ปี พ.ศ. 2540 จำนวน 94 คน ผลการวิจัยพบว่าผู้ป่วยติดเชื้อเอชไอวีที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนและเชื่ออำนาจผู้อื่นจะมีการปรับตัวที่ดี ซึ่งผู้วิจัยให้ข้อเสนอแนะว่า พยาบาลควรส่งเสริมให้พัฒนาความเชื่ออำนาจภายในตนของผู้ป่วยเอชไอวีให้สูงขึ้นและพัฒนาความเชื่ออำนาจผู้อื่น ได้แก่ แพทย์ พยาบาล ให้มากกว่าความเชื่ออำนาจความบังเอิญ เพื่อการปรับตัวที่มีประสิทธิภาพต่อไป

ดวงจันทร์ อันอาจ (2546) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายในตน ลักษณะมุ่งอนาคต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่สาม โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จำนวน 1,192 คน พบว่า นักเรียนที่เชื่ออำนาจภายในตนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

วริศญา บางศรี (2546) ศึกษาความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตนด้านสุขภาพ และการดูแลตนเองของตำรวจจราจร ในกรุงเทพฯ พบว่า ความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตนด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกัน แต่อย่างไรก็ตามความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตนด้านสุขภาพจัดเป็นตัวแปรที่สามารถทำนายการดูแลตนเองของตำรวจจราจรได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สิริพร กาญจนะประโชติ (2546) ศึกษาความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตนด้านสุขภาพ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และสุขภาพจิตของกลุ่มผู้สูบบุหรี่ในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างอายุระหว่าง 30-50 ปี จำนวน 150 คน พบว่า กลุ่มผู้ที่สูบ กำลังเลิกสูบ และผู้ที่เลิกสูบบุหรี่แล้วมีความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพไม่แตกต่างกัน ผู้ที่เลิกสูบบุหรี่แล้วมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพอยู่ในระดับดีและมีสุขภาพจิตปกติ

สุภาภรณ์ เพาะบุญ (2546) ศึกษาองค์ประกอบเชิงยืนยันความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาต้น พบว่า มี 5 องค์ประกอบ (53 ตัวแปร) ได้แก่ ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ด้านความมีวินัยในตนเอง ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และด้านความวิตกกังวล

เอมอร ธรรมนิตย์ (2546) ศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานและความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน กับความสามารถในการปฏิบัติงานของพยาบาลโรงพยาบาลศิริราช พบว่า ความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการปฏิบัติงาน กล่าวคือ พยาบาลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมีความสามารถในการปฏิบัติงานสูงกว่าพยาบาลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และความเครียดจากการปฏิบัติงานมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกตน

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส (Neuro Linguistic Programming: NLP)

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเป็นที่นิยมอย่างแพร่หลายในยุโรปและอเมริกา ทั้งในวงการแพทย์ จิตวิทยา การศึกษาและธุรกิจ มานานนับ 20 ปี รวมถึงมีมหาวิทยาลัยเพื่อศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยเฉพาะในสหรัฐอเมริกา สำหรับการนำทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมาใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษาในประเทศไทยนั้น จุดเริ่มต้นจากอาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้แก่ ผศ. ดร.สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ และ ผศ. ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณ์ โดยจัด อบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสแก่นิสิตระดับบัณฑิตศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และเชิญ Prof. Dr.Imelda V.G. Villar นักจิตวิทยาคลินิกและศาสตราจารย์ผู้เชี่ยวชาญประจำภาควิชา

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

จิตวิทยาของ St. Scholastica's College และ De La Salle University Graduate School และผู้ฝึกสอนนักจิตวิทยาคลินิกและการให้คำปรึกษา ประเทศฟิลิปปินส์มาเป็นวิทยากร การอบรมครั้งแรกจัดขึ้นเมื่อวันที่ 2-3 กันยายน ปี พ.ศ. 2543 ณ มหาวิทยาลัยบูรพา (จุฑาธิป เหมินทร์, 2547, หน้า 53-54) จากนั้นจึงมีการศึกษาวิจัยผลการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสในประเทศไทยขึ้น และได้จัดโครงการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการขึ้นอีก ณ มหาวิทยาลัยบูรพา ในชื่อ NLP; Short Intervention for Therapy and Counseling Workshop รุ่นที่ 1 เดือนสิงหาคม ปี พ.ศ. 2549 และรุ่นที่ 2 เมื่อ วันที่ 19-23 กุมภาพันธ์ ปี พ.ศ. 2550 โดยเชิญ Prof. Dr.Imelda V.G. Villar เป็นวิทยากรอบรม

นิสิตมหาวิทยาลัยบูรพาหลายท่านที่สนใจศึกษาผลการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ได้แก่ จุฑามาศ แหนจอน (2544) พวงทอง อินใจ (2544) วิชชุดา บำรุงยศ (2544) ธัญญาภรณ์ ธนพานิช (2545) วราวุธ ไชยสุวรรณ (2545) อัจฉรา ภักดีพินิจ (2545) พระสมเด็จ สุขสมบูรณ์ (2546) จุฑาธิป เหมินทร์ (2547) เบญจวรรณ ทรัพย์คง (2547) โดยใช้เทคนิคที่แตกต่างกันออกไป และได้แปล เรียบเรียงรายละเอียดเกี่ยวกับทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสไว้ในงานวิทยานิพนธ์ ดังนั้น เนื้อหาในงานวิจัยครั้งนี้ บางส่วนจึงอ้างอิงจากงานวิจัยเดิม และบางส่วนผู้วิจัยได้ค้นคว้า แปลและเรียบเรียงเพิ่มเติมไว้ด้วยเช่นกัน

ประวัติความเป็นมา

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส มีจุดเริ่มต้นในช่วงต้นของปี ค.ศ. 1970's โดย John Grinder ผู้ช่วยศาสตราจารย์ด้านภาษาศาสตร์ที่ มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย (University of California at Santa Cruz) และ Richard Bandler นักศึกษาปริญญาโทด้านจิตวิทยาซึ่งมีความสนใจงานด้านจิตบำบัดและเป็นนักคณิตศาสตร์ ทั้งสองท่านได้สนใจศึกษาว่า เพราะอะไรคนบางคนถึงมีความสามารถมากกว่าคนอื่น ทำอย่างไรจึงจะลอกเลียนพฤติกรรมนั้นได้ และทำอย่างไรถึงจะมีศักยภาพที่เหนือกว่าคนอื่นทั่วไป งานวิจัยยุคแรกเกิดขึ้นที่มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย โดยเกิดจากการผสมผสานความชำนาญด้านภาษาศาสตร์ ความเป็นนักวิทยาศาสตร์ บวกกับการศึกษางานด้านจิตวิทยาพฤติกรรมศาสตร์ และทฤษฎีทางจิตวิทยาของ Fritz Perls นักจิตวิทยาผู้เป็นต้นแบบของการให้คำปรึกษาแบบเกสตอลส์ และ Virginia Satir นักครอบครัวบำบัดที่มีความสามารถแก้ไขปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งเป็นปัญหาที่ยากสำหรับนักบำบัดคนอื่น และ Milton Erickson นักสะกดจิตบำบัดที่มีชื่อเสียงของโลก นอกจากนั้น ทั้งสองท่านยังใกล้ชิดกับ Gregory Bateson นักมานุษยวิทยาชาวอังกฤษ ผู้แต่งหนังสือเกี่ยวกับการสื่อสารและทฤษฎีระบบ ความช่วยเหลือจาก Bateson ทำให้ทฤษฎี NLP มีความสมบูรณ์เป็นทฤษฎีที่ช่วยไขความลับเรื่องการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพขึ้นมา (Jacobson's, n.d.; O'Connor & Seymour, 1993, pp. 2-3; Robbins, n.d.)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

จุดเริ่มต้นในการพัฒนาโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสนั้น เกิดจากแนวคิดหลักสองประการ (O'Connor & Seymour, 1993, p. 3) ได้แก่

1. เพื่อเป็นกระบวนการที่จะช่วยเปิดเผยความเป็นเลิศในด้านต่าง ๆ ของมนุษย์

2. เพื่อเป็นวิธีคิดและการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพที่บุคคลที่มีปัญหาสามารถนำไปใช้ได้

ในช่วงที่โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสถูกกล่าวขานถึงมากนั้น การพัฒนา การค้นพบหรือการวิจัยเกี่ยวกับเทคนิคหรือแบบจำลองต่าง ๆ ของโปรแกรมประสาทสัมผัส ถือว่าเป็นผลงานร่วมกันของ Bandler กับ Grinder และผู้ร่วมงานหลายคน ได้แก่ Robert Dilts, Judith DeLozier, Leslie Cameron-Bandler and Steve and Connirae Andreas แบบจำลอง หรือเทคนิคที่ถูกคิดค้นพัฒนาขึ้นมา คือ Representational systems, Submodalities และ Anchoring ต่อมา Bandler กับ Grinder ได้สิ้นสุดความร่วมมือลง ในราวปลายปี ค.ศ. 1970s ปัจจุบันทั้งสองท่านมีแนวคิดต่างกันในการทำงานเกี่ยวกับ NLP (Bavister & Vickers, 2004, p. 7)

ช่วงหลายปีที่ผ่านมาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสได้ถูกนำไปใช้และให้คำจำกัดความ คำอธิบายไว้มากมาย (Bavister & Vickers, 2004, p. 2) ตัวอย่างเช่น

- วิทยาศาสตร์ที่ช่วยอธิบายถึงการแปลงรหัสของสมองในสิ่งที่มนุษย์เรียนรู้และประสบการณ์ที่มนุษย์ได้รับ

- กระบวนการที่ช่วยสังเคราะห์ให้เห็นถึงความเยี่ยมยอดของพฤติกรรมมนุษย์ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การสร้างสรรค์ทางเลือก พฤติกรรมที่สามารถถอดแบบได้

- การศึกษาถึงโครงสร้างของประสบการณ์

- แบบจำลองการสื่อสาร ซึ่งมุ่งประเด็นไปที่การทำให้ชัดเจนและการใช้รูปแบบการคิดที่กระตุ้นพฤติกรรมของมนุษย์ หมายถึงเพื่อพัฒนาคุณภาพ และประสิทธิภาพของชีวิตมนุษย์

- ทัศนคติและวิธีการซึ่งไม่ยึดติดกับเทคนิคเดิม ๆ

- แบบจำลองที่อธิบายถึงวิธีการที่มนุษย์รับข้อมูล จัดเก็บข้อมูล และการกู้ข้อมูลกลับคืน

- การปฏิวัติเพื่ออธิบายถึงการสื่อสารและพัฒนาการของมนุษย์

- ความแตกต่างที่สร้างให้เกิดความแตกต่าง

คำจำกัดความของ NLP (Defining of NLP) (Villar, 1997a, pp. 23-24)

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสกล่าวถึงกระบวนการขั้นพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนใช้ในการให้ความหมาย (Encode) การเชื่อมโยง (Transfer) การนำทาง (Guide) และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Modify Behavior) ชื่อทฤษฎีประกอบไปด้วยคำสำคัญสามคำ คือ Neuro, Linguistic และ Programming ซึ่ง Dilts, Grinder, Bandler and DeLozier (1980) ได้ร่วมกันให้ความหมายแต่ละคำไว้ ดังนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

Neuro หรือ ประสาทสัมผัส โดยทั่วไป หมายถึง พฤติกรรมทุกอย่างที่เกิดขึ้นจากกระบวนการสั่งงานของระบบประสาท (Neurological Processes) เป็นระบบภายในร่างกายเกิดขึ้นทั้งในภาวะจิตสำนึก และจิตใต้สำนึก โดยผ่านการรับรู้ของประสาทสัมผัสทั้งห้า ได้แก่ การได้ยิน การมองเห็น การรับรส การได้กลิ่น และการสัมผัส ซึ่ง O'Connor and Seymour (1993, p. 3) กล่าวว่า ในความเป็นมนุษย์นั้น ร่างกายและจิตใจเป็นหน่วยเดียวกันไม่สามารถแยกได้

Linguistic หรือ ภาษา หมายถึง การรับรู้พื้นฐานที่ผ่านกระบวนการประสาทสัมผัส และแสดงออกมาอย่างมีแบบแผนเป็นลำดับ หรืออาจเป็นการจัดเรียงเรื่องราวโดยผ่านภาษาพูดหรือระบบการสื่อสารอื่น ๆ โดยเน้นความสำคัญที่ระบบช่องทางการสื่อสารไม่ว่าจะเป็นระดับจิตสำนึก จิตใต้สำนึก กระบวนการภายใน กระบวนการภายนอก ที่ส่งผ่านกระบวนการทางจิต เพื่อจัดเรียง แปลรหัส หรือให้ความหมาย O's Connor and Seymour (1993, p. 3) กล่าวว่า บุคคลใช้ภาษาในการสื่อความคิด ออกคำสั่ง แสดงพฤติกรรม และสื่อสารกับผู้อื่นนั่นเอง

Programming หรือ รูปแบบ หมายถึง กระบวนการที่ใช้จัดการกับองค์ประกอบต่าง ๆ ของระบบ ได้แก่ ระบบการแปลรหัส การให้ความหมาย เพื่อให้ได้มาซึ่งผลลัพธ์ที่ต้องการ ระบบเหล่านี้เป็นกระบวนการภายใน บุคคลจะแสดงออกมาในรูปแบบของการคิด การเรียนรู้ แรงจูงใจ และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่ง O'Connor and Seymour (1993, p. 3) อ้างไว้ว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลเลือกใช้จัดการกับความคิดตน และแสดงผลลัพธ์ออกมาเป็นพฤติกรรม การกระทำ

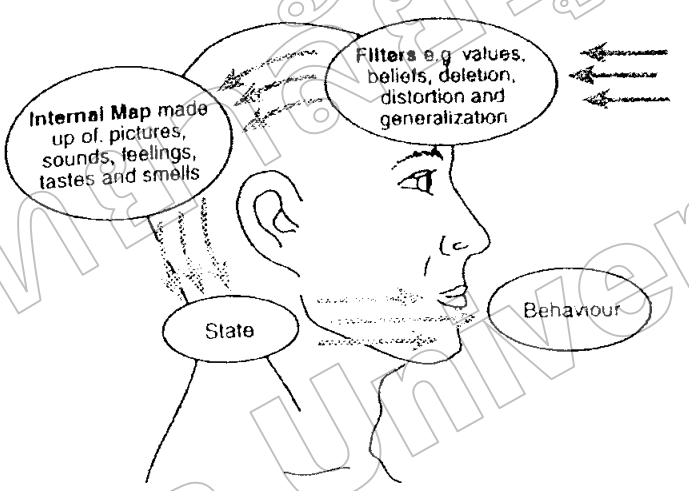
O'Connor and Seymour (1993, pp. 3-4) โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเกี่ยวข้องกับโครงสร้างประสบการณ์ของมนุษย์ (The Structure of Human Subjective Experience) นั่นคือ วิธีจัดการกับสิ่งที่เห็น สิ่งที่ได้ยิน และวิธีการที่มนุษย์นำไปแก้ไขปรับใหม่ การกรองโลกภายนอกที่รับรู้ โดยผ่านระบบประสาทสัมผัสของมนุษย์

Merlevede (1999 อ้างถึงใน พวงทอง อินใจ, 2545, หน้า 23) ให้คำจำกัดความว่า โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เป็นการศึกษาโครงสร้างการทำงานของสมองอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ เพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ และนำคำตอบที่ได้ไปประยุกต์ใช้ให้เป็นรูปแบบที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จ คำจำกัดความที่ใช้ทั่วไป คือ การศึกษาโครงสร้างประสบการณ์ของมนุษย์ ซึ่งบางคนการที่จะศึกษาได้อย่างสมบูรณ์นั้นจะต้องมีการเพิ่มประสบการณ์เข้าไป "และทุก ๆ สิ่งทุก ๆ อย่าง ก็จะได้รับจากประสบการณ์นั่นเอง" หรืออาจกล่าวให้เข้าใจง่าย ๆ ว่า โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเป็นวิธีการฝึกการใช้สมองของบุคคล

Bavister and Vickers (2004, p. 4) มนุษย์รับรู้โลกผ่านระบบประสาทสัมผัสทั้งห้า (การมองเห็น การได้ยิน สัมผัส ได้กลิ่นและรับรส) เป็นการรับรู้ข้อมูลที่เกิดอย่างต่อเนื่องตลอดเวลา ข้อมูลทั้งหลายถูกส่งตรงเข้ามาทั้งในขณะที่อยู่ในภาวะจิตสำนึก และจิตใต้สำนึก และบางข้อมูลที่

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เราไม่สนใจจะถูกลบทิ้งไป มนุษย์จะทำการกลั่นกรองข้อมูลที่รับเข้ามาโดยอาศัยประสบการณ์ที่เคยพบในอดีต อาศัยการตีค่าหรือความเชื่อของตนเป็นตัวกรอง สุดท้ายกระบวนการจัดการกับข้อมูลจะสิ้นสุดลง ได้ผลลัพธ์ คือความไม่สมบูรณ์และไม่ถูกต้องกับข้อมูลดั้งเดิมที่เข้ามาตอนแรก นั่นเพราะ ข้อมูลเหล่านั้นผ่านขั้นตอนการพัก การขยายความ หรือการบิดเบือน รูปแบบการกลั่นกรองข้อมูลที่ว่านี้เกิดจากแผนที่ภายในของมนุษย์ (Our Internal Map) ซึ่งมีอิทธิพลต่อร่างกายและระดับความเป็นอยู่ของมนุษย์ (State of Being) ผลลัพธ์จากขั้นตอนดังกล่าวจะสะท้อนออกมาเป็นพฤติกรรมของมนุษย์ ดังภาพที่ 2-4 (Bavister & Vickers, 2004, p. 5)



ภาพที่ 2-4 The NLP Model

โดยสรุป โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส หมายถึง โครงสร้างประสบการณ์ของแต่ละบุคคลที่เกิดขึ้น โดยผ่านการรับรู้ของประสาทสัมผัสทั้งห้า ได้แก่ การได้ยิน การมองเห็น การรับรส การได้กลิ่น และการสัมผัส เข้าสู่กระบวนการแปลรหัส ให้ความหมาย จัดเรียงเรื่องราว แล้วแสดงผลลัพธ์ออกมาภาษาพูด หรือผ่านช่องทางการสื่อสารอื่น ๆ เกิดขึ้นได้ทั้งในภาวะจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก

ความเชื่อพื้นฐาน (Presupposition)

Bavister and Vickers (2004, pp. 18-25) ได้รวบรวมความเชื่อพื้นฐานของทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส โดยสรุปไว้ดังนี้

- แผนที่การรับรู้ไม่มีขอบเขตจำกัด
- มนุษย์ทุกคนดำรงชีวิตอยู่ในแบบจำลองโลกซึ่งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะที่ตัวเขาสร้างขึ้น
- ประสบการณ์ของมนุษย์มีโครงสร้าง (Experience has a Structure)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

- ชีวิต จิตใจ และร่างกายมนุษย์เป็นหนึ่งเดียวกัน
- การสื่อสารที่มนุษย์มีปฏิกิริยาโต้ตอบออกมานั้นมีความหมายแฝงอยู่
- มนุษย์ต้องสื่อสาร
- พฤติกรรมทุกอย่างมีแรงจูงใจด้านบวกแฝงอยู่ภายใต้พฤติกรรมนั้น
- มนุษย์ย่อมเลือกสิ่งที่ดีที่สุดที่เหมาะสมให้กับ
- ไม่มีสิ่งใดล้มเหลว มีเพียงข้อมูลย้อนกลับเท่านั้น
- ถ้าสิ่งที่คุณทำไม่สำเร็จ ก็ให้หันไปทำสิ่งอื่นดูบ้าง
- มนุษย์มีพลังบวกภายในตัวที่จะช่วยให้เราได้รับในสิ่งที่เรา
- ถ้าคน ๆ หนึ่งทำได้ คนอื่น ๆ ก็สามารถทำได้เช่นกัน
- มนุษย์ทำทุกอย่างเพื่อความสมบูรณ์ที่สุด
- ทุก ๆ ระบบที่เกี่ยวข้อง มนุษย์มีความยืดหยุ่นในตัวเอง รู้จักการปรับตัวเพื่อควบคุมระบบนั้น
- มีทางเลือกดีกว่าไม่มีทางเลือก

แนวคิดสำคัญ (Concept) (Villar, 1977a, p. 24)

1. แบบจำลองโลก (World Modeling) ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมองโลกด้วยแบบจำลอง (Model) หรือแผนที่ (Map) ที่ตัวเองสร้างขึ้นมา ไม่ได้มองโลกตามความจริงอย่างที่เป็น ซึ่งแบบจำลองหรือแผนที่ที่สร้างขึ้นมานั้นมีขอบเขตจำกัด และไม่เป็นไปตามโลกแห่งความจริง (Real World) ที่เป็นเช่นนั้นเพราะมนุษย์มีข้อจำกัด หรือถูกจำกัดด้วยปัจจัยบางอย่าง

ความเชื่อก็เป็นแว่นกรองชนิดหนึ่ง ที่เป็นสาเหตุให้มนุษย์มีการกระทำในรูปแบบต่าง ๆ และการกระทำบางอย่างก็ส่งผลเสียหายต่อคนอื่น การนำโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสไปใช้ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงความเชื่อเสมอไป ขอเพียงมีความสนใจอยากรู้พร้อมจะทดลองสิ่งใหม่ ๆ ถ้ามนุษย์เปลี่ยนแปลงแว่นกรองของตัวเองได้ บุคคลนั้นก็สามารถเปลี่ยนมุมที่เขาเคยมองโลกได้

1.1 ข้อจำกัดการรับรู้ของบุคคล (Constraints) ปัจจัยที่บุคคลใช้สร้างรูปแบบเฉพาะตน ในที่สุดกลายเป็นข้อจำกัดหรือตัวกรอง ทำให้มองโลกต่างไปจากความเป็นจริง ได้แก่ ระบบประสาท (Neurological) ปัจจัยเฉพาะบุคคล (Individual) และสังคม (Social) (Lewis & Pucelik's, 1982 cited in Villar, 1997a, pp. 24-26) อธิบายไว้ดังนี้

1.1.1 ข้อจำกัดของระบบประสาท (Neurological Constraints) คือ ความสามารถ ของสมองและอวัยวะสัมผัสในมนุษย์นั้น ในชั่วขณะหนึ่งมีความสามารถที่จะจดจำ รับรู้ข้อมูลได้ 7±2 อย่าง เช่น ถ้าบุคคลได้สัมผัสกับตัวกระตุ้นที่แตกต่างกัน 30 ชนิด เขาสามารถจะรับรู้ได้สูงสุดเพียงเก้าอย่างเท่านั้นในชั่วขณะหนึ่ง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

1.1.2 ข้อจำกัดด้านปัจจัยเฉพาะบุคคล (Individual Constraints) คือ การเก็บ จดจำประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาและถูกคัดกรอง ซึ่งเกิดขึ้นในชีวิตของแต่ละบุคคล เช่น ประสบการณ์ในช่วงวัยเด็กที่ตกเหยื่อของความทุกข์ทรมาน ความเจ็บปวด เมื่อเติบโตขึ้นเด็กคนนั้นมีโอกาสจะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่มองโลกในแง่ร้าย หรือหญิงสาวที่มักจะปฏิเสธชายหนุ่มนักดื่มที่เข้ามาในชีวิต เพราะเธอมีประสบการณ์วัยเด็กที่บิดาติดเหล้า และก่อให้เกิดปัญหาในครอบครัว เป็นต้น

1.1.3 ข้อจำกัดด้านสังคม (Social Constraints) เกิดจากตัวกรองทางวัฒนธรรม เช่น เรื่องของภาษา ซึ่งจะเป็นเครื่องมือให้บุคคลรับรู้บางสิ่งบางอย่างโดยกำหนดชื่อที่ใช้เรียกให้ตรงกัน หรือ กลายเป็นข้อจำกัดด้านการรับรู้ ไม่สามารถอธิบาย ให้เกิดความเข้าใจตรงกันได้ ดังเช่นที่ O'Connor and Seymour (1993, p. 5) กล่าวว่า ภาษาเป็นแว่นกรองแบบหนึ่งที่บ่งบอกถึงแผนที่ความคิดของมนุษย์ ประสบการณ์ที่รับมา ภาษาเป็นสาเหตุพามนุษย์ให้ออกห่างจากโลกที่เป็นจริง มนุษย์มีความทรงจำ ผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ สร้างเป็นภาพภายในที่ตนรับรู้เกี่ยวกับโลก ซึ่งแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไป ความเชื่อเป็นแว่นกรองชนิดหนึ่ง ที่เป็นสาเหตุให้มนุษย์มีการกระทำในรูปแบบต่าง ๆ การกระทำบางอย่างก็ส่งผลเสียหายต่อคนอื่น การนำโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสไปใช้ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงความเชื่อเสมอไป ขอเพียงมีความสนใจอยากรู้ พร้อมจะทดลองสิ่งใหม่ ๆ ถ้ามนุษย์เปลี่ยนแปลงแว่นกรองของตัวเองได้ บุคคลนั้นก็สามารถเปลี่ยนมุมที่เขาเคยมองโลกได้

1.2 กระบวนการสร้างแบบจำลอง (Universals of the Modeling Process) (Lewis & Pucelik, 1982 cited in Villar, 1977a, pp. 25-26) การสร้างแบบจำลองหรือสร้างแผนที่ในการมองโลก (World Map) ของแต่ละบุคคลเป็นผลจากสามกระบวนการนี้

1.2.1 การขยายผล (Generalization) เป็นกระบวนการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากเหตุการณ์หนึ่ง ไปสรุปอีกเหตุการณ์หนึ่งโดยเชื่อว่าจะผลลัพธ์จะออกมาเหมือนกัน ตัวอย่างเช่น หญิงสาวคนหนึ่งเคยโดยสารรถประจำทางไปกับเพื่อน ๆ แล้วถูกผู้ชายใส่เสื้อคลุมและหมวกทำร้าย ต่อมาภายหลังที่เธอเจอชายสวมเสื้อคลุมและหมวก ทุกครั้งเธอจะรู้สึกหวาดกลัว อยากลงจากรถทันที

1.2.2 การลบทิ้ง (Deletion) เป็นกระบวนลบข้อมูลบางอย่างทิ้งไป มีความสัมพันธ์กับประสบการณ์เดิมที่เคยได้เจอ เช่นหญิงสาวคนดังกล่าวที่ในอดีตเคยถูกทำร้าย ต่อมาเมื่อต้องขึ้นรถประจำทาง เธอจะหวาดกลัวผู้ชายที่สวมเสื้อคลุมและหมวก ถึงแม้ว่าเขาจะไม่มีท่าทีประสงค์ร้ายก็ตาม เพราะเธอลบข้อมูลที่ว่าชายสวมเสื้อคลุมและหมวกไม่ใช่คนร้ายเสมอไป ทิ้งไปจากความทรงจำ

1.2.3 การบิดเบือน (Distortion) เป็นกระบวนการจัดการเกี่ยวกับประสบการณ์ด้านการรับรู้และความทรงจำเพื่อให้สอดคล้องกับรูปแบบการมองโลกที่ตนเองสร้างขึ้น เช่น หญิงสาว

คนนี้เมื่อเธอจำเป็นต้องโดยสารรถประจำทางไปกับผู้ชายที่สวมเสื้อคลุมและหมวก ไม่ว่าชายคนนั้นจะขยับตัวอย่างไร เช่น ถ้าเขาเอามือล้วงกระเป๋า เธอก็คิดว่าเขากำลังจะหยิบอาวุธออกมาทำร้ายเธอเป็นต้น

นอกจากนี้ O'Connor and Seymour (1993, p. 5) กล่าวว่า พื้นฐานของโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสยังมีแว่นกรองอีกอันหนึ่งคือ

1.3 กรอบของพฤติกรรม (Behavioral Frames) เพื่อเป็นกรอบแนวคิดว่า คนเราควรจะแสดงการกระทำออกมาอย่างไร

1.3.1 กรอบแนวคิดที่หนึ่ง ให้คิดถึงผลที่ตามมามากกว่าปัญหา หมายความว่า ให้ค้นหาว่าตัวเองหรือคนอื่นมีเป้าหมาย หรือความต้องการอะไร และพยายามหาแหล่งพลังที่เป็นประโยชน์ (Resource) นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการนั้น ส่วนคำว่า "ปัญหา" ให้รับรู้ว่า หมายถึง การติเตียน (Blame Frame) เช่น การพยายามไปวิเคราะห์ว่ามีความผิดพลาดอะไรเกิดขึ้น แล้วตั้งคำถาม ทำให้เกิดข้อสงสัยต่าง ๆ คำถามพวกนี้ไม่ช่วยให้เกิดประโยชน์ใด ๆ และก็ไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาได้เลย

1.3.2 กรอบแนวคิดที่สองให้ตั้งคำถามด้วยคำว่า อย่างไร (How) มากกว่าถามว่า ทำไม (Why) การถามด้วยคำว่า "อย่างไร" จะช่วยให้เราเข้าใจโครงสร้างของปัญหาได้ ช่วยแก้ไขปัญหาได้ดีกว่า ส่วนการใช้คำถาม " ทำไม" คล้ายกับเราไปตัดสินและพยายามหาเหตุผลให้ได้ ซึ่งมันไม่ได้ช่วยเปลี่ยนแปลงอะไรได้เลย

1.3.3 กรอบแนวคิดที่สาม คำว่า การสะท้อนกลับ (Feed Back) กับ ความล้มเหลว (Failure) คำสองคำนี้คล้ายกันแต่เราสามารถทำให้มันแตกต่างได้ด้วยวิธีการคิด เนื่องจากคนเราย่อมต้องเคยล้มเหลวมาก่อน แต่เราสามารถใช้การสะท้อนกลับเพื่อแก้ไขให้ดีกว่าเดิมได้ ความล้มเหลวอาจหมายถึง เราไม่ประสบความสำเร็จกับสิ่งที่ต้องการ แต่เราสามารถนำมาเป็นแรงกระตุ้นให้บรรลุเป้าหมายได้ หรือความล้มเหลว อาจหมายถึง การจบสิ้นทุกสิ่งทุกอย่าง

1.3.4 กรอบแนวคิดที่สี่ให้มีทัศนคติที่ดีต่อ "ความอยากรู้และความงามต่อสิ่งต่าง ๆ" มากกว่า "ความพยายามที่จะหาข้อสรุปเอาเอง" แนวคิดนี้เป็นแนวคิดที่ธรรมดาแต่ส่งผลดีอย่างมาก สังเกตได้ว่าเด็กเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้รวดเร็วเพราะเขามีความอยากรู้ ไม่อายที่จะถามในสิ่งที่ตนไม่รู้ แต่เมื่อคนเราโตขึ้นความอยากรู้นี้ก็ลดน้อยลง

กรอบแนวคิดที่กล่าวมานี้เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ ช่วยกระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ เป็นแหล่งพลังด้านบวกในตัวบุคคล ช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการในที่สุด ถ้าได้ปฏิบัติตาม

2. ระบบตัวแทน (Representational System) (Villar, 1977a, pp. 26-27) ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เชื่อว่า ประสบการณ์การมองโลกของบุคคลจะผ่านกรอบ หรือรูปแบบที่คน ๆ

นั้นสร้างขึ้นมา ผ่านการจัดรูปแบบและถ่ายทอดออกมาโดยใช้ภาษาเป็นตัวแทนกระบวนการของระบบตัวแทนนี้จะเป็นช่องทางการรับรู้เฉพาะ เรียกว่า การมองเห็น (Visual) การสัมผัส (Kinesthetic) การได้ยิน (Auditory) การลิ้มรส (Gustatory) การได้กลิ่น (Olfactory) ช่องทางการรับรู้ที่ถูกใช้บ่อย คือ ช่องทางที่หนึ่งการมองเห็น สองการสัมผัส และสามการได้ยิน Lewis and Pucelik's ได้เพิ่มอีกหนึ่งช่องทาง คือ ช่องทางที่สี่ เชิงตัวเลข (Digital) บุคคลที่มีวุฒิภาวะจะถูกใช้เป็นระบบตัวแทนค่อนข้างบ่อยกว่าแบบอื่น

2.1 บุคคลที่ถนัดด้านการฟัง (Auditory Person) จะติดต่อง่ายผ่านการใช้ภาษาพูด มักจะเป็นบุคคลที่ไวต่อการรับรู้เสียง ความดัง ความเบา เสียงสูง เสียงต่ำ การเน้นเสียง

2.2 บุคคลที่ถนัดด้านการมอง (Visual Person) ถนัดใช้สายตา ไวต่อสิ่งที่เห็น ดังนั้นสิ่งมองเห็นจะมีผลต่อบุคคลประเภทนี้ ตอบสนองได้ดี กับสี รูปทรง รูปร่าง และสิ่งที่แสดงออกมา

2.3 บุคคลที่ถนัดด้านสัมผัส (Kinesthetic Person) ไวต่อการสัมผัส ความกดดัน อุณหภูมิ ความเจ็บปวด พื้นผิวสัมผัส ความหยาบ ความละเอียด สิ่งเหล่านี้จะมีอิทธิพลมาก

2.4 บุคคลที่ถนัดเชิงตัวเลข (Digital Person) เป็นบุคคลที่ชอบการวางแผน ความเป็นจริง มีเหตุมีผล ความถูกต้อง มักชอบตั้งคำถาม อะไร ทำไม อย่างไร

3. การเรียนรู้ การไม่ได้เรียนรู้ และการเรียนรู้ใหม่ (Learning, Unlearning and Relearning) O'Connor and Seymour (1993, pp. 6-7) สรุปใจความสำคัญคือ ภาวะจิตสำนึกของมนุษย์สามารถรับรู้ข้อมูลในขณะหนึ่งได้ไม่มาก และบางอย่างเราก็เกิดการตอบสนองโดยที่เราไม่ได้ตระหนักรู้เลย เพราะจิตสำนึกของมนุษย์มีข้อจำกัด ช่องทางการรับรู้ในชั่วขณะหนึ่งของจิตสำนึกของมนุษย์สูงสุดเพียง 7±2 เท่านั้น ต่างจากภาวะจิตใต้สำนึกที่เก็บประสบการณ์ต่าง ๆ ให้เราได้เรียนรู้ แต่ในภาวะปัจจุบันเราอาจหลงลืมไม่ได้ทำเช่นนั้น กล่าวได้ว่า จิตใต้สำนึกมีความฉลาด มีความสามารถมากกว่าจิตสำนึก (จิตสำนึกเป็นสภาวะปัจจุบันที่มนุษย์ตระหนัก ส่วนจิตใต้สำนึกเป็นภาวะที่เราไม่ได้ตระหนักถึง) แนวคิดดั้งเดิมของทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส แบ่งการเรียนรู้ออกเป็น 4 ระดับ คือ

3.1 ระดับจิตใต้สำนึกที่ไม่มีทักษะ (Unconscious Incompetence) หมายถึง การที่มนุษย์ยังไม่รู้ว่าจะทำบางสิ่งบางอย่างได้อย่างไร และไม่รู้ว่าตนเองยังไม่รู้ เช่น ผู้ไม่เคยขับรถยนต์เลยก็จะไม่รู้ว่าการขับรถเป็นอย่างไร และไม่มีเรื่องการขับรถยนต์อยู่ในจิตสำนึกด้วย

3.2 ระดับจิตสำนึกที่ไม่มีทักษะ (Conscious Incompetence) การเรียนรู้ในระดับนี้ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้มากที่สุด คือ เมื่อมนุษย์เริ่มที่จะเรียนรู้การขับรถและพบว่าตนเองมีข้อจำกัดบางอย่างและเรียนรู้ในข้อจำกัดนั้น จิตสำนึกจะสั่งให้เขาเพ่งความสนใจไปที่การทำงานประสานกันของเครื่องยนต์กลไกต่าง ๆ การทำงานของพวงมาลัย ความสัมพันธ์ของการใช้คลัทช์ และการใช้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

สายตาต้องจ้องไปที่ถนน ใช้ความสนใจทั้งหมดเพื่อเรียนรู้การขับรถ ช่วงนี้จะเป็นช่วงที่หัวใจเต้นแรงและรู้สึกไม่สุขสบาย

3.3 ระดับจิตสำนึกที่มีทักษะ (Conscious Competence) เป็นการเรียนรู้ต่อจากระดับก่อนหน้านี้ หลังจากที่ได้เรียนรู้อย่างหนักเพื่อหัดขับรถยนต์ จนสามารถขับรถยนต์ได้แต่ต้องใช้สมาธิและความสนใจทั้งหมดมุ่งไปที่การขับรถ โดยถือว่ามีทักษะในการขับรถแล้วแต่ยังไม่ชำนาญ

3.4 ระดับจิตใต้สำนึกที่มีทักษะ (Unconscious Competence) เป็นเป้าหมายของความมานะบากบั่นหลังจากที่ได้พยายามฝึกหัดครั้งแล้วครั้งเล่า มนุษย์สามารถผสมผสานทักษะการเรียนรู้ที่ได้ให้เป็นหนึ่งเดียวกับพฤติกรรมของตนเอง ส่งผลให้ทักษะที่เกิดขึ้นเข้าสู่ระดับจิตใต้สำนึก เขาสามารถฟังวิทยุ ดูทัศนียภาพข้างทางและพูดคุยในขณะที่ขับรถได้ กล่าวได้ว่าจิตสำนึกเป็นผู้กำหนดผลลัพธ์และส่งต่อมายังจิตใต้สำนึก ให้จิตใต้สำนึกเป็นผู้กระทำให้เกิดผลลัพธ์นั้นโดยไม่รู้ตัว

ดังนั้น หากมนุษย์ฝึกหัดบางสิ่งบางอย่างเป็นระยะเวลานาน ๆ เขาก็จะเข้าสู่การเรียนรู้ระดับที่สี่ และเสริมสร้างจนเป็นลักษณะนิสัยของตนเอง แต่ลักษณะนิสัยไม่สามารถเข้าสู่การเรียนรู้ระดับจิตใต้สำนึกที่มีทักษะได้ เนื่องจากแว่นกรองที่มนุษย์มีอยู่นั่นเอง

การเรียนรู้ดังกล่าวนี้เกิดขึ้นได้ดังเช่น การเรียนรู้ของโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเมื่อบุคคลมีทักษะในการสื่อสารและทักษะในการเรียนรู้เกิดขึ้น นั่นคือ NLP ได้มอบทักษะให้กับผู้ปฏิบัติตาม ทำให้มีหนทางเลือกมากขึ้นและมีความยืดหยุ่นในการเลือกมากขึ้น

ข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption) (Villar, 1997a, p. 26)

1. ภาวะจิตใต้สำนึก (The Unconscious Mild) ภาวะจิตใต้สำนึกเป็นข้อตกลงเบื้องต้นของทฤษฎีที่ต้องเชื่อว่ามีอยู่จริง ภาวะจิตใต้สำนึกทำงานในขณะที่เรานอนหลับ สร้างความฝันขึ้นมาเมื่อวงจรการนอนหลับเกิดขึ้น แล้วความฝันมาจากไหน เป็นไปได้น้อยมากที่จะมาจากจิตสำนึก เพราะรู้กันดีว่าความฝันไม่ได้เกิดจากความจงใจ หรือเจตนาที่จะฝัน ไม่ได้เกิดขณะที่เรารู้สึกตัวดี แต่ภาวะจิตใต้สำนึกเป็นตัวการทำให้คนเราฝัน เนื้อหาเรื่องราวที่ฝันมักไม่ชัดเจน คนที่ฝันมักไม่เข้าใจ เป็นเพราะจิตใต้สำนึกต้องการสื่อสารด้วยสัญลักษณ์ ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องอาศัยการวิเคราะห์ความฝัน (Dream Analysis) เพื่อให้เข้าใจในสิ่งที่จิตใต้สำนึกต้องการสื่อสารออกมา

บางขณะที่เราไม่ได้จดจ่อกับบางสิ่งบางอย่าง หรืองานที่เรากำลังอยู่ แต่เราสามารถทำงานต่อไปได้เรื่อย ๆ นั่นเพราะจิตใต้สำนึกช่วยทำโดยเราไม่รู้สึกตัว Grinder and Bandler (1981 cited in Villar, 1997a, p. 26) ได้ยกตัวอย่างขณะขับรถ คนขับจะหมุนพวงมาลัย กลับรถ เข้าเกียร์ เหยียบเบรก เหยียบคลัทช์ให้เกิดความสมดุลและรถเคลื่อนไปได้อย่างราบรื่น แม้ในขณะกำลังพูดคุยกับผู้อื่นอยู่ก็ตาม เป็นการแสดงให้เห็นว่างานบางอย่าง แม้ว่าผู้กระทำไม่ได้พินิจพิจารณา

และไม่ได้เอาใจใส่ แต่ก็สามารถดำเนินไปได้อย่างต่อเนื่อง ซึ่ง Grinder and Bandler กล่าวว่า ที่เป็นอย่างนั้นเกิดจากจิตใต้สำนึกสั่งการนั่นเอง

2. ส่วนที่แตกต่าง (The Different Parts) ในตัวมนุษย์ทุกคนจะมีส่วนที่เรียกว่า "ส่วนหนึ่งที่แตกต่าง" ส่วนนี้มีหน้าที่รับผิดชอบทำให้ระบบต่าง ๆ ได้แก่ กระบวนการคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของมนุษย์ดำเนินต่อไป รู้ได้อย่างไรว่าส่วนนี้มีอยู่จริง ยกตัวอย่างเวลาที่คนพูดต่อว่าตัวเองในแง่ลบ เช่น ฉันเป็นคนไม่ดี ชีวิตฉันช่างมีแต่อุปสรรค ส่วนที่แตกต่างนี้จะตอบสนองต่อคำพูดนั้น เช่น ทำให้ร่างกายเกิดอาการของโรคหอบหืด ไมเกรน หรือภาวะความดันโลหิตสูง ส่วนที่แตกต่างนี้ยังส่งผลต่อพฤติกรรม ทำให้เกิดความวิตกกังวล การกินที่ผิดปกติ ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง และยังส่งผลให้เกิดความรู้สึกซึมเศร้า อิจฉา ริษยา หรืออารมณ์โกรธ

จะสังเกตเห็นได้ว่ารูปแบบการให้คำปรึกษาแบบเกสตอลท์ ผู้ให้คำปรึกษามักสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาได้พูดกับร่างกายของตนส่วนที่เกิดความเจ็บปวดหรือมีปัญหานั้น

3. ความตั้งใจที่ดี หรือเจตนาดี (The Positive Function) ความตั้งใจที่ดี หรือเจตนาดีซึ่งคอยผลักดันแฝงอยู่เบื้องหลัง ทำให้บุคคลแสดงรูปแบบพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา รูปแบบพฤติกรรมจะถูกพยายามทำให้เกิดขึ้น เพราะต้องการให้บุคคลนั้นได้รับผลทางบวก แม้ว่าในภาวะจิตสำนึกจะไม่เห็นด้วยก็ตาม ซึ่งในความเป็นจริงพบได้บ่อยว่า จิตสำนึกมักไม่ค่อยชอบรูปแบบพฤติกรรมที่ถูกแสดงออกมาแบบนี้ ตัวอย่างเช่น ในกรณีที่เกิดความเจ็บป่วยไม่สบายขึ้น ส่วนหนึ่งในร่างกายของคนไข้จะพยายามชักนำให้เกิดการกระทำบางสิ่งบางอย่างที่ส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ในทางบวก อาจทำให้คนไข้เรียกร้องความสนใจจากคนรอบข้าง ทำให้คนไข้พักผ่อนมากขึ้น ทำให้คนไข้มีข้ออ้างที่ทำงานได้ไม่ดีเท่าที่ควร อาจทำให้เกิดความรู้สึกละอายใจ เป็นต้น

ผู้รับคำปรึกษารายหนึ่งไม่ชอบอาการหอบของตนเอง เพราะทำให้ไม่สุขสบาย เธอเข้าใจว่าอาการหอบนั้นเป็นแต่กำเนิด ภายหลังได้รับการให้คำปรึกษา เธอค้นพบว่าอาการหอบนี้เกิดในช่วงเรียนชั้นประถมศึกษา ตอนเป็นเด็กเธอรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับการเอาใจใส่จากครอบครัว แต่วันหนึ่งเมื่อเธอเกิดอาการหอบขึ้น ญาติพี่น้องพากันรุมล้อมเอาใจใส่ ดังนั้น เมื่อใดที่เธอต้องการความสนใจจากคนรอบข้าง เธอจะเกิดอาการหอบขึ้นมา

4. ความพึงพอใจของความตั้งใจดีหรือเจตนาดี (The Satisfaction of the Positive Functions) การขจัดรูปแบบพฤติกรรมที่แสดงออกมาทิ้งไป หรือทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของพฤติกรรมที่แสดงออกมา จะต้องได้รับความพึงพอใจจากความตั้งใจดี หรือเจตนาดีที่แฝงอยู่เบื้องหลังนั้นด้วย ถ้าพลังทางบวกหรือความตั้งใจที่อยู่เบื้องหลังไม่ได้รับความพึงพอใจอาจทำให้อาการเจ็บป่วยนั้นกลับมาอีก หรือทำให้เกิดรูปแบบพฤติกรรมอื่นขึ้นมาแทนที่

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

5. ความพึงพอใจของด้านอื่น ๆ ทั้งหมด (The Satisfaction of All Other Parts) ทุกส่วนของร่างกายต้องมีความพึงพอใจกับทางเลือกที่ถูกเลือกขึ้นมาเพื่อปฏิบัติตามเนื่องจากในตัวบุคคลย่อมมีหลายส่วนที่แตกต่างกัน จึงจำเป็นที่ทุกส่วนต่าง ๆ ต้องเห็นพ้องต้องกัน ต้องไม่มีส่วนหนึ่งส่วนใดที่ไม่เห็นด้วย แล้วกลายเป็นส่วนที่ขัดขวางหรือเป็นตัวถ่วง ทำให้บุคคลนั้นกลับไปเป็นแบบเดิม Bandler and Grinder (1979 cited in Villar, 1997a, p. 30) เน้นว่ามีความจำเป็นอย่างมาก ที่จะต้องมั่นใจว่ารูปแบบพฤติกรรมใหม่ที่ถูกเลือกจะไม่ถูกรบกวนจากส่วนใดส่วนหนึ่งในตัวผู้รับคำปรึกษา เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบต่อผู้รับคำปรึกษา เพราะทางเลือกใหม่ที่ถูกเลือกขึ้นมาอาจถูกยับยั้ง ส่งผลให้ผู้รับคำปรึกษาอาจเกิดความคับข้องใจ หรือความขัดแย้งภายในตนเองขึ้นได้

ดังนั้น ขั้นตอนการตรวจสอบทางนิเวศวิทยา (The Ecological Check) เป็นการตรวจสอบกับสภาพแวดล้อมของตัวผู้รับคำปรึกษาเอง จำเป็นต้องปฏิบัติให้ครบถ้วนเพื่อมั่นใจได้ว่าพฤติกรรมที่จะเกิดขึ้นใหม่นั้น จะไม่โดนรบกวนจากส่วนใดส่วนหนึ่งของผู้รับคำปรึกษา เพราะส่วนต่าง ๆ ในตัวผู้รับคำปรึกษา ความต้องการ พฤติกรรมกับทางเลือกที่เลือกมานั้นจะต้องทำงานสอดคล้องประสานกัน Bandler and Grinder (1982 cited in Villar, 1997a, p. 31) กล่าวเตือนว่า การเปลี่ยนแปลงบางอย่างอาจเป็นประโยชน์ ส่งผลดีกับตัวผู้รับคำปรึกษาแต่ในขณะเดียวกันอาจก่อให้เกิดผลเสียกับบุคคลอื่นหรือสังคมรอบข้างผู้รับคำปรึกษาได้เช่นกัน

6. ส่วนที่สร้างสรรค์ (The Creative Part) ในแต่ละบุคคลย่อมมีส่วนที่สร้างสรรค์คอยช่วยเหลือให้เกิดความเป็นไปได้ในการแก้ไขปัญหาและช่วยค้นหาทางออก ส่วนที่ว่านี้ทำให้บุคคลมีพลังและความสร้างสรรค์โดยที่ตัวบุคคลนั้นคาดไม่ถึง เป็นส่วนที่ช่วยทำให้เกิดการวางแผน แก้ไขปัญหา ค้นพบทางออกที่เป็นทางเลือกใหม่ ช่วยให้เกิดรูปแบบพฤติกรรมที่ดี Bandler and Grinder (1982 cited in Villar, 1997a, p. 31) ชี้ว่า ผู้รับคำปรึกษาบางคน ไม่รับรู้ว่าตนเองมีส่วนที่สร้างสรรค์นี้อยู่ ซึ่งไม่ใช่สิ่งที่สำคัญเพราะเมื่อผู้รับคำปรึกษาได้ถูกชักนำ เข้าสู่ภาวะผ่อนคลายแล้ว ขอเพียงให้ผู้รับคำปรึกษาสร้างความคิดถึงส่วนที่จะช่วยเขาในการวางแผน หรือทำให้เขาเกิดความเข้าใจที่มากขึ้นกว่าเดิม ได้ทำในสิ่งที่คาดไม่ถึงและเกิดประโยชน์ต่อตนเอง แค่นั้นก็เพียงพอแล้ว Bandler and Grinder (1979 cited in Villar, 1997a, p. 32) อธิบายว่า ส่วนที่สร้างสรรค์สามารถทำให้เกิดขึ้นได้แม้ว่าคน ๆ นั้นจะไม่เคยรับรู้มาก่อนว่าตนเองมี และพวกเขาเชื่อว่า "ความสร้างสรรค์" เป็นเพียงทางเลือกหนึ่งในหลาย ๆ ทางเลือกมากมายมหาศาลที่ผู้รับคำปรึกษาจะจัดการให้มีขึ้นมาได้

7. บริบทแวดล้อมที่เหมาะสม (The Appropriate Contexts) ทางเลือกที่ถูกเลือกขึ้นมามีความเหมาะสมกับบริบทแวดล้อมหรือไม่ ในขั้นตอนการสร้างทรรศนะใหม่ตามบริบทแวดล้อม (Context Reframing) ผู้รับคำปรึกษาจะถูกทำให้ตระหนักว่าพฤติกรรมที่ถูกเลือกนั้น ต้องเหมาะสมกับช่วงเวลา สถานที่ และสถานการณ์แวดล้อม แต่ทางเลือกนั้นอาจไม่เหมาะสมกับผู้อื่น ตัวอย่างเช่น

การพูดด้วยเสียงที่ดังอาจเหมาะสำหรับพูดในห้องประชุม แต่ไม่เหมาะถ้าพูดเสียงดังเวลาเยี่ยมคนไข้ในโรงพยาบาล หรือขณะดูภาพยนตร์ เป็นต้น

8. การปลดปล่อยโดยอัตโนมัติ (The Automatic Trigge) การตัดสินใจที่จะเลือกกระทำบางสิ่งบางอย่าง จะถูกปลดปล่อยออกมาเองโดยอัตโนมัติ ถ้าทางเลือกนั้นมีความเหมาะสมกับบริบทแวดล้อม

ถ้าทางเลือกที่ผู้รับคำปรึกษาค้นพบจิตใต้สำนึกเห็นดีด้วย จิตใต้สำนึกจะช่วยตัดสินใจเลือก หรือเมื่อทางเลือกนั้นมีความเหมาะสมกับบริบทแวดล้อมถ้าได้ลงมือกระทำ จิตใต้สำนึกของผู้รับคำปรึกษาก็จะเห็นด้วยและรับรองให้ความมั่นใจที่จะกระทำตามทางเลือกนั้น โดยในแต่ละช่วงก่อนสิ้นสุดกระบวนการ จิตใต้สำนึกจะถูกขอให้แนะนำลำดับขั้นตอนที่จะช่วยผู้รับคำปรึกษาตัดสินใจเลือกได้อย่างเหมาะสมกับบริบท เพราะการเลือกของเขาจะส่งผลต่ออนาคต (Future Pace) ซึ่งลำดับขั้นตอนหรือแนวทางที่จิตใต้สำนึกให้คำแนะนำ อาจแสดงให้รู้ในรูปแบบของการมองเห็น การสัมผัส หรือการได้ยิน และจิตสำนึกจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ลองสัมผัส ได้รับรู้ประสบการณ์เป็นลำดับขั้นตอนตามที่จิตใต้สำนึกแนะนำ และทำให้เกิดการตัดสินใจขึ้นในทันที การตัดสินใจจะตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางเลือกหรือพฤติกรรมใหม่ที่ผู้รับคำปรึกษาค้นพบนั่นเอง

ที่กล่าวมานี้จะเกิดขึ้นเองเป็นอัตโนมัติ โดยไม่จำเป็นที่ผู้รับคำปรึกษาจะต้องอยู่ในภาวะที่รู้ตัว ดังนั้น เมื่อจบกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาอาจกล่าวขอโทษต่อผู้ให้คำปรึกษาว่า “ในใจนั้นอยากทำตามแต่ร่างกายกลับรู้สึกอ่อนล้าไม่มีเรี่ยวแรงจะทำอย่างที่ใจคิด”

ทั้งหมดนี้เป็นข้อตกลงเบื้องต้น ก่อนที่จะใช้เทคนิคนี้ผู้ให้คำปรึกษาควรทำความเข้าใจและยอมรับ กับความหมายของศัพท์ซึ่งถูกกำหนดมาเป็นชื่อเฉพาะ และควรตกลงกับผู้รับคำปรึกษาก่อนเริ่มการให้คำปรึกษาเพื่อไม่ให้เกิดข้อสงสัย ตัวอย่างเช่น ภาวะจิตใต้สำนึกผู้รับคำปรึกษาบางคนอาจไม่ยอมรับหรือไม่เข้าใจว่าหมายถึงอะไร ผู้ให้คำปรึกษาอาจอธิบายง่าย ๆ ว่า “จิตใต้สำนึกของคุณคือส่วนหนึ่งในความเป็นคุณ ขณะที่คุณหลับ กำลังพักผ่อน หรือกำลังผ่อนคลาย จิตใต้สำนึกจะทำงานทำให้เลือดในตัวคุณไหลเวียน ทำให้คุณหายใจเข้า-ออกอย่างต่อเนื่อง เป็นไปอย่างปกติ”

ผู้ให้คำปรึกษาบางคนอาจอธิบายคำว่า ส่วนที่สร้างสรรค์ หมายถึง “ส่วนที่สร้างสรรค์ในตัวคุณ เป็นส่วนหนึ่งในความเป็นคุณที่จะช่วยคุณแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ให้ผ่านพ้นไปได้” (Villar, 1997a)

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา

1. บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา (เบญจวรรณ ทรัพย์คง, 2547, หน้า 56)

ผู้ให้คำปรึกษาดูมีความหมายน้อยลง เมื่อเทียบกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีอื่น เพราะบางครั้งผู้รับคำปรึกษาไม่จำเป็นต้องพูดอะไร แต่บางปัญหาผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องใช้

ความสามารถ ทำให้ผู้รับคำปรึกษาบอกเล่าปัญหาออกมา บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาในทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส มีดังนี้

1.1 นำผู้รับคำปรึกษาเข้าสู่กระบวนการบำบัด

1.2 สนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินพลังบวกของตนเองที่มีอยู่ โดยใช้น้ำเสียง ภาษาท่าทางที่อบอุ่น จริงใจ เห็นอกเห็นใจ และยอมรับผู้รับคำปรึกษาอย่างไม่มีเงื่อนไข

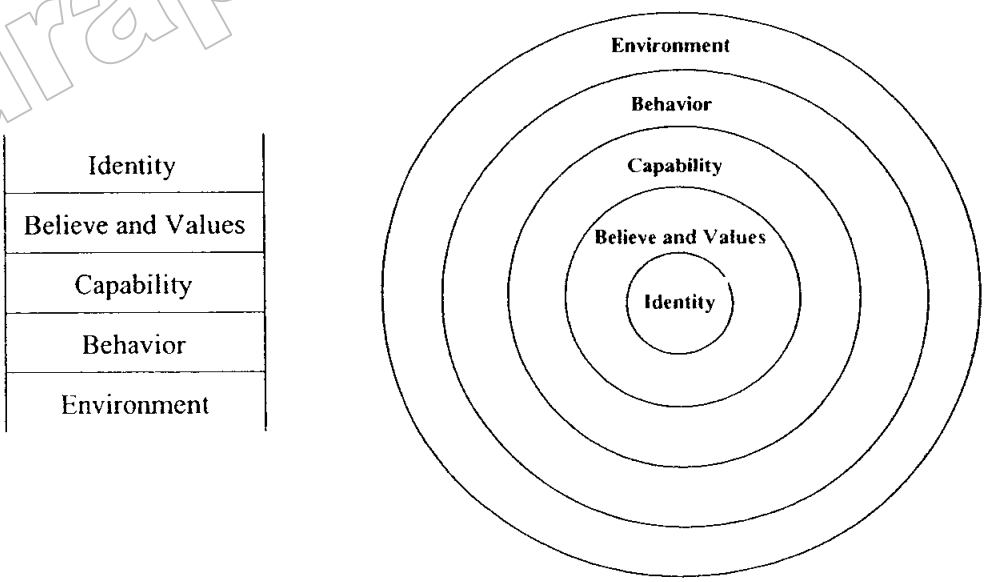
1.3 ประเมินจากการสังเกตโดยใช้สายตา และฟังว่าผู้รับคำปรึกษาเริ่มมีการตอบสนองแล้วหรือยัง เมื่อใดที่ถึงจุดสูงสุด เมื่อใดที่การตอบสนองเริ่มลดลง

1.4 สนองตอบอารมณ์ของผู้รับคำปรึกษาที่เกิดขึ้นในกระบวนการบำบัดได้ทันท่วงที

1.5 สนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจ และประเมินตนเองหลังจากได้รับการบำบัด

2. หลักของผู้ให้คำปรึกษาในการพิจารณาระดับความลึกของปัญหา (Dilts & DeLozier, 2000 cited in McDermott & Jago, 2004, p. 22)

Dilts and DeLozier ได้สร้างแบบจำลองแสดงระดับการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ ดังภาพที่ 2-5 (McDermott & Jago, 2004, p. 22) ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้เป็นหลักพิจารณาระดับความลึกของปัญหาของผู้รับคำปรึกษาก่อนเริ่มการให้คำปรึกษา แบบจำลองดังกล่าวรู้จักกันดี ในชื่อว่า Logical Level อาจกล่าวได้ว่า การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้ารับการให้คำปรึกษาด้วยทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสนั้น สามารถเกิดได้ในหลายระดับ ผู้ให้คำปรึกษาควรทำความเข้าใจโครงสร้างนี้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการให้คำปรึกษา และตัวผู้รับคำปรึกษาเอง จะช่วยให้เขาได้จัดการกับข้อมูลข่าวสารใหม่ที่รับไปว่าจะนำไปวางไว้ที่ระดับใด



ภาพที่ 2-5 Conceptual Models: Logical Levels

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

3. ข้อจำกัดของทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

3.1 ผู้รับคำปรึกษาต้องมีความสามารถในการเคลื่อนผ่านแต่ละช่วงเวลา (Timelines) การเคลื่อนผ่านช่วงเวลานับเป็นสิ่งสำคัญ ในการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เนื่องจากเทคนิคส่วนใหญ่จะอาศัยการเคลื่อนผ่านช่วงเวลาทั้งสิ้น เช่น การผ่านเข้าไปในอดีต การจินตนาการถึงอนาคต เป็นต้น ถ้าผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถมองภาพตัวเขาเองในอนาคตได้ หลาย ๆ เทคนิคก็จะใช้ไม่ได้ผลกับเขา (O'Connor & Seymour, 1993, p. 137)

3.2 เทคนิคแต่ละอย่างในทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสถ้าทำอย่างถูกต้อง จะมีพลังอย่างมาก (Very Powerful) พลังที่จะเกิดได้นี้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีทักษะในการใช้เทคนิค ต้องผ่านการฝึกอบรมตามหลักสูตร และนำไปฝึกปฏิบัติจนกว่าจะชำนาญ จึงจะเกิดประสิทธิภาพ ในการใช้เทคนิคต่าง ๆ (O'Connor & Seymour, 1993, p. 55)

เทคนิคการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

เทคนิคการให้คำปรึกษาในทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีหลายแบบ เบื้องต้น ผู้ให้คำปรึกษาควรทำความเข้าใจกับความหมายของทักษะพื้นฐานที่เป็นองค์ประกอบในแต่ละ เทคนิค ซึ่งผู้วิจัยสรุปใจความสำคัญจาก Bavister and Vickers (2004, pp. 208-215) และ O'Connor and Seymour (1993, pp. 42-43) ดังนี้

1. Submodalities หมายถึง ชุดการใช้คำที่ใช้บ่งบอกถึงความแตกต่างในรายละเอียดปลีกย่อยที่มนุษย์รับข้อมูลผ่านระบบตัวแทน (Representational System) หรือประสาทสัมผัสทั้งห้า เพื่ออธิบายถึงโครงสร้างประสบการณ์ที่รับข้อมูลผ่านเข้ามา โดยบ่งบอกในส่วนของรายละเอียดปลีกย่อย ซึ่ง O'Connor and Seymour (1993, pp. 42-43) ยกตัวอย่างไว้ดังนี้

การรับข้อมูลผ่านทางการมองเห็นสามารถใช้คำ เพื่อแสดงรายละเอียดปลีกย่อย เช่น สี (ขาวหรือดำ) มีกรอบหรือไม่มีกรอบ ความตื้น-ลึก (มีกี่มิติ กี่ระดับ) ตำแหน่ง (ซ้าย-ขวา-บน-ล่าง) ระยะทาง (ความห่างของตัวบุคคลจากภาพที่มองเห็น) ความสว่าง ความชัดเจน ความแตกต่าง การเคลื่อนไหว (เป็นเหมือนภาพยนตร์ที่ฉายหรือเป็นภาพแสดงออกมาทีละภาพ) ความเร็ว (เร็ว-ช้า-เนิบนาบกว่าปกติ) จำนวน (ภาพที่เห็นถูกแบ่งย่อยเป็นภาพเล็ก หรือเป็นภาพปกติแต่มีหลาย ๆ ภาพ) ขนาดสิ่งที่เห็น (เล็ก-ใหญ่) เป็นต้น

การรับข้อมูลผ่านทางการได้ยินสามารถใช้คำเพื่อแสดงรายละเอียดปลีกย่อย เช่น เสียงที่ได้ยิน (Stereo-Mono) ได้ยินเป็นคำ ๆ หรือเป็นเสียงร้อง ความดัง (ดังมาก-เบา) น้ำเสียง (หยาบกระด้าง-นุ่มนวล) ต้นกำเนิดเสียง ระยะห่างจากแหล่งกำเนิดเสียง ความต่อเนื่องของเสียง ความเร็ว (เร็วมาก-ช้ากว่าปกติ) ความชัดเจนของเสียง (ชัดเจน-อู้อี้) ระยะเวลาที่ได้ยินเสียง เป็นต้น

การรับข้อมูลผ่านการสัมผัสสามารถใช้คำเพื่อแสดงรายละเอียดปลีกย่อย เช่น สถานที่

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ความเข้ม ความดัน (Pressure) หนักหรือบางเบา ขอบเขตพื้นที่ พื้นผิว (หยาบ-ละเอียด) น้ำหนัก (เบา-แรง) อุณหภูมิ รูปร่าง เป็นต้น

2. Elicitation หมายถึง กระบวนการรวบรวมข้อมูล ส่วนใหญ่มักใช้การตั้งคำถาม หรือบางครั้งอาจใช้การสังเกต เป็นเทคนิคที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ก้าวผ่านไปในแต่ละขั้นตอนของการให้คำปรึกษา เช่น ระหว่างกระบวนการให้คำปรึกษา ถ้าผู้รับคำปรึกษามีความไม่แน่ใจเกิดขึ้น เขาต้องการรู้สึกถึงความมั่นใจและการรับรองกับตัวเอง (Self-Assured) ผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยเขาได้ง่าย ๆ โดยบอกผู้รับคำปรึกษาให้ระลึกความทรงจำย้อนกลับไปยังช่วงเวลาที่เขาสัมผัสได้ถึงความรู้สึกกับประสบการณ์นั้นอีกครั้ง (Re-Experience) เขาสามารถใช้เวลาได้นานเท่าที่เขาต้องการ เพื่อช่วยเขาให้เชื่อมโยงประสบการณ์นั้นอีกครั้ง

3. Calibration หรือ การตรวจสอบเปรียบเทียบพฤติกรรม หมายถึง กระบวนการใช้ประสาทสัมผัสที่ฉับไวในการสังเกตสภาพการเปลี่ยนแปลงของผู้รับคำปรึกษา โดยใช้การสังเกต น้ำเสียง สีผิว การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ กิริยาท่าทาง (รายละเอียดเพิ่มเติม หน้า 46 เรื่ององค์ประกอบสำคัญของการสร้างสัญญาณพลังที่มีประสิทธิภาพ)

4. Anchoring หรือสัญญาณพลัง หมายถึง กระบวนการตอบสนองที่เกิดขึ้นภายในเป็นการจับคู่ หรือการสร้างความสัมพันธ์กันระหว่างประสบการณ์ภายในกับภายนอก เป็นปฏิกิริยาการตอบสนองเฉพาะ อาจเกิดโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ (รายละเอียดเพิ่มเติม หน้า 46 เรื่ององค์ประกอบสำคัญของการสร้างสัญญาณพลังที่มีประสิทธิภาพ)

5. Future Pacing หมายถึง เทคนิคการจินตนาการถึงเหตุการณ์ในอนาคต เพื่อให้เกิดความแน่ใจว่า เมื่อมีการกระตุ้นสัญญาณพลังแล้วจะมีปฏิกิริยาตอบสนองแบบใหม่ เป็นการทดสอบสัญญาณพลัง (Anchors) ที่สร้างขึ้นมานั่นเองว่าทำงานได้ผลดีหรือไม่

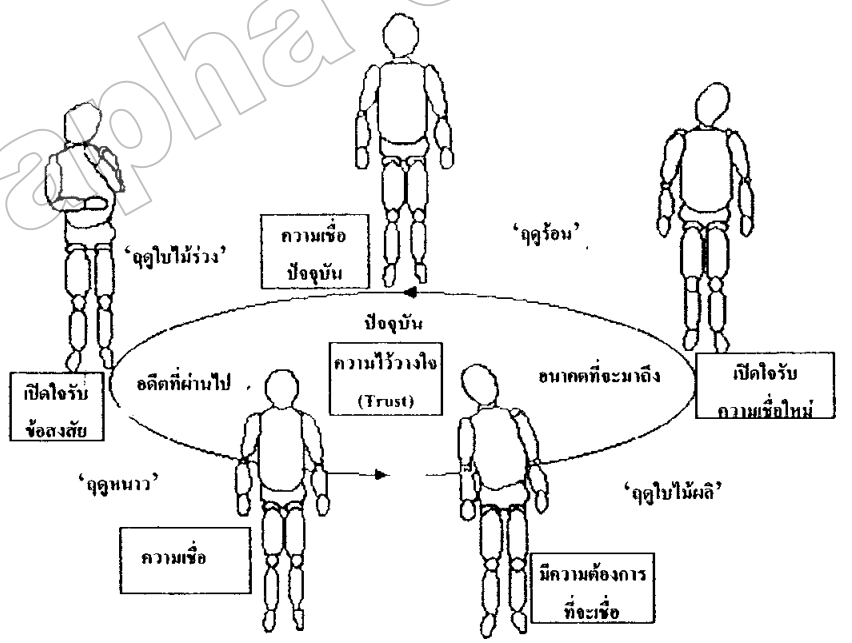
การก้าวนำไปสู่อนาคต เป็นเทคนิคที่ใช้เพื่อซักซ้อมกับเหตุการณ์ที่จะเกิดในอนาคต เพื่อแน่ใจว่า หลังจากสร้างสัญญาณพลังขึ้นแล้ว เมื่อได้รับการกระตุ้นพฤติกรรมที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการจะเกิดขึ้นอย่างแน่นอน และเกิดอย่างเป็นธรรมชาติ เป็นการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมใหม่กับการกระตุ้นเหตุการณ์ในอนาคต ดังนั้น เมื่อเหตุการณ์ในอนาคต ถูกกระตุ้นให้เกิด (โดยจินตนาการของผู้รับคำปรึกษา) จิตใต้สำนึกก็จะทำงานอัตโนมัติโดยกระตุ้นแล้วได้ผลลัพธ์เป็นพฤติกรรมใหม่ ตัวอย่างเช่น ถ้าพฤติกรรมใหม่ คือ ต้องการให้ตนเองมีความอดทนต่อเจ้านายมากขึ้น ผู้รับคำปรึกษาจะถูกกระตุ้นให้จินตนาการภาพประตูห้องทำงานของเจ้านายขึ้นมา เพื่อซักซ้อมว่าหลังจากเห็นภาพนั้น เขาจะมีพฤติกรรมความอดทนเกิดขึ้นหรือไม่

การก้าวนำไปสู่อนาคตเป็นขั้นตอนสุดท้ายของการให้คำปรึกษาด้วยทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเสมอ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะบอกผู้รับคำปรึกษาให้เขาจินตนาการถึงเหตุการณ์

ในอนาคต เมื่อเขาต้องการพลังทางบวก

6. Collapse the Anchors หมายถึง สภาวะตรงข้ามกันที่ถูกกระตุ้นขึ้นมา เป็นการสร้างสัญญาณพลังสองแบบที่ตรงข้ามกัน เช่น สภาวะพลังบวก (Positive State) กับ สภาวะพลังลบ (Negative State) สภาวะพลังลบ จะต้องถูกทะลายลงโดยสภาวะของพลังบวก แต่ระบบประสาทของมนุษย์ไม่สามารถจัดการกับสภาวะทั้งสองอย่างที่ตรงข้ามกันนี้ได้ ดังนั้น การจะทำลายสภาวะพลังลบที่ไม่ต้องการลงได้นั้น อย่างแรกผู้รับคำปรึกษาต้องกลับเข้าไปยังเหตุการณ์นั้น เพื่อสร้างสัญญาณพลังลบ แล้วกระตุ้นสัญญาณพลังบวกขึ้นมา ให้พลังด้านบวกและลบเกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน ประสิทธิภาพในขั้นตอนนี้จะเกิดขึ้นได้ดีนั้น สัญญาณพลังบวกควรจะมีความเข้มแข็งกว่าและมีมากกว่าสัญญาณพลังลบ แต่ถ้าไม่เป็นเช่นนั้น เป็นไปได้ว่าสัญญาณพลังบวกจะพ่ายแพ้ให้กับสัญญาณพลังลบ

เทคนิควงจรการเปลี่ยนแปลงความเชื่อ Dilts (1998) ศึกษาวงจรการเปลี่ยนแปลงความเชื่อในมนุษย์ อธิบายว่ามีหกขั้นตอน คือ มีความต้องการที่จะเชื่อ (Wanting to Believe) เปิดใจรับความเชื่อ (Open to Believe) ความเชื่อปัจจุบัน (Currently Believe) เปิดใจรับข้อกังขา (Open to Doubt) ความเชื่อเดิม (Used to Believe บางทีเรียกว่า พิพิธภัณฑ์ความทรงจำส่วนตัว : The Museum of Personal History) และความไว้วางใจ (Trust) อธิบายดังภาพที่ 2-6 (Dilts, 1998)



ภาพที่ 2- 6 วงจรการเปลี่ยนแปลงความเชื่อในมนุษย์ (Landscape of States Associated with the Belief Change Cycle)

จากภาพที่ 2-6 สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้หลายแบบ ง่ายที่สุด คือ ใช้อธิบายวิธีคิดในการสร้างความเชื่อใหม่ขึ้นมาโดยไล่ตามลูกศร โดยสรุปเป็นขั้นตอนได้ดังนี้

1. ขั้นแรกคุณจะอยู่ในตำแหน่ง "มีความต้องการที่จะเชื่อ" แล้วให้นึกถึง "ความเชื่อใหม่" ซึ่งคุณต้องมีความเชื่อมั่นต่อความเชื่อใหม่นั้นด้วย ให้ยึดความเชื่อใหม่นี้ไว้ในใจแล้วก้าวไปขั้นตอน "เปิดใจรับความเชื่อ" (ถ้าในขั้นตอนนี้ไม่ได้นึกถึงความเชื่อใหม่ แต่นึกถึงตัวบุคคล คนที่อยากให้เป็นพี่เลี้ยงหรือที่ปรึกษา คนผู้นั้นก็จะเป็นตัวแทนคุณก้าวสู่ขั้นต่อไป ซึ่งคุณจะมองเห็นภาพตัวเองผ่านสายตาของคน ๆ นั้น เมื่อก้าวไปสู่ขั้นตอนการเปิดใจรับความเชื่อ ความเชื่อใหม่ อาจหมายถึงความช่วยเหลือ หรือคำแนะนำก็ได้)

2. สัมผัสกับความรู้สึกของการเปิดใจรับความเชื่อซึ่งเป็นความเชื่อใหม่นั้น เมื่อซึมซับความรู้สึกนั้นอย่างเต็มที่แล้ว ให้ก้าวต่อไปที่ขั้นตอน "ความเชื่อปัจจุบัน" แล้วทำใจให้แน่วแน่นึกถึงความเชื่อใหม่ที่คุณต้องการ

3. ถ้าในระหว่างขั้นตอน "ความเชื่อปัจจุบัน" มีข้อขัดแย้งหรือข้อจำกัดใด ๆ เกิดขึ้นให้เก็บไว้ในใจ แล้วก้าวไปที่ขั้นตอน "เปิดใจรับข้อกังขา" แล้ววางข้อขัดแย้งหรือข้อจำกัดที่เกิดขึ้นไว้ที่ขั้นตอนนี้ (และเช่นกันถ้าความเชื่อใหม่ที่คุณเลือก หมายถึง ตัวบุคคลที่ต้องการให้เป็นพี่เลี้ยงหรือที่ปรึกษา คนผู้นั้นจะเป็นตัวแทนก้าวไปที่ขั้นตอน "เปิดใจรับข้อกังขา" คุณจะมองเห็นภาพตัวเองผ่านสายตาของคน ๆ นั้น และเขาก็จะเป็นคนเข้าสู่ขั้นตอน เปิดใจรับข้อกังขาที่เกิดจากความขัดแย้งหรือข้อจำกัดใด ๆ ซึ่งอาจเป็นคำแนะนำหรือความช่วยเหลือที่เป็นประโยชน์)

4. ก้าวไปขั้นตอน "ความไว้วางใจ" เพื่อตรวจสอบทางนิเวศวิทยา (Ecology Check) เป็นการพิจารณาอย่างรอบด้านกับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวคุณ พิจารณาทั้งด้านดีและประโยชน์ของความเชื่อใหม่กับข้อขัดแย้งหรือข้อจำกัดที่เกิดขึ้น ผลการพิจารณาอาจก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหรือขอให้คุณทบทวนความเชื่อใหม่อีกครั้ง ในการพิจารณานี้ถ้าพบว่าความเชื่อเก่ามีส่วนที่มีคุณค่าก็ต้องคงไว้หรือนำมาหลอมรวมกับความเชื่อใหม่

5. ย้อนกลับไปขั้นตอน "เปิดใจรับข้อกังขา" (ซึ่งคุณทิ้งข้อขัดแย้งหรือข้อจำกัดของความเชื่อเอาไว้) ให้คุณพาความตระหนักรู้ที่ได้รับมาจากขั้นตอน "ความไว้วางใจ" กับข้อขัดแย้งหรือข้อจำกัดของความเชื่อ นำทั้งสองอย่างไปไว้ที่ขั้นตอน "ความเชื่อเดิม" ซึ่งจะกลายเป็นพิพิธภัณฑ์ความทรงจำส่วนตัว (Museum of Personal History)

6. กลับไปขั้นตอน "ความเชื่อปัจจุบัน" อีกครั้ง มุ่งความสนใจไปยังความเชื่อใหม่ซึ่งต้องการให้เกิดขึ้น ให้สัมผัสประสบการณ์ รู้สึกถึงความมั่นใจและยึดถือในสิ่งที่คุณได้ตระหนักรู้หรือเรียนรู้ใหม่ ซึ่งเป็นสิ่งที่ค้นพบในระหว่างดำเนินการตามกระบวนการต่าง ๆ นี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

7. กลับไปขั้นตอน "ความไว้วางใจ" อีกครั้ง เพื่อทำการตรวจสอบทางนิเวศวิทยา เป็นการพิจารณาถึงการเปลี่ยนแปลงที่คุณได้ทำไป โปรดจำไว้ว่าสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เกิดเองโดยธรรมชาติ และดำเนินเป็นวัฏจักร กระบวนการต่าง ๆ มีความต่อเนื่องและเกี่ยวข้องกัน ซึ่งคุณต้องปรับตามความจำเป็น เพื่อให้เกิดความเหมาะสม พอเหมาะสำหรับตัวคุณและสิ่งแวดล้อมรอบตัวคุณ

ยังมีเทคนิคที่สำคัญของโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสอีกหลายเทคนิค ตัวอย่างเช่น เทคนิคสัญญาณพลังแบบดั้งเดิม (Classic Anchoring) เทคนิคการสร้างทรรศนะใหม่ใต้จิตสำนึกแบบองค์รวม (Global Unconscious Reframing) เทคนิคการสร้างความเปลี่ยนแปลง (Generative Change) เทคนิค Well Being Maximizer เทคนิครัศมีพลังแห่งตน (Personal Power Radiator) เทคนิคการวางแผนอนาคต (Future Planner) เทคนิคการวิเคราะห์ความฝัน (Dream Actualizer) เทคนิคการปรับมโนภาพ (Visual Kinesthetic Dissociation) เหล่านี้เป็นต้น

สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ขอกล่าวถึงเฉพาะเทคนิคสัญญาณพลังแบบดั้งเดิมและเทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวมซึ่งปรับโดย Prof. Villar

เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม (Global Anchoring : GA)

สัญญาณพลัง (Anchors) เกิดได้เองตามธรรมชาติ เมื่อมนุษย์เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น หรือสัมผัส มนุษย์จะจดจำบันทึกถึงความรู้สึกในขณะนั้น ความเป็นจริงในชีวิตประจำวันของมนุษย์สามารถจดจำหรือแสดงออกด้วยการใช้สัญญาณพลังโดยเราอาจไม่รู้ เช่น กลิ่นหอมของขนมปังอบพอได้กลิ่นเราก็จะหวนนึกไปถึงบ้านที่เราเคยอยู่ เคยได้รับความรักจากพ่อแม่ เป็นต้น มีหลาย ๆ คนเล่าว่าบางครั้งเวลาได้ยินเสียงเครื่องดนตรีบางชิ้น ทำให้พวกเขานึกย้อนกลับไปถึงครั้งแรกที่เขาเคยได้ยินเสียงดนตรีนั้น หวนกลับไปถึงความรู้สึกในขณะนั้นว่าพวกเขามีความรู้สึกอะไรเกิดขึ้นบ้าง ยกตัวอย่างเช่น ขณะขับรถถ้าคนขับมองกระจกส่องหลัง แล้วเห็นรถตำรวจทางหลวงจะเกิดการตอบสนอง เช่น ขับช้าลง หรือมองเข็มไมล์ เพื่อระวังไม่ให้เหยียบคันเร่งจนเร็วเกินไป ภาพของตำรวจทางหลวงที่มองเห็นผ่านกระจกส่องหลังนั้น เป็นการอธิบายถึงคำว่า สัญญาณพลังตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสนั่นเอง เมื่อคนขับมองเห็นตำรวจก็ทำให้เขาเกิดปฏิกิริยาตอบสนองโดยอัตโนมัติ (Bavister & Vickers, 2004, p. 92)

ความหมายของสัญญาณพลัง

Lankton (1980 cited in Villar, 1997a, p. 53) กล่าวว่า สัญญาณพลังเป็นสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดรูปแบบการตอบสนองที่ตรงกัน ที่แสดงออกมาทั้งภายในและภายนอกของบุคคลผ่านระบบประสาทสัมผัสทั้งห้า คือ รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส สัญญาณพลังเป็นการขยายความจากทฤษฎีสิ่งกระตุ้นและสิ่งเร้าพฤติกรรม แต่มีจุดสำคัญที่แตกต่างกัน คือ สัญญาณพลังไม่ต้องการเงื่อนไข ที่ต้องเกิดซ้ำ

หลาย ๆ ครั้งเพื่อทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการ

Bandler and Grinder (1982 cited in Villar, 1997a, p. 53) เทคนิคสัญญาณพลัง เป็นการจับคู่กันของประสบการณ์ในด้านลบกับแหล่งพลังทางบวก (Positive Resource) เพื่อช่วยบรรเทาความทุกข์ทรมาน ของผู้รับคำปรึกษา โดยให้ผู้รับคำปรึกษาได้กลับไปสู่สถานการณ์ที่เป็นปัญหา (Re-Experience) ได้กลับไปทบทวนถึงช่วงเวลานั้น กระบวนการของเทคนิคสัญญาณพลังประกอบไปด้วย การรับรู้ทางรูป (Visually) เสียง (Auditory) และสัมผัส (Kinesthetically) สำหรับ Bandler and Grinder นั้นพอใจกับการใช้สัมผัสเป็นสื่อ ในการสร้างสัญญาณพลังมากกว่า เพราะการใช้สัมผัสมีข้อดี คือไม่สามารถย้อนกลับหรือเบี่ยงเบนได้ (Irresistible)

Bavister and Vickers (2004, p. 92) สัญญาณพลังเป็นกระบวนการตอบสนองที่เกิดขึ้นภายในเป็นการจับคู่ หรือการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ภายในกับภายนอกสิ่งเหล่านี้เรียกว่า การสร้างสัญญาณพลัง เปรียบดังเช่นเรือที่ทิ้งสมอ (Anchor) ฝังลงสู่ท้องทะเล สมอเรือเปรียบเหมือน สัญญาณพลัง เป็นจุดยึดให้มนุษย์อ้างอิง หรือนำไปสู่ประสบการณ์เดิมที่เคยมี

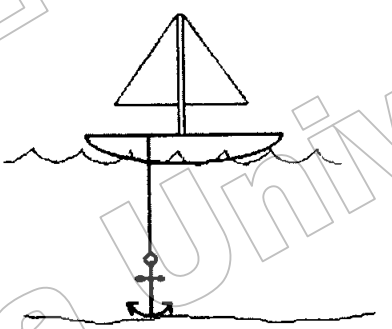
Dilts and DeLozier (n.d.) ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการหนึ่งที่มีความเกี่ยวพันกับการตอบสนองภายในของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมหรือภาวะทางจิตใจบางอย่างที่ถูกปลดปล่อยออกมา การตอบสนองนี้จะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว บางทีก็อาจถูกซ่อนอยู่

กล่าวได้ว่า “Anchoring” นี้เป็นกระบวนการที่คล้ายกับการวางเงื่อนไข (Conditioning) ซึ่งเป็นเทคนิคที่ Pavlov คิดค้นขึ้นมา เชื่อมโยงระหว่างเสียงกระดิ่งที่สุนัขได้ยินแล้วน้ำลายไหล ในมุมมองของนักพฤติกรรมนิยม การกระตุ้นและการตอบสนองเป็นสูตรสำเร็จที่ต้องเกิดคู่กัน การกระตุ้นของสิ่งแวดล้อมทำให้เกิดการตอบสนองทางพฤติกรรมที่เป็นพฤติกรรมเฉพาะและเกิดทุกครั้งเมื่อมีการกระตุ้น เป็นเหมือนปฏิกิริยาสะท้อนกลับ

แต่ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสจะอธิบายความสัมพันธ์กว้างกว่านั้น คือเป็นการเชื่อมโยงระหว่างโครงสร้างประสบการณ์ของมนุษย์มากกว่าเพียงแค่การกระตุ้นของสิ่งแวดล้อมและการตอบสนองทางพฤติกรรม ภาพที่ถูกบันทึกในความทรงจำจะทำหน้าที่เหมือนสมอเรือหรือสัญญาณพลัง ที่ช่วยกระตุ้นความรู้สึกที่อยู่ภายใน เช่น การสัมผัสขาจะกลายเป็นสัญญาณพลัง กระตุ้นให้เกิดจินตนาการทางภาพหรือความเชื่อในตัวคนนั้น โทนเสียงจะกลายเป็นสัญญาณพลังกระตุ้นให้เกิดความตื่นตัวหรือสร้างความมั่นใจได้เช่นกัน ผู้รับคำปรึกษาอาจจะอยู่ในภาวะจิตสำนึกขณะที่สร้างสัญญาณพลังกระตุ้นของตนเอง สัญญานพลังนี้เป็นเครื่องมือช่วยให้มนุษย์เสริมสร้างพลังในตนเอง (Self-Empowerment) เช่น ใช้ประโยชน์ในด้านกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ การเรียนรู้ เพิ่มสมาธิ หรือทำให้เกิดพลังทางบวกที่สำคัญอื่น ๆ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เทคนิคสัญญาณพลัง ถูกพัฒนาขึ้นในปี ค.ศ.1976 จากการที่ Bandler and Grinder ได้ศึกษาเทคนิคการสะกดจิตของ Milton Erickson และพบว่าภายหลังกระบวนการสะกดจิต Erickson ใช้การกระตุ้นเพื่อให้คนไข้ตื่นจากภวังค์ จากนั้นเขาจึงนำมาสร้างเป็นเทคนิคการกระตุ้นที่สัมพันธ์กับการทำงานภายในจิตมนุษย์โดยไม่ต้องเข้าสู่สภาวะของการสะกดจิตแต่อย่างใด คำว่า Anchor นี้ถือเป็นศัพท์เฉพาะในทางทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เปรียบเสมือนสมอเรือที่ถูกทิ้งจากลูกเรือลงสู่ทะเล ตรงจุดที่เขาคิดว่าจะช่วยถ่วงไม่ให้เรือลอยไปที่ไหน สัญญาณพลังเป็นการกระตุ้นทางจิต ไม่ใช่สาเหตุจากการกระตุ้นทางร่างกายแล้วทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนอง แต่สัญญาณพลังเป็นจุดที่จะใช้อ้างอิง (Reference Point) กระตุ้นการทำงานภายในของจิตใจมนุษย์ ดังเช่น สมอเรือที่ถูกทิ้งจากเรือลงสู่ท้องทะเลตรงจุดที่ได้ถูกกำหนดพิกัดไว้แล้วว่าจะช่วยยึดเรือให้อยู่กับที่ไม่ลอยหนีไปไหน ดังภาพที่ 2-7 (Dilts & DeLozier, n.d.)



ภาพที่ 2-7 เปรียบการสร้างสัญญาณพลังกับการทิ้งสมอเรือ

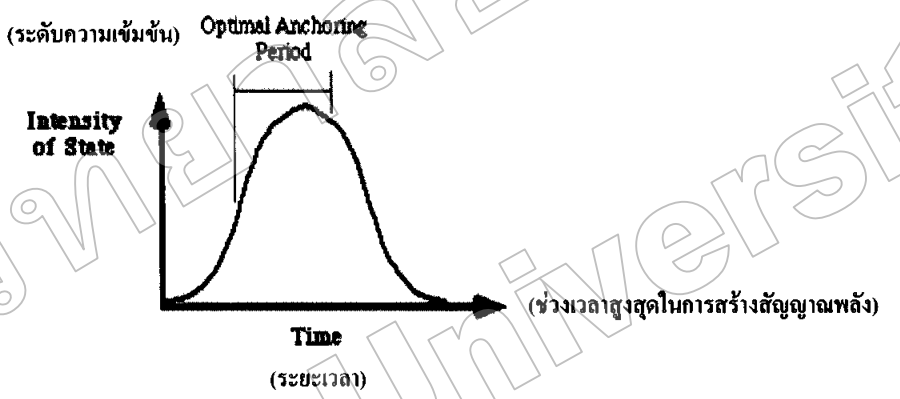
กระบวนการสร้างสัญญาณพลัง พื้นฐานสำคัญจะเกี่ยวข้องกับประสบการณ์สองอย่างที่เกิดในเวลาเดียวกัน รูปแบบพฤติกรรมที่ใช้วางเงื่อนไขจะถูกทำซ้ำ ๆ เพื่อให้เกิดความเข้มข้น เช่น ถ้าขอให้ใครเล่าประสบการณ์บางอย่างที่เจอให้ฟัง สังเกตว่าเขาจะเล่าอย่างออกรสชาติเหมือนกลับไปอยู่ในเหตุการณ์นั้น มีการเคลื่อนไหวท่าทาง ยกไหล่ประกอบ ต่อมาถ้าขอให้เล่าซ้ำเป็นครั้งที่สอง หรือสาม เขาก็จะเล่าอย่างออกรสชาติเช่นเดิมและมีการเคลื่อนไหวท่าทางยกไหล่ไปด้วยทุกครั้ง ซึ่งไหล่ที่ยกเคลื่อนไหวเป็นการเชื่อมโยงกับความสมจริงสมจังของเรื่องที่เขาเล่านั้นเอง

โดยสรุป เทคนิคสัญญาณพลัง หมายถึง กระบวนการกระตุ้นและตอบสนองผ่านการรับรู้ทางประสาทสัมผัส รูป เสียง สัมผัส นำผู้รับคำปรึกษากลับไปสู่เหตุการณ์ที่ดี ความรู้สึกที่ดีของตน เพื่อเสริมสร้างให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดพลังทางบวก และนำพลังบวกจัดการกับความเชื่อ หรือความรู้สึกที่ฝังแน่นในตัวผู้รับคำปรึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

องค์ประกอบสำคัญของการสร้างสัญญาณพลังที่มีประสิทธิภาพ

Bavister and Vickers (2004, p. 94) กล่าวถึงองค์ประกอบสำคัญในการสร้างสัญญาณพลังให้มีประสิทธิภาพ ประกอบไปด้วยเงื่อนไขห้าประการ ได้แก่ สิ่งกระตุ้นที่ใช้ต้องมีลักษณะเฉพาะเป็นเอกลักษณ์ (Unique of Stimulus) มีการตรวจสอบเปรียบเทียบพฤติกรรม (Calibrate) สัญญาณพลังต้องทำให้มีความชัดเจน (Make the Anchor Pure) เวลาที่เหมาะสม (Timing) พิจารณาสิ่งแวดล้อมหรือสถานที่ใช้สร้างสัญญาณพลัง (Context) ความสัมพันธ์ของเงื่อนไขห้าประการนี้ แสดงได้ดังภาพที่ 2-8 (Dilts & DeLozier, n.d.)



ภาพที่ 2-8 แสดงความสัมพันธ์ของช่วงเวลากับการสร้างสัญญาณพลัง

Bavister and Vickers (2004, pp. 94-96) ได้ให้คำอธิบาย เพื่อให้เกิดความเข้าใจในแต่ละเงื่อนไข ไว้ดังนี้

1. ความเป็นเอกลักษณ์ หมายถึง การเลือกสัญญาณพลังต้องเลือกสัญญาณที่ชัดเจนและมีความเฉพาะเจาะจงสื่อการทำงานกับสมองได้ สัญญาณพลังที่มีประสิทธิภาพต้องผสมผสานการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า เช่น สัญญาณพลังแบบสัมผัส (Kinaethetic Achors) เป็นรูปแบบที่ถูกเลือกใช้บ่อย เป็นการสัมผัสส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายผู้รับคำปรึกษา ส่วนที่มักถูกเลือก คือ เข่า (Knee) หรือ ข้อมือ (Wrists) เหตุผลที่ใช้นั้น ดังที่ Dilts and DeLozier (n.d.) อธิบายว่า “การจับมือ (Shaking Hand) หรือการตบไหล่นั้น เป็นการกระตุ้นที่ไม่มีเอกลักษณ์เพราะเป็นการทักทายที่เราใช้อยู่เป็นประจำ สัญญาณจะค่อนข้างอ่อนเทียบเท่ากับการแตะที่นิ้วเพียงเล็กน้อย” บริเวณที่จะสัมผัสต้องเลือกบริเวณที่ง่ายต่อการสัมผัสซ้ำ การผสมผสานร่วมกันระหว่างการสัมผัสเพื่อสร้างสัญญาณพลังกับการใช้โทนเสียงจะยิ่งช่วยให้สัญญาณพลังนั้น มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ถ้าผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ชายและผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้หญิง ควรมีการอธิบายให้เข้าใจก่อนเริ่มกระบวนการ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

นอกจากการสัมผัสซ้ำ ๆ จะช่วยให้สัญญาณเข้มข้นขึ้นแล้ว น้ำหนักมือที่ใช้สัมผัสก็มีผลทำให้สัญญาณพลังนั้นมีประสิทธิภาพที่ดีด้วยเช่นกัน

2. ระดับความเข้มข้น หมายถึง สัญญาณพลังที่ถูกสร้างขึ้นให้มีความเชื่อมโยงกันนั้นจะคงทนและมีประสิทธิภาพแค่ไหน ขึ้นกับระดับสภาพความพร้อมของผู้รับคำปรึกษา ก่อนที่ผู้ให้คำปรึกษาจะปล่อยมือที่สัมผัสออก ผู้รับคำปรึกษาควรอยู่ในสภาพที่มีระดับความเข้มข้นสูงที่สุด ความเข้มข้นนี้หมายถึง ความสมจริงสมจัง (Vivid) และความรู้สึกที่ชัดเจนของผู้รับคำปรึกษา เช่น การสร้างสัญญาณพลังที่จะเชื่อมโยงให้เกิดความเชื่อมั่น ผู้รับคำปรึกษาต้องระลึกกลับไปที่ประสบการณ์เดิมที่เคยทำให้เขาเกิดความเชื่อมั่น การกลับไประลึกถึงเหตุการณ์นั้นจะต้องระลึกได้ในระดับที่สามารถได้ยินเสียง มองเห็นภาพ มีความรู้สึก (Feeling) จมูกสัมผัสถึงกลิ่น รับรู้ถึงรสชาติที่เกิดในเหตุการณ์นั้น ถ้าทำได้ในระดับนี้ถือว่าสภาวะความพร้อมของผู้รับคำปรึกษาอยู่ในจุดสูงที่สุด มีระดับความเข้มข้นสูง (Highest Intensity) สัญญาณพลังที่สร้างก็จะมีประสิทธิภาพ

3. การตรวจสอบ เปรียบเทียบพฤติกรรม (Bavister & Vickers, 2004, pp. 108-109) เป็นรูปแบบการบ่งบอกพฤติกรรม (Noticing Patterns of Behavior) ซึ่ง O'Connor and McDermott เรียกว่า Calibration โดยอธิบายว่า "เป็นสัญญาณแสดงถึงทีท่า หรือสภาพผู้รับคำปรึกษาสามารถสังเกตได้จากการมองหรือการได้ยิน" เป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้ประสาทสัมผัสของตนพิจารณาท่าทางของผู้รับคำปรึกษาว่ามีลักษณะเป็นอย่างไร เป็นการเปรียบเทียบพฤติกรรมที่ผู้รับคำปรึกษาแสดงออกว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร ในแต่ละช่วงของกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาต้องให้ความสำคัญพยายามตรวจให้พบ หาให้เจอ อาจเป็นการแสดงออกเพียงเล็กน้อย เช่น ลักษณะการหายใจ น้ำเสียงหรือโทนเสียง ความดัง ความเบา สีผิว การเกร็งตัวของกล้ามเนื้อมัดเล็ก กิริยา ลักษณะท่าทางที่แสดงออกมา

ทักษะที่ใช้ในการตรวจสอบ เปรียบเทียบ สังเกตพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา (Calibration Skills) Bavister and Vickers (2004) รวบรวมไว้ดังนี้

- ลักษณะท่าทางอาการ (Posture) สังเกตว่าเวลาที่ผู้รับคำปรึกษา มีความตื่นตัว ผ่อนคลาย มีความสุข เศร้า หวาดกลัว สนุกสนาน ฯลฯ นั้นเขามีท่าทางการนั่ง การยืน เป็นอย่างไร

- กิริยาที่แสดงและการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เมื่อผู้รับคำปรึกษาอยู่ในภาวะจิตใต้สำนึกมีท่าทางการเคลื่อนไหว แสดงออกอย่างไร เช่น เขาใช้การเคาะนิ้วลงบนโต๊ะหรือไม่ หรือเวลาเขาพูดเขาขยับเท้าไปด้วยหรือเปล่า เขาทำมืออย่างไร วางมือในลักษณะไหน เหล่านี้เป็นต้น

- การหายใจ (Breathing) ลักษณะการหายใจเป็นอย่างไร การเคลื่อนไหวของทรวงอก หน้าท้อง ความสัมพันธ์ของจังหวะการหายใจ เมื่อเปลี่ยนไปแต่ละขั้นตอนในกระบวนการให้คำปรึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

- น้ำเสียง (Voice) สังเกตน้ำเสียง ความดัง จังหวะ ความสูง-ต่ำของเสียงที่ใช้

- สีผิว (Skin Tone) สังเกตการเปลี่ยนแปลงสีผิวของใบหน้า เมื่อเกิดความรู้สึกประหลาดใจ หรือการรอยยิ้ม ริ้วรอยต่าง ๆ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ บางคนเมื่ออารมณ์ถึงที่สุดใบหน้าอาจจะแดงเห็นได้ชัดเจน การเปลี่ยนแปลงความดันเลือดก็ส่งผลต่อสีผิวได้

- การแสดงออกทางสีหน้า (Facial Expression) การแสดงออกทางสีหน้ามีมากมาย เพียงแค่มีความประหลาดใจเล็กน้อยสีหน้าก็เปลี่ยนได้ ดังนั้น การสังเกตต้องใช้การพิจารณาเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด การแสดงออกเพียงเล็กน้อย (Micro Expression) อาจเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว เช่น การเกร็งตัวของกล้ามเนื้อมัดเล็กรอบดวงตา รอบริมฝีปาก สิ่งเล็กน้อยเหล่านี้สามารถแสดงสภาวะอารมณ์สภาพต่าง ๆ ของผู้รับคำปรึกษาได้

4. ความชัดเจน จะช่วยย้ำให้เกิดความแน่ใจว่าสัญญาณพลังที่สร้างขึ้นสามารถสื่อสารกับประสบการณ์ของผู้รับปรึกษาได้ ในขณะที่กำลังสร้างสัญญาณพลังผู้รับคำปรึกษาจะต้องสัมผัสได้ถึงความรู้สึกในขณะนั้น หมายความว่า ผู้รับคำปรึกษาจะต้องรับรู้ทุกขั้นตอนของกระบวนการ ผู้รับคำปรึกษาอาจมีความประหลาดใจหรือเกิดความสงสัย อาจไม่อยากเชื่อกระบวนการที่เกิดขึ้น หรืออาจเกิดความไม่แน่ใจ ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้จะมีเกิดขึ้นได้ ในขณะที่กำลังสร้างสัญญาณพลังไปจนกระทั่งสร้างเสร็จเรียบร้อย ถ้าผู้ให้คำปรึกษาใช้ภาษาชัดเจน สามารถเข้าใจง่าย ความสงสัยการซักถามจะมีเพียงเล็กน้อย ตัวอย่างเช่น ในขณะสร้างสัญญาณพลังเพื่อเชื่อมโยงกับความเชื่อมั่นไม่ควรตั้งคำถามกับผู้รับคำปรึกษาว่าสิ่งที่เขาเลือกนั้นใช้ได้หรือไม่ เพราะถ้าผู้ให้คำปรึกษาทำอย่างนั้นผู้รับคำปรึกษาอาจจะตอบว่า “ใช่” แต่ในขณะเดียวกันเขาก็จะเกิดข้อสงสัยว่า ตกลงแล้วสิ่งที่เขาเลือกใช้ได้หรือไม่ วิธีการช่วยให้มั่นใจว่าสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาเลือกนั้นเป็นสิ่งที่สมควรเหมาะสมหรือไม่ โดยใช้การสังเกตตรวจเทียบพฤติกรรมที่แสดงออกมา ก่อนที่จะผ่านไปยังขั้นตอนต่อไป

5. เวลาที่เหมาะสม หมายถึง สัญญาณพลังที่มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับการสร้างให้ถูกจังหวะเวลา เช่น ก่อนจะปล่อยมือที่สัมผัสออกต้องสังเกตว่าความพร้อมของผู้รับคำปรึกษาอยู่ในสภาพที่มีความเข้มข้นสูงสุดแล้วหรือยัง ถ้าทำถูกจังหวะก็จะเป็นการสร้างสัญญาณพลังให้เกิดขึ้น ซึ่งการสังเกตตรวจเทียบพฤติกรรมที่แสดงออกมา ถือเป็นขั้นตอนที่จำเป็นจะต้องปฏิบัติเพื่อเป็นเครื่องช่วยบอกว่าผู้รับคำปรึกษาพร้อมหรือยัง

6. สิ่งแวดล้อมหรือสถานที่ หมายถึง การสร้างสัญญาณพลังยังขึ้นกับสถานที่หรือสิ่งแวดล้อมในขณะสร้างสัญญาณพลัง การเรียงลำดับสาระสำคัญในเหตุการณ์อาจส่งผลต่อกระบวนการสร้างสัญญาณพลัง หรืออาจเป็นส่วนใดส่วนหนึ่งของสัญญาณพลังก็ได้ ถ้าต้องมีการกระตุ้นซ้ำควรทำในสิ่งแวดล้อมเดิม สถานที่เดิมจะเป็นตัวช่วยให้ฟื้นความทรงจำ (Recall) ได้ดี เพราะสิ่งแวดล้อมหรือสถานที่เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยเสริมสร้างความรู้สึกปลอดภัยในขณะสร้าง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

สัญญาณพลังได้เช่นกัน

ลำดับขั้นตอนที่จะช่วยให้กระบวนการสร้างสัญญาณพลังเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ (Bavister & Vickers, 2004, p. 96) มีดังนี้

1. ตอบให้ได้ว่าสัญญาณพลังที่ต้องการนั้นจะนำไปใช้ประโยชน์ในด้านใด หรือจะนำไปใช้เพื่อต้องการผลลัพธ์อะไร พิจารณาว่าจะเลือกใช้สภาวการณ์ใด สถานที่ใด สิ่งแวดล้อมแบบไหนในการสร้างสัญญาณพลัง

2. ค้นหาและสร้างสัญญาณในสภาพที่มีความต้องการที่สุด ตามเงื่อนไของค์ประกอบที่ช่วยให้สัญญาณพลังนั้นมีประสิทธิภาพ

3. ทดสอบว่าสัญญาณพลังที่สร้างมีประสิทธิภาพหรือไม่ โดยกระตุ้นสัญญาณพลังและสังเกตปฏิกิริยาการตอบสนองที่เกิดขึ้น

ขั้นตอนการสร้างสัญญาณพลังบวก

1. ระบุสถานการณ์ (Situation) ที่อยากให้มีพลังบวก (Resource) เกิดขึ้นอย่างมาก

2. เลือกพลังบวกที่ต้องการใช้กับสถานการณ์นั้น ตัวอย่างเช่น เลือกว่าพลังบวกที่ต้องการคือ ความมั่นใจ

3. ระลึกย้อนกลับไป ค้นหาช่วงเวลาที่เคยมีประสบการณ์เคยเกิดพลังบวกอย่างที่ต้องการ จินตนาการให้เห็นถึงภาพที่เคยเห็น ได้ยินเสียงที่เคยได้ยิน รู้สึกอย่างที่เคยรู้สึกกับประสบการณ์นั้น ถ้าทำได้สำเร็จแล้วให้หยุดไว้ก่อน

4. เลือกสัญญาณพลังสามชนิด ประกอบด้วย การสัมผัส การมองเห็นภาพ และการได้ยิน โดยการสัมผัสให้เลือกบริเวณร่างกายส่วนที่ไม่ค่อยถูกสัมผัสบ่อยนัก เช่น อาจเป็นที่ใบหูก็ได้ การมองเห็นภาพสามารถใช้การจินตนาการย้อนความทรงจำกลับไปยังเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้น การได้ยินเสียงสามารถใช้เสียงที่ชอบ หรือคำบางคำ เช่น ออกเสียงคำว่า “ความมั่นใจ” โดยไม่ต้องเปล่งเสียงดังมากนัก

5. เริ่มต้นโดยการย้อนกลับไประลึกถึงประสบการณ์เดิมที่จะใช้สร้างพลังบวก เมื่อสัมผัสกับประสบการณ์นั้นอย่างเต็มที่ถึงจุดสูงสุด (Fully Re-Experience) ให้เริ่มต้นเชื่อมโยงสัญญาณพลังสามอย่าง ที่ได้เลือกไว้ในข้อที่สี่

6. เมื่อเชื่อมโยงเสร็จแล้วให้หยุดขั้นตอนการเชื่อมโยง เพื่อออกจากสภาวะการเชื่อมโยงระหว่างประสบการณ์กับสัญญาณพลัง

7. เริ่มต้นทำข้อที่ห้าอีกครั้ง (เริ่มกระบวนการย้อนระลึกถึงประสบการณ์ เมื่อสัมผัสกับประสบการณ์นั้นอย่างเต็มที่แล้ว ก็ให้เชื่อมโยงเข้ากับสัญญาณพลัง)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

8. ทดสอบความสัมพันธ์ที่ทำการเชื่อมโยงไว้ (ระหว่างสัญญาณพลังกับประสบการณ์) โดยการกระตุ้นสัญญาณพลัง ถ้าปรากฏว่าเกิดความรู้สึกสัมผัสได้ถึงพลังบวกที่ต้องการแสดงว่าสำเร็จแล้ว แต่ถ้าไม่เกิดขึ้นก็ให้กลับไปทำซ้ำข้อที่ 5-7 อีกครั้ง

9. ลองเลือกสถานการณ์หลาย ๆ แบบที่ต้องการจะให้มีพลังบวกเกิดขึ้นกับสถานการณ์เหล่านั้น ลองจินตนาการดูทีละขั้นว่า พอกระตุ้นสัญญาณพลังแล้วทำให้เกิดการเชื่อมโยงสร้างพลังบวกขึ้นมาเองโดยอัตโนมัติ

การสร้างสัญญาณพลังแบบองค์รวม

เดิมนั้น การใช้เทคนิคสัญญาณพลังตามแบบของ Bandler and Grinder จะเริ่มต้นด้วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ย้อนกลับไปที่สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหาก่อน ซึ่ง Prof. Villar เรียกว่าเทคนิคสัญญาณพลังแบบดั้งเดิม (Classic Anchoring) ซึ่งมีรูปแบบการปฏิบัติตามขั้นตอน ดังนี้ (Villar, 1997a, pp. 55-56)

เทคนิคสัญญาณพลังแบบดั้งเดิม

1. ให้ผู้รับคำปรึกษากลับไปที่สถานการณ์ที่เป็นปัญหา โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "ขอให้คุณคิดถึงเหตุการณ์ที่ทำให้คุณรู้สึกไม่ดีอยู่ในปัจจุบันนี้ ให้กลับไปเห็นภาพที่เคยเห็น ... ได้ยินสิ่งที่เคยได้ยิน ... รู้สึกอย่างที่เคยรู้สึกเผชิญกับเหตุการณ์นั้น"

2. สร้างสัญญาณพลังลบ โดยเชื่อมโยงสัญญาณพลังกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหา ซึ่งผู้รับคำปรึกษากำลังคิดถึงอยู่ (ผู้ให้คำปรึกษาวางมือซ้ายสัมผัสเข่าขวาของผู้รับคำปรึกษา) ผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ " คุณกลับไปเห็นเหตุการณ์ที่ทำให้คุณรู้สึกไม่ดีได้เห็นภาพที่เคยเห็น ... ได้ยินสิ่งที่เคยได้ยิน ... รู้สึกอย่างที่เคยรู้สึกกับเหตุการณ์นั้น" (ยกมือซ้ายออกจากเข่าขวา)

3. ให้ผู้รับคำปรึกษาคิดถึงพลังบวกที่ต้องการเพื่อใช้จัดการกับเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกไม่ดี ผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "ขอให้คุณคิดถึงความเข้มแข็ง พลังที่ดีที่คุณคิดว่าจะใช้จัดการกับเหตุการณ์ไม่ดีนั้น และช่วยให้คุณได้ผลลัพธ์ที่ดีอย่างที่คุณต้องการ"

4. ให้ผู้รับคำปรึกษาได้กลับไปสัมผัสพลังบวกที่ต้องการ โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "ถ้าในอดีตคุณเคยมีความเข้มแข็ง มีพลังที่ดี ขอให้คุณได้กลับไปที่ช่วงเวลานั้นอีกครั้ง ได้เห็นสิ่งที่เคยเห็น ... ได้ยินสิ่งที่เคยได้ยิน ... รู้สึกอย่างที่เคยรู้สึก ... เคยใช้ความเข้มแข็ง พลังที่ดีนั้น แต่ถ้าคุณไม่เคยมีประสบการณ์ความเข้มแข็ง ยังไม่เคยใช้พลังที่ดีมาก่อน ขอให้คุณจินตนาการว่าถ้าคุณมีความเข้มแข็งแบบนั้น มีพลังที่ดีแบบนั้นแล้ว คุณจะรู้สึกอย่างไร"

5. สร้างสัญญาณพลังบวก โดยเชื่อมโยงสัญญาณพลังในขณะที่ผู้รับคำปรึกษากำลังสัมผัสประสบการณ์ที่เป็นพลังบวก หรือความเข้มแข็งนั้นอยู่ โดยผู้ให้คำปรึกษาวางมือขวาสัมผัสเข่าซ้ายของผู้รับคำปรึกษาและกล่าวว่า "คุณรู้สึกถึงความเข้มแข็ง มีพลังที่ดี ได้เห็นสิ่งที่เคยเห็น ... ได้ยิน

สิ่งที่เคยได้ยิน ... รู้สึกอย่างที่เคยรู้สึก ... มีความเข้มแข็ง มีพลังที่ดีอย่างที่คุณเคยมี" (ยกมือขวาออกจากเข่าซ้าย)

6. ทะลายสัญญาณพลัง ผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "ขอให้คุณกลับไปที่เหตุการณ์ที่ไม่ดี ที่เป็นปัญหานั้น" พูดพร้อมกับสัมผัสบริเวณที่สร้างสัญญาณพลังลบ (วางมือสัมผัสเข่าขวา) "ให้คุณนำพลังที่ดี ความเข้มแข็งที่คุณมีกลับเข้าไปด้วย" พร้อมกับสัมผัสบริเวณที่สร้างสัญญาณพลังบวกและลบพร้อมกัน (วางมือสัมผัสที่เข่าทั้งสองข้างพร้อมกัน)

7. ก้าวนำไปสู่อนาคต เพื่อสอนให้ผู้รับคำปรึกษาได้จดจำไว้ว่าจะนำพลังบวกที่มีไปใช้กับเหตุการณ์อื่นได้อย่างไร ผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "จากนี้ต่อไป เมื่อไหร่ก็ตามที่คุณได้เห็นภาพ ได้ยินเสียง หรือรู้สึกกับเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกไม่ดี เป็นปัญหา" (วางมือซ้ายสัมผัสเข่าขวา) "ขอให้คุณนำพลังที่ดี ความเข้มแข็งไปกับคุณด้วย" (วางมือสัมผัสเข่าทั้งสองข้างพร้อมกัน)

Prof. Villar นำเทคนิคทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสใช้กับผู้รับคำปรึกษาหลายครั้ง ทำให้เธอได้ค้นพบว่าปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนเรานั้น มักเริ่มต้นจากปัญหาที่แก้ไม่ได้ หรือความเจ็บปวดที่ก่อตัวมานานจนยากจะเยียวยา ซึ่งเรื่องแบบนี้เกิดขึ้นได้เสมออาจเกิดจากครอบครัว เพื่อนบ้าน หรือที่โรงเรียน ประสบการณ์แบบนี้นับได้ไม่ถ้วน ไม่พึงปรารถนา และทำลายล้างทัศนคติที่ดีไปหมดสิ้น ซึ่งคนที่ประสบก็จะไม่อยากจำ พยายามลืมแล้วก็จะฝังเอาไว้ลึกที่สุดจนดูเหมือนจะลืมได้ แต่ผลกระทบก็ยังคงอยู่ ตามมารบกวนและมีอิทธิพลต่อบุคคลนั้น เนื่องด้วยมันเป็นปมปัญหาที่ซับซ้อนและเกี่ยวพันกันนั่นเอง จากประสบการณ์ Prof. Villar จึงชอบที่จะใช้เทคนิคสัญญาณพลังเพื่อซ่อมแซมแก้ไขสิ่งที่ถูกทำลาย จากประสบการณ์ไม่ดี และเรียกว่าเป็นการจัดการแบบองค์รวม (Global) เพราะเข้าไปแก้ไขได้กับทุกประสบการณ์ปวดร้าวที่เกิดตั้งแต่วัยเด็ก โดยรวบรวมพลังบวกก่อน เพื่อนำไปช่วยลบล้างประสบการณ์อันเลวร้าย (Villar, 1997a, p. 100) ทั้งหมดนี้คือที่มาของเทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม

โดยสรุป สัญญาณพลังแบบองค์รวม หมายถึง กระบวนการเชื่อมโยงระหว่างการกระตุ้นและปฏิกิริยาการตอบสนองโดยผ่านระบบประสาททั้งห้าซึ่งเกิดขึ้นเอง ปราศจากเงื่อนไขหรือการเสริมแรง โดยนำให้ผู้รับคำปรึกษากลับไปสู่เหตุการณ์ที่ดีก่อนเพื่อรวบรวมพลังที่ดี ความรู้สึกที่ดี เหตุการณ์ในชีวิตที่รู้สึกถึงความมั่นคง และความประทับใจ แล้วจึงเลือกเหตุการณ์ที่ต้องการเข้าไปลบล้างปัญหาหรือความรู้สึกส่วนที่ไม่ดีให้ออกไปจากตัวผู้รับคำปรึกษา

โปรแกรมการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวมนี้ ผู้วิจัยปรับจากเทคนิค Global Anchoring ของ Prof. Villar เป็นแนวทางสร้างโปรแกรมให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ศึกษา ประกอบด้วยขั้นตอน ดังนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ขั้นตอนที่ 1. ให้ผู้รับคำปรึกษาอยู่ภาวะผ่อนคลายและคิดถึงแหล่งพลังบวกที่ต้องการเพื่อรวบรวมนำมาใช้จัดการกับเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ที่ทำให้รู้สึกไม่ดี

โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวดังนี้ "ขอให้ท่านหลับตา .... เมื่อท่านหลับตาแล้ว .... ขอให้ท่านนึกถึงลักษณะของคนในความคิดท่าน .... คนที่มีบุคลิกลักษณะอย่างที่ท่านอยากจะเป็น .... คนที่มีพลัง .... คนที่สามารถทำสิ่งดี ๆ อย่างที่ต้องการจะทำ .... อารมณ์ดี .... สนุกสนาน .... มีความรู้สึกภาคภูมิใจ.... มีเหตุผล .... ยอมรับการเปลี่ยนแปลงหรือความคิดใหม่ ๆ .... ปฏิบัติตามกฎระเบียบ.... ควบคุมอารมณ์ได้ .... มีความซื่อสัตย์ .... จริงใจ .... พึ่งตนเองได้ .... มีความพยายามและอดทน.... ยอมรับนับถือในตนเอง ....ได้รับยอมรับจากเพื่อน ๆ.... มีความเครียดน้อย .... แก้ปัญหาได้ดี .... อารมณ์มั่นคง .... มีความรอบคอบในการเรียน .... ไม่กลัวในสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น .... เผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ด้วยความกล้าหาญ .... ถ้าท่านนึกได้แล้วให้พยักหน้า"

ขั้นตอนที่ 2. ให้ผู้รับคำปรึกษาได้สัมผัสพลังบวกที่ต้องการ

โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "แล้วลองนึกดูสิว่า .... ถ้าท่านได้มีลักษณะที่เข้มแข็งแบบนั้น .... มีความสามารถแบบนั้น .... ขอให้ท่านได้เห็นภาพ .... ได้ยินเสียง .... รู้สึกอย่างที่ท่านจะรู้สึกถ้าท่านมีท่านสมบัติอย่างนั้นบ้าง ตัวท่านจะมีลักษณะท่าทางอย่างไง .... ปฏิบัติตัวอย่างไง ...."

ขั้นตอนที่ 3. สร้างสัญญาณพลังบวก โดยเชื่อมโยงสัญญาณพลังในขณะที่ผู้รับคำปรึกษากำลังสัมผัสกับประสบการณ์ที่มีพลังบวก หรือความเข้มแข็งนั้นอยู่

โดยผู้ให้คำปรึกษาวางมือขวาสัมผัสเข่าซ้ายของผู้รับคำปรึกษาและกล่าวประโยคต่อไปนี้ ".... ท่านสัมผัสได้ถึงความรู้สึกดี ๆ .... มั่นใจ .... มีความเข้มแข็ง .... กล้าหาญ .... สงบ .... สบาย .... ปลอดภัย .... ที่ได้รู้ว่าท่านมีลักษณะที่ดี .... มีท่านสมบัติแบบนั้น..."

ขั้นตอนที่ 4. สร้างสัญญาณพลังบวกซ้ำ ๆ ในขณะที่ผู้รับคำปรึกษากำลังสัมผัสกับประสบการณ์ที่มีพลังบวก หรือความเข้มแข็งนั้น

โดยผู้ให้คำปรึกษายังคงใช้มือขวาสัมผัสเข่าซ้ายของผู้รับคำปรึกษา และกล่าวประโยคต่อไปนี้ "... ท่านรู้สึกดี .... เข้มแข็ง .... ปลอดภัย .... มีความมั่นใจ .... รู้สึกภาคภูมิใจ .... ที่ตัวท่านมีลักษณะที่ดีแบบนั้น .... เข้มแข็งอย่างนั้น .... มีความสามารถอย่างนั้น .... ได้รับการยกย่อง .... ชมเชย .... เป็นที่ยอมรับของคนรอบข้าง .... ที่ท่านสมบัติดี ๆ อย่างนั้นอยู่ในตัวท่าน" (ยกมือขวาออกจากเข่าซ้าย)

ขั้นตอนที่ 5. ให้ผู้รับคำปรึกษานึกถึงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา หรือทำให้รู้สึกไม่พึงพอใจ

โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "ขอให้ท่านคิดถึงเหตุการณ์ที่ทำให้ท่านรู้สึก

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ไม่ดี .... รบกวนท่านอยู่ในปัจจุบันนี้ .... ให้กลับไปเห็นภาพที่เคยเห็น .... ได้ยินสิ่งที่เคยได้ยิน .... รู้สึกอย่างที่เคยรู้สึกกับเหตุการณ์นั้น ..."

ขั้นตอนที่ 6. สร้างสัญญาณพลังลบ โดยเชื่อมโยงสัญญาณพลังกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาซึ่งผู้รับคำปรึกษากำลังคิดถึงอยู่

โดยผู้ให้คำปรึกษาวางมือซ้ายสัมผัสเข่าขวาของผู้รับคำปรึกษาและกล่าวประโยคต่อไปนี้ "...ท่านรู้สึกไม่แจ่มใส .... ท้อแท้ .... เศร้า .... หดหู่ .... ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ .... อ้างว้าง .... โดดเดี่ยว .... ท้อถอย .... เครียด .... หมดทนทาง .... รู้สึกกลัว .... ไม่กล้าเผชิญ" (ยกมือซ้ายออกจากเข่าขวา)

ขั้นตอนที่ 7. ทะลายสัญญาณพลัง จัดการทะลายสัญญาณพลังลบโดยใช้สัญญาณพลังบวกที่ผู้รับคำปรึกษามี ด้วยการกระตุ้นสัญญาณพลังทั้งบวกและลบให้เกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน

โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวดังนี้ "ตอนนี้ขอให้ท่านนึกถึงคนในความคิดท่าน ที่มีลักษณะดี ๆ อย่างที่ท่านอยากเป็น จินตนาการถึงตัวท่านเมื่อท่านมีท่านสมบัติที่ดี เข้มแข็งแบบนั้นอีกครั้ง สัมผัสถึงความรู้สึกมั่นใจ .... เห็นภาพตัวเองที่เข้มแข็ง .... กล้าหาญ .... ท่านรู้สึกปลอดภัย .... ภาคภูมิใจ .... ที่ตัวท่านมีลักษณะที่ดีแบบนั้น .... เข้มแข็งและมีความสามารถอย่างนั้น ...." (วางมือขวาสัมผัสเข่าซ้าย) ".... มีไหวพริบ .... รอบคอบ .... มั่นใจในสิ่งที่กระทำ .... ได้รับการยกย่อง .... ชมเชย .... เป็นที่ยอมรับของคนรอบข้าง .... ขอให้ท่านนำท่านสมบัติที่ดีอย่างนั้น .... ความรู้สึกดี ๆ อย่างนั้นไปกับท่านด้วย .... เมื่อต้องท่านต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่ดี .... ท่านไม่ชอบ .... รู้สึกยุ่งยากใจ .... เหตุการณ์ที่ทำให้ท่านรู้สึกแย่ .... " (วางมือขวาและซ้ายสัมผัสเข่าขวาและซ้ายพร้อมกัน) "นำความมั่นใจ .... ความเข้มแข็ง .... กล้าหาญ .... ร่าเริง.... เป็นที่ยอมรับของคนรอบข้าง ....ที่ได้จากความรู้สึกเมื่อมีท่านสมบัติดี ๆ อยู่ในตัวท่าน .... เป็นคนมีความสามารถ .... มีความอดทน .... เพียรพยายาม .... ตัดสินใจด้วยความกล้าหาญ .... รอบคอบ" (ยกมือซ้ายและขวาออกจากเข่าทั้งสองข้าง)

ขั้นตอนที่ 8. ก้าวนำไปสู่อนาคต เพื่อสอนให้ผู้รับคำปรึกษาได้จดจำไว้ว่าจะนำพลังบวกที่มีไปใช้กับเหตุการณ์อื่นได้อย่างไร

โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวประโยคต่อไปนี้ "จากนี้ต่อไป ... เมื่อไหร่ก็ตามที่ท่านได้เห็นภาพ .... ได้ยินเสียง .... หรือรู้สึกแย่กับเหตุการณ์ที่ไม่ดี .... เป็นปัญหา..." (วางมือซ้ายสัมผัสเข่าขวา) ".... ทำให้ยุ่งยากใจ .... ขอให้นำท่านสมบัติที่ดีของคนในความคิดท่าน .... ความรู้สึกมั่นใจ .... ความรู้สึกดี ๆ ไปกับท่าน" (วางมือขวาและซ้ายสัมผัสเข่าซ้ายและขวาพร้อมกัน) "นำความรู้สึกเข้มแข็ง .... กล้าหาญ .... รอบคอบ .... มั่นใจ.... ความรู้สึกดีๆ ไปกับตัวท่าน" (ยกมือซ้ายและขวาออกจากเข่าทั้งสองข้าง)

ขั้นตอนที่ 9. ยุติกระบวนการ

ปล่อยให้ผู้รับคำปรึกษายังคงหลับตาไว้สักครู่ เพื่อคงความรู้สึกที่ดีพึงพอใจ แล้วขอให้ผู้รับคำปรึกษาลืมตาช้า ๆ สอบถามความรู้สึกสบายและผ่อนคลายหลังจบกระบวนการ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

งานวิจัยต่างประเทศ

ในต่างประเทศมีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสตั้งแต่ปี ค.ศ. 1980 โดยศึกษาผลของทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสในหลาย ๆ ด้าน (Beer, n.d.) ดังเช่น

ด้านสุขภาพ: มีงานวิจัยในประเทศเดนมาร์กที่ใช้ระยะเวลาในการศึกษานาน 1 ปี (เดือน พฤษภาคม ปี ค.ศ. 1993- เดือน พฤษภาคม ปี ค.ศ. 1994) โดยศึกษาผลการใช้ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสกับผู้ป่วยโรคหอบ พบว่ามีประสิทธิภาพดี ภายหลังกลุ่มตัวอย่างได้รับการบำบัดด้วยทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเฉลี่ยประมาณ 13 ชั่วโมง พบว่า ความจุปอดดีขึ้น เพิ่มเป็น 200 มล. และการใช้ยาพ่นลดลง สามารถนอนหลับได้นานขึ้นกว่าเดิม และยังมีงานวิจัยชิ้นอื่นที่พบผลดี เช่น ในผู้ป่วยภาวะความดันโลหิตสูง เป็นต้น

การให้คำปรึกษาแบบกระชับ (Brief Therapy) : David Muss ได้นำเทคนิคทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส บำบัดผู้ป่วยที่มีภาวะ Phobias และ ผู้ป่วยภายหลังประสบภัยพิบัติ (PTSD : Post Traumatic Stress Disorder) เมื่อ ปี ค.ศ. 1991 กลุ่มตัวอย่างเป็นตำรวจที่มีอาการหวาดกลัวการวางระเบิดบนเครื่องบิน ภายหลังบำบัดเขารายงานผลใน British Journal of Counselling Psychology ว่าได้ผลดีกับกลุ่มตัวอย่างทุกราย โดยได้รับการบำบัดมากที่สุดสามครั้งต่อคน ต่อมาในปี ค.ศ.1998 ประเทศนิวซีแลนด์ Bolstad and Hamblett ได้ฝึกอบรมนักจิตบำบัดด้วยเทคนิคโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เพื่อช่วยเหลือผู้ที่รอดจากสงคราม Bosnia and Kosovo พบว่าได้ผลดีภายหลังใช้เวลาบำบัดเพียงสองวัน

เพิ่มความสามารถในการขาย (Sales Performance) : ที่มหาวิทยาลัยโอเรกอนศึกษาการใช้เทคนิคทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสกับผู้ที่มีอาชีพเป็นเซลล์ พบว่าประสบผลสำเร็จเป็นอย่างสูง และได้เปรียบเทียบวิธีการที่เขาใช้กับที่เซลล์คนอื่นใช้ พบว่าผู้ที่เป็นเซลล์อันดับต้น ๆ ส่วนใหญ่ใช้ภาษาที่กระชับ ตรงเป้าหมายมากกว่า

ด้านกีฬา : ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสใช้เพิ่มความสามารถให้กับนักกีฬาได้ เช่น Ian Woosnam นักกอล์ฟ มือหนึ่งของโลก ปี ค.ศ. 1991 และเป็นแชมป์ US Masters

พัฒนาบุคลากร : ปี ค.ศ. 1990 และ 1992 นิตยสาร Psychological Reports Magazine Published Research ได้ตีพิมพ์ผลของการฝึกทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส พบว่า ผู้เข้ารับการอบรมมีความสามารถด้านการรับสัมผัสดีขึ้นเป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิต ลดระดับความวิตกกังวล และเพิ่ม "Self-Actualization"

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

Brandis (1986) ศึกษาผลการบำบัดด้วยทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เพื่อลดความโกรธของผู้ปกครองต่อบุตรหลาน โดยใช้เทคนิคพลังสัญญาณ ผลการศึกษา พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงในระดับที่ค่อนข้างสูง

Sabandal (1977 อ้างถึงใน พวงทอง อินใจ, 2544) ได้ศึกษาผลการใช้เทคนิคการปรับมโนภาพ สัญญาณพลังแบบองค์รวมและการสร้างทรรศนะใหม่ใต้จิตสำนึกแบบองค์รวมต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศในกลุ่มชายรักร่วมเพศ พบว่าเทคนิคการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ได้ผลดีในการถอดถอนพฤติกรรมรักร่วมเพศที่ไม่ต้องการในกลุ่มชายรักร่วมเพศได้อย่างรวดเร็ว ส่วนการมีพฤติกรรมรักต่างเพศ ต้องได้รับการประเมินต่ออีก 3 เดือน ผลการศึกษาแสดงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมรักต่างเพศ แบบไม่รู้ตัวในทิศทางบวกหลังการรักษาในคลินิก

งานวิจัยในประเทศไทย

จุฑามาศ แหนจอน (2544) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของเยาวชนคดียาเสพติดในบ้านเยาวชนบูรพา โดยใช้เทคนิคการสร้างทรรศนะใหม่ใต้จิตสำนึกแบบองค์รวม กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนชายคดียาเสพติด อายุระหว่าง 17-19 ปี กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นจำนวน 2 ครั้ง ครั้งละ 40-60 นาที ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองเยาวชนชายคดียาเสพติดมีคุณค่าแห่งตนภายหลังได้รับคำปรึกษาและในระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

พวงทอง อินใจ (2544) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของนิสิต คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพาโดยใช้เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตพยาบาล ชั้นปีที่ 3 เพศหญิง กลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษารายบุคคล จำนวน 2 ครั้ง ครั้งละ 40-60 นาที ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลอง กล่าวคือ นิสิตกลุ่มทดลองมีคะแนนคุณค่าแห่งตนภายหลังได้รับคำปรึกษาระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วิชชุดา บำรุงยศ (2544) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายของผู้ป่วยเอดส์โดยใช้เทคนิคการปรับมโนภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยเอดส์ จำนวน 10 ราย กลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษา 2 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที พบว่าเทคนิคการให้คำปรึกษาสามารถลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยเอดส์ในระยะที่มีอาการสัมพันธ์กับเอดส์และผู้ป่วยเอดส์ระยะสุดท้ายได้ดี มีความคงทน โดยกลุ่มทดลองมีระดับความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าในระยะก่อนการทดลอง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ธัญญาภรณ์ ธนพานิช (2545) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อลักษณะมุ่งอนาคตของเยาวชนในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชนโดยใช้เทคนิคการวางแผนอนาคต กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดชลบุรี กลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษารายบุคคล คนละ 2 ครั้ง ครั้งละ 45-60 นาที พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เยาวชนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตในระยะหลังทดลอง ระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วราวุธ ไชยสุวรรณ (2545) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความท้อแท้ของนักเรียนพลตำรวจ โดยใช้เทคนิคสร้างทรรศนะใหม่โดยจิตสำนึก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนพลตำรวจ โรงเรียนตำรวจภูธร จังหวัดชลบุรี โดยกลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษารายบุคคล คนละครั้ง ครั้งละ 40 นาที พบว่าคะแนนความท้อแท้ของกลุ่มทดลองภายหลังการทดลองและระยะติดตามตามผลต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิต ผู้วิจัยเสนอแนะข้อดีว่า เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่ต้องการเข้าภวังค์ ช่วยลดความขัดแย้งระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาได้ สามารถความท้อแท้ของนักเรียนพลตำรวจได้

อัจฉรา ภักดีพินิจ (2545) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศด้วยเทคนิครัศมีพลังแห่งตน กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กหญิงที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ อายุ 13-18 ปี โดยกลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษารายบุคคลทั้งสิ้น 2 ครั้ง ครั้งละ 40-60 นาที พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนคุณค่าแห่งตนในระยะหลังทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมโดยไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีคะแนนคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการวิจัย ผู้วิจัยกล่าวว่า การใช้วิธีการของเทคนิครัศมีพลังแห่งตน ถ้าให้เวลาในการปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกแล้ว มีแนวโน้มที่จะช่วยเสริมสร้างคุณค่าแห่งตนให้กับเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศได้ และผู้วิจัยเสนอแนะว่า ผู้ที่มีบาดแผลในชีวิตที่รุนแรง เทคนิคการให้คำปรึกษาเทคนิคเดียวอาจไม่เพียงพอในการที่จะบำบัดรักษา ควรฝึกเทคนิคอื่นเพิ่มเติมด้วย

พระสมเด็จ สุขสมบูรณ์ (2546) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความเครียดของสามเณรนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้เทคนิคสัญญาณพลัง กลุ่มตัวอย่างเป็นสามเณรศึกษาศาสนศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 กลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษารายบุคคล รูปละ 2 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง

และระยะเวลาการทดลอง กล่าวคือ สามเณรที่ได้รับคำปรึกษาด้วยเทคนิคสัญญาณพลังมีความเครียดในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จุฑาธิป เหมินทร์ (2547) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายโดยใช้หลายเทคนิคร่วมกัน ได้แก่ เทคนิคการสร้างทรรศนะใหม่ใต้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิครัศมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายและเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลบางบ่อ กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแต่เทคนิคห่างกันทุก ๆ สองวัน รวม 3 ครั้ง พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับคำปรึกษามีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสูงกว่าระยะก่อนทดลอง โดยผู้วิจัยสรุปว่า เทคนิคทรรศนะใหม่ใต้จิตสำนึกแบบองค์รวมช่วยขยายการรับรู้ ปรับแก้ความคิด ความรู้สึก มองปัญหาในแง่มุมใหม่และสามารถเลือกแนวทางแก้ปัญหาได้ ส่วนเทคนิครัศมีพลังแห่งตนช่วยให้ค้นพบความสามารถ ความถนัดที่ซ่อนอยู่และรับรู้ว่าตนเองมีศักยภาพ และเทคนิควางแผนอนาคตเป็นเทคนิคที่นำบุคลิกลักษณะเด่น ความถนัด ความต้องการและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ มาประกอบ การจินตนาการขั้นตอนการปฏิบัติเพื่อวางแผนอนาคตของตนเองให้บรรลุเป้าหมายได้

เบญจวรรณ ทรัพย์คง (2547) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อภาวะซึมเศร้าของหญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวีโดยใช้ เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม เทคนิคการสร้างทรรศนะใหม่ใต้จิตสำนึกแบบองค์รวมและเทคนิคการวางแผนอนาคต นำมาจัดเรียงลำดับให้แตกต่างกันสามรูปแบบ กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวี อายุครรภ์ไม่เกิน 28 สัปดาห์ ใช้การสุ่มอย่างเป็นระบบเพื่อแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 3 กลุ่ม และแต่ละกลุ่มได้รับการให้คำปรึกษาตามที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ กลุ่มละหนึ่งรูปแบบ พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการให้คำปรึกษาและระยะเวลาของการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ กลุ่มทดลองที่ได้รับคำปรึกษาทั้ง 3 กลุ่ม มีภาวะซึมเศร้าในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่มมีภาวะซึมเศร้าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เยาวชนที่กระทำผิด

การกระทำผิดของเด็กและเยาวชนนั้น ตรงกับคำว่า Juvenile Delinquency ในภาษาอังกฤษ ตำราวิชาอาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา (Criminology and Penology) ไม่ถือว่า การกระทำผิดของเด็กและเยาวชนเป็นอาชญากรรม (Crime) เช่นการกระทำผิดของผู้ใหญ่ และไม่เรียกเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดว่า อาชญากร (Criminal) แต่เรียกการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนว่า การกระทำผิดหรือพฤติกรรมเบี่ยงเบน (Delinquency) และเรียกเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดว่า Delinquent, Delinquent Child หรือ Juvenile Delinquent (สายใจ หิรัญธัญโรจน์, 2546)

ดังนั้น พฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็กและเยาวชน หมายถึง พฤติกรรมของเด็กและเยาวชนที่มีความขัดแย้งหรือแตกต่างไปจากบรรทัดฐานของสังคม

การพิจารณาความหมายของคำว่าเด็กกระทำผิดในทางกฎหมาย อาจแยกได้เป็นสองส่วนประกอบกัน โดยสรุปได้ดังนี้ (ประเทือง ธนิยผล, 2548, หน้า 2-5)

1. เกณฑ์อายุ ประเทศต่าง ๆ ได้กำหนดเกณฑ์อายุไว้ในการพิจารณาให้การสงเคราะห์คุ้มครองว่าเกณฑ์อายุขั้นต่ำเท่าใดจึงจะเริ่มให้เด็กมีความรับผิดทางอาญา และเกณฑ์อายุขั้นสูงเท่าใดซึ่งจะถือว่าพ้นจากเกณฑ์ที่จะใช้วิธีการสำหรับเด็กหรือเยาวชนได้ ดังนั้นผู้กระทำผิดที่ได้รับความสงเคราะห์คุ้มครองจะต้องมีอายุไม่ต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำที่กำหนด และขั้นสูงไม่เกินกว่าเกณฑ์ที่กำหนด ซึ่งเกณฑ์อายุนี้ แต่ละประเทศจะกำหนดแตกต่างกัน

ก. เกณฑ์อายุขั้นต่ำ ตามหลักกฎหมายทั่วไป (Common Law) ถือว่าอายุ 7 ปี ลงมาไม่มีความผิดทางอาญา แต่บางประเทศอาจถือเกณฑ์อายุที่สูงกว่านี้ เช่น 8 ปี หรือ 9 ปี หรือ 14 ปี สำหรับประเทศไทยถือเกณฑ์อายุ 7 ปี ลงมายังไม่มีความผิดทางอาญา

ข. เกณฑ์อายุขั้นสูง ประเทศส่วนมากของยุโรปและออสเตรเลีย ถืออายุ 18 ปี ญี่ปุ่น เกาหลีถืออายุ 20 ปี ไทย จีน (ไต้หวัน) อินโดนีเซีย อินเดีย (เฉพาะผู้หญิง) อิหร่าน เวียดนาม ถืออายุ 18 ปี ส่วนสหรัฐอเมริกา แตกต่างกันไปในแต่ละรัฐ

การกำหนดเกณฑ์อายุขั้นต่ำและขั้นสูงในการที่จะถือว่าเป็นเด็กกระทำผิด แล้วแต่ละประเทศยังถือเกณฑ์อายุในการขึ้นศาลคดีเด็กว่าจะถืออายุขณะใด คือ ขณะกระทำความผิด ขณะถูกจับ ขณะถูกฟ้อง หรือขณะศาลพิพากษาคดี โดยกฎหมายแต่ละประเทศบัญญัติไว้แตกต่างกัน สำหรับประเทศไทย ถือเอาอายุขณะกระทำความผิดเป็นเกณฑ์ขึ้นศาลเด็ก คือ ถ้าขณะกระทำความผิดอายุอยู่ในเกณฑ์ ในคดีศาลเด็กฯ แล้ว ไม่ว่าขณะถูกจับ หรือขณะถูกฟ้อง จะมีอายุเกินความเป็นเด็กหรือเยาวชนหรือไม่ก็ตาม ศาลคดีเด็กฯ มีอำนาจชำระคดี

2. เกณฑ์การกระทำผิด การพิจารณาความหมายคำว่า เด็กกระทำผิด จะต้องพิจารณาหลักเกณฑ์ 2 อย่าง ประกอบกัน คือ เกณฑ์อายุ และเกณฑ์การกระทำผิด ซึ่งเกณฑ์การกระทำผิด

ของเด็กมีความหมายกว้างโดยรวมทั้งการกระทำความผิดทางอาญา และการประพฤติตนไม่สมควรด้วย ซึ่งอาจพิจารณาเกณฑ์การกระทำได้ดังนี้

ก. เด็กที่กระทำผิดกฎหมายอาญา

ข. เด็กที่ปรับตัวเข้ากับบรรทัดฐานทางสังคมไม่ได้ หรือที่เรียกว่าความผิดตามสถานะของบุคคล เช่น การประพฤติเสเพล การหนีออกจากบ้าน หนีโรงเรียน การไม่เคารพเชื่อฟังบิดามารดา การเร่ร่อนอยู่ในที่สาธารณะ การแสดงกิริยา วาจาหรือการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่ไม่สุภาพ ซึ่งความผิดเหล่านี้ ถ้าผู้ใหญ่กระทำจะไม่ถือว่าเป็นความผิด

ค. เด็กที่จำต้องได้รับการสงเคราะห์และคุ้มครอง เป็นกรณีที่เด็กไม่ได้กระทำความผิด แต่เป็นผู้ที่ถูกทอดทิ้งหรือไม่ได้รับการปฏิบัติโดยชอบ ซึ่งถือว่าอยู่ในอำนาจของศาลเด็ก ฯ ด้วย เช่น เด็กอนาถา เด็กจรจัดไม่ที่อยู่อาศัย เด็กกำพร้าบิดามารดา เด็กที่บิดามารดาไม่เลี้ยงดู เด็กยากจนที่บิดามารดาไม่สามารถให้การเลี้ยงดูได้

สำหรับประเทศไทยนั้น พระราชบัญญัติจัดตั้งศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว มาตรา 11 (1) สรุปเกณฑ์การกระทำผิดของเด็กไว้ ดังนี้ การกระทำซึ่งถือว่าเป็นความผิดของเด็กโดยเฉพาะ อันได้แก่เด็กซึ่งมีปัญหาทางความประพฤติ เด็กที่ประพฤติตนไม่สมควรแก่วัย เช่น ประพฤติเกเร เที่ยวเร่ร่อน ไปในที่สาธารณะ หนีโรงเรียน และรวมทั้งเด็กที่จำต้องได้รับความสงเคราะห์เนื่องจากกำพร้าบิดามารดา หรือถูกบิดามารดาทอดทิ้ง หรือเป็นเด็กพิการทางร่างกายจิตใจหรือสมองอันอาจจะเป็นอันตรายต่อตัวเด็กเองหรือผู้อื่น

กล่าวโดยสรุป การพิจาณาการกระทำผิดในเด็กและเยาวชนในทางกฎหมายของประเทศไทยจะพิจารณาจากเกณฑ์อายุ ซึ่งถือเอาในขณะกระทำผิดเป็นเกณฑ์ คือ อายุ 7 ปี แต่ยังไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ (เด็กถืออายุระหว่าง 7-14 ปี และเยาวชนถืออายุ ระหว่าง 14-18 ปี) และเกณฑ์การกระทำผิดตามมาตรา 11 ประกอบกัน จึงจะถือว่ามีความผิดทางอาญา

สาเหตุแห่งการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน (ประเทือง ธนิยผล, 2548, หน้า 6-11)

เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดส่วนใหญ่เป็นเด็กที่มีปัญหา จึงมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากทำนองคลองธรรม มีพฤติการณ์เกเร ก้าวร้าว ชอบความรุนแรงทำร้ายร่างกายผู้อื่น และมีพฤติกรรมก่อกวนความสงบสุขของสังคม ซึ่งจะนำไปสู่การกระทำผิดกฎหมายตั้งแต่ความผิดเล็ก ๆ น้อย ๆ จนถึงขั้นร้ายแรง สาเหตุที่เด็กกระทำผิดอาจเกิดจากสาเหตุหลายประการประกอบกัน ดังนี้

1. สาเหตุจากตัวเด็กและเยาวชนเอง เด็กที่กระทำผิดส่วนมากที่มีปัญหาทางด้านร่างกายและจิตใจเป็นมูลเหตุผลักดันส่งเสริมให้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเกิดจากการถ่ายทอดทางพันธุกรรม ได้แก่

1.1 สติปัญญาและจิตใจ เช่น ปัญญาอ่อน จิตใจบกพร่อง บุคลิกภาพทราม ความรู้สึกทางเพศที่ผิดปกติ ซึ่งเป็นมูลเหตุให้เด็กมีแนวโน้มที่จะกระทำผิดได้ง่าย

1.2 ร่างกายและโรค เช่น โรคเอดส์ กามโรค โรคพิษสุราเรื้อรัง ฯลฯ ที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากพ่อแม่ ทำให้เด็กมีปมด้อย มีจิตใจ ความรู้สึกนึกคิดมองโลกต่างไปจากคนทั่วไป ทำให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวและต่อต้านบรรทัดฐานของสังคม

พิชิตพงษ์ อริยะวงศ์ (2546) ศึกษากลไกทางจิตและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเยาวชนที่ถูกจับเนื่องจากเสพยาบ้า ในเยาวชนที่ถูกจับคดียาบ้าจำนวน 50 คน เปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มเยาวชนใช้กลไกทางจิตชนิดไม่บรรลุนิติภาวะมากกว่า โดยใช้การโยนความผิดให้ผู้อื่นบ่อย แสดงความขัดแย้งทางอารมณ์หรือความรู้สึกในจิตไร้สำนึกออกมาเป็นการกระทำแทนคำพูด แสดงความก้าวร้าวต่อบุคคลอื่นในทางอ้อม ในรูปแบบของการขัดขวาง ทำอะไร ล่าช้า ดื้อรั้น เพ้อฝัน และหมกมุ่นกับตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุม รวมถึงมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ

2. สาเหตุจากสิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมของเด็กเริ่มตั้งแต่ที่ใกล้ชิดกับเด็กมากที่สุด คือ

2.1 ครอบครัว เพื่อนบ้าน ชุมชน โรงเรียน เพื่อนรวมทั้งสภาพสังคมทั่วไป อันได้แก่ สภาพเศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรม สื่อมวลชน ที่เด็กได้ประสบตลอดเวลาที่เติบโตขึ้น ครอบครัวนับเป็นสถาบันที่มีความสำคัญอันดับแรกในการสร้างลักษณะนิสัย และบุคลิกภาพของเด็ก ถ้าครอบครัวมีความสุข มีการเลี้ยงดูอบรมเอาใจใส่ดี เด็กก็จะเจริญเติบโตเป็นคนดี ประพฤติตัวดี แต่ถ้าในครอบครัวไม่มีความสุข ขาดความรักและความเอาใจใส่ เด็กก็จะหันไปหาเพื่อน และสิ่งแวดล้อมใกล้ตัว ซึ่งอาจชักนำไปในทางไม่ดีได้ง่าย ครอบครัวแบบนี้ เรียกว่า “ครอบครัวบกพร่อง” หากภายในบ้านไม่มีความสุข และความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวไม่ดี พ่อ แม่ทะเลาะทุบตีกันเป็นประจำ หรือเลิกร้างทิ้งกันไป เรียกว่า “บ้านแตก” (Broken Home) ก็จะเป็นผลร้ายแก่เด็กอย่างมาก ทำให้เด็กมีพฤติกรรมเบี่ยงเบน เกเร มองโลกในแง่ร้าย หากเด็กทนสภาพในครอบครัวไม่ได้ ก็จะหนีออกจากบ้าน กลายเป็นเด็กเร่ร่อนจรจัด มั่วสุมกันเสพอบายมุขและยาเสพติดและกระทำความผิดในที่สุด

พิชิตพงษ์ อริยะวงศ์ (2546) พบว่ากลุ่มเยาวชนที่ถูกจับคดียาบ้าส่วนใหญ่บิดามารดาไม่ได้อยู่ด้วยกัน สาเหตุจาก การหย่าร้างสูงกว่ากลุ่มควบคุม 9 เท่า ครอบครัวแตกแยก ดังนั้น การหย่าร้างของบิดา มารดาน่าจะเป็นปัจจัยเสี่ยงของการติดยาของเยาวชน

2.2 การศึกษา การศึกษาทำให้เด็กมีความรู้ มีความคิดที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม สถานศึกษาเป็นที่อบรมดูแลรองจากครอบครัว และเป็นเสมือนแม่พิมพ์ที่จะหล่อหลอมให้เด็กเป็นคนดีต่อไป แต่ในปัจจุบันก็มีสถานศึกษาหลายแห่งที่ไม่สามารถควบคุมดูแลนักเรียน นักศึกษาวัยรุ่นที่มีค่านิยม และทัศนคติที่ผิด เป็นเหตุให้มีการทำร้ายร่างกาย ฆ่ากันเพียงเพราะอยู่ในสถาบันที่ถือว่า

เป็นอริกัน

Schafer and Kenneth (1967 อ้างถึงใน ประเทือง ธนิยผล, 2548, หน้า 8) นักอาชญาวิทยาได้ศึกษาวิจัยพบว่า การกระทำผิดของเยาวชน เป็นผลส่วนหนึ่งของประสบการณ์ในทางลบจากสถานศึกษา

สารรัตน์ วุฒิอาภา (2546) ศึกษาความรู้และพฤติกรรมการป้องกันสารเสพติดในนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์ พบว่า ระดับความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันสารเสพติดในทางบวกนั่นคือระดับความรู้เพิ่มขึ้นจะนำให้ระดับพฤติกรรมการป้องกันสารเสพติดเพิ่มด้วย

2.3 การคบเพื่อน ถ้าคบเพื่อนเกเร มีความประพฤติไม่ดี ก็จะชักนำให้เด็กดีประพฤติผิดกฎหมายได้ โดยเฉพาะเยาวชนที่ครอบครัวมีปัญหา มักจะรวมตัวกันเป็นกลุ่มแสดงพฤติกรรมที่ขัดแย้งกับบรรทัดฐานของสังคมจนถึงละเมิดกฎหมาย ชอบวิธีรุนแรงใช้กำลังตัดสิน

อัจฉรา กัลยาณชาติ (2531) ศึกษาพฤติกรรมการคล้อยตามของเด็กไทยตามระดับอายุและเพศ ผลการวิจัยพบว่า เด็กชายและเด็กหญิงมีพฤติกรรมคล้อยตามเพิ่มขึ้นตามลำดับ จนถึงอายุ 12 ปี และเริ่มลดลงในเด็กอายุ 13 ปี เด็กหญิงมีพฤติกรรมการคล้อยตามมากกว่าเด็กชายในทุกระดับอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.4 สภาพแวดล้อมและอิทธิพลของชุมชน มีอิทธิพลอย่างมากต่อการกระทำผิดของเด็ก เด็กที่เติบโตมาในละแวกบ้านที่มีสิ่งแวดล้อมไม่ดี จะมีแนวโน้มในทางกระทำความผิดได้โดยง่าย พฤติกรรมของเด็กกระทำผิดมักจะใช้ชีวิตอยู่นอกบ้านมากกว่าอยู่ในบ้าน ชักชวนกันเสพสารเสพติด อบายมุข โดยเฉพาะในเมืองใหญ่ที่มีแหล่งให้มั่วสุมมากมาย

2.5 สาเหตุทางเศรษฐกิจ สังคมที่มีเศรษฐกิจดี ประชาชนมีมาตรฐานการครองชีพสูง จำนวนอาชญากรรมจะน้อย ตรงข้ามกับสังคมที่เศรษฐกิจตกต่ำ ประชาชนมีรายได้น้อย จำนวนอาชญากรรมก็มีมาก เมื่อรายได้ไม่พอเลี้ยงดู ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่มีความสุข พ่อแม่ทะเลาะวิวาท เด็กต้องออกไปนอกบ้าน ขาดการศึกษา คบเพื่อนไม่ดี จึงนำไปสู่การก่ออาชญากรรม และการกระทำผิดของเด็ก

2.6 สื่อมวลชน ในยุคโลกาภิวัฒน์นี้ สื่อสารมวลชนมีอิทธิพลแพร่หลายมาก เด็กจะได้เรียนรู้พฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ดีจากสื่อมวลชน และเพราะความอ่อนต่อโลก และวุฒิภาวะยังไม่เจริญเต็มที่ ไม่คิดถึงผลดีผลเสียโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ มีความอยากลอง อยากเลียนแบบ จึงมีค่านิยมที่ผิด ๆ

2.7 ยาเสพติด เป็นบ่อเกิดของอาชญากรรมและการกระทำผิดของเด็ก ปัจจุบันการแพร่ระบาดของยาเสพติด และสารเสพติดในรูปแบบต่าง ๆ ได้ก่อให้เกิดปัญหาร้ายแรงที่กระทบถึงความมั่นคงของชาติ เพราะเด็กและเยาวชนตกเป็นทาสของยาเสพติด ทั้งนี้เนื่องจากเด็กและเยาวชน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เป็นผู้ที่มีความอ่อนเยาว์ อยากรู้อยากเห็น อยากลอง เมื่อติดแล้วก็จะต้องขวนขวายหามาเสพให้ได้ด้วยวิธีการใด ๆ ในที่สุดก็นำไปสู่การกระทำผิด

ปัจจัยด้านสังคม ครอบครัว และสิ่งแวดล้อม ที่มีผลต่อเสพยาเสพติดของนักเรียน

1. การมีปัญหากับผู้ปกครองด้านการเสพยาเสพติด นักเรียนที่มีปัญหากับผู้ปกครองจะเกิดความเครียด ทำให้สภาพจิตไม่สมบูรณ์ ไม่สามารถมีพัฒนาการทางอารมณ์ที่เหมาะสมได้ และหากได้รับอิทธิพลจากตัวแปรอื่น ๆ เสริมแล้ว เช่น การมีเพื่อนที่เสพยาเสพติด การเข้าถึงแหล่งค้ายาได้ง่าย เป็นต้น นักเรียนก็จะตัดสินใจใช้ยาเสพติดได้ง่ายขึ้น

2. การมีเพื่อนที่เสพยาเสพติด พบว่า นักเรียนที่มีเพื่อนเสพยาเสพติด เคยเสพยาเสพติดมากกว่านักเรียนที่ไม่มีเพื่อนที่เสพยาเสพติด กรณีการมีเพื่อนและคบเพื่อนที่เสพยาเสพติดนี้ จึงทำให้เด็กนักเรียนมีโอกาสเข้าไปเรียนรู้ถึงวิธีการเสพ รู้ชนิดของยาเสพติด และรู้ถึงแหล่งค้ายาเสพติดได้ การมีเพื่อนที่เสพยาเสพติดจึงเป็นสาเหตุหลักและมีอิทธิพลต่อนักเรียนให้หันไปใช้ยาเสพติดมากที่สุดสาเหตุหนึ่งในปัจจุบัน

3. การมีแหล่งมั่วสุมรอบโรงเรียน เนื่องจากว่าแหล่งมั่วสุม เช่น โต๊ะสนุกเกอร์ ร้านเกมส์คอมพิวเตอร์ ลานสเก็ต หรือสถานที่อื่นใดที่นักเรียนชอบไปกันจำนวนมาก จะเป็นแหล่งที่อาจแพร่กระจายยาเสพติดมาสู่นักเรียนได้ เนื่องจากการขาดการดูแลที่เหมาะสม แต่จากการสัมภาษณ์เชิงลึกนักเรียนกลุ่มหนึ่งพบว่า แม้นักเรียนจะรู้ว่าแหล่งมั่วสุมเป็นแหล่งแพร่ยาเสพติดได้ แต่หากตนเองไม่ไปยุ่งเกี่ยวด้วยแล้ว แหล่งมั่วสุมเหล่านั้นก็ไม่สามารถทำให้ตนเองเสพยาเสพติดได้ การจะเสพหรือไม่เสพอยู่ที่ตัวเอง ถ้าตัวเองใจแข็งพอ ถึงจะไปเที่ยวตามแหล่งมั่วสุมต่างๆ ก็จะไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

4. การมีแหล่งเสพยาเสพติดรอบโรงเรียน นักเรียนที่รู้ว่าตนเองสามารถเสพยาเสพติดที่ใดได้โดยไม่ถูกพบเห็น มีแนวโน้มที่จะมีเข้าสู่ความเป็นผู้ใช้ยาเสพติดมากกว่ากลุ่มนักเรียนที่ไม่ทราบว่ามีแหล่งเสพที่ใดบ้าง ซึ่งแหล่งเสพยาเสพติดที่สำคัญ เช่น บ้านเพื่อน หอพัก ตึกร้าง ชุมชนแออัด สถานบริการ สถานที่มั่วสุมอื่นๆ เป็นต้น

5. การมีแหล่งค้ายาเสพติดรอบโรงเรียน พบว่านักเรียนที่คิดว่ามีแหล่งค้ายาเสพติดรอบโรงเรียน เสพยาเสพติดมากกว่านักเรียนที่คิดว่าไม่มีแหล่งค้ายาเสพติดรอบโรงเรียน ซึ่งแหล่งค้ายาเสพติดให้กับนักเรียนที่สำคัญ ได้แก่ ชุมชนแออัดซึ่งอยู่ใกล้โรงเรียน ชุมชนที่นักเรียนพักอาศัย และสถานบริการยามค่ำคืนที่นักเรียนไปเที่ยว

สุรศักดิ์ สุรินทร์แก้ว (2547) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำความผิดของเด็กและเยาวชนในคดีความผิดเกี่ยวกับยาเสพติด พบว่า สรุปสาเหตุการกระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติดของเยาวชน ดังนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

1. สาเหตุจากปัญหาครอบครัว ซึ่งสามารถที่จะแยกประเด็นปัญหาออกได้ ดังนี้

1.1 ครอบครัวแตกแยก บิดา-มารดา และบุตร ไม่ได้อยู่ร่วมกัน ทำให้อาจเกิดจากปัญหาการทะเลาะเบาะแว้ง แยกทาง หรือหย่าร้างกัน

1.2 ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวบกพร่อง คนในครอบครัวไม่มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน กล่าวคือ บิดา-มารดาทะเลาะเบาะแว้ง หรือบิดาติดสุรา ยาเสพติด มารดาติดยาเสพติด หรือติดการพนัน ทำให้เด็กและเยาวชนขาดการอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้อง ไม่มีการให้ความรักเอาใจใส่ รวมตลอดถึง การอบรมเลี้ยงดูในทางที่ผิด เช่น มีความคาดหวังในตัวเด็กและเยาวชนจากพ่อแม่ มากเกินไป มีการเลี้ยงดูในลักษณะของการควบคุม ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกกดดัน ทำให้มีการแสดงออกทางพฤติกรรมที่บกพร่อง นำไปสู่กระบวนการของยาเสพติด

2. มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมตามธรรมชาติของวัยรุ่น กล่าวคือ ช่วงวัยรุ่น หรือช่วงวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นช่วงที่เด็กและเยาวชนเกิดความสับสนในชีวิตมากที่สุด มีความคึกคะนองตามประสาวัยรุ่นและค่านิยมที่ผิด ๆ ซึ่งหากไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากผู้ปกครองหรือครูอาจารย์ หรือได้รับคำแนะนำการประพฤติปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง หรือชักนำไปในทางที่ถูกที่ควรแล้ว ก็จะเป็นสาเหตุหนึ่งที่นำไปสู่กระบวนการของการกระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติด

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

เมื่อเด็กและเยาวชนกระทำผิด จะถูกส่งเข้าสู่กระบวนการเพื่อพิจารณาเหตุแห่งการกระทำผิดซึ่งสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนนับเป็นองค์กรสำคัญที่มีบทบาทในกระบวนการยุติธรรมสำหรับเด็ก โดยรับผิดชอบในการรวบรวมข้อเท็จจริงเกี่ยวกับเด็กหรือเยาวชน ผู้ถูกกล่าวหาว่าได้กระทำผิดเสนอต่อศาลเยาวชนและครอบครัว มีหน้าที่สำคัญในการควบคุมดูแลเด็กและเยาวชนตั้งแต่เริ่มดำเนินคดีและหลังจากมีคำพิพากษาให้ใช้วิธีการสำหรับเด็ก ทำหน้าที่อบรมฝึกฝนและดูแลให้การสงเคราะห์เด็กและเยาวชนนั้นจนกว่าจะกลับตัวเป็นคนดีคืนสู่สังคม (ณรงค์ ใจหาญ, 2544)

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนจังหวัดระยองเป็นหน่วยงานในสังกัดสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดระยอง กรมพินิจและคุ้มครองเด็ก กระทรวงยุติธรรม

จุดมุ่งหมายของการฝึกอบรมเด็กและเยาวชน เพื่อมุ่งให้เด็กและเยาวชนได้รับการบำบัดแก้ไขฟื้นฟู ความประพฤติที่บกพร่องเสียหาย และให้ได้รับการศึกษาเล่าเรียนหรือฝึกวิชาชีพอันเหมาะสมตามอัตภาพ ภายใต้การเลี้ยงดูอย่างปกติ โดยการควบคุมตัวไว้ตามระยะเวลาอันเหมาะสม วิธีการดำเนินงานจะใช้ระบบบ้านหรือโรงเรียน รวมทั้งการสนับสนุนส่งเสริมให้เด็ก

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

และเยาวชนได้สำนึกผิด และพัฒนาเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น จนเป็นที่ประจักษ์ว่าเด็กและเยาวชนจะปฏิบัติตนเป็นพลเมืองที่ดีจึงจะได้รับการปล่อยตัวไป

เมื่อศาลเยาวชนและครอบครัวพิจารณาคดีเด็กและเยาวชน ต้องหาว่ากระทำผิดทางอาญาแล้วเห็นว่าเด็กและเยาวชนนั้นมีความผิด แต่ยังไม่ควรที่จะตัดอิสรภาพ โดยส่งตัวไปรับการฝึกอบรมยังสถานฝึก และอบรมสถานพินิจหรือจำคุกยังเรือนจำ เพราะยังจะพอแก้ไขความประพฤติโดยวิธีไม่ตัดอิสรภาพได้ ศาลจะพิพากษาว่าจำเลยมีความผิด และศาลจะมอบตัวเด็กหรือเยาวชนนั้นให้แก่บิดามารดา หรือผู้ปกครอง โดยศาลกำหนดเงื่อนไขเพื่อควบคุมความประพฤติบางประการให้เด็กหรือเยาวชนนั้นปฏิบัติ โดยมีพนักงานคุมประพฤติ (Probation Officer) คอยสอดส่องดูแล

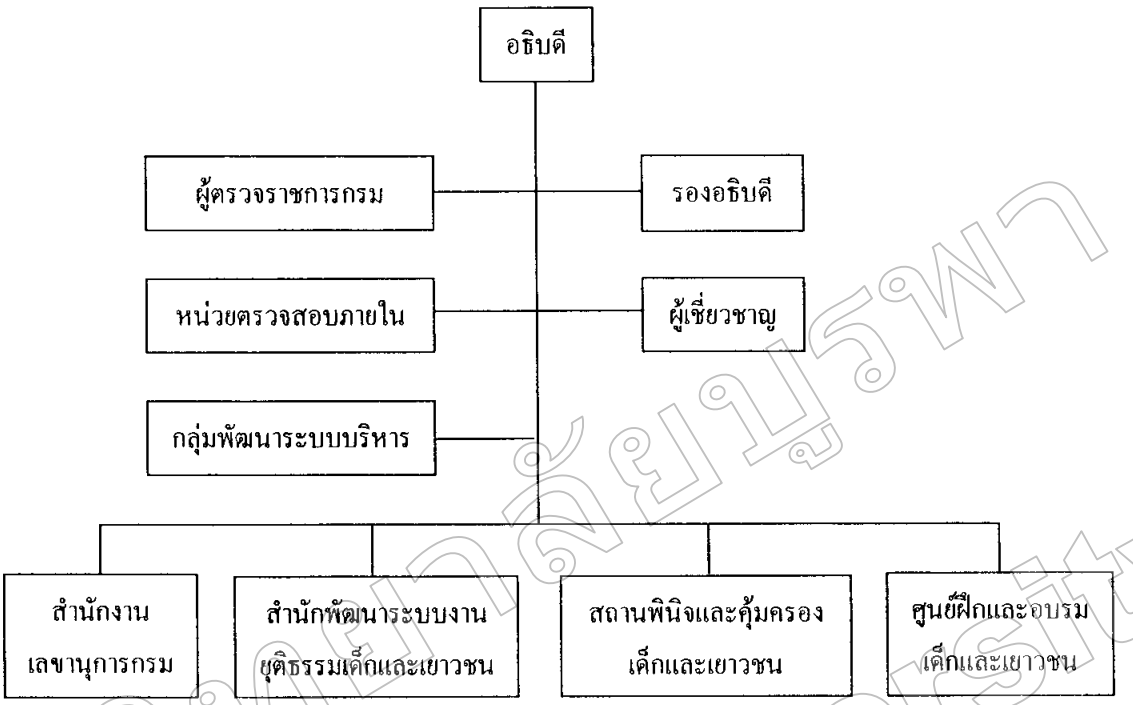
สำหรับการฝึกและอบรมเป็นวิธีการสำหรับเด็กและเยาวชนแบบจำกัดอิสรภาพ ศาลเยาวชนและครอบครัวจะใช้วิธีการนี้ เมื่อศาลเห็นว่า หากใช้วิธีการแบบไม่จำกัดอิสรภาพ เช่น การคุมประพฤติจะไม่ได้ผลในการแก้ไขความประพฤติของเด็กและเยาวชนผู้กระทำผิดนั้น การพิพากษาให้ส่งตัวเด็กหรือเยาวชนผู้กระทำผิดไปรับการฝึกและอบรมนั้น ศาลอาจพิพากษาให้ส่งตัวเด็กหรือเยาวชน ไปรับการฝึกและอบรมโดยตรง หรือพิพากษาว่าให้จำคุกเป็นเวลากี่ปีแล้วเปลี่ยนโทษจำคุกเป็นส่งตัวไปรับการฝึกอบรมแทนได้

เมื่อศาลพิพากษาให้ส่งตัวเด็กหรือเยาวชนมารับการฝึกและอบรมแล้ว หัวหน้าสถานฝึกและอบรมจะพบกับเด็กหรือเยาวชนนั้นด้วยตนเอง เพื่อชี้แจงให้ทราบถึงหลักการและความมุ่งหมายในการฝึกและอบรม รวมทั้งระเบียบต่าง ๆ ของสถานฝึกและอบรม หลังจากนั้นจะมอบให้พ่อบ้านหรือแม่บ้านประจำหอพักรับตัวไปทำความสะอาดร่างกาย มอบเสื้อผ้า ของใช้ส่วนบุคคล จัดมอบหน้าที่อันเป็นกิจวัตรประจำวัน จัดให้เรียนวิชาสามัญหรือวิชาชีพ ตามความรู้ความสามารถและความเหมาะสม ในด้านอบรมศีลธรรม จัดให้มีอนุศาสนาจารย์ประจำสถานฝึกอบรมเป็นผู้อบรม

ปัจจุบันเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมของสถานพินิจ จะได้รับการจัดให้เรียนวิชาสามัญ หลักสูตรการศึกษาผู้ใหญ่ และมีการสอบไล่เพื่อรับประกาศนียบัตรจากกรมการศึกษานอกโรงเรียน เด็กและเยาวชนที่รับการฝึกอบรมแล้ว ประพฤติตัวดีจะได้รับอนุญาตให้ออกไปศึกษาต่อในโรงเรียนภายนอกได้ ส่วนนอกเวลาเรียนยังต้องรับการฝึกและอบรมต่อไป บางรายก็ได้รับอนุญาตให้ลาไปค้างคืนกับบิดามารดาหรือผู้ปกครองที่บ้านของตนเอง ได้เป็นครั้งคราว หากเด็กหรือเยาวชนที่ได้รับการฝึกและอบรมแล้วประพฤติตัวดีมาก และศาลได้กำหนดระยะเวลาการฝึกและอบรมเป็นระยะขั้นต่ำ และขั้นสูงไว้ ศาลจะพิจารณาปล่อยตัวให้ไปในระหว่างระยะเวลาการฝึกและอบรมได้ โดยจะสั่งให้คุมประพฤติหลังปล่อยตัวด้วย หรือไม่ก็ได้ตามมาตรา 105

โครงสร้างกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน (กลุ่มงานข้อมูลและสารสนเทศ สำนักพัฒนาระบบ งานยุติธรรมเด็กและเยาวชน, 2550)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 2-9 แผนผังโครงสร้างกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

กิจกรรมบำบัด แก้ไขและฟื้นฟูเด็กและเยาวชนในศูนย์ฝึก ฯ ประกอบด้วย

1. ให้การศึกษาวิชาสามัญตั้งแต่ระดับพื้นฐาน ประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย โดยใช้หลักสูตรของการศึกษาผู้ใหญ่กรมการศึกษานอกโรงเรียนกระทรวงศึกษาการ

2. ฝึกและอบรมทักษะวิชาชีพ ได้แก่ วิชาชีพเกษตร ช่างตัดผม ช่างไม้ ช่างเชื่อมนอก ช่างเชื่อมใน ดนตรี ศิลปะ ชีวภาพ คอมพิวเตอร์ โยธา ไฟฟ้า เป็นต้น

3. กิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ เช่น การประชุมกลุ่มครอบครัว ชมรม ศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ศีลธรรม พลศึกษา กิจกรรมบำบัดแก้ไข ฟื้นฟู เด็กและเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติด กิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติดกิจกรรมบำบัดแก้ไขโปรแกรมศูนย์ฝึก ฯ ตามสภาพปัญหา

4. ใช้ระบบการแบ่งชั้น การเลื่อนชั้น และการประเมินผลการฝึกอบรมของเด็กและเยาวชน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อทราบถึงผลความประพฤติ และผลของการฝึกและอบรม ตลอดจนเพื่อกำหนดบริการและสิทธิพิเศษต่าง ๆ ที่เด็กและเยาวชนสมควรจะได้รับตามระดับชั้นของเด็กและเยาวชน ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจและส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางดี

กิจกรรมบำบัด ฟื้นฟูดังกล่าวทางศูนย์ฝึก ฯ จะจัดตารางเวลาในแต่ละวัน และการเรียนด้านสายสามัญหรือสายอาชีพ เยาวชนสามารถเลือกเรียนได้ตามความสนใจ ความถนัดของตน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University