

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ
2. หนังสือสำเนาอนุญาตให้แบบสอบถาม

r

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1. นายแพทย์ สายฝน สุวรรณ | แพทย์ประจำศูนย์มะเร็ง ชลบุรี |
| 2. รศ.ดร.ม.ว.ว.สมพร สุกตัญญ์ | อาจารย์ประจำภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยา
การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
บูรพา |
| 3. ผศ.ดร.สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ | ข้าราชการบำนาญ |



MANAGING UNCERTAINTY IN CANCER STUDIES

January 2, 2004

Laddawun Khumngaun
891301 Oran 2 Soi
Nawamin Road
Khongkum
Beungkum
Bangkok Thailand 10240

Dear Laddawun Khumngaun:

I am enclosing a copy of the Adult Uncertainty in Illness Scale Community Scale. Also enclosed is one copy of each fully signed Request Form for your records.

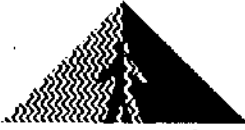
This scale may be administered verbally by interview or enclosed in a paperbound scale booklet to be completed by the subject. The Uncertainty Scale cannot be transferred electronically to the Internet, as this is copyrighted material.

Sincerely,

Merle H. Mishel, Ph.D., RN, FAAN
Kenan Professor of Nursing

Encls.

School of Nursing
The University of North Carolina at Chapel Hill
Carrington Hall, CB #7460 Chapel Hill, North Carolina 27599-7460
phone (919) 966-6610 • fax (919) 843-8240
toll free: 1-800-349-5858



MANAGING UNCERTAINTY IN CANCER STUDIES

January 8, 2004

Moddang Kurngam
89/301 Oran 2 Soi
Nawamin Road
Khongkum Beugkum
Bangkok

Dear Ms. Kurngam:

Thank you for your interest in the Uncertainty in Illness Scales. Enclosed you will find the Uncertainty in Illness Scales Manual. The manual contains the most recent information on the normative findings from studies using the uncertainty scales, along with a synopsis of the work supporting the validity of the measures. This scale may be administered verbally by interview or enclosed in a paperbound scale booklet to be completed by the subject.

Please treat the manual as copyrighted material. Do not quote from the manual without the appropriate citation, do not photocopy from it, and do not transfer it electronically over the Internet. Neither the Uncertainty Scale nor the manual can be transferred electronically to the Internet, since it is copyrighted material.

In the back of the manual you will find the Request for Use forms. Select the appropriate request form for the scale you wish to use and tear along the perforated line on the left hand side of the page(s). Please sign and return two copies of the Request for Use form. I will sign them and return one to you along with the copy of the scale you have requested.

Due to the cost of reproducing and sending the manual and scales, there is a \$10 (US currency) charge for the uncertainty scale materials. Should your request include more than one scale, an additional charge may be applied. Your check should be made out to Merle H. Mishel and mailed to the address below. If I can be of further assistance, please feel free to contact me.

Sincerely,

Merle H. Mishel, PhD, RN, FAAN
Kenan Professor of Nursing

Enclosure: Manual

Send requests to:
Merle Mishel, Ph.D.
MUIC Project School of Nursing, CB#7460
Carrington Hall, University of North Carolina at Chapel Hill
Chapel Hill, NC 27599-7460

School of Nursing
The University of North Carolina at Chapel Hill
Carrington Hall, CB #7460 Chapel Hill, North Carolina 27599-7460
phone (919) 966-6610 • fax (919) 843-8240
toll free: 1-800-349-5858

ภาคผนวก ข

1. แบบสอบถามความรู้สึกไม่แน่นอนในความเจ็บป่วย
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์

แบบสอบถามความรู้สึกไม่แน่นอนในความเจ็บป่วย

ข้อแนะนำ โปรดพิจารณาข้อความในแต่ละข้อ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงของคุณ ถ้าคุณมีความคิดเห็นว่าข้อความนั้นเป็นจริงหรือไม่จริงให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเห็นตามความมากน้อยของความเป็นจริงหรือไม่จริง ถ้าคุณไม่แน่ใจให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องไม่แน่ใจ

ข้อคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด
1. ฉันไม่รู้ว่าคุณป่วยเป็นอะไร					
2. ฉันมีคำถามมากมายที่หาคำตอบไม่ได้เกี่ยวกับก่อนบริเวณเต้านม					
3. ฉันไม่แน่ใจว่าก้อนที่เต้านมของฉันจะมีอาการดีขึ้นหรือเลวลง					
4. ฉันไม่ทราบแน่ชัดว่าก้อนที่เต้านมของ ฉันจะมีอาการเลวลงไปถึงขนาดไหน					
5. ฉันไม่ค่อยเข้าใจคำอธิบายของแพทย์/พยาบาล					
6. ฉันทราบจุดมุ่งหมายการรักษาแต่ละ ครั้งอย่างชัดเจน					
7. อาการของฉันเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาจนไม่สามารถคาดการณ์ได้					
8. ฉันเข้าใจคำอธิบายทุกเรื่องที่คุณได้รับ					
9. สิ่งที่แพทย์บอกกับฉันนั้นมีความหมายได้หลายอย่าง					
10. การรักษาของแพทย์มีความซับซ้อนเกินกว่าที่ฉันจะเข้าใจ					

ข้อคำถาม	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด
11. เป็นการยากที่จะรู้ว่าการรักษาที่ได้รับอยู่นี้จะช่วยฉันได้เพียงใด 12. เพราะความไม่แน่นอนว่าก่อนบริเวณเต้านมจะเป็นก้อนเนื้อธรรมดาหรือก้อนเนื้อร้ายฉันจึงไม่สามารถวางแผนอนาคตได้ 13. ก้อนที่เต้านมของฉันมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา บางวันดี บางวันไม่ดี 14. ฉันได้รับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างกันมากมายเกี่ยวกับก้อนที่เต้านมของฉัน 15. ฉันไม่แน่ใจว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นกับก้อนบริเวณเต้านมของฉัน 16. ผลการตรวจของฉันแต่ละครั้งไม่เหมือนกัน 17. ผลการตรวจรักษาไม่สามารถบอกได้อย่างชัดเจน 18. เป็นเพราะการรักษาทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่ฉันสามารถทำได้และไม่สามารถทำได้ 19. ฉันแน่ใจว่าไม่มีใครจะตรวจพบความผิดปกติอื่น ๆ ของฉันอีก 20. การตรวจก้อนบริเวณเต้านมของฉันมีโอกาสที่จะบอกได้ว่าก้อนนั้นเป็นอะไรแน่ 21. แพทย์ไม่ได้ให้การวินิจฉัยที่จำเพาะเจาะจงแก่ฉัน					

ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	ไม่แน่ใจ	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด
22. ก่อนบริเวณด้านมของฉันสามารถ ตรวจสอบได้ว่าร้ายแรงหรือไม่					
23. แพทย์และพยาบาลใช้ภาษา ง่าย ๆ ฉันจึงสามารถเข้าใจสิ่งที่เขา อธิบายได้ดี					

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	สร้างสัมพันธภาพและ ปฐมนิเทศ	1. เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาและสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษาเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกอบอุ่น ไร้กังวล และเป็นกันเอง 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ วิธีการ บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ข้อตกลง เกี่ยวกับระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการให้คำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายพร้อมทั้งแนะนำตนเองให้ผู้รับคำปรึกษารู้จัก 2. ให้ผู้รับคำปรึกษาแนะนำตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ การให้คำปรึกษาอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา วิธีการ และระยะเวลาในการให้คำปรึกษา 4. ผู้ให้คำปรึกษานำข้อตกลงร่วมกันกับผู้รับคำปรึกษา เช่น เรื่องรักษาความลับ 5. เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาซักถามข้อสงสัย 6. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปสาระสำคัญ พร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	การตระหนักในตนเอง	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองในปัจจุบัน	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว 2. ใช้เทคนิค "ที่นี่และเดี๋ยวนี้" โดยปฏิบัติดังนี้ โดยให้สังเกตจุดจอตที่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น การใช้มือจับแขนของตนเอง แล้วบอกว่า "นี่คือแขนของฉัน" "ขณะนี้ฉันรู้สึกร้อนเหงื่อออกที่ผิวหนัง" 3. ใช้เทคนิค "อะไร อย่างไร เมื่อใด" โดยปฏิบัติดังนี้ ผู้ให้คำปรึกษาใช้คำถาม เช่น "ขณะนี้คุณรู้สึกอย่างไร" "คุณกำลังทำอะไรกับมือของคุณ" และให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวซ้ำ คือ "ขณะนี้ฉันรู้สึก..." เมื่อผู้รับคำปรึกษากล่าวจบ ผู้ให้คำปรึกษาถามผู้รับคำปรึกษาว่า "เมื่อคุณพูดแล้วคุณรู้สึกอย่างไร" 4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
3	ตระหนักถึงความ ต้องการของตนเอง	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา ตระหนักถึงความ ต้องการของตนเอง และอยู่กับปัจจุบัน	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว 2. ใช้เทคนิค "จินตนาการ" โดยให้ผู้รับคำปรึกษาจินตนาการสมมติว่าเป็นใครคนใดคนหนึ่ง แล้วจินตนาการว่าคน ๆ นั้นต้องการอะไร จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง เพราะบางครั้งการพูดถึงความต้องการของตนเองจะเกิดความลำบากใจที่จะแสดงความต้องการนั้น ๆ ออกมาจึงใช้จินตนาการช่วย 3. ผู้ให้คำปรึกษาถามความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาถึงจินตนาการ และเชื่อมโยงเข้ากับสภาพความเป็นจริง 4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4	การให้รับผิดชอบ ยอมรับในความรู้สึก และการกระทำ	เพื่อให้เกิดความมั่นใจ รับผิดชอบและพร้อม เผชิญต่อผลการตรวจ ขึ้นเนื้อ	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับ คำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบ ทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากัน ในครั้งที่แล้ว 2. ให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนวิธีพูด โดยใช้ตนเองเป็นสำคัญ โดยใช้ สรรพนาม “ฉัน” เช่น “ฉันรู้สึก...” “ฉันยอมรับต่อผลการตรวจขึ้นเนื้อ” 4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำ ปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำ ปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5	ให้ตระหนักถึงความรู้สึกที่เป็นด้านของความเข้มแข็งที่มีอยู่	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความรู้สึกอีกด้านที่เป็นด้านของความเข้มแข็งของตนเอง	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว 2. ใช้เทคนิค "แสดงบทบาทตรงกันข้าม" โดยปฏิบัติดังนี้ ผู้รับคำปรึกษาที่กำลังรู้สึกไม่แน่นอนในก่อนบริเวณด้านมของตนเอง ให้แสดงท่าทางที่มั่นใจ ท่าทางที่เข้มแข็ง ท่าทางที่พร้อมจะเผชิญกับผลการตรวจชิ้นเนื้อ 4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	การได้ระบายสิ่งที่ ค้างค้ำในใจ	1. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำ ปรึกษามีความรู้สึก มั่นคงทางอารมณ์ 2. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษาได้กำจัดความ รู้สึกและสิ่งที่ค้างค้ำใน ใจออกมา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับ คำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนา กันในครั้งที่แล้ว 2. ใช้เทคนิค “อยู่กับความรู้สึกนั้น” โดยปฏิบัติดังนี้ ให้ผู้รับคำปรึกษาเล่าถึงเหตุการณ์ที่ สร้างความเจ็บปวด สะเทือนใจ ซึ่ง ความรู้สึกนี้ผู้รับคำปรึกษาไม่ยอม รับรู้ ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้คำถามที่ เน้นถึง “อะไร อย่างไร” มากกว่า “ทำไม” เช่น “ขณะนี้คุณรู้สึก อย่างไร” “อะไรทำให้คุณรู้สึกเช่น นั้น” 3. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำ ปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำ ปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7	การไม่พะวงกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึง	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาลดความพะวงในเรื่องการดำเนินโรคและผลการตรวจชิ้นเนื้อ	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว 2. ใช้เทคนิค “เกมการสนทนาโต้ตอบ” โดยปฏิบัติดังนี้ ผู้รับคำปรึกษาแสดงบทบาทโต้ตอบตนเอง 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่ตนรู้สึกอยู่คือลักษณะของความพะวงกับการดำเนินโรคและผลการตรวจชิ้นเนื้อ อีกลักษณะคือลักษณะของการไม่พะวงกับการดำเนินโรคและผลการตรวจชิ้นเนื้อ เช่น “ในเมื่อแพทย์ยังไม่บอกผลการตรวจชิ้นเนื้อ ฉันจึงยังไม่ควรกังวลไปก่อน” 3. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามถึงความรู้สึกเมื่อผู้รับคำปรึกษาได้พูดเสร็จ “เมื่อได้พูดออกมาแล้วคุณรู้สึกอย่างไร” 4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
8	ปัจจัยमितเหตุและยุติ การให้คำปรึกษา	1. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษาเข้าใจและ สามารถยอมรับการ เปลี่ยนแปลงและดำรง ชีวิตอยู่ได้ในสภาพ ปัจจุบันได้อย่างมี ความสุข 2. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษาประเมินตนเอง เกี่ยวกับการให้คำ ปรึกษา 3. เพื่อยุติการให้คำ ปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับ คำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนา กันในครั้งที่แล้ว 2. ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาตนเอง ว่ายังมีความรู้สึกไม่แน่นอนอยู่ หรือไม่ภายหลังได้รับคำปรึกษา 3. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่ สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุป เพิ่มเติม

หมายเหตุ การให้คำปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 45 นาที

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 1 เรื่อง สร้างสัมพันธภาพและปฐมนิเทศ

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาและสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษาเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกอบอุ่น ใจวางใจและเป็นกันเอง
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ วิธีการ บทบาท หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ข้อตกลงเกี่ยวกับระยะเวลา จำนวนครั้งของการให้คำปรึกษา และสถานที่ในการให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษาพร้อมทั้งแนะนำตนเองให้ผู้รับคำปรึกษารู้จัก
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาแนะนำตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์การให้คำปรึกษาอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา วิธีการและระยะเวลาในการให้คำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาหาข้อตกลงร่วมกันกับผู้รับคำปรึกษา เช่น เรื่องการรักษาความลับ
5. เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาซักถามข้อสงสัย
6. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปสาระสำคัญพร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ บรรยากาศในการพูดคุย ท่าทางขณะสนทนา ในการพบกันครั้งแรกว่าเชื้ออำนวยการสร้างความอบอุ่นใจวางใจและความคุ้นเคย ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาเพียงใด

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 2 เรื่อง การตระหนักในตนเอง

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองในปัจจุบัน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ใช้เทคนิค “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” โดยปฏิบัติดังนี้ โดยให้สังเกตจุดจ้อที่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น การใช้มือจับแขนของตนเอง แล้วบอกว่า “นี่คือแขนของฉัน” “ขณะนี้ฉันรู้สึกร้อน เหนืออกที่ผิวหนัง หรือ...”
3. ใช้เทคนิค “อะไร อย่างไร เมื่อใด” โดยปฏิบัติดังนี้ ผู้ให้คำปรึกษาใช้คำถาม เช่น “ขณะนี้คุณรู้สึกอย่างไร” “คุณกำลังทำอะไรกับมือของคุณ” และให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวซ้ำ คือ “ขณะนี้ฉันรู้สึก...” เมื่อผู้รับคำปรึกษากล่าวจบผู้ให้คำปรึกษาถามผู้รับคำปรึกษาว่า “เมื่อคุณพูดแล้วคุณรู้สึกอย่างไร”
4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการตรงเวลานัดหมาย และผู้รับคำปรึกษามีความรับรู้ความรู้สึกของตนเองในปัจจุบันหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 3 เรื่องตระหนักถึงความต้องการของตนเอง

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความต้องการของตนเองและอยู่กับปัจจุบัน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ใช้เทคนิค "จินตนาการ" โดยให้ผู้รับคำปรึกษาจินตนาการ สมมติว่าเป็นใครคนใดคนหนึ่ง แล้วจินตนาการว่าคน ๆ นั้นต้องการอะไร จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง เพราะบางครั้งการพูดถึงความต้องการของตนเองจะเกิดความลำบากใจที่จะแสดงความต้องการนั้น ๆ ออกมา จึงใช้จินตนาการช่วย
3. ผู้ให้คำปรึกษาถามความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาถึงจินตนาการเชื่อมโยงกับสภาพความเป็นจริง
4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความต้องการของตนเองสอดคล้องกับความเป็นจริงในปัจจุบันหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 4 เรื่อง การให้รับผิดชอบและยอมรับความรู้สึกและการกระทำ

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เกิดความมั่นใจ รับผิดชอบและเผชิญต่อผลการตรวจขึ้นเนื้อ

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนวิธีพูดโดยให้ตนเองเป็นสำคัญ โดยใช้สรรพนาม "ฉัน" เช่น
ฉัน รู้สึก...ฉันยอมรับต่อผลการตรวจขึ้นเนื้อ
3. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตท่าทาง น้ำเสียงขณะพูดว่าสอดคล้องกับประโยคที่พูดหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 5 เรื่องให้ตระหนักถึงความรู้สึกที่เป็นด้านของความเข้มแข็งที่มีอยู่

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความรู้สึกอีกด้านที่เป็นด้านของความเข้มแข็งของตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ใช้เทคนิค "แสดงบทบาทตรงกันข้าม" โดยปฏิบัติดังนี้ ผู้รับคำปรึกษาที่กำลังรู้สึกไม่แน่นอนในก้อนบริเวณด้านมของตนเอง ให้แสดงท่าทางที่มั่นใจ ท่าทางเข้มแข็ง ท่าทางที่พร้อมจะเผชิญกับผลการตรวจชิ้นเนื้อ
3. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการอยู่นัดหมายตรงเวลา น้ำเสียงและท่าทางสอดคล้องกับคำพูดหรือไม่ว่ามีความเข้มแข็ง และสามารถบอกความรู้สึกหลังจากแสดงท่าทางที่เข้มแข็งได้ว่ารู้สึกอย่างไร

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 6 เรื่อง การได้ระบายสิ่งที่ค้างคั่งในใจ

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกมั่นคงทางอารมณ์
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้กำจัดความรู้สึกที่ค้างคั่งออกมา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ใช้เทคนิค “อยู่กับความรู้สึกนั้น” โดยปฏิบัติดังนี้ ให้ผู้รับคำปรึกษาเล่าถึงเหตุการณ์ที่สร้างความเจ็บปวด สะเทือนใจ ซึ่งความรู้สึกนี้ ผู้รับคำปรึกษาไม่ยอมรับรู้ ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้คำถามที่เน้นถึง “อะไร อย่างไร” มากกว่า “ทำไม” เช่น ขณะนี้คุณรู้สึกอย่างไร อะไรทำให้คุณรู้สึกเช่นนั้น
3. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้รับคำปรึกษาสามารถเล่าเรื่องสะเทือนใจได้อย่างเปิดเผย บอกความรู้สึกของตนเองที่เป็นอยู่ขณะนี้ได้

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 7 เรื่อง การไม่พะวงกับอนาคตที่ยังไม่ถึง

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาลดความพะวงในเรื่องการดำเนินโรคและผลการตรวจชิ้นเนื้อ

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษา สร้างความคุ้นเคย ทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ใช้เทคนิค “เกมการสนทนาโต้ตอบ” โดยปฏิบัติดังนี้ ให้ผู้รับคำปรึกษาแสดงบทบาทได้ตอบตนเอง 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่ตนเองรู้สึกอยู่คือลักษณะของความพะวงกับการดำเนินโรคและผลการตรวจชิ้นเนื้อ กับลักษณะของการไม่พะวงกับการดำเนินโรคและผลการตรวจชิ้นเนื้อ เช่น “ในเมื่อหมอ ยังไม่ได้บอกผลชิ้นเนื้อฉันจึงยังไม่ควรกังวลไปก่อน “
3. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามถึงความรู้สึกเมื่อผู้รับคำปรึกษาได้พูดเสร็จ “เมื่อได้พูดออกมาแล้วคุณรู้สึกอย่างไร”
4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการให้ความร่วมมือ ทำตามคำพูดขณะพูดถึงสถานการณ์ทั้งสองว่าแสดงถึงว่าทำทางขัดแย้งกันจริงหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์

ครั้งที่ 8 เรื่อง ปัจฉิมนิเทศและยุติการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ 45 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงและดำรงชีวิตอยู่ในสภาพปัจจุบันได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินตนเองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา
3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย และร่วมกับผู้รับคำปรึกษาทบทวนเรื่องที่สนทนาในครั้งที่แล้ว
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาตนเองว่ายังมีความรู้สึกไม่แน่นอนสูงอยู่หรือไม่ภายหลังได้รับคำปรึกษา
3. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
4. ผู้ให้คำปรึกษายุติการให้คำปรึกษา

การประเมินผล

เมื่อเสร็จการให้คำปรึกษาทบทวน คำพูดแสดงความกระตือรือร้นกับสิ่งแวดล้อมหรือไม่ กล่าวถึงก่อนที่ดำเนินมาของตนเองอย่างไร