

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง
3. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับครอบครัวแตกแยก

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

ความหมายของการให้คำปรึกษา มีผู้ให้ความหมายไว้ต่างกัันดังนี้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529, หน้า 124) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาหมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือที่เกิดจากสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถและผ่านการฝึกอบรมมา และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ ของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ เกิดการเปลี่ยนแปลงทางจิตคติความรู้สึกรวมทั้งพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น และสามารถวางโครงการในอนาคตของตนเองได้

วชิร ทรัพย์มี (2533, หน้า 4) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นบริการทางวิชาชีพที่ทำโดยผู้ได้รับการฝึกอบรมจนมีความสามารถ ทักษะในการให้บริการ และเป็นกระบวนการของสัมพันธภาพซึ่งเต็มไปด้วยความอบอุ่น การยอมรับและความเข้าใจ เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการมีทักษะในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา อีกทั้งยังเรียนรู้พฤติกรรมและทัศนคติใหม่ ๆ ก่อให้เกิดการพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้นแก่ผู้รับบริการ

อาภา จันทรสกุล (2539, หน้า 2) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือ โดยผู้ขอรับคำปรึกษาพบปะกับผู้ให้คำปรึกษาภายใต้สัมพันธภาพที่ช่วยให้ผู้ขอรับคำปรึกษาเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง สภาพแวดล้อมและปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ได้ดีขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค และวิธีการทางจิตวิทยาช่วยให้ผู้ขอรับคำปรึกษา มีโอกาสสำรวจความรู้สึก ค่านิยม ตลอดจนข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับตนเองเพื่อนำไปสู่ทักษะในการแก้ปัญหา และการตัดสินใจเลือกเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพ

ประเภทของการให้คำปรึกษา

โอลเซน (Ohlsen, 1970, p. 31) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม หมายถึงการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้อยอมรับปัญหา และพยายามแก้ไขปัญหาของตนเองตลอดจนช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาได้เรียนรู้ที่จะนำความคิดจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529, หน้า 180) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคล ที่มีปัญหาหรือความต้องการคล้าย ๆ กันมาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้ คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้มีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษาร่วมให้ความช่วยเหลือ

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533, หน้า 737 -738) ได้แบ่งประเภทของการให้คำปรึกษาไว้ อย่างกว้าง ๆ 4 ประเภท ได้แก่ การให้คำปรึกษาในภาวะวิกฤต การให้คำปรึกษาเพื่อส่งเสริม การปรับเปลี่ยนแก้ไขให้เหมาะสม การให้คำปรึกษาเพื่อป้องกันปัญหา และการให้คำปรึกษาเพื่อ ส่งเสริมพัฒนาการดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. การให้คำปรึกษาในภาวะวิกฤต (crisis counselling) หมายถึงสภาพการณ์ซึ่งผู้รับ คำปรึกษาเผชิญกับความคับข้องใจเกี่ยวกับเป้าหมายที่สำคัญของชีวิต หรือพบกับอุปสรรคอย่าง รุนแรงในวิถีชีวิต และเขาไม่รู้จักวิธีการที่เหมาะสมในการเผชิญกับความกดดันหรือความทุกข์ เหล่านั้น ตัวอย่างเช่น เป็นโรคภัยแรงที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ สูญเสียคนรัก หรือพ่อแม่ พี่น้องที่รักใคร่ใกล้ชิดโดยฉับพลันหรือโดยไม่คาดฝัน เกิดการหย่าร้างกันระหว่างพ่อแม่ หรือ ผู้ปกครอง เกิดภาวะบ้านแตก การที่พ่อเลี้ยง แม่เลี้ยงหรือคนแปลกหน้ามาร่วมเป็นสมาชิกใหม่ ของครอบครัวโดยมิได้คาดหวัง การตั้งครรภ์นอกกฎหมาย การติดสุราหรือสารเสพติด การตกงาน และการขาดเงินเพื่อยังชีพ เป็นต้น

2. การให้คำปรึกษาเพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนแก้ไขให้เหมาะสม (facilitative counselling) การให้คำปรึกษาเพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม เป็นกระบวนการช่วยให้ ผู้รับคำปรึกษาทำความเข้าใจในสิ่งที่เขากำลังประสบ โดยเริ่มจากการทำความเข้าใจและยอมรับตนเอง ตามความเป็นจริง ต่อมาจึงการปรับเปลี่ยนแผนการดำเนินงานที่จะดำเนินงานที่จะแก้ไขสิ่งที่เขากำลัง ประสบ และดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ให้ลุล่วงด้วยความรับผิดชอบ

การให้คำปรึกษาประเภทนี้ บางครั้งก็เรียกกันอีกชื่อหนึ่งว่าการให้คำปรึกษาเพื่อการ แก้ไขหรือเพื่อการปรับตัว เพราะมีพื้นฐานมาจากแนวความคิดที่ว่า การให้คำปรึกษาเป็นการ ช่วยเหลือบุคคลเจริญก้าวหน้าขึ้นจากสภาพที่ไม่พร้อม ไปสู่สภาพที่มีความพร้อมมากขึ้นหรือมี คุณค่าสูงขึ้น

สิ่งที่เป็นกังวลของผู้รับคำปรึกษามักเกี่ยวข้องกับสิ่งต่อไปนี้ การเลือกสาขาวิชาที่จะ ศึกษาต่อ การวางแผนเตรียมตัวเข้าสู่อาชีพ การปรับตัวกับสมาชิกในครอบครัวการปรับตัวกับ เพื่อนร่วมชั้นเรียน หรือเพื่อร่วมงานการค้นหาความสามารถ ความถนัดและความสนใจที่แท้จริง

ของตน การค้นหาจุดเด่น จุดอ่อนของงาน การเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนหรือการทำงาน เป็นต้น

3. การให้คำปรึกษาเพื่อป้องกันปัญหา (preventive counseling) การให้คำปรึกษาเพื่อป้องกันปัญหา มีลักษณะเป็นโครงการซึ่งเกี่ยวข้องกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดเฉพาะเรื่องดังตัวอย่าง เช่น โครงการสร้างความเข้าใจอันถูกต้องเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ โครงการสร้างความเข้าใจอันถูกต้องเกี่ยวกับการป้องกันโรคเอดส์ โครงการสร้างความตระหนักรู้เกี่ยวกับอันตรายของสารเสพติด โครงการรู้จักตนซึ่งมีผลต่อการเลือกสาขาวิชาเรียนและการเลือกอาชีพ โครงการฝึกทักษะการสอบสัมภาษณ์เพื่อทำงาน และโครงการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนใหม่หรือเพื่อนต่างเพศ เป็นต้น

4. การให้คำปรึกษาเพื่อส่งเสริมพัฒนาการ (developmental counseling) การให้คำปรึกษาเพื่อส่งเสริมพัฒนาการเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตของบุคคล การให้คำปรึกษาประเภทนี้ มุ่งเน้นการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา เพื่อส่งเสริมให้เขามีความเจริญงอกงามอย่างสมวัย ตามขั้นพัฒนาการการทุก ๆ ขั้นตอนตลอดชีวิตของเขา ดังนั้นผู้รับคำปรึกษาจะได้รับความช่วยเหลือให้เกิดความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้องตรงตามความเป็นจริง ให้มีการตระหนักรู้ถึงศักยภาพของตน และรู้จักวิธีการนำความสามารถของตนมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่ จึงอาจกล่าวได้อีกนัยหนึ่งว่า การให้คำปรึกษาประเภทนี้มุ่งเน้นการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาให้รู้จัก เข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง เพื่อที่จะได้เติบโตงอกงามตามที่ควรจะเป็นอย่างสมวัย

ตัวอย่างที่เด่นชัดของการให้คำปรึกษาประเภทเพื่อส่งเสริมพัฒนาการ ได้แก่ การพัฒนาและธำรงรักษาการมีอัตโนทัศน์ในเชิงบวกหรือในทางที่สร้างสรรค์ การค้นหาวิถีชีวิตที่เหมาะสมกับตนเองทั้งในด้านการศึกษา การทำงาน การพักผ่อน และการใช้เวลาว่าง การเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการตัดสินใจ การทำความเข้าใจต่อค่านิยมและความสนใจในปัจจุบันของตน การเข้าใจและยอมรับในความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และการเข้าใจพัฒนาการของชีวิตตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งตาย เป็นต้น

จากความหมายสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม หมายถึงกระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลปกติเป็นกลุ่ม โดยทั่วไปมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน ที่มีความต้องการคล้าย ๆ กันมาปรึกษาหารือเพื่อแก้ปัญหาร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสานงานซึ่งกันและกันรวมทั้งมีการพัฒนาดตนเอง ทั้งทางด้านความรู้สึกรู้จักคิด และพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาของสมาชิกแต่ละคน

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา

โอลเซน (Ohlsen, 1970, p. 31) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อกำหนดพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมาย และประเมินผลความก้าวหน้าของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม รวมทั้งบุคลิกภาพของสมาชิกภายในกลุ่ม ซึ่งสมาชิกแต่ละคนได้เรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง รู้จักสิ่งแวดล้อมรวมทั้งมีการปรับตัวที่ดี

วัชร ทรัพย์มี (2533, หน้า 272) กล่าวว่าจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มคือ

1. ช่วยให้ผู้รับบริการเป็นคนเปิดเผย ไม่เก็บกดไม่แสร้ง
2. ส่งเสริมให้ผู้รับบริการมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น
3. ให้ผู้รับบริการรู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเอง และไม่ได้มุ่งหวังว่าตนเองจะต้องดีเลิศไปหมดทุกด้าน

คือ

4. ไม่หนีการเข้าสังคม หรือการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น
5. พัฒนาทักษะในการสื่อความหมาย เช่นการตั้งคำถามให้ตรงเป้าหมาย นุ่มนวล
6. ช่วยให้ผู้รับบริการไม่ด่วนตัดสินใจก่อนการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบ
7. ให้ผู้รับบริการเกิดการตระหนักว่าผู้อื่น ก็ต้องเผชิญปัญหาและหาทางแก้ปัญหาเหมือนกัน

เหมือนกัน

8. ช่วยให้ผู้รับบริการได้มีโอกาสพิจารณาว่าค่านิยมของตนเหมาะสมหรือไม่
9. ช่วยให้ผู้รับบริการสามารถตัดสินใจได้ด้วยความมั่นคงทางจิตใจ แม้จะมีอัตราการเสี่ยงอยู่บ้างก็ตาม

10. ให้ผู้รับบริการตระหนักว่าวิธีแก้ปัญหาไม่ได้มีอยู่วิธีเดียว
11. ให้ผู้รับบริการมีโอกาสสำรวจศักยภาพ และความคิดสร้างสรรค์ที่แฝงอยู่
12. ให้ผู้รับบริการใส่ใจต่อความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยให้บุคคลรู้จัก เข้าใจ ยอมรับตนเอง กล้าเปิดเผยความรู้สึกของตนเอง พร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไขพัฒนาตนเอง ไปในทิศทางที่ดีขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คุณค่าและลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่ม แกซดา (Gazda, 196, pp. 306-307) ได้ รวบรวมความคิดเห็นของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับคุณค่า และลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มสรุปได้ ดังนี้

1. สมาชิกกลุ่มได้พบว่า เขามีได้อยู่อย่างโดดเดี่ยว หรือแปลกไปจากคนอื่น แต่ยังมีคนอื่น ๆ ที่มีปัญหาล้ายคลึงกับปัญหาของเขา
2. สมาชิกของกลุ่มได้รับการสนับสนุนในการแก้ไขปัญหของเขา ทั้งนั้นเป็นผลมาจากการที่กลุ่มให้การยอมรับ ให้รางวัลและกำลังใจแก่เขา

3. สภาพของกลุ่มเป็นเสมือนสังคมเล็ก ๆ ของชีวิตจริง ทำให้สมาชิกสามารถทดสอบพฤติกรรม การติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นได้

4. กลุ่มเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทดลองกระทำพฤติกรรมใหม่

5. สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ การให้และการรับความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้จักและกัน ด้วยการสังเกตว่า ผู้อื่นแก้ไขปัญหาอย่างไร

6. ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม อาจจะทำให้สมาชิกแสวงหาขอรับคำปรึกษาเพิ่มเติม ในอีกรูปแบบของการปรึกษาเป็นรายบุคคล

7. เป็นกลุ่มที่มีคุณค่าสำหรับเด็กวัยรุ่น ซึ่งต้องการได้รับการยอมรับอย่างมากจากกลุ่มเพื่อนเขา

8. การให้คำปรึกษากลุ่ม ช่วยให้เวลาในการทำงานของนักจิตวิทยามีประโยชน์ในปริมาณต่อคนมากขึ้น

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529, หน้า 418 - 419) กล่าวถึง ข้อดีของการให้คำปรึกษากลุ่มดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจใหม่ว่า ไม่เพียงแต่ตนเองผู้เดียวเท่านั้นที่ประสบปัญหา ผู้อื่นก็ประสบปัญหาที่คล้ายคลึงกันด้วยความรู้สึกลึกซึ้งเดียวละอวย และความรู้สึกแปลกประหลาดลดลง การยอมรับในตนเองและความเข้าใจในตนเองจะเพิ่มขึ้น

2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการรู้สึกยอมรับ และนับถือตนเองมากขึ้นเพราะการให้คำปรึกษากลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของสมาชิกคนอื่น ดังนั้นสมาชิกแต่ละคนจะเกิดความรู้สึกว่า ตนเองมีความสามารถมีคุณค่าและมีความสำคัญเพราะเขาเป็นทั้งผู้ให้ความช่วยเหลือและในขณะเดียวกันก็เป็นผู้รับความช่วยเหลือจากสมาชิกคนอื่น ๆ ด้วย

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รับประสบการณ์ในการเสริมความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกผู้อื่น มีโอกาสฝึกการเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ภายใต้สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยเป็นอิสระและสมาชิกทุกคนมีความจริงใจที่จะช่วยเหลือสนับสนุนให้เขาได้บรรลุเป้าหมาย

4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับฟังความคิดเห็น และข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาของเขาในหลาย ๆ แง่มุมจากสมาชิกของกลุ่มซึ่งอาจจะเคยประสบปัญหาชนิดเดียวกันมาแล้ว ซึ่งจะช่วยให้เขามีประสบการณ์ที่กว้างขวางในการเผชิญกับปัญหา และสามารถตัดสินใจเลือกทางแก้ไขได้ถูกต้องและรอบคอบขึ้น

5. ช่วยแบ่งเบาภารกิจของผู้ปกครอง ครูฝ่ายปกครองและผู้บริหาร เพราะสมาชิกในการให้คำปรึกษากลุ่มมีความรู้สึกยอมรับในความคิดเห็นและคำแนะนำจากเพื่อนในวัยเดียวกันกับตนที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกันมากกว่าจะยอมเชื่อผู้ใหญ่

6. ช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษา สามารถให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาเป็นจำนวน 4 - 8 คน ซึ่งเป็นการประหยัดบุคลากร เวลา และงบประมาณ

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529, หน้า 419) กล่าวถึงข้อจำกัดของการให้คำปรึกษากลุ่มได้ ดังนี้

1. การให้คำปรึกษากลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ขึ้นอยู่กับความสามารถ ประสบการณ์และความสนใจของผู้ให้คำปรึกษาเป็นส่วนใหญ่ เช่นการเลือกสมาชิกของกลุ่มที่เหมาะสมการควบคุมกิจกรรมของกลุ่มให้ดำเนินไปสู่เป้าหมาย

2. การให้คำปรึกษากลุ่มให้ความสำคัญกับปัญหาร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้น ปัญหาเฉพาะของสมาชิกบางคน ซึ่งต้องวิเคราะห์และวินิจฉัยอย่างละเอียดจึงมีความสำคัญเป็นรองลงไป ด้วยเหตุนี้จึงทำให้สมาชิกบางคนขาดกำลังใจ และขาดแรงกระตุ้นเพื่อที่จะแก้ไขปัญหาเพื่อพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่

3. การให้คำปรึกษา อาจจะไม่เกิดผลสำเร็จด้วยดีตามที่เป้าหมายไว้ เพราะประสบปัญหาจริง ๆ แต่ไม่กล้าเปิดเผยอย่างเต็มที่ต่อสมาชิกกลุ่ม เพราะกลัวว่าจะเสียสถานภาพของตนในกลุ่มเพื่อน

ขั้นตอนการให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่ม

วัชร ทรัพย์มี (2533, หน้า 272) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ ผู้ให้บริการปรึกษาจะต้องกำหนดว่าในการจัดกลุ่มแต่ละกลุ่มนั้น ต้องการกลุ่มประเภทใด เป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาตนเองหรือกลุ่มเพื่อแก้ปัญหา จุดประสงค์ของกลุ่มคืออะไร สมาชิกจะได้รับประโยชน์จากการเข้ากลุ่ม กระบวนการขั้นตอนในการคัดเลือกสมาชิกเป็นอย่างไร มีจำนวนสมาชิกกี่คน จะพบกันเมื่อใดความถี่ในการเข้ากลุ่ม จำนวนครั้งในการดำเนิน กิจกรรมของกลุ่มทั้งหมด และระยะเวลาในการดำเนินการให้บริการแต่ละครั้ง กฎเกณฑ์ของกลุ่มมีอะไรบ้าง

2. ขั้นตอนการเลือกสรรสมาชิก โดยทั่วไปการเลือกสรรสมาชิกจะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ได้แก่ อายุ เพศ บุคลิกภาพ ซึ่งจะต้องมีความเหมาะสมพร้อมที่จะเข้ากลุ่ม โดยไม่มีความแตกต่าง ขนาดกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดคือ 6 คน เพราะว่าจำนวนสมาชิกมากกว่ากำหนด จะทำให้กลุ่มแตกออกเป็น 2 กลุ่มได้ ส่วนช่วงเวลา และความถี่ในการดำเนินการกลุ่ม ผู้ใหญ่ควรใช้สัปดาห์ละ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง

3. การจัดสถานที่ สถานที่ในการให้คำปรึกษากลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วน และมีขนาดพอเหมาะกับจำนวน แก้วอี้ควรมีลักษณะนั่งสบาย จัดเป็นวงกลม พื้นห้องต้องสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ ถ้าสมาชิกต้องการเปลี่ยนอิริยาบถ

4. ชนิดของกลุ่ม ควรจัดเป็นกลุ่มแบบปิด หมายความว่า จะไม่มีการเปิดรับสมาชิกใหม่อีกในระหว่างการให้คำปรึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกจากกลุ่มไปแล้วก็ตาม เพราะการจัดกลุ่มจะทำให้สมาชิกมีปัญหาในเรื่องความไว้วางใจและความสนิทสนม

5. การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลก่อนเข้ากลุ่ม การที่จะนำผู้รับบริการมาเข้ากลุ่ม ผู้ให้บริการปรึกษาควรพบผู้รับบริการเป็นรายบุคคลเพื่ออธิบายให้ผู้รับบริการเข้าใจว่าการให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่มคืออะไร แต่ละคนจะได้รับประโยชน์อะไรจากการเข้ากลุ่มนี้ และแต่ละคนมีบทบาทและหน้าที่อย่างไร ความแตกต่างระหว่างการให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่มกับการปรึกษาตัวเอง

6. การเข้ากลุ่มครั้งแรก ต้องสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความคุ้นเคย มีบรรยากาศแห่งการไว้วางใจ อันจะทำให้สมาชิกกล้าพูดกล้าแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก ผู้ให้บริการปรึกษาควรอธิบายให้ผู้รับบริการเข้าใจวัตถุประสงค์และบทบาทสมาชิกในกลุ่ม

7. ขั้นตอนการ เป็นขั้นที่สมาชิกจะนำปัญหาและเรื่องราวของตนเองมาเล่าให้กลุ่มฟัง และเปิดโอกาสให้สมาชิกอื่นแสดงความคิดเห็น หรือช่วยตนแก้ปัญหา ถ้าเป็นกลุ่มที่มีประสิทธิภาพในขั้นนี้สมาชิกจะมีขวัญและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มในระดับสูงซึ่งนำไปสู่การเต็มใจและมุ่งมั่นที่จะช่วยปัญหาในกลุ่ม

ขั้นตอนการนี้จะใช้เวลาพบปะกันหลายครั้งจนกว่ากระบวนการให้บริการปรึกษากลุ่มจะได้ผล โดยผู้ให้บริการปรึกษาจะสามารถทำให้สมาชิกแต่ละคนได้พูดถึงเรื่องราวและความรู้สึกของตนเอง กล้าเผชิญปัญหายอมรับความจริง รู้จักตนเองยิ่งขึ้น และสามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

8. ขั้นตอนการให้คำปรึกษาในขณะกลุ่มกำลังใกล้จะยุติการดำเนินการ ผู้ให้บริการปรึกษาจะต้องเตรียมสมาชิกให้พร้อมกับการยุติกิจกรรมกลุ่ม ผู้ให้บริการปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกประเมินพัฒนาของตนระหว่างประสบการณ์กลุ่ม และนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

9. ประเมินผล หลังจากจัดกิจกรรมให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่มแล้ว ผู้ให้บริการปรึกษาต้องประเมินกิจกรรมนั้น ๆ โดยใช้วิธีการต่าง ๆ เช่น การสัมภาษณ์ การใช้กลวิธีสังคมมิติ การสังเกตพฤติกรรม ใช้แบบสอบถาม

กระบวนการให้คำปรึกษา (counseling process) กระบวนการให้คำปรึกษาประกอบด้วย

1. เป้าหมายของการให้คำปรึกษา
2. ลักษณะบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา
3. ลักษณะการให้คำปรึกษาแบบเป็นความจริง
4. ลักษณะและวิธีการที่ใช้ในการให้คำปรึกษา

เป้าหมายของการให้คำปรึกษา เป้าหมายโดยทั่วไปของการให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงคือ การช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษาค้นพบเอกลักษณ์ของตนเอง เอกลักษณ์ในที่นี้คือ การช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษามีวุฒิภาวะที่เหมาะสม โดยให้เขารู้จักใช้ความสามารถที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เชื่อมั่นที่จะพึ่งพาตนเองมากกว่าจะคอยคิดพึ่งพาผู้อื่นให้มาสนองความต้องการของตนเอง

กลาสเซอร์ และซุนิน (Glasser & Zunin, 1973) มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่า ผู้ให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงเมื่อรับทราบปัญหาของผู้มารับคำปรึกษาแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาควรวางเป้าหมายไว้ เพื่อประโยชน์ของการนำเทคนิควิธีการที่เหมาะสมมาใช้ การอธิบายให้ผู้มารับคำปรึกษาเข้าใจถึงเป้าหมายในการให้คำปรึกษา ควรอธิบายในลักษณะของการช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษาสามารถรับผิดชอบต่อตนเองมากกว่าจะอธิบายออกมาในรูปของเป้าหมายเชิงพฤติกรรม เมื่อผู้มารับคำปรึกษาประเมินของพฤติกรรม เพื่อตรวจสอบดูว่า ผลของพฤติกรรมจะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้หรือไม่ มีอะไรควรแก้ไขเพิ่มเติม การให้คำปรึกษาลักษณะนี้ ทำให้ผู้มารับคำปรึกษารับรู้และยอมรับสภาพความเป็นจริงของตนเอง รู้จักตนเอง รับผิดชอบที่จะทำให้ชีวิตมีคุณค่า รู้จักวางแผนในการดำเนินชีวิตอย่างมีกฎเกณฑ์มีเหตุผล และรับผิดชอบต่อจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

ลักษณะบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

วัชร ทรัพย์มี (2533, หน้า 134) ได้สรุปลักษณะและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้

1. เป็นผู้ขอติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น
2. เป็นผู้ที่มีความเชื่อว่า การช่วยให้บุคคลเผชิญความจริง เป็นวิธีการช่วยให้บุคคลเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ
3. เป็นผู้ที่ไม่เต็มใจเปิดเผย และอภิปรายเรื่องต่าง ๆ กับผู้รับคำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นคนที่มีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน
5. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพอันใกล้ชิดกับผู้รับคำปรึกษา
6. ผู้ให้คำปรึกษาจะสอนวิธีที่ควรประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับคำปรึกษา ด้วยการสอนโดยตรงด้วยการเป็นตัวอย่างให้
7. ผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาจะช่วยวางแผนโครงการ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และสนับสนุนให้ผู้รับบริการ มีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามโครงการที่วางไว้โดยไม่มีข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้น

บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา

อาภา จันทรสกุล (2539, หน้า 255) ได้กล่าวไว้ว่า เทคนิควิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีที่ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้ เป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดบทบาทหน้าที่ของผู้

ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เช่น ผู้ให้คำปรึกษาประเภทเผชิญหน้า (encounter group) ที่ใช้เทคนิควิธีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับปรึกษาศูนย์กลาง จะมีบทบาทหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือ (facilitator) ไม่ใช่แนะนำหรือนำทางกลุ่ม แต่จะคอยช่วยเหลือให้สมาชิกกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มมีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกระหว่างกันและกัน และคอยช่วยให้กลุ่มสร้างสัมพันธภาพที่ดี และให้สัมพันธภาพที่ดีนั้นมีอยู่อย่างต่อเนื่องตลอดการให้คำปรึกษากลุ่ม ส่วนผู้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญเหตุผล (rational encounter group) จะมีบทบาทหน้าที่เป็นครูผู้แนะนำ จะสอนหรือโต้แย้งด้วยวิธีคิดตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเล็กคิดแบบไม่มีเหตุผลแบบเดิม มาใช้วิธีคิดแบบใหม่ ปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มจะเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิกแต่ละคน โดยมีสมาชิกอื่น ๆ ร่วมแสดงความรู้สึกนึกคิดประกอบด้วยแต่ก็ไม่ใช่สำคัญเท่ากับปฏิสัมพันธ์ผู้ให้คำปรึกษาติดต่อกับผู้รับคำปรึกษาแต่ละคน เพราะจะเน้นการ แนะนำที่จะทำใหสมาชิกอื่น ๆ เรียนรู้ไปด้วย เป็นต้น

ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบนำทาง (directive approach) จะมีบทบาทหน้าที่ในกลุ่มแตกต่างจากผู้ให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง (non - directive approach) ประเด็นสำคัญที่จะกล่าวในที่นี้คือ บทบาทหน้าที่เกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มไม่ว่าจะใช้เทคนิควิธีการให้คำปรึกษาแต่ความสำคัญที่จะให้จะไม่เท่ากันในแต่ละทฤษฎี ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มรูปแบบของ ปฏิสัมพันธ์เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพภายในกลุ่ม และกำหนดบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่เน้นความสำคัญของปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก (interpersonally oriented) มีหน้าที่ที่จะทำใหกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กันแบบสมาชิกเป็นฐานของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (member - based group counseling) ส่วนผู้ให้คำปรึกษาที่เน้นการรับรู้ ภายในตนเอง (intrapersonally oriented) จะมีบทบาทหน้าที่ที่จะทำใหกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์แบบผู้ให้คำปรึกษาเป็นฐานของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (counselor - based group counseling)

นอกจากนี้ วชิร ทรัพย์มี (2533, หน้า 184) ได้กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

1. จัดหาแบบอย่างของพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และแบบอย่างของชีวิตโดยยึดตามพื้นฐานของความสำเ็จเฉพาะตน
2. สร้างสายสัมพันธ์ ซึ่งมีพื้นฐานอยู่บนความเข้าใจและความเคารพ
3. สนใจในกำลังและศักยภาพของแต่ละบุคคล
4. สนับสนุนการพิจารณาพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา
5. แนะนำและสนับสนุนกระบวนการประเมินพฤติกรรมตามสภาพจริง
6. สอนให้ผู้รับคำปรึกษากำหนดแผนการปฏิบัติ และดำเนินการตามแผนที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

7. สร้างโครงร่าง และขอบเขตสำหรับการให้คำปรึกษา

8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพบวิถีทางที่สนองความต้องการของตนเอง และปฏิเสธที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาล้มความตั้งใจอย่างง่ายดาย

40

ลักษณะการให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริง

กลาสเซอร์ (Glasser, 1965) ได้สรุปลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงได้ ดังนี้

1. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงปฏิเสธเรื่องความเจ็บป่วยเกี่ยวกับโรคประสาทโรคจิต แต่มีพื้นฐานความเชื่อว่าพฤติกรรมผิดปกติต่าง ๆ เป็นผลมาจากการขาดความรับผิดชอบ วิธีให้คำปรึกษาแบบนี้ไม่เกี่ยวข้องกับการวินิจฉัยทางจิต เพราะเชื่อว่า ความเจ็บป่วยทางโรคประสาท โรคจิตคือ ความไม่รับผิดชอบ การมีสุขภาพจิตดีคือการมีความรับผิดชอบต่อชีวิต

2. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงให้ความสำคัญต่อพฤติกรรมปัจจุบันมากกว่าความรู้สึกรู้สึกหรือทัศนคติ และเชื่อว่าเมื่อพฤติกรรมเปลี่ยนทัศนคติและความรู้สึกจะเปลี่ยนตามไปด้วย

3. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงให้ความสำคัญต่อสภาวะปัจจุบันไม่ใช่อดีต สิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้คือ ปัจจุบันและอนาคต อดีตจะนำมากล่าวถึงในการให้คำปรึกษาเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามค้นหาความมุ่งหวังเป้าหมายในชีวิตของผู้มารับคำปรึกษาในสภาวะปัจจุบัน

4. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงให้ความสำคัญต่อการประเมินค่านิยม โดยผู้มารับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรมตนเองว่า พฤติกรรมดังกล่าวนำไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในชีวิต เพราะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวนำไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในชีวิต เพราะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวเกิดขึ้นได้ยาก ถ้าผู้มารับคำปรึกษาไม่สำรวจพฤติกรรมของตนเองและยอมรับเสียก่อนว่าพฤติกรรมต่าง ๆ นั้นเป็นผลไปสู่ความล้มเหลว ดังนั้น ถ้าต้องการประสบความสำเร็จ เขาต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อให้สอดคล้องกับความเป็นจริงและเป็นไปในทิศทางที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ

5. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงไม่เน้นการถ้อยแถลง เนื่องจากเห็นว่า การถ้อยแถลงทำให้ผู้ให้คำปรึกษาไม่เป็นตัวของตนเองอย่างแท้จริง บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาควรเป็นบุคคลที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานด้านจิตใจ โดยการสร้างสัมพันธภาพที่ดี อบอุ่น มีความจริงใจ

6. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงไม่ให้ความสำคัญต่อจิตไร้สำนึก แต่เน้นการรับรู้ที่จิตสำนึก กลาสเซอร์เชื่อในพฤติกรรมที่ผู้มารับคำปรึกษากระทำอยู่ในปัจจุบัน การที่ผู้มารับคำปรึกษาไม่ประสบความสำเร็จในเป้าหมายหรือสิ่งที่ตนต้องการก็เนื่องมาจากความไม่

รับผิดชอบการไม่วางแผน ฉะนั้นจึงควรแก้ไขพฤติกรรมปัจจุบันและรับผิดชอบต่อภาระ
กระทำของตนเอง

7. การให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงให้ความสำคัญของความรับผิดชอบการเรียนรู้
ที่จะรับผิดชอบเป็นกระบวนการที่ติดต่อสืบเนื่องไปตลอดชีวิต สิ่งสำคัญคือบุคคลต้องเรียนรู้ที่จะ
รู้สึกถึงความสามารถ ความมีคุณค่าของตนเอง เมื่อเขาทำสิ่งที่ถูกต้องและเรียนรู้ที่จะแก้ไข
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองเมื่อเขาทำสิ่งที่ผิด โดยประเมินค่านิยม ทศนคติ วิธีการดำเนิน
ชีวิต บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาจึงเปรียบเสมือนครูที่สอนผู้มารับคำปรึกษาให้สำรวจการใช้ชีวิต
ของเขาในแต่ละวัน สอนให้เขาวางแผนที่จะนำชีวิตไปสู่ความสำเร็จ

เทคนิคและวิธีการที่ใช้ในการให้คำปรึกษา อภา จันทรสกุล (2535, หน้า 278-
279) กล่าวไว้ว่าการให้คำปรึกษาเน้นความจริง มีลักษณะเป็นการให้คำปรึกษาที่นำทางโดยใช้
การพูด ผู้ให้คำปรึกษาจะมุ่งให้ความสำคัญต่อสภาวะปัจจุบันและลักษณะของผู้รับคำปรึกษา
มากกว่าจะคำนึงถึงอดีต และความรู้สึก ผู้ให้คำปรึกษาอาจนำเทคนิคต่าง ๆ ที่เหมาะสมมาใช้
เช่น

1. เทคนิคในการสร้างสัมพันธภาพที่ดี การฟัง การยอมรับ ความจริงใจ ตั้งใจที่จะ
ช่วยเหลือ
2. การแสดงบทบาทสมมุติ
3. เทคนิคการเผชิญหน้า ให้ผู้มารับคำปรึกษาเผชิญความจริงของพฤติกรรมที่เขาไม่มี
ความรับผิดชอบ
4. ช่วยผู้มารับคำปรึกษาวางโครงการ และรายละเอียดของพฤติกรรมที่ต้องกระทำใน
แต่ละขั้นตอนเพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้
5. แสดงให้เห็นถึงการเป็นตัวอย่างที่ดี และใช้วิธีสั่งสอน ชักจูงให้ผู้มารับคำปรึกษาเห็น
ถึงความสำคัญของความรับผิดชอบ ให้ข้อมูลข้อคิดต่อผู้มารับคำปรึกษา
6. ใช้คำถามชักนำให้ผู้มารับคำปรึกษาสนใจพฤติกรรม ในสภาวะปัจจุบันของตนเอง
มากกว่าความรู้สึกในอดีต และผู้ให้คำปรึกษาจะไม่เปิดโอกาสให้ผู้มารับคำปรึกษาบรรยายถึง
ความรู้สึกในอดีตมากนัก แต่จะถามผู้มารับคำปรึกษาถึงพฤติกรรมและสภาวะปัจจุบัน เช่น
"คุณได้ทำอะไรบ้างเพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว"

7. ใช้วิธีชี้แจงให้ผู้มารับคำปรึกษาตระหนักถึงความรับผิดชอบตามบทบาทของผู้มารับ
คำปรึกษา ที่จะทำให้กระบวนการให้คำปรึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

8. ใช้วิธีชี้แจงให้ผู้มารับคำปรึกษาเข้าใจถึงขอบเขตและลักษณะของการให้คำปรึกษา
ตลอดจนสิ่งที่ผู้มารับคำปรึกษาจะได้รับจากกระบวนการให้คำปรึกษา

9. ใช้เทคนิคที่เรียกว่า เวอเบล ช็อค เทียราพี (verbal shock therapy) ในการ
ประเมินพฤติกรรมของผู้มารับคำปรึกษา ให้ผู้มารับคำปรึกษาตระหนักว่าพฤติกรรมในปัจจุบัน

ของเขาเหมาะสมหรือไม่อย่างไร ช่วยทำให้เป้าหมายในการดำเนินชีวิต ค่านิยมต่าง ๆ ที่ผู้มารับคำปรึกษาเมื่ออยู่กระจำจั้น โดยการให้ผู้มารับคำปรึกษาเผชิญกับพฤติกรรมที่แท้จริงของตนเอง และกล้าที่จะประเมิน

กลาสเซอร์ (Glasser, 1965 p. 226) มีหลักการว่า การให้บริการปรึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งเน้นการพูดคุยกันด้วยเหตุผลกับผู้รับบริการ โดยผู้ให้บริการปรึกษาจะสนทนากับผู้รับบริการเกี่ยวกับสภาพการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตของผู้รับบริการเพื่อให้ผู้รับบริการตระหนักในพฤติกรรมของตนเองสามารถพิจารณาสิ่งถูกสิ่งผิด สิ่งที่ดีหรือพึงละเว้นตลอดจนสามารถวางแผนการเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ กลาสเซอร์ได้เสนอกลวิธีให้บริการปรึกษาแบบเผชิญความจริงดังนี้

1. กลวิธีที่จะสร้างสัมพันธภาพหรือเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้รับบริการ ผู้ให้บริการปรึกษาจะต้องมีทักษะในการสื่อความหมายให้ผู้รับบริการ ได้ตระหนักว่าผู้ให้บริการปรึกษาสนใจผู้รับบริการ ในการนี้ผู้ให้บริการจะต้องให้ความเป็นกันเอง ให้กำลังใจแก่ผู้รับบริการว่าเขาสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมได้ และชี้แจงให้ผู้รับบริการเข้าใจกระบวนการให้ความช่วยเหลือนี้
2. การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาจะชักชวนผู้รับคำปรึกษาพิจารณาพฤติกรรมที่เป็นสาเหตุ หรือส่งเสริมความรู้สึกที่ไม่ดี ช่วยให้เราเรียนรู้ว่าเรามีความสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองให้ดีขึ้นได้ ด้วยการควบคุมพฤติกรรมของตนเองสามารถตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง ดังนั้นการเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพัฒนาทางเลือกใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และมีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น
3. การประเมินพฤติกรรม เมื่อผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาถึงพฤติกรรมที่เขากระทำอยู่ และพฤติกรรมนั้นแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาก็จะช่วยให้เขาประเมินว่า พฤติกรรมนั้นกำลังนำไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลว สิ่งสำคัญคือผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่เป็นผู้ตัดสินพฤติกรรมหรือแสดงทัศนคติในเชิงวิพากษ์วิจารณ์ ในการประเมินพฤติกรรมต้องเน้นที่การวิจารณ์เฉพาะพฤติกรรม เท่านั้นซึ่งเป็นสิ่งที่แก้ไขปรับปรุงได้
4. การพัฒนาแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลง หลังจากผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินพฤติกรรมของตนเอง และตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยเขาในการพิจารณาทางเลือกอื่น ๆ เพื่อหาพฤติกรรมที่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ และช่วยเขาในการวางแผนการเพื่อการเปลี่ยนแปลงโดยการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นที่สามารถปฏิบัติได้ และมีโอกาสที่จะสำเร็จ การวางแผนปฏิบัติต้องมีลักษณะเฉพาะเจาะจง ชัดเจน วัดได้ และต้องยืดหยุ่นสามารถปรับได้ตามความเหมาะสม
5. ข้อผูกมัด แผนการที่กำหนดไว้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จะดำเนินไปได้ก็ต่อเมื่อผู้รับคำปรึกษาเต็มใจที่จะลงมือปฏิบัติ ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงจึงมีการผูกมัดตนเองที่จะทำตามแผนการ โดยให้ผู้รับคำปรึกษาเขียนเป็นรูปสัญญา เพื่อช่วยให้

ตนเองปฏิบัติตามแผนการนั้น ถ้าหากผู้รับคำปรึกษาหลีกเลี่ยง หรือไม่ยินยอมผูกมัดตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่บีบบังคับให้เขาเปลี่ยนใจ แต่จะต้องให้คำแนะนำว่า อะไรเป็นอุปสรรคขัดขวาง เขาผู้รับคำปรึกษาบางคนคิดว่าตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลง ไม่สามารถทำตามที่ตั้งใจ และยินยอมเป็นคนล้มเหลว ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้เขาพิจารณาผลการไม่ยอมเปลี่ยนแปลง และแนะนำเขาให้วางแผนการช่วงสั้นที่สามารถปฏิบัติได้ง่าย ๆ สิ่งที่ต้องคำนึงถึง คือ แผนการที่ผู้รับคำปรึกษาผูกมัดตนเองที่จะทำตาม จะต้องเป็นเหตุเป็นผล มีความเป็นไปได้

6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว กลาสเซอร์เห็นว่าการแก้ตัวเป็นการหลอกตัวเอง ในกรณี que ผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเองได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่รับฟังคำแก้ตัว หรือเหตุผลในความล้มเหลว ไม่มีการตำหนิหรือค้นหาข้อผิดพลาด แต่ต้องแสดงความห่วงใยต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง

7. ไม่ใช้การลงโทษ เมื่อผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องกระตุ้นให้เขาประเมินตนเองอีกครั้ง เพื่อพิจารณาว่า เขายังต้องการที่จะทำตามข้อผูกมัดนั้นหรือไม่

8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเชื่อมั่นในตัวผู้รับคำปรึกษาว่า เขาสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาพฤติกรรมใหม่ได้ แม้ว่าบางคนอาจจะต้องใช้เวลานานมาก ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นตัวอย่างของการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ และผูกมัดตนเองที่จะช่วยเหลือ และกระตุ้นความรู้สึกมั่นใจในตนเอง เมื่อผู้รับคำปรึกษาเชื่อมั่นว่าผู้ให้คำปรึกษาไม่รู้สึกสิ้นหวังในตัวเขาแล้ว เขาจะไม่รู้สึกโดดเดี่ยว สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้ว่าเขามีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาและเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เขาคิด และรู้สึกและกระทำได้

คอเรย์ (Corey, 1991, pp. 379-383) ได้กล่าวถึงหลักการในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้

1. สำรวจความต้องการ และการรับรู้ของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้ทักษะในการตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงความต้องการของตนเอง ตลอดจนวิธีการในการตอบสนองความต้องการ ส่วนหนึ่งของการให้คำปรึกษาจะประกอบด้วย การสำรวจสภาพต่าง ๆ ของผู้รับคำปรึกษา รวมทั้งการกำหนดพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้ความต้องการของเขาใกล้เคียงกับความเป็นจริง ทักษะการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงคือ การไม่วิพากษ์วิจารณ์แต่จะยอมรับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้เปิดเผยโลกส่วนตัวของเขา การสำรวจนี้ควรกระทำอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนกระบวนการให้คำปรึกษาเพราะสภาพต่าง ๆ ในชีวิตของผู้รับคำปรึกษาอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ คำถามที่มีประโยชน์ในการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถหาข้อสรุปได้อย่างแน่นอนว่าอะไรคือสิ่งที่เขาต้องการก็คือ "ถ้าคุณเป็นคนที่คุณต้องการจะเป็นได้ คุณจะเป็นคนแบบไหน"

2. เฟ่งความสนใจที่พฤติกรรมปัจจุบัน การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง จะเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบันและจะสนใจเรื่องราวในอดีตก็เพียงแต่เฉพาะในแงุ่มที่ส่งผลกระทบมาถึงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาในปัจจุบันเท่านั้น การเฟ่งความสนใจที่พฤติกรรมปัจจุบันนี้ทำได้โดยการให้คำถามที่มักใช้อยู่บ่อย ๆ สำหรับผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้คือ "คุณกำลังทำอะไร" แม้ว่าปัญหาหลายปัญหาอาจมีรากฐานมาจากอดีตก็ตาม แต่ผู้รับคำปรึกษาก็จำเป็นที่จะต้องเรียนรู้วิธีการจัดการกับปัญหาเหล่านั้น ในปัจจุบันด้วยทางเลือกที่ดีกว่า การนำอดีตมาอภิปรายนั้น สามารถทำได้ในจุดประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้วางแผนสำหรับอนาคตที่ดีขึ้น ภาระของผู้ให้คำปรึกษาก็คือ การมุ่งหน้าที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาจัดการกับสถานการณ์ในปัจจุบันของตนเอง

ในตอนเริ่มต้นของการให้คำปรึกษานั้น จำเป็นจะต้องพูดคุยกับผู้รับคำปรึกษาให้ครอบคลุมเกี่ยวกับชีวิตของเขา การสำรวจนี้จะเป็นขั้นเริ่มต้น ที่จะนำไปสู่การประเมินในขั้นต่อไปว่าสิ่งต่าง ๆ นี้ นำเขาไปสู่ทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่โดยการถือกระจกตรงหน้าผู้รับคำปรึกษา พร้อมทั้งถามว่า "คุณมองเห็นอะไรเกี่ยวกับตนเองในปัจจุบันและอนาคตบ้าง" การสะท้อนความรู้สึกนี้ จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกระจำแจ้ง

การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง จะเฟ่งความสนใจที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในปัจจุบัน ไม่เพียงแต่การเปลี่ยนทัศนคติและความรู้สึกเท่านั้น แต่ไม่ได้หมายความว่าทัศนคติไม่มีความสำคัญ แต่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และถือว่าเป็นคุณค่าในกระบวนการให้คำปรึกษา แม้ว่าการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงจะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาอภิปรายถึงความรู้สึกอยู่บ้างก็เพื่อที่จะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความกระจำแจ้งในการกระทำ และผลที่ได้รับจากการกระทำนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามีความคิด และการกระทำที่สอดคล้องกับความรู้สึกจุดมุ่งหมาย ก็คือการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจในความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง คำถามที่อาจจะนำมาใช้ถามคือ "คุณกำลังทำอะไรอยู่" "คุณจะทำอะไรในวันพรุ่งนี้บ้าง"

การรับฟังคำปรึกษาเล่าถึงความรู้สึกสามารถทำได้ ในกรณีที่ความรู้สึกนั้นเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เขากำลังทำอยู่ เมื่อผู้รับคำปรึกษาพูดถึงความรู้สึกที่เป็นปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสนใจมากกว่า ที่จะกระตุ้นให้เขาเปลี่ยนสิ่งที่เขากำลังทำหรือกำลังคิด การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงมุ่งที่จะให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความตระหนักเกี่ยวกับผลของพฤติกรรมในปัจจุบัน เพราะกระบวนการนี้ช่วยเหลือนี้เป็นการช่วยให้บุคคลรับในสิ่งที่เขาต้องการ และเป็นการพัฒนาภาพพจน์ของตนเองให้ดีขึ้นด้วย

3. ให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรม ประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ก็คือการให้คำถาม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินค่าพฤติกรรมตนเองว่า "พฤติกรรมในปัจจุบันของคุณ ทำให้คุณสมหวังในสิ่งที่คุณต้องการหรือไม่ และพฤติกรรมนี้จะ

นำไปสู่ทิศทางที่คุณต้องการหรือไม่ และพฤติกรรมที่กระทำอยู่นี้จะนำคุณไปสู่ทิศทางที่คุณต้องการ หรือไม่"

4. การวางแผนและข้อผูกพัน เมื่อผู้รับคำปรึกษาตัดสินใจได้แล้วว่าอะไรคือสิ่งที่เขาต้องการจะเปลี่ยนแปลง เขาจะต้องพิจารณาหาพฤติกรรมทางบวกที่จะช่วยส่งเสริมเขาและต้องกำหนดแผนในการปฏิบัติ และเมื่อมีการเขียนแผนแล้ว ก็ต้องมีการเขียนข้อผูกพันด้วยว่าแผนนี้จะนำไปปฏิบัตินี้จะนำไปปฏิบัติเมื่อไร ที่ไหน อย่างไร กับใคร บ่อยแค่ไหน ฯลฯ และแผนนี้ต้องปฏิบัติได้จริง

การวางแผนที่ดีผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้ข้อมูลให้แนวทางหรือทางเลือกกับผู้รับคำปรึกษา ซึ่งแผนที่ดีในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีลักษณะดังนี้

4.1 แผนนั้นต้องอยู่ในความสามารถที่ผู้รับคำปรึกษานำสู่การปฏิบัติได้จริง และมีความสัมพันธ์กับเป้าหมายที่วางไว้ เป็นหนทางที่จะบรรลุดังเป้าหมายได้จริง

4.2 แผนที่จะนำสู่การปฏิบัติได้จริงควรเข้าใจได้ง่าย ควรมีการกำหนดแนวทางปฏิบัติที่ ชัดเจน แต่ก็ควรมีการยืดหยุ่นได้เปิดโอกาสให้เปลี่ยนแปลงได้

4.3 แผนที่กำหนดขึ้นมาควรปฏิบัติได้ทุกวันและสามารถปฏิบัติได้นานเท่าที่ต้องการ

4.4 แผนที่กำหนดขึ้นมาต้องเกี่ยวข้องเกี่ยวกับกิจกรรม เช่นต้องทำอะไรบ้าง ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร และในกิจกรรมก็จะเป็นตัวช่วยกำหนดพฤติกรรมทางบวกที่จะต้องแสดงออกมาเมื่อทำกิจกรรมตามแผนนั้น

4.5 ก่อนนำแผนไปปฏิบัติควรมีการประเมินว่าแผนที่กำหนดไว้ทำได้จริงหรือไม่ เป็นหนทางสู่เป้าหมายจริงหรือไม่ และถ้าแผนนั้นใช้ไม่ได้ต้องมีการนำกลับไปประเมินใหม่และพิจารณาหาทางเลือกใหม่

4.6 ผู้ให้คำปรึกษาต้องกระตุ้นและให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาในการนำแผนไปปฏิบัติจริง และนี่ก็จะเป็นข้อผูกพันที่ผู้รับคำปรึกษาต้องปฏิบัติ

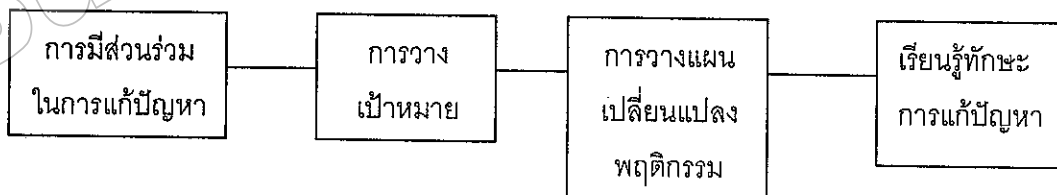
ศิริวรรณ สายโกศุม (2539, หน้า 181 -182) กล่าวถึงขั้นตอนในการให้คำปรึกษาทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้ การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่คนที่มีพฤติกรรมไม่รับผิดชอบ และไม่กล้าเผชิญความจริงให้เป็นคนที่รับผิดชอบและกล้าเผชิญความจริงการช่วยให้บุคคลกล้าเผชิญความจริงทำให้เขาสามารถสนองความต้องการได้ในลักษณะที่พึงประสงค์ในขอบเขตของค่านิยม และมาตรฐานของสังคมโดยอาศัยพฤติกรรมบำบัดแบบเผชิญความจริง 3 ประการ คือ หลักความจริง (reality) หลักความรับผิดชอบ (responsibility) และความถูกต้องหรือความผิด (right or wrong) ดังได้กล่าวมาแล้วการสอนให้คนกล้าเผชิญความจริงได้นั้นต้องอาศัยวิธีการ 3 อย่าง คือการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา ไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่จริง และการสร้างการเรียนรู้ใหม่ให้แก่ผู้รับบริการปรึกษา ซึ่งมีขั้นตอนในการให้บริการปรึกษาดังนี้

1. การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา หมายถึง การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้มีส่วนร่วมในการช่วยแก้ไขพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา วิธีการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาคือการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างความสัมพันธ์ทางอารมณ์ โดยการให้ความสนใจ ให้ความอบอุ่น เป็นมิตรยอมรับผู้รับคำปรึกษาในฐานะบุคคลที่มีศักยภาพเท่ากับผู้อื่น ขั้นต่อไปคือการอภิปรายปัญหาต่าง ๆ อย่างตรงไปตรงมา ซึ่งกลาสเซอร์เชื่อว่า การอภิปรายอย่างจริงจัง ๆ และการฟังเรื่องเศร้าหมองอย่างต่อเนื่องทำให้ผู้ให้บริการปรึกษาเกิดความเห็นอกเห็นใจและมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาได้เป็นอย่างดี จนผู้รับบริการปรึกษาสามารถบ่งบอกพฤติกรรมที่ไม่รับผิดชอบก่อนดำเนินการช่วยเหลือได้

2. ช่วยผู้รับคำปรึกษาในการวางแผนเป้าหมายและอธิบายเป้าหมายให้ชัดเจน ผู้ให้คำปรึกษาต้องชี้แนะให้ผู้รับคำปรึกษาเผชิญความจริง และรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง โดยเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนวางแผนเป้าหมายของพฤติกรรมความรับผิดชอบที่เหมาะสมว่ามีพฤติกรรมอะไรบ้าง สามารถปฏิบัติได้จริงหรือไม่ เป็นเป้าหมายที่เหมาะสมกับสภาพและฐานะของผู้รับคำปรึกษาหรือไม่

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างมีระบบ เช่นการประเมินพฤติกรรมโดยอธิบายให้ผู้รับคำปรึกษาว่าพฤติกรรมนั้นเป็นไปตามกฎเกณฑ์ของสังคมหรือไม่ ถ้าไม่พฤติกรรมถูกต้องนั้นคืออะไร สามารถที่จะปฏิบัติได้หรือไม่ ควรจะวางโครงการพัฒนาพฤติกรรมนั้นได้อย่างไร ให้เขียนแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นลายลักษณ์อักษร

4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ทักษะการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล และแก้ปัญหอย่างมีระบบเพื่อเรียนรู้วิธีสนองความต้องการด้วยวิธีที่ดีกว่า และผู้ให้บริการปรึกษาเป็นต้นแบบที่ดีให้แก่ผู้รับบริการปรึกษา คือ เป็นผู้มีความรับผิดชอบ รับผิดชอบต่อการกระทำของตนคือพูดอย่างไรแล้วก็ทำอย่างนั้น เพื่อให้ผู้รับบริการเห็นว่าความรับผิดชอบเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ซึ่งสามารถสรุปขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงออกเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



ภาพที่ 1 แผนภูมิขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

การนำทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงไปใช้ในโรงเรียน กลาสเซอร์ยืนยันว่า วิธีการให้คำปรึกษาแบบเน้นความเป็นจริงใช้ได้ประโยชน์อย่างยิ่งในโรงเรียน โดยเขาใช้วิธีการดังกล่าวแก้ไขปัญหายุวอาชญากรรมได้ผลสำเร็จอย่างดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะการ

แก้ปัญหาของวัยรุ่นหญิงที่ "เวนทรา สคูล ฟอ์ เกิล" (Ventura Schools for Girls) ทำให้
ปัญหาต่าง ๆ ลดลงถึง 80 %

อาภา จันทรสกุล (2535, หน้า 281) กล่าวว่า การสอนให้เด็กคิดเป็น แก้ปัญหาเป็น
และรับผิดชอบตนเอง จะช่วยลดปัญหาต่าง ๆ ของการอยู่ร่วมกันในสังคม โรงเรียนควร
ปลูกฝังให้เด็กรู้จักรับผิดชอบตนเอง และสังคมแทนการสอนท่องจำและให้ความรู้สิ่งต่าง ๆ
ที่ไม่มีประโยชน์ต่อชีวิตของเด็ก โรงเรียนควรเป็นสถานที่ที่ให้โอกาสเด็กได้ประสบความสำเร็จตาม
ความสามารถที่เขา มีอยู่ เพื่อสร้างเสริมเอกลักษณ์ด้านความสำเร็จทำให้เด็กเกิดแรงจูงใจที่จะ
ดำเนินชีวิตของตนเองให้มีคุณค่า แต่โรงเรียนส่วนใหญ่มักยื่นประสบการณ์ด้านความล้มเหลว
ให้กับเด็ก ทำให้เด็กขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่อยากรับผิดชอบตนเองเพราะรู้สึกว่าการไม่มี
ความสามารถเพียงพอและมีความรู้สึกด้านลบต่อบุคคลอื่น และสังคมที่ให้ประสบการณ์ความ
ล้มเหลวแก่เขา

งานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

งานวิจัยในต่างประเทศ

ฮาร์ริส และเฮรี่ (Harris & Haris, 1992) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบเผชิญ
ความจริง เพื่อทำนายพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 27 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม
คือ กลุ่มที่ 1 ใช้วิธีบำบัดแบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ 2 ควบคุมโดยใช้วิธีการให้ความรู้ในการ
ศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดตัวทำนายพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่า
ในตัวเอง การควบคุมตนเอง และการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษาพบว่านักเรียน
ที่ได้รับการบำบัดแบบเผชิญความจริง สามารถแยกได้ว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่มีความ
รับผิดชอบ และพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ

ชาง (Chang, 1995, pp. 1706) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาเป็น
กลุ่มแบบเผชิญความจริง และการสอนตามทฤษฎีควบคุมที่มีต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบและ
การควบคุมตนเอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยได้หวน
แบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญ
ความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนตามทฤษฎีควบคุม ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาทั้งสอง
ทดลองและกลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบ และการควบคุมตนเอง
ได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ซึ่งนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมความ
รับผิดชอบและควบคุมตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุม นอกจากนี้ผลการวิจัยพบว่า การเปลี่ยนแปลง
พฤติกรรมด้านความรับผิดชอบและการควบคุมตนเองเกิดขึ้นในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และ
คะแนนพฤติกรรมความรับผิดชอบและการควบคุมตนเองในระยะติดตามผลสูงกว่าคะแนนใน
ระยะหลังการทดลอง

184208

๑
158-35
๗ ๕7๕ ๗
๑

งานวิจัยในประเทศ

ลักขณา โสภา (2537, หน้า 62) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาวิทยาคาร) สังกัดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนตามปกติ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัชรินทร์ แยมโสภี (2538, หน้า 78) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นรายบุคคล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 มีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่มและรายบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อุษณีย์ ทองสหธรรม (2538) ได้ทำวิจัยเรื่องผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมีความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อลดลงหลังจากได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะมีความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อลดลงหลังจากได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงและนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะมีความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อลดลงไม่แตกต่างกัน

สุลีพร ศรีไชยวาน (2541) ได้ทำวิจัยเรื่องเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและการฝึกอานาปานสติ สมาธิที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและผู้สูงอายุที่ได้รับการฝึกอานาปานสติ สมาธิ มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 ผู้สูงอายุที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีความพึงพอใจในชีวิตระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผู้สูงอายุที่ได้รับการฝึกอานาปานสติ สมาธิ มีความพึงพอใจในชีวิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศ จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของบุคคลให้เหมาะสมได้ นอกจากนี้คาร์อลและเจมส์ (Carol & James, 1990, p. 248) เจ้าของทฤษฎีเผชิญความจริงได้ยืนยันว่าผู้ที่ตกเป็นเหยื่อของความเหนื่อยหน่ายจะต้องเรียนรู้ ที่จะยอมรับความจริงภายใต้การสนับสนุน และสัมพันธภาพที่ดีของสังคม เพื่อช่วยให้เขาได้มีความรับผิดชอบในสิ่งที่เขาเลือกปฏิบัติด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาพฤติกรรมของนักเรียน

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับความรู้สึกมีปมด้อยในตัวเอง

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกมีปมด้อยในตัวเอง

ความหมายและนิยามของความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง

อินฟีเรียริตี คอมเพล็กซ์ (inferiority complex) หมายถึง ความรู้สึกหรือความคับข้องใจชนิดหนึ่ง ที่ถือตนว่าเป็นผู้ต่ำต้อยกว่าเขา ซึ่งอินฟีเรียริตี (inferiority) แปลว่า ความเป็นผู้ต่ำต้อยกว่าเขา - เป็นผู้เลวกว่าเขา - เป็นผู้หย่อนความสามารถกว่าเขาเป็นต้น ส่วนคำว่าคอมเพล็กซ์ (complex) แปลว่า “ปม” มีความหมายทั่ว ๆ ไปว่า ยุ่งเหยิง ซับซ้อน สับสน เป็นต้น “ปม” มีมีลักษณะแห่งความยุ่งยาก การซับซ้อน สับสนอยู่ในตัว เส้นด้ายเส้นเดียวหรือหลาย ๆ เส้น เมื่อพันกันยุ่งหรือสับสนกันอยู่ จึงจะขอเป็นปมขึ้นได้ อาศัยลักษณะเช่นนี้ คอมเพล็กซ์ (complex) จึงเปรียบเสมือนอย่างปมก็ได้ ส่วนต่ำต้อยก็คือต้อยนั่นเอง ฉะนั้น อินฟีเรียริตี (inferiority) กับ คอมเพล็กซ์ (complex) รวมกันเข้าแล้วจึงได้คำว่า “ปมด้อย”

พอล (Pual, 1939, p. 289) กล่าวว่า ความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองเป็นการแสดงความคิดที่ไม่สัมพันธ์กันในตัวมันเอง นำไปสู่การลดค่าตัวเอง กลายเป็นความรู้สึกที่ไม่เหมาะสม ความกระหายต่อการยกย่องและการยกย่องอย่างมากมาย และเป็นการยอมรับทัศนคติที่เสื่อมเสีย

อารวิด (Avid, 1958, p. 76) ให้ความเห็นทางศาสนาคริสต์ว่าความรู้สึกมีปมด้อยคือ อารมณ์ความรู้สึกที่ไม่สามารถกระทำในระดับที่แตกต่างกัน ถ้ายทอดทางกรรมพันธุ์จากธรรมชาติ และมันถูกทำให้รุนแรงขึ้นโดยเหตุการณ์ครั้งแรกของชีวิตแล้วกลายมาเป็นการมีปมด้อยที่แสดงอาการหลบหนีหรือก้าวร้าว และพยายามแสวงหากลไถ่ปกป้องในการที่จะตอบสนองกับความจริง

แมน (Mann, 1983, p. 241) ปมด้อยมีพลวัตของอารมณ์จากการหลงตัวเอง(โดยไม่มีเหตุผล) เกิดจากประสบการณ์ที่ไม่ได้รับการยอมรับในวัยเด็ก และความต้องการสำหรับการรับรองจากสังคมมีพลวัตของอารมณ์จากการอิจฉาและการสงสารตัวเอง เกิดจากประสบการณ์ที่ได้รับความรักไม่เพียงพอในวัยเด็กด้วย แต่ให้ความเห็นว่าความต้องการการรับรองจากสังคมและปมด้อยนั้นเป็นคนละส่วนกัน ซึ่งให้ความเห็นว่าเมื่อคนเราพยายามให้บรรลุเป้าหมายของสังคมเขาไม่ได้กระทำจากการมีปมด้อย แต่กำลังกระทำจากความต้องการของตนเอง ซึ่งปมด้อย

สามารถขับเคลื่อนในลักษณะที่สร้างสรรค์ และสามารถเป็นอุปสรรคต่อการบรรลุทักษะทางสังคมได้ ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2536, หน้า 80) ที่ว่าการหลงตัวเอง (narcissism) มิได้เกิดจากความรักตัวเอง แต่เกิดจากการที่ค่าตนเองสูงเกินไป เกิดมาจากการรู้สึกขาดความมั่นคงทางจิตใจ

เฮนรี (Henry, 1996 p. 322) ให้นิยามของความรู้สึกมีปมด้อยตามโครงสร้างของ แอดเลอร์ (Adler) ว่าเป็นการอธิบายขั้วหนึ่งของมุมมองด้านบุคลิกภาพ ส่วนอีกขั้วหนึ่งเป็นตัวแทนของเป้าหมายสุดท้าย และกล่าวถึงสมมติฐานของแอดเลอร์ว่า "ปมด้อย" สามารถเรียนรู้โดยที่เด็กมีความ รู้สึกเล็ก อ่อนแอ ไร้ประโยชน์ที่พึ่งพาและไร้พลัง และเป้าหมายสุดท้ายคือได้รับการยอมรับ

สวามี สัตยานันท์บุรี (2513, หน้า 57 – 60) กล่าวว่า ปมความรู้สึกเกิดจากอารมณ์ที่มีมาแต่เหตุการณ์ ซึ่งผ่านความสำนึกอย่างเดียวแต่ไม่มีปัญญากลั่นให้ก่อนที่จะถึงจิตไร้สำนึกในจิตสำนึกของเด็กไม่มี แต่จิตสำนึกของผู้ใหญ่จะมีปัญญาเป็นเครื่องกลั่นเหตุการณ์ภายนอก จิตไร้สำนึกเป็นที่เก็บปมหลาย ๆ ชนิด แล้วแต่เหตุการณ์ที่เข้ามากระทบ ทำให้เกิดปมที่ถือว่าเป็นปมสำคัญที่สุด มีอยู่ 4 ประการ กล่าวคือ

1. ปมด้อย (inferiority complex) ที่ถือตนว่าเป็นผู้ที่ต่ำต้อยกว่าเขา
2. ปมเชื่อง (superiority complex) ที่ถือตนว่าเป็นผู้ที่สูงกว่าเขา
3. ปมอิติปุต (oedipus complex) เป็นปมที่เกิดขึ้นในชาย เพราะการติดแม่อย่างผิดธรรมชาติ
4. ปมอิเลคตรา (electra complex) เป็นปมที่เกิดขึ้นในหญิง เพราะการติดพ่ออย่างผิดธรรมชาติ

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2536, หน้า 37) กล่าวถึงปมด้อย (inferiority feeling) ว่า คนเรามี จุดอ่อนไม่เฉพาะแต่ทางกายเท่านั้น ทั้งทางสังคม อารมณ์ และจิตใจก็มีจุดอ่อนด้วย ไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่ง มากบ้างน้อยบ้างและจุดนี้เรียกว่า "ปมด้อย"

ทฤษฎีที่อ้างถึงความรู้สึกมีปมด้อยในตัวเอง

ทฤษฎีของแอดเลอร์ (Adler theories) หรือ แอดเลอร์เรียน (Adlerian)

ที่มาของความคิดและการพัฒนาทฤษฎีของแอดเลอร์ (Adler, 1973) ในช่วงชีวิตวัยเด็กของแอดเลอร์นั้น เขาไม่มีความสุขมากนัก เนื่องจากสุขภาพไม่ค่อยดี เกือบที่จะเสียชีวิตหลายครั้ง โดยครั้งร้ายแรงที่สุดคือเมื่ออายุได้ 4 ปี เขาเกือบตายด้วยโรคนิวมอเนีย และจากอาการป่วยในครั้งนี้เอง ทำให้แอดเลอร์ตั้งเป้าหมายว่าจะเป็นแพทย์ให้ได้ในอนาคต

เพราะการที่สุขภาพไม่ค่อยดีนักในช่วงแรกของชีวิต ทำให้แอดเลอร์ได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดีจากแม่ของเขา แต่ต่อมาเขาก็ถูกแย่งตำแหน่งลูกรักนี้ไปโดยน้องชายของเขาเอง เขาจึงเริ่มที่จะทำความสนิทกับพ่อ และห่างจากแม่ออกไป เขามีความอิจฉาพี่ชายของเขา ซิกมันด์

ผู้ซึ่งทำให้เกิดความตึงเครียดระหว่างเขากับพ่อตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่น ช่วงต้นของชีวิตของเขาจึงถูกหล่อหลอมด้วยความเจ็บปวดและความรู้สึกมีปมด้อย

จากประสบการณ์ในวัยเด็กที่ผ่านมาเองที่มีผลอย่างยิ่งต่อแนวความคิดในทฤษฎีของเขา อย่างไรก็ตาม แอดเลอร์ก็เป็นตัวอย่างหนึ่งของบุคคลผู้ซึ่งกำหนดวิถีชีวิตด้วยตนเอง และไม่เห็นด้วยกับข้อที่ว่า โชคชะตาลิขิตชีวิตคน

ส่วนจุดเริ่มต้นของการสร้างทฤษฎีบุคลิกภาพของแอดเลอร์ เริ่มต้นด้วยการเรียนแพทย์ และได้รับการฝึกฝนทางด้านจิตเวช (psychiatry) ดังนั้น การเริ่มต้นทฤษฎีของเขาในระยะแรกจึงอยู่ในขอบข่ายของจิตวิทยาปกติ (abnormal psychology) เขาได้ตั้งทฤษฎีโรคประสาท (Theory of neurotic) ก่อนที่จะขยายขอบเขตให้กว้างขวางครอบคลุมรวมไปถึงบุคลิกภาพปกติ

แอดเลอร์ (Adler, 1973) มีแนวคิดว่ามนุษย์เป็นกลไกพลังงานที่ไม่ยอมหยุดอยู่กับที่ มีรากฐานมาจาก

1. ความรู้สึกมีปมด้อย (inferiority feeling)
2. เป้าหมายเพื่อความยิ่งใหญ่ (goal of superiority)
3. ความเคลื่อนไหวเพื่อการชดเชย (compensation)

แอดเลอร์ (Adler) ได้เผยแพร่ความคิดเห็นในเรื่องความบกพร่องของร่างกายแล้วต่อมาก็ได้ขยายความคิดกว้างขวางออกไปรวมถึงความรู้สึกด้อยหรือความรู้สึกบกพร่องอื่น ๆ เช่น เกิดจากความรู้สึกนึกคิดทางจิตใจ (subjectively) หรือ ความไม่สามารถทางสังคม (social disabilities) แอดเลอร์ ได้อธิบายการชดเชยปมด้อยหรือความบกพร่องเพิ่มขึ้น คือเรื่องของการแสดงออกถึงการขัดแย้งภายใน (masculine protest) ซึ่งเป็นความพยายามของแต่ละบุคคลทั้งชายและหญิงที่จะชดเชยความรู้สึกด้อย โดยการทำสิ่งที่แสดงความยิ่งใหญ่มากเกินไป เช่น การคุยโอ้อวด การวางอำนาจ การไม่ยอมแพ้ใครในผู้ที่หญิงเขากล่าวว่าพฤติกรรมรักร่วมเพศ (lesbianism) เป็นการแสดงออกถึงการขัดแย้งภายในที่รุนแรง

การชดเชย ความรู้สึกด้อยเกิดจากความรู้สึกไม่สมบูรณ์ (incompletion) หรือความไม่สมบูรณ์แบบ (Imperfection) ที่เกิดขึ้นในประสบการณ์ของชีวิต เช่น เด็กจะรู้สึกด้อยเมื่ออยู่ในพัฒนาการระดับชั้นอายุของเขา เขาจะมีเป้าหมายในพัฒนาการขั้นที่สูงกว่า และเมื่อเขาได้มาถึงในขั้นพัฒนาการที่เป็นเป้าหมายเขาก็จะรู้สึกด้อยอีกครั้ง และมีความต้องการเคลื่อนไหวไปสู่ขั้นที่สูงขึ้นอีก แอดเลอร์กล่าวว่า ความรู้สึกด้อยไม่ใช่สัญญาณของความผิดปกติแต่เป็นสาเหตุให้มนุษย์ปรับปรุงตนเองมากมายหลายสิ่ง มีสิ่งที่ควรทำความเข้าใจในเรื่องความรู้สึกด้อยอีกเรื่องหนึ่งซึ่งเกิดจากสาเหตุแตกต่างไปจากความรู้สึกด้อย ที่กล่าวมาคือความรู้สึกด้อยที่เกิดจากภาวะหรือเงื่อนไขพิเศษ เช่น ความรู้สึกด้อยของเด็กที่ถูกทอดทิ้ง (rejecting) ในกรณีเช่นนี้ความผิดปกติของพฤติกรรมเพื่อการแสวงหาเป้าหมายที่สูงขึ้นเพื่อพัฒนาตัวเองย่อมผิดปกติ เช่น กลายเป็นปมด้อย (inferiority complex) หรือเกิดปมความยิ่งใหญ่เพื่อชดเชย (compensatory superiority)

complex) แต่ภายใต้สิ่งแวดล้อมปกติความรู้สึกด้อยหรือความรู้สึกไม่สมบูรณ์เป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ของมนุษย์ หรือกล่าวได้ว่ามนุษย์ถูกผลักดัน โดยความต้องการเอาชนะความด้อย (inferiority) และถูกดึง โดยความปรารถนาในความยิ่งใหญ่ (superiority)

ประสบการณ์วัยเด็ก (childhood experience) แอดเลอร์ ได้สนใจเป็นพิเศษในประสบการณ์ที่มีอิทธิพลระยะเริ่มแรก ๆ ของชีวิตซึ่งมีแนวโน้มให้เด็กมีแบบแผนชีวิตผิด ๆ ซึ่งมีองค์ประกอบ 3 ประการคือ

1. เด็กที่มีปมด้อย (children with inferiorities) เด็กที่มีร่างกายหรือสติปัญญา สมบูรณ์เด็กเหล่านี้ต้องอดทนอย่างมากในสภาพการณ์นี้และมีความรู้สึกถึงความไม่พอเพียงที่ประสบในชีวิต เขามักนึกถึงแต่ตัวเอง มีความรู้สึกผิดหวัง อย่างไรก็ตามถ้าเขาได้รับความเข้าใจ และการสนับสนุนให้กำลังใจจากพ่อแม่เขาก็สามารถประสบความสำเร็จได้ มีตัวอย่างมากมายจากบุคคลที่มีชื่อเสียงและประสบความสำเร็จที่เริ่มต้นชีวิตด้วยความอ่อนแอของร่างกายบางอย่าง และสามารถชดเชยความอ่อนแอเหล่านี้ได้

2. เด็กที่ถูกตามใจจนเสียคน (spoiled children) แอดเลอร์ได้ให้ข้อสังเกตว่า อาชญากรส่วนมากเป็นพวกที่ถูกตามใจจนเสียคนเมื่อยังเป็นเด็ก เขามีความคิดว่าสังคมเป็นหนี้เขา โดยที่เขาไม่ต้องออกแรงตอบแทนแต่ประการใด ดังนั้นถ้าเขาอยากได้อะไรก็มักจะหยิบฉวยตามความพอใจเขาจะไม่รู้สึกละอายใจเลยแม้แต่น้อย เด็กที่ถูกตามใจจนเหลืงนั้น ยากที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ เพราะเกิดมาไม่เคยต้องใช้ความพยายามเพื่อที่จะให้ได้อะไร ๆ มาทั้งสิ้น ดังนั้น พ่อแม่ที่ทะนุถนอมลูกจนเกินไป ย่อมทำให้ลูกหมดโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีต่อสู้เพื่อบรรลุสู่ "ความเด่น" อันเป็นจุดหมายปลายทางที่คนเราปรารถนา

3. เด็กที่ถูกทอดทิ้ง (neglected children) เด็กบางคนโชคร้าย เกิดมาท่ามกลางความเกลียดชังของพ่อแม่ หรือเป็นกำพร้าถูกส่งไปไว้ในสถานที่ต่าง ๆ ซึ่งส่วนมากถูกทอดทิ้งปราศจากความรักใคร่ใกล้ชิดกับผู้อื่น เด็กจะรู้สึกว่าโลกเป็นศัตรูต่อเขา เขาจึงจำเป็นต้องเป็นศัตรูกับโลกให้สาสม โดยที่เด็กมีเจตนาคิดว่าทุกคนไม่ชอบตน ดังนั้นตนจึงต้องต่อสู้ทุกวิถีทางเพื่อให้ได้มาซึ่งสิทธิต่าง ๆ ตลอดจนความสำเร็จในการแก้แค้น แม้ไม่ได้ต่อสู้ด้วยกำลังกายก็เอานโยบายเข้าว่าจึงทำให้ไม่อาจร่วมแรงร่วมใจกับผู้อื่นได้ มีแต่ความเคียดแค้น ไร้ความมีเมตตา จึงเป็นการยากที่ใครจะคบหาและเป็นมิตรกับผู้อื่น ส่วนพ่อแม่ในอุดมคติของเราย่อมจะไม่ตามใจเด็กจนเสียคน หรือทอดทิ้งเด็กดังที่กล่าวมาควรจะต้องสนับสนุนลูกด้วยความรัก ให้ลูกเป็นตัวของตัวเอง ไม่ช่วยเด็กมากเกินไป ไม่หักหาญเอาแต่ใจผู้ใหญ่ทำเดี๋ยว แอดเลอร์กล่าวว่าเด็กที่โชคร้าย เกิดและเติบโตมาท่ามกลางบรรยากาศเช่นนี้ก็จะมีความองอาจกล้าหาญพอที่จะเผชิญชีวิต มีความรู้สึกสนใจในสังคม ไม่เห็นแก่ตัว และเป็นผู้มีสามัญสำนึกในการดำเนินชีวิต

เฮนรี (Henry, 1996) ให้ความเห็นว่า ความรู้สึกมีปมด้อยยังสามารถทำให้เกิดขึ้นได้ด้วยจินตนาการที่ห่างไกลกับเป้าหมาย ซึ่งสอดคล้องกับแอดเลอร์ที่อ้างว่าแต่ละคนจะทำทุกอย่าง

เพื่อปกปิดมัน หรือหลบหนีจากปมด้อย ประสบการณ์นี้บางทีก็กลมกลืนกับความคิด ความรู้สึก จินตนาการ และประสาทสัมผัส ความรู้สึกมีปมด้อยเป็นตัวแทนของความรู้สึกติดลบที่แอลเลอร์สันนิษฐานว่ายังคงมี ในระดับที่แตกต่างกันในทุก ๆ คน แอลเลอร์จึงได้เริ่มการบำบัดด้านจิตวิทยาที่เริ่มจากสถานการณ์หรือสถานะที่รู้สึกติดลบ และนำไปสู่สถานการณ์หรือสถานะการจินตนาการเป็นบวก โดยการผสมผสานการบำบัดในทางการรับรู้ ความรู้สึก และพฤติกรรมทั้ง 3 อย่างเข้าด้วยกัน และต่อมาแอลเลอร์เริ่มเน้นไปที่การผลักดันแรงจูงใจที่เกิดจากความรู้สึกมีปมด้อยเกี่ยวกับความพยายามสำหรับความสมบูรณ์ เหมือนกับแนวคิดที่เกี่ยวกับความบกพร่องและความคับข้องใจ หรือแรงจูงใจต่อการเติบโตของมาสโลว์ (Abraham Maslow) และอธิบายถึงบุคคลที่มีความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองอาจจะมีความรู้สึกมีปมด้อยเพียงอย่างเดียวหรือหลายอย่างก็ได้ อาจจะมีระดับปานกลาง มากมาย หรือมีอย่างท่วมท้น ความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง อาจจะเป็นรากเหง้าด้านร่างกาย เซวณปัญญา สังคม หรือความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจที่ไม่พอเพียง อาการสามารถรู้สึกหรือแสดงออกเช่น ความไม่ปลอดภัย คับข้องใจ หรือวิตกกังวล

ลักษณะโดยเฉพาะของคนที่มีปมด้อย ปกติคนไข้จะไม่รู้ตัวหรือหลบซ่อนจากการสังเกต การแยกแยะ โดยเฉพาะสำหรับคนที่มีความรู้สึกมีปมด้อย ส่วนใหญ่ไม่ได้มาจากการสังเกตโดยตรง แต่ลำดับแรกสุด ถ้าแพทย์เดาได้อย่างถูกต้อง และปฏิบัติกับคนไข้อย่างอ่อนโยนและให้เกียรติ จะมีการสะท้อนอารมณ์การรับรู้ที่ชัดเจน ในการบำบัดจะค่อย ๆ เปิดเผยแก่นของความรู้สึกมีปมด้อย แล้วค่อย ๆ ออกมาเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละคน แอลเลอร์มองหลักทั่ว ๆ ไปเหมือนเป็นวิธีการที่มีผลต่อความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง ด้วยการคิดอย่างมีสติ ความรู้สึกสามารถเตือนตนเองให้นำตัวเองออกห่างจากความคิดทางลบและชักนำเราไปยังจินตนาการที่มีชัยชนะ (ความคิดทางบวก) และพิจารณาอารมณ์ในทางที่ตั้งใจมากขึ้นในการเชื่อมต่อ การจู่โจม การล่าถอย และอื่น ๆ เพื่อเข้าใจความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง และชนะความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองได้ในที่สุด

สาเหตุและที่มาของการเกิดความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง

พอล (Pual, 1939, p. 289) กล่าวถึงสาเหตุภายนอกที่นอกเหนือจากการมีมาแต่กำเนิด ที่มีผลต่อความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง อาจเกิดมาจาก 4 ประการเหล่านี้ คือ ทศนคติของพ่อแม่ ปัญหาด้านร่างกาย ข้อจำกัดของสมอง ความเสียเปรียบในสังคม ซึ่ง ทศนคติของพ่อแม่จะปรากฏจากการประเมินด้านลบของความไม่พอใจของการกระทำที่เน้นความผิดพลาดและการตัดสินความผิดของเด็ก

แซฟเฟอร์และคูนด์ตัน (Schafer & Kundton, 1970) กล่าวว่าความบกพร่องทางร่างกาย เช่น ร่างกายพิการ โรคภัยไข้เจ็บหรือสิ่งที่เด็กได้รับมาจากบรรพบุรุษ ทำให้เด็กคิดมากไม่สบายใจ เกิดปมด้อย เมื่อสะสมอยู่ในตัวเด็กเป็นเวลานานอาจนำไปสู่ความบกพร่องทางจิตใจได้

(mental deficiencies) ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่มีผลทำให้เด็กและวัยรุ่นกระทำผิดหรือมีพฤติกรรมออกนอกกลุ่มนอกทาง (deviant behavior) อันสอดคล้องกับประภาศน์ อวยชัย (2517, หน้า 5-7) ที่กล่าวถึงสาเหตุที่มาจากตัวผู้กระทำผิดเองเกิดจากปัจจัยเหล่านี้ได้แก่

1. พันธุกรรม หรือสิ่งที่ได้รับการถ่ายทอดจากพ่อแม่ ทำให้เด็กที่เกิดมาเป็นโรคปัญญาอ่อน จิตใจบกพร่อง ซึ่งเป็นผลร้ายต่อเด็กเพราะจะทำให้เด็กไม่สามารถใช้สติปัญญาไตร่ตรองยับยั้งหรือหักห้ามใจต่อต้านกับสิ่งยั่วเย้าต่าง ๆ ได้ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้อาจมีสาเหตุสืบเนื่องมาจากโรคภัยไข้เจ็บของบิดามารดาที่ต่อเนื่องมาถึงบุตร เช่น โรคบุรุษ วัณโรค เป็นต้นซึ่งอาจทำให้เด็กมีจิตใจวิตกผิดปกติไปได้เช่นกัน

2. ความพิการหรือโรคภัยไข้เจ็บ เด็กที่มีร่างกายพิการหรือไม่สมบูรณ์รอบรู้ ซึ่งอาจเป็นมาแต่กำเนิดหรือประสบเคราะห์กรรมขึ้นในภายหลัง หรือโรคภัยเบียดเบียน เช่น เกิดป่วยเป็นโรคเรื้อรังซึ่งไม่อาจรักษาให้หายขาดได้ เช่น โรคระบบประสาทพิการ ไข้มาลาเรียขึ้นสมองหรือเป็นไข้ไทฟอยด์ เป็นต้น อาการเหล่านี้ย่อมทำลายสุขภาพและจิตใจของเด็กได้ บางรายทำให้เกิดโรคประสาทและเกิดปมด้อยขึ้น ในทางจิตวิทยาเด็กพวกนี้จะ เกิดความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ มักมองโลกในแง่ร้าย เห็นผู้อื่นเป็นศัตรู หรือเข้าใจผิดคิดว่าถูกดูหมิ่นเหยียดหยาม ทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองโดยเกิดความรู้สึกอยากแสดงฤทธิ์เดชในทางชั่วร้ายอยู่แล้ว ถ้ายิ่งมาถูกใครล้อเลียนก็ยิ่งเสมือนเอาน้ำมันมาราดไฟ และได้กระทำผิดทางอาญาขึ้นเป็นจำนวนไม่น้อย

3. ภาวะแห่งจิตใจ เด็กก็เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ที่อาจมีอารมณ์และจิตใจแตกต่างกัน โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นที่อยู่ในสภาพเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ หรือที่เรียกว่าวัยรุ่นนั้นนั้นมักมีอารมณ์รุนแรง ฉุนเฉียว โกรธง่าย บางคนก็เป็นคนเจ้าทุกข์ มักมีอารมณ์ซุ่มมั่ว เอาใจยาก หงุดหงิด ทำเรื่องเล็กเป็นเรื่องใหญ่ และชอบแสดงออกซึ่งพฤติกรรมในลักษณะที่เป็นภัยต่อผู้อื่นได้ในบางโอกาส แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ โรคภัยไข้เจ็บ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมทางบ้าน ทางโรงเรียนที่จะมาเสริมสร้างบุคลิกภาพของแต่ละคนด้วย

4. สติปัญญาและการศึกษา โดยที่มนุษย์เราเกิดมามีสติปัญญาและความเฉลียวฉลาดไม่เท่าเทียมกัน บางคนมีสติปัญญาสูงหรือระดับธรรมดา บางคนมีสติปัญญาปานกลาง บางคนก็โง่งมาแต่กำเนิดช่วยตนเองไม่ได้ บางคนก็โง่งมาแต่ก็พอช่วยตนเองได้ บางคนก็ปัญญาทึบเล่าเรียนอะไรก็ไม่รู้เรื่อง ความจำไม่ดี เรียนไม่ทันเพื่อน เกิดความเบื่อหน่ายในการเรียน ผลสุดท้ายก็เลยหนีโรงเรียน เทียวล่าสัตว์ และกลายเป็นเหยื่อแห่งความชั่วร้ายโดยอาจถูกชักจูงให้เห็นผิดเป็นชอบ และกลายเป็นผู้กระทำผิดกฎหมายไปก็มี

สวามี สัตยานันทบุรี (2513, หน้า 127-179) ให้ความเห็นว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกมีปมด้อยมีอยู่ 2 กรณี ดังนี้

1. ความผิดปกติจากร่างกาย มีอยู่ 3 ประการ คือ

1.1 ความพิการ เช่น ปากแหว่ง หูหนวก ขาพิการ เป็นต้น

1.2 โรคประจำตัว เช่น ทอนซิลอักเสบติดเชื้อ หนองใน วัณโรค เป็นต้น

1.3 ความขาดบุคลิกลักษณะ เช่น ร่างกาย ความแข็งแรง โรคจิตประสาท เป็นต้น

2. เหตุการณ์ภายนอกซึ่งเข้าไปกระทบกระเทือนใจในเรื่องความต่ำต้อยของตนจนก่อให้เกิดความรู้สึกมีปมด้อยขึ้น ความกระเทือนใจนั้นอาจมีมาแต่เหตุการณ์ ภายนอกดังต่อไปนี้คือ

2.1 ความกระเทือนใจ เกิดจากเหตุการณ์บังคับ เช่น ความจน

2.2 ความกระเทือนใจ เกิดจากเหตุการณ์ส่อให้เห็นความด้อย เช่น ความรู้สึกด้อยในประเทศชาติของตนดังเช่นเห็นอยู่ในนักเรียนนอก

สวามี สัตยานันทบุรี (2513, หน้า 179-200) สามารถอธิบายได้เป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 2 ประเภท คือ กรณีที่ก่อให้เกิดปมด้อยขึ้นตั้งแต่เยาว์วัย เช่น ความพิการตั้งแต่เกิด เริ่มรู้จักโลกก็ได้รับความกระทบกระเทือนในเรื่องความต่ำต้อยของตน และกรณีที่ก่อให้เกิดปมด้อยขึ้นเมื่อบุคคลเจริญวัย คือเมื่ออย่างเข้าสู่วัยพอที่จะเข้าใจเหตุผลได้ อิทธิพลแห่งปมด้อยของประเภทแรกเกิดขึ้นเมื่อเด็กเพิ่งจะรู้จักโลกเป็นครั้งแรก ปมด้อยชนิดนี้จึงฝังอยู่ในจิตไร้สำนึกอย่างลึกซึ้ง ถึงกับการแก้ปมนั้นนับว่าเป็นการเหลือวิสัยก็เป็นได้ ใช่แต่เท่านั้นผู้ที่มียปมด้อยชนิดนี้ยังมีความคิดยึดมั่นอยู่ในใจเสมอว่า ตนดำเนินไปในทางไหนก็ตามต้องเป็นผู้พ่ายแพ้เสมอไม่ว่าทางไหนเขาเห็นเป็นทางที่ตนดำเนินไม่ได้ ผลก็คือปมด้อยประเภทนี้ย่อมแผ่อิทธิพลเหนือทุก ๆ ทางแห่งชีวิต ฉะนั้นกระแสจิตดำเนินไปในทางไหนต้องประสบเหตุที่นำมาซึ่งความรู้สึกต่ำต้อยเสมอ อารมณ์ทดแทนปมด้อย กิริยาอาการทดแทนการกีดขวางตนของบุคคลประเภทนี้จึงซับซ้อนยุ่งเหยิงกันอยู่ ถึงกับหาต้นหาปลายได้ด้วยความยาก ประเภทที่สองเกิดปมด้อยขึ้นเมื่อกระแสจิตกำลังดำเนินไปในทางใดทางหนึ่ง มีหน้าซ้ำยังมีปัญหาที่จะกลั่นเหตุการณ์ก่อนที่จะถึงจิตไร้สำนึกได้บ้าง เพราะเหตุนี้ปมด้อยของคนประเภทที่สองจึงเป็นไปเป็นเรื่อง ๆ คือ ไม่มีปมด้อยประจำทุกทางแห่งชีวิต บางคนมีปมด้อยในเรื่องวิชาการ บางคนมีปมด้อยในเรื่องการเล่น บางคนมีปมด้อยในเรื่องความกล้าหาญ ดังนั้นชีวิตของคนประเภทที่สองนี้จึงไม่มีดมนเท่าประเภทที่หนึ่งเนื่องจากคนประเภทนี้มีปมด้อยเป็นเรื่อง ๆ อารมณ์ ทดแทนปมด้อย หรือกิริยาอาการทดแทนการกีดขวางตน จึงไม่ซับซ้อนยุ่งเหยิงดังประเภทที่หนึ่ง คือเป็นไปเป็นสาย ๆ นักจิตวิทยาพอเห็นเข้าก็เข้าใจได้ทันทีว่าคนนั้นมีปมด้อยในเรื่องไหนทั้งการแก้ปมด้อยของคนประเภทหลังนี้ก็ไม่ว่าจะยากเท่าไรนัก เพราะปมด้อยเกิดขึ้นเพราะเหตุการณ์แวดล้อมก่อนที่จะเกิดเหตุการณ์นั้นจะถึงจิตไร้สำนึก ปัญหาได้กลั่นให้บ้างแต่ไม่ทั่วถึงจึงได้เกิดปมด้อยขึ้นเมื่อใดปัญหาก็จะรื้อฟื้นเหตุการณ์นั้นแล้วกลั่นให้อีกที ปมด้อยของเขาจะค่อยหายไปจนสนิทเมื่อนั้น ส่วนปมด้อยของคนประเภทที่หนึ่ง เกิดขึ้นในเมื่อยังไม่มีปัญหาเป็นเครื่องกลั่นผลแห่งการ ไม่กลั่นนี้ทำให้ปมด้อยของเขาปรากฏเป็นสันดานประจำชีวิต

เดโช สวอนนท์ (2516, หน้า 133-144) พูดถึงปมด้อยว่าไม่ใช่สิ่งพึงจะมีขึ้นในตัว

เราแต่มาได้สร้างสมก่อตัวเป็นรูปร่างขึ้นมาตั้งแต่ที่เรายังนอนเปลอยู่ และความรู้สึกช่วยตัวเองไม่ได้อย่างแท้จริงที่เป็นมูลเหตุให้เกิดปมด้อยขึ้น ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดปมด้อยที่สำคัญคือ

1. ความพิการทางกาย คือสภาพไม่ปกติของอาการครบลักษณะ 32 ที่ไม่ครบเหมือนคนอื่น และความแตกต่างไปจากคนอื่น เช่น การมีหน้าตาของตัวไม่ได้สัดส่วน ใบหน้าที่เป็นสิ่วฝั่ว ผิวกายที่ดำไม่ถึงดูใจเหมือนเพื่อน ๆ ย่อมทำให้เกิดปมด้อยขึ้นได้

2. การให้การอบรมที่ผิดพลาดมาแต่เมื่อยังเยาว์วัย

3. ความจำแต่ในความพลาดพลั้งของชีวิตในหนหลัง เช่น ความรัก การสูญเสีย สถานการณ์สูงเด่นในสังคม ความรู้สึกผิดบาปที่เคยได้ก่อขึ้นทำให้ไม่กล้าเผชิญความจริงที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน และกระบวนการที่จะเอาชนะปมด้อยได้นั้น จะต้องทำในรูปการสร้างความรู้สึกทดแทนทับปมด้อยนั้นได้

นวลละออง สุภาพล (2527, หน้า 105-123) กล่าวถึง ความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองเกิดจากความรู้สึกไม่สมบูรณ์ (incompletion) หรือความไม่สมบูรณ์แบบ (imperfection) ที่เกิดขึ้นในประสบการณ์ของชีวิต เช่น เด็กจะรู้สึกด้อยเมื่ออยู่ในพัฒนาการที่เป็นเป้าหมายเขาก็จะรู้สึกด้อยอีกครั้ง และมีความต้องการเคลื่อนไปสู่ขั้นที่สูงขึ้นอีกความรู้สึกด้อยอีกครั้ง และมีความต้องการเคลื่อนไปสู่ขั้นที่สูงขึ้นอีก ความรู้สึกด้อยไม่ใช่สัญญาณ ของความผิดปกติแต่เป็นสาเหตุให้มนุษย์ปรับปรุงตนเอง และสาเหตุที่ต่างไปจากความ รู้สึกด้อยด้านความสามารถ ก็คือความรู้สึกด้อยที่เกิดจากภาวะหรือเงื่อนไขพิเศษ เช่น ความ รู้สึกมีปมด้อยของเด็กที่ถูกทอดทิ้ง (rejecting) ในกรณีเช่นนี้ความผิดปกติของพฤติกรรม เพื่อการแสวงหาเป้าหมายที่สูงขึ้นเพื่อพัฒนาตัวเองย่อมผิดปกติ เช่น กลายเป็นปมด้อย (inferiority complex) หรือเกิดปมความยิ่งใหญ่เพื่อชดเชย (compensatory superiority complex) ซึ่งกล่าวได้ว่ามนุษย์ถูกผลักดันโดยความต้องการเอาชนะความด้อย (Inferiority) และถูกดึง (pulled) โดยความปรารถนาในความยิ่งใหญ่ (superiority)

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2536, หน้า 37) กล่าวว่า คนทุกคนพยายามหาทางชดเชยปมด้อยด้วยการสร้างปมเด่นขึ้นมา เพราะความปรารถนาจะมีปมเด่นสัมพันธ์อยู่กับความรู้สึกต่ำด้อยและการแสวงหาสิ่งชดเชย

สุรางค์ จันทน์อม (2518, หน้า 170) ที่ว่าสภาพบ้านแตกอันได้แก่ บิดมารดาไม่ปรองดองกันทะเลาะกันบ่อย ๆ หรือหย่าร้างกัน มารดามีสามีใหม่หรือบิดามีภรรยาใหม่และไม่ให้ความอุปการะแก่บุตรดีเท่าที่ควร บ้านที่เข้าลักษณะบ้านแตกสาแหรกขาดนี้เป็นเหตุให้เด็กขาดความรักจากบิดามารดาและหันไปหาทางชดเชยด้วยการประกอบพฤติกรรมที่สังคมไม่ยอมรับ

เอกสวการสอนพฤติกรรมวัยเด็กเล่มที่ 1 (2534, หน้า 272-276) กล่าวถึง ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวแตกแยกว่า ครอบครัวที่มีความแตกร้างขัดแย้งระหว่างพ่อแม่แล้วพลอยส่งผลมาถึงลูก ซึ่งมีหลายลักษณะคือ

1. ครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างกัน เด็กที่มาจากครอบครัวพ่อแม่หย่าร้างกันมักจะ ส่งผลร้ายต่อพัฒนาการด้านจิตใจของเด็ก เด็กจะกลายเป็นคนหงอยเหงา ซึมเศร้าและค่อนข้างเก็บตัว บางรายอาจจะกลายเป็นคนก้าวร้าว ขอบรุกราน ชอบเอาชนะผู้อื่น เมื่อเจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ก็มักจะมีจิตใจที่ไม่มั่นคง ไม่สามารถจะรักใคร่จริง ทั้งนี้ก็เพราะว่าเขาไม่เคยได้เห็นตัวอย่างที่ดีมาก่อนนั่นเอง

2. ครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะวิวาทกัน ครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะกันเป็นประจำจะทำให้เด็กมีความวิตกกังวลสูง เด็ก ๆ ในครอบครัวไม่เข้าใจว่า พ่อแม่ทะเลาะกันแล้วอาจจะดีกันได้ อาจจะพูดคุยกันเหมือนปกติ ในความเข้าใจโดยเฉพาะเด็กเล็กนั้นมักจะคิดว่านี่คือภาวะที่สุดจะทนทานได้ และบ่อยครั้งที่เด็กเล็กมักคิดว่าตนเองคือสาเหตุของการทะเลาะวิวาทของผู้ใหญ่เด็กไม่อาจจะทำตัวเป็นกลางในการทะเลาะเบาะแว้งของพ่อแม่ได้ ในใจของเด็กจะต้องเข้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ผลของความรู้สึกอันนี้เป็นอันตราย ต่อการพัฒนาด้านนิสัยและความรู้สึกในเรื่องเพศได้ เมื่อเด็กผู้ชายไม่ชอบพ่อหรือเด็กผู้หญิงเกิดไม่ชอบแม่ เด็กก็จะขาดบุคคลที่ตนจะยึดเป็นแบบอย่าง เด็กจะไม่ยอมรับการเลียนแบบนิสัย คุณค่า การปฏิบัติตนของพ่อแม่ เด็กจึงจะต้องแสวงหาตัวแบบจากบุคคลอื่นนอกครอบครัว

3. ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่คนเดียว ครอบครัวที่มีพ่อคนเดียวหรือแม่คนเดียว บางครอบครัวอาจพบการสูญเสียคู่ชีวิตไป ซึ่งเป็นผลให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นมาโดยพ่อหรือขาดแม่ ทำให้เด็กไม่ได้รับความอบอุ่นมากเท่าที่ควรหรือเท่ากับที่เคยได้รับจากทั้งพ่อและแม่ก็ได้ความเศร้าโศกเสียใจของสามีหรือภรรยา ความเดือดร้อนทางด้านเศรษฐกิจล้วนแต่มีผลต่อการที่จะต้องปรับตัวของคู่สมรส และส่งผลกระทบมาถึงเด็ก ๆ ได้ทั้งสิ้น

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2536, หน้า 129-130) กล่าวถึงเรื่องการพัฒนาบุคลิกภาพไปสู่ความบุคลิกภาพพัฒนา ดังนี้ คือ

1. มนุษย์มีธรรมชาติใฝ่ดี ดังนั้นมนุษย์ทุกคนมีความปรารถนาพัฒนาเพื่อเป็นคนเต็มสมบูรณ์ตามศักยภาพเฉพาะตน คนใฝ่ต่ำไม่ใช่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ แต่เพราะสิ่งแวดล้อมทางสังคมชักนำทำให้เป็นไป (เช่น การเลี้ยงดูของพ่อแม่ , คบเพื่อนชั่ว) ดังนั้น ธรรมชาติที่แท้ของเขาจึงถูกปิดเบือน

2. เด็กที่พ่อแม่ผู้ปกครองเลี้ยงดูด้วยความรักความเอาใจใส่อย่างบริสุทธิ์ใจ (ไม่ใช่รักเพราะมีเงื่อนไขอื่น) จะทำให้เด็กพัฒนาตัวตนตามที่มองเห็น ตัวตนตามที่เป็นจริง และตัวตนตามอุดมคติอย่างกลมกลืน (congruence) ลักษณะเช่นนี้เป็นบุคลิกภาพอันพึงประสงค์ เพราะเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของการพัฒนาบุคลิกภาพสู่ความวิวัฒนะ บุคคลนั้นปรับตัวรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้ดี มีประสิทธิภาพ มีสุขภาพจิตดี จิตใจมั่นคง แข็งแรง

3. ส่วนพ่อแม่ผู้เลี้ยงดูแบบไม่คงเส้นคงวา ตั้งความมุ่งหวังกับลูกมากเกินไป ลูกเป็นสิ่งที่ชดเชยความรักหรือความขาดแคลนของพ่อแม่แง่ใดแง่หนึ่ง มักทำให้เด็กมีตัวตนอันสับสน ดังนั้น

ตัวตนจึงแตกต่างจากตัวตนที่มองเห็นและตัวตนตามอุดมคติ บุคคลเหล่านี้มีบุคลิกภาพด้วย วัฒนธรรมจะพัฒนานิสัยใจคอในทางลบแบบต่าง ๆ ได้ง่าย เช่นชอบหลอกตัวเองและบุคคลอื่น ชอบบ่นกล่าวโทษผู้อื่น หนีสังคม มีลัทธิลัทธิใน เกลียดชังเพื่อนมนุษย์ มองเห็นสังคมและผู้คน รอบข้างไม่น่าวางใจ

ประมวล คิดคินสัน (2543, หน้า 10) ให้ความเห็นว่า คนที่ถูกทอดทิ้งมาตั้งแต่เด็ก ๆ ย่อมปราศจากที่ยึดเหนี่ยว เมื่อเติบโตก็จะรู้สึกมีความว่างเปล่าอยู่ภายใน ไม่รู้สึกคุ้นเคยกับใคร แม้แต่กับตนเอง อยู่ที่ไหนก็ไม่เป็นสุข ทำงานอะไรก็ไม่ยึด มักจับจดไม่รู้สึกพอใจในคุณค่าของ กิจกรรมที่ตนทำอยู่และไม่พอใจกับสัมพันธภาพที่ตนมีต่อผู้อื่น

สรุปได้ว่า ความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองจะเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ยังเป็นเด็กเล็ก ๆ สาเหตุของ ความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองเกิดขึ้นจาก 2 ทางคือ สาเหตุจากภายในตนเอง ได้แก่ร่างกายและ จิตใจ อีกทางคือสาเหตุที่มาจากภายนอก ได้แก่ สังคมและสติปัญญา ซึ่งเป็นสิ่งที่บุคคล ๆ หนึ่ง จะสามารถเรียนรู้ในการปรับตัว ฝึกฝนพัฒนาให้ดีขึ้นกว่าเดิมได้ แต่ทั้งนี้สามารถสรุปได้ในสิ่งที่ เป็นสาเหตุประการสำคัญคือ ความคิดในการประเมินตนเองที่คิดว่าตนต่ำต้อยด้อยค่าคิดแต่สิ่งที่ เป็นความบกพร่องของตนเองทั้งในด้านร่างกาย ด้านสติปัญญาที่นำมาซึ่งความรู้สึกส่งผลต่อด้าน ด้านอารมณ์และด้านสังคม อีกทั้งองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการของประสบการณ์ในวัยเด็กมี ผลต่อบุคลิกภาพทำให้เด็กมีมโนคติผิด ๆ ในโลกและชีวิตซึ่งเป็นผลให้แบบแผนชีวิตของเขามี ปัญหาและไม่สามารถบรรลุถึงบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ได้

ผลกระทบที่เกิดจากความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง

สวามี สัตยานันทบุรี (2513, หน้า 178-195) การที่จะทราบได้ว่าผู้นั้นมีปมด้อยหรือไม่ ก็โดยอาศัยอารมณ์หรือกิริยาอาการที่ผู้นั้นแสดงออกมา แล้วพยายามแปลความหมายของ อารมณ์หรือกิริยาอาการเหล่านั้นด้วย การเพ่งเล็งดูวิถีจิตอย่างสุขุม จึงจะรู้ว่าได้เกิดโรคปมด้อย ขึ้นแล้วหรือไม่ใช่ เพราะฉะนั้นสามารถอธิบายถึงอารมณ์ที่เมื่อคน ๆ หนึ่ง รู้สึกตนว่าตนต่ำต้อย กว่าอีกคนหนึ่งได้ คือ เวลาที่พบปะคนที่ดีกว่าหรือหรือกว่าตนนั้น เขาอาจจะรู้สึกอาย กลัวและ อิจฉาหรืออย่างใดอย่างหนึ่ง แต่เมื่อมองดูอย่างเฝื่อน ๆ ก็เข้าใจได้ทันทีว่าอารมณ์เหล่านี้เกิดเพราะ ปมด้อยโดยตรง และยังกล่าวถึง "อารมณ์ทดแทนปมด้อย" ว่าเป็นอารมณ์ซึ่งเกิดขึ้นจากปมด้อย เพื่อไปทดแทนความรู้สึกด้อยและต่ำต้อยตามกรณีต่าง ๆ แห่งปมด้อยเป็นเกณฑ์ ซึ่งสิ่งที่จะ สามารถทดแทนปมด้อยได้มีอยู่ 2 ลักษณะ คือ สิ่งทดแทนมีค่าหรือคุณภาพต่ำกว่าสิ่งที่ขาด และสิ่งทดแทนแสดงอาการคล้ายคลึงกับอาการของสิ่งที่ขาด

ปมด้อยเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์ 2 ประการ คือ

อารมณ์จริง
(ปรากฏเมื่ออยู่กับผู้ที่มิ
คุณลักษณะซึ่งตนด้อยอยู่) เช่น
อาย , กลัว , อิจฉา , ฯลฯ

อารมณ์ทดแทน
(ปรากฏเมื่ออยู่กับคนธรรมดา)
มีลักษณะ คือ

1. มีค่าต่ำกว่าอารมณ์ที่ขาดอยู่
2. มีลักษณะคล้ายคลึงกับอารมณ์ที่ขาดอยู่
3. แสดงอาการกิริยาอาการทำนองเดียวกัน
กับผู้ที่มีลักษณะซึ่งตนขาดอยู่
4. มีลักษณะตรงกันข้ามกับอารมณ์จริง

สวามี สัตยานันทบุรี (2513, หน้า 218-267) กล่าวว่า อารมณ์จริงซึ่งเกิดจากปมด้อย
ของคนพิการประเภทที่หนึ่ง คือคนไข้โรคมีร่างกายเป็นกรณีแห่งปมด้อยจะมีความรู้สึกอ่อนแอ
ความรู้สึกด้อยในกำลักาย อารมณ์ดังว่านี้ เป็นอารมณ์เศษที่ปรากฏอยู่เฉพาะในคนที่มีปมด้อย
เพราะความไข้โรค กล่าวตามหลักจิตวิทยาเขาไม่สามารถแสดงความเชื่องแห่งร่างกายต่อผู้อื่นได้
เพราะมีความรู้สึกด้อยในร่างกายยึดเหนี่ยวอยู่ในใจ เขาจึงต้องแสดงความเชื่องแห่งกายแก่ผู้ซึ่ง
สู้เขาไม่ได้ เช่น เด็กหรือผู้หญิงหรือคนใต้บังคับบัญชา

ส่วนอารมณ์จริงซึ่งเกิดขึ้นจากปมด้อยของคนพิการประเภทที่สองนั้น มีที่สำคัญอยู่ 3
ประการคือ ความรู้สึกขาดในกิจการ ความรู้สึกเกรงกลัวนายและความเป็นคน ใจน้อย แต่
ความรู้สึกขาดในกิจการและความรู้สึกเกรงกลัวนาย จะเกิดจากความไม่ไว้วางใจตน

อารมณ์ทดแทนอารมณ์ขาดในกิจการ คือต้องเป็นอารมณ์ที่มีลักษณะกล้ำในกิจการแต่
ตามนิสัยไม่ชอบกิจการที่คนธรรมดาชอบทำกันโดยทั่วไปเพราะมีความเกรงว่าจะสู้เขาไม่ได้ ฉะนั้น
จึงเลือกกิจการที่คนธรรมดาไม่กล้าทำ เช่นการเสี่ยง การผจญภัย ซึ่งมีเหตุผลอยู่ 2 ประการคือ
ตนไม่ต้องไปแข่งขันกับคนธรรมดาเพราะความรู้สึกที่สู้เขาไม่ได้นั่นเอง และอีกประการคือ ในเมื่อ
ไม่มีคนทำกัน ถ้าเขาสามารถทำกิจการประเภทนี้สำเร็จได้เขาก็ต้องเด่นขึ้น และกล่าวถึงอาการ
ไม่ทนต่อการติเตียนของบุคคล อารมณ์ที่จะไปทดแทนได้คือ การขบถ ถ้าไม่สามารถทนต่อ
การ ติเตียนได้มากเท่าไรความขบถก็ยิ่งมากขึ้นโดยลำดับและการทดแทนอีกประการคือ การ
นินทาหรือการติเตียนคนอื่น การติเตียนคนอื่นบ่งถึง ความเชื่อของความรู้สึกในจิตไว้สำนึกที่ว่าตน
ดีกว่าเขาเนื่องจากความเข้าใจว่าเราดีกว่าเขาเราจึงติเขาได้ หลักการทดแทนโดยย่อ คือ สิ่งใดทำ
ให้เรารู้สึกด้อย เรานำสิ่งนั้นไปแสดงต่อคนอื่นให้เขารู้สึกด้อยบ้าง กิริยาอาการที่ทำให้เราด้อยลง
เราก็แสดงกิริยาอาการนั้นให้คนอื่นด้อยลงตาม ซึ่งสอดคล้องกับผลแห่งความกลัวของ สมัย
เทียบคุณ (2521, หน้า 36-37) กล่าวว่าผลแห่งความกลัวที่เกิดขึ้นกับร่างกายก็คือ ทำให้ระบบ

ประสาทและระบบย่อยอาหารทำงานผิดปกติ ทำให้นอนไม่หลับและมักจะก่อความรำคาญแก่เรา จนทำให้ไม่สามารถมีความสุขเท่าที่ควรได้ ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเกิดมาจากความคิดก่อนเสมอเป็นความจริงที่ว่า ทุกคนเกิดมาจะต้องมีความกลัวซึ่งอาจจะเกิดจากประสบการณ์ที่น่ากลัวต่าง ๆ ในบางครั้ง ความกลัวก็เป็นประโยชน์ทำให้เกิดความระมัดระวัง ดังนั้นพวกเราส่วนใหญ่จึงมักจะมี ความกลัวไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่งเสมอ แต่เมื่อเป็นผู้ใหญ่หรือบรรลุนิติภาวะแล้ว จิตใจของเราก็ไม่ควรจะถูกบังคับบัญชาด้วยอารมณ์ที่ขาดการควบคุม หรือด้วยความกลัวเช่นนั้น

การเกิดความกลัวแสดงให้เห็นว่า เกิดการไม่สมดุลขึ้นระหว่างสิ่งที่อยู่ภายนอกและ สิ่งที่อยู่ในตัวคุณ อารมณ์ที่ขาดการควบคุมเป็นตัวอย่างสำคัญที่ทำให้คุณกำหนดมโนภาพ ของคุณในสถานการณ์นั้น ๆ ขึ้นในสามัญสำนึกของคุณ มันจะทำลายความคิดที่จะเอาชนะ และทำให้ต้องตกเป็นเหยื่อของความกลัวที่คิดนั้น ทำให้รู้สึกว่าตัวเองไม่มีอำนาจพอที่จะควบคุม มันเพราะเคยล้มเหลวมา และในขณะที่มีความกลัวอยู่นั้นให้เรานึกหรือกำหนดมโนภาพว่าคุณไม่ กลัวมันหรือคุณเอาชนะมันได้ พยายามหัดทำทุกวันจะทำให้มโนภาพของคุณเข้มแข็งขึ้นและ ความกลัวนั้นก็จะถูกกำจัดให้หมดไปได้ในที่สุด

งานวิจัยที่เกี่ยวกับความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง

สตราโน, ไดนัล และ อัลเลน (Strano, Donald & Allen, 1985) ศึกษาการพัฒนา ดัชนีเปรียบเทียบความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง กล่าวถึงโครงสร้างของแอดเลอร์เรียน (Adlerian) ที่ว่าความรู้สึกมีปมด้อยได้สร้างพื้นฐานทฤษฎีจิตวิทยาแบบปัจเจกจำนวนมาก มีการวิจัยจำนวน น้อยที่ศึกษาโครงสร้างนี้โดยพยายามที่จะบอกขนาดขององค์ประกอบนี้เหมือนกับแอดเลอร์ (Alfred Adler) ได้ทำไว้ที่บ่อยครั้งการวัดแนวคิดของตัวเองทั่วไปได้ใช้การสันนิษฐานจากคะแนนในระดับ ที่ทำให้ความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองต่ำลง แต่ในการศึกษานี้ นิยามของการเปรียบเทียบ ความรู้สึกที่มีปมด้อยในตนเองของเด็ก ได้นำไปใช้เพื่อแสดงโครงสร้างของแอดเลอร์เรียน (Adlerian) และจำแนกเป็นผลลัพธ์ที่ขัดแย้งจากการเปรียบเทียบของตนเองเช่นเดียวกับเด็กที่มีพื ่น้อง ลักษณะทางร่างกาย และเป้าหมายของตนเองและมาตรฐาน เป้าหมายของการศึกษานี้คือ พัฒนาเครื่องมือเพื่อวัดโครงสร้างของการเปรียบเทียบความรู้สึกที่มีปมด้อยในเอง พบว่ามีความ น่าเชื่อถือที่สัมพันธ์กับเครื่องมือของการเปรียบเทียบความรู้สึกที่มีปมด้อยในตนเอง พบว่ามีความ น่าเชื่อถือที่มีสัมพันธ์กับเครื่องมือที่ต้องการให้แต่ละคนประเมินตัวเอง และลักษณะ 2 แบบใน ชุดของลักษณะ 30 ประการเหมือนกับ Adler เชื่อว่าเขาเป็นเช่นเดียวกันกับเมื่อสมัยเป็นเด็กกลุ่ม ตัวอย่างพร้อมที่จะตอบสนองต่อเครื่องมือในทิศทางที่คาดไว้ (เช่น ประเมินลักษณะ 2 แบบที่เป็น บวกมากกว่าตัวเอง) แสดงการตอบสนองที่เป็นตัวแทนของการเปรียบเทียบความรู้สึกที่เป็น ปมด้อยในตนเอง ไม่พบว่ามี ความแตกต่างด้านเพศในการตอบสนอง ขณะที่พบความแตกต่าง บางอย่างระหว่างการเปรียบเทียบความรู้สึกมีปมด้อยในตนเอง ในระดับสูง ปานกลาง และต่ำ แม้ว่าจะไม่พบความแตกต่างของการเปรียบเทียบความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองระหว่างเด็กที่เกิด

คนแรก หรือเกิดคนที่ 2 เด็กที่เกิดคนที่ 3 พบว่ามีการเปรียบเทียบความรู้สึกมีปมด้อยมากกว่าเด็กที่เกิดคนแรก สุดท้ายไม่พบว่าความแตกต่างในด้านความต้อร้นระหว่างการเปรียบเทียบความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองระหว่างกลุ่มที่สูงและต่ำ

สเชียบีค, มาร์วิน และ ลี (Schierbeek, Marvin & Lee, 1989, Abstract) ศึกษาเพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างลำดับการเกิดด้านจิตวิทยาและการใช้สารเสพติดและการฆ่าตัวตายในวัยรุ่นได้ตั้งสมมติฐานไว้ว่าวัยรุ่นที่รับรู้ถึงความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองจากการวัดโดย (the Psychological Birth Order Instrument) จะมีการใช้สารเสพติด และหรือเข้าไปสู่พฤติกรรมทำลายตัวเองมีวัยรุ่นจำนวน 95 คนจากรัฐอริโซนาตอนใต้อาสาเข้ามาร่วมการศึกษานี้ ตัวอย่าง 48 คน กำลังรักษาแบบผู้ป่วยในที่โรงพยาบาลจิตเวช กลุ่มควบคุมคือนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 47 คน ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่ามีการรับรู้ถึงสภาพความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองที่แตกต่างกันระหว่างวัยรุ่นที่กำลังรักษา กับคนที่ไม่ได้รับการรับการรักษาเกี่ยวกับสารเสพติดและการฆ่าตัวตาย มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญในระดับ 0.05 และอภิปรายว่าวัยรุ่นที่รับรู้ถึงความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองสูงมักจะใช้สารเสพติดและพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าวัยรุ่นที่รับรู้ถึงความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองต่ำ

เครน (Crane, 1994, pp. 189-209) ศึกษาเรื่องการพิสูจน์นิทานวิทยาศาสตร์เพื่อสนับสนุนทฤษฎีความมีปมด้อยด้านเซาร์ปัญญาของคนผิวดำ ซึ่งได้มีการทบทวนทฤษฎีและหลักการของวรรณกรรม ในคำถามที่ว่าความแตกต่างในการถ่ายทอดเซาร์ปัญญาระหว่างเชื้อชาติชั้น มีความเชื่อที่กว้างขวางในกลุ่มผู้ศึกษาในความสัมพันธ์เฉพาะที่ว่าผิวดำมีการถ่ายทอดด้านเซาร์ปัญญาน้อยกว่าคนผิวขาว อย่างไรก็ตาม ก็ไม่มีหลักฐานที่ชัดเจนมายืนยันหลักฐานที่ชัดเจนที่มีการเก็บรวบรวมเพื่อแก้ต่างการอ้างถึงความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองด้านเซาร์ปัญญาของคนผิวดำคือช่องโหว่ของทฤษฎีและระเบียบวิธีการพื้นฐาน ยิ่งกว่านั้นยังมีองค์ความรู้ของหลักฐานจากแหล่งต่าง ๆ หลายแห่งที่สนับสนุนการอธิบายถึงช่องว่างระหว่างเชื้อชาติในการทดสอบคะแนนการรับรู้

ปีเตอร์ และคนอื่น ๆ (Peeters & Others, 1995, pp. 1073-1089) ศึกษาปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและความรู้สึกมีปมด้อยในตนเองของเจ้าหน้าที่คุมประพฤติ การบันทึกเหตุการณ์ประจำวัน วิธีการบันทึกเหตุการณ์ประจำวัน อ้างถึงการบันทึกปฏิสัมพันธ์ในองค์กร มาใช้ในการประเมินอิทธิพล 4 ประการของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ให้ผลลบต่อการทำงาน จากวัตถุประสงค์นี้ตัวอย่างจำนวน 38 คน ซึ่งเป็นเจ้าหน้าที่คุมประพฤติได้กรอกแบบฟอร์มที่อธิบายปฏิสัมพันธ์ของตนเองและความกดดันขณะทำงานสำหรับช่วงเวลา 1 สัปดาห์ ยิ่งกว่านั้นแบบฟอร์มยังวัดความรู้สึกด้านลบของเจ้าหน้าที่คุมประพฤติทั้งในช่วงเริ่มและสิ้นสุดการทำงานในแต่ละวัน ผลการศึกษาแสดงว่าปฏิสัมพันธ์ทางสังคมแต่ละประเภทมีผลแตกต่างกันโดยให้ผลลบในช่วงสิ้นสุดวัน เครื่องมือสนับสนุนผลที่ตรงข้ามต่อผลการทบทวนด้านลบเพราะประเภทที่สนับสนุนนั้น

ลดความรู้สึกที่มีปมด้อยในตนเองซึ่งในทางกลับกันจะนำไปสู่ผลด้านลบ การให้รางวัลความเป็นเพื่อนจะให้ผลด้านบวก ขณะที่การสนับสนุนส่วนตัวจะไม่แสดงผลด้านลบทุกกรณี สรุปว่าการแก้ปัญหาโดยการวิเคราะห์ในวงเล็ก ๆ ได้ให้ความเป็นไปได้ที่น่าสนใจ สำหรับการวิเคราะห์อย่างละเอียด ของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นและกลไกด้านจิตวิทยาที่มีผลกับการสนับสนุนทางสังคมมีผลสัมพันธ์กันกับผลด้านลบ

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวแตกแยก

ความหมายของครอบครัว ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่เก่าแก่ที่สุด และมีความสำคัญที่สุดของหน่วยสังคม จัดเป็นระบบที่แตกต่างจากองค์กรอื่นโดยทั่วไป กล่าวคือการรับสมาชิกของครอบครัวจะผ่านการเกิด การรับบุตรบุญธรรมหรือการแต่งงานเท่านั้น การปลดสมาชิกจะทำได้เฉพาะจากการเสียชีวิต ไม่การไล่ออก หรือหนีออกไปได้นับจากอดีตจนถึงปัจจุบัน ครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลง และมีการพัฒนาการอยู่ตลอดเวลา ครอบครัวจะต้องปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงและคงภาวะ สมดุลภายในครอบครัวให้ได้จึงจะทำให้ครอบครัวนั้นมีความปกติสุข

ฮาร์เบอร์และคนอื่น ๆ (Haber & others, 1984) กล่าวว่า ครอบครัวคือกลุ่มคนที่รวมกันโดยการแต่งงาน มีความผูกพันรักใคร่กัน มีความขัดแย้งกันในบางครั้ง แต่สามารถที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลกันมีการอบรมลูกหลาน มีระบบระเบียบในการปกครองลูก มีการแบ่งหน้าที่บทบาทกันเองในครอบครัว

มูร์ด็อกซ์ (Murdock, 1993) ให้ความหมายครอบครัวในเชิงมานุษยวิทยาว่า ครอบครัวคือกลุ่มสังคมที่มีลักษณะสำคัญอันประกอบด้วย การอยู่อาศัยร่วมกัน การร่วมมือกันทางเศรษฐกิจ และการทำงานที่ผลิตชาติพันธุ์ของมนุษย์ ครอบครัวต้องประกอบด้วยมนุษย์ที่เป็นผู้ใหญ่ ทั้งเพศชายและเพศหญิง และอย่างน้อยต้องมีคู่หนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางเพศต่อกันโดยการยอมรับของสังคม และชายหญิงคู่นี้จะจะมีบุตรหนึ่งคนหรือมากกว่าอยู่ด้วย จะเป็นบุตรโดยสายโลหิตหรือเป็นบุตรบุญธรรมก็ได้

คณะอนุกรรมการด้านครอบครัว ให้ความหมายครอบครัวไว้ว่า คือกลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันกันทางอารมณ์ และจิตใจในการดำเนินชีวิตร่วมกัน รวมทั้งการพึ่งพิงทางสังคมและเศรษฐกิจ มีความสัมพันธ์กันทางกฎหมายและทางสายโลหิต

คณะกรรมการว่าด้วยสิทธิทางแพ่งและการเมืองแห่งสหประชาชาติ (2545) ได้ให้คำจำกัดความว่า ครอบครัวคือกลุ่มคนใด ๆ ที่ทำหน้าที่เลี้ยงดูเด็ก และกลุ่มคนซึ่งในสายตาของกฎหมายและการปฏิบัติของประเทศนั้น ๆ ถือว่าเป็นครอบครัว

โครงสร้างและประเภทของครอบครัว

สมาคมคณะเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทย (2541, หน้า 321 - 324) ได้กล่าวถึงลักษณะครอบครัวไว้ว่า

1. ครอบครัวเชิงเดี่ยว

1.1 ครอบครัวเชิงเดี่ยวทางชีวภาพ ประกอบด้วยพ่อ แม่ และลูก 1 คน เด็กทารกจะเกิดจากหญิงคนหนึ่งและมีพ่อโดยสายเลือด 1 คน ผู้ใหญ่ทั้งสองอาจจะอยู่ด้วยกันก็ได้ แต่ครอบครัวเดี่ยวทางชีวภาพของเด็กคนนี้จะได้อาหารเลี้ยงดูจากการที่พวกเขาที่มีความสัมพันธ์ร่วมกันจนมีบุตร ถ้าพ่อแม่หย่าร้างและแต่งงาน หรือไม่อยู่กินกับคู่ครองคนใหม่อาจเรียกครอบครัวนี้ว่าเป็นครอบครัวเชิงแยกที่มีการปรับโครงสร้างใหม่ ในส่วนของรูปแบบที่พบมากที่สุดคือ ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่คนเดียว

1.2 ครอบครัวเชิงเดี่ยวทางสังคม เกิดจากการที่คนสองคนมีความสัมพันธ์ร่วมกันทั้งโดยสมรสหรือการอยู่ร่วมกันเฉย ๆ ไม่ว่าจะมีส่วนทางสายเลือดหรือไม่ ครอบครัวตะวันตกสมัยใหม่ที่ลูก ๆ ย้ายออกไปจากบ้าน เหลือแต่พ่อกับแม่ 2 คนเรียก ครอบครัวเชิงเดี่ยวทางสังคม

2. ครอบครัวแบบขยาย คือลักษณะครอบครัวในประเทศตะวันออกส่วนมาก ลักษณะครอบครัวคือกลุ่มญาติพี่น้องจะอยู่ร่วมกันอย่างใกล้ชิด แม้มีครอบครัวใหม่แล้วยังอยู่ร่วมกันแบ่งได้ 3 รูปแบบคือ

2.1 ครอบครัวขยายตามปกติ คือครอบครัวที่มีคนสามรุ่นอยู่ร่วมกัน ได้แก่ ปู่ย่า ตายาย พ่อแม่ และลูกบางครั้งครอบครัวขยายลักษณะนี้ไม่จำเป็นต้องมีขนาดใหญ่ โดยอาจจะเป็น ครอบครัวขนาดเล็กที่มีเพียงยายกับหลานอาศัยอยู่ร่วมกันเท่านั้นก็ได้

2.2 ครอบครัวที่นับรวมญาติพี่น้องอื่น ๆ ด้วย คือครอบครัวที่มีสมาชิกจำนวนมากกว่าครอบครัวแบบคน สามรุ่น เพราะนอกจากจะมีสมาชิกสามรุ่นหรือมากกว่า ที่มี ความสัมพันธ์โดยตรงต่อกันแล้ว ก็อาจจะมีญาติพี่น้องอื่น ๆ ที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนเดียวกัน และถือว่าเป็นสมาชิกของครอบครัวนั้น ๆ ด้วย

2.3 ครอบครัวแบบชนเผ่าดั้งเดิม คือครอบครัวที่มีรากฐานอยู่บนความสัมพันธ์ทางสังคมมากกว่าชีวภาพ การเลี้ยงดูเด็กอาจจะเป็นความรับผิดชอบของคนหลายคน น้องสาวของแม่ผู้ให้กำเนิดอาจจะถูกเรียกว่าแม่ด้วยก็ได้ ครอบครัวแบบนี้มักจะไม่ทอดทิ้งเด็กกำพร้า เพราะมีผู้จะทำหน้าที่แทนพ่อแม่ที่แท้จริงของเด็กจำนวนมาก

3. ครอบครัวที่มีการจัดโครงสร้างใหม่ เป็นครอบครัวที่มีรูปแบบต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้ว แต่มีการจัดโครงสร้างใหม่ โดยการสมรส การสมรสครั้งใหม่หรือการอยู่ร่วมกันของผู้มีบุตรโดยการสมรสครั้งก่อน

รูปแบบการสมรสใหม่ หรือการใช้ชีวิตร่วมกันตามประเพณีหลังจากที่สามีภรรยาคู่นั้น เคยมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นมาแล้วครั้งหนึ่ง หรือหลายครั้ง สามีหรือภรรยาหรือทั้งคู่อาจจะมิบุตร ที่อาจจะอาศัยหรือไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกัน สามีภรรยาคู่ปัจจุบันอาจจะมีหรือไม่มีบุตรร่วมกัน ไม่ว่า จะเป็นบุตรโดยกำเนิดหรือบุตรบุญธรรม ในลักษณะเช่นนี้เด็กอาจจะมีพี่น้องต่างบิดมารดา ปู่ย่า ตายาย และญาติที่ไม่มี ความเกี่ยวข้องทางสายเลือดได้เป็นจำนวนมาก ซึ่งถือว่าเป็นแหล่งญาติ ใหม่สำหรับเด็ก

ความหมายของครอบครัวแตกแยก มีผู้ให้ความหมายไว้ต่างกัันดังนี้

วันทนา กลิ่นงาม (2525, หน้า 1) กล่าวว่า ครอบครัวแตกแยกหมายถึงการที่สภาพของ ครอบครัวที่เกิดขึ้นแล้วไม่อาจจะไม่มั่นคงยืนยงตลอดไป มีการสิ้นสุดหรือแตกแยกสลายลงไป ซึ่ง การสิ้นสุดของสภาพครอบครัวมี 2 ประการคือ การหย่าร้างจากกัน ทั้งนี้ไม่ว่าจะเกิดขึ้นโดย ถูกต้องตามกฎหมายหรือไม่ก็ตาม และการตายจากกัน

สุภาวดี มิตรสมหวัง (2533, หน้า 110) ได้กล่าวถึงลักษณะของครอบครัวหย่าร้างไว้ว่า ครอบครัวที่เกิดการหย่าร้างทำให้องค์ประกอบของครอบครัวไม่ครบถ้วน เมื่อเด็กขาดผู้ใหญ่ซึ่ง เป็นผู้รับผิดชอบของเด็ก ขาดความรัก ความเอาใจใส่ ขาดความสุขและความอบอุ่น เด็กจะรู้สึก ว่าไม่ปลอดภัย รู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง ทำให้เกิดความว่าเหวต้องหารสิ่งอื่นมาทดแทน

สุพัทธา สุภาพ (2533, หน้า 33) ให้ความหมายการหย่าร้างว่า การหย่าร้างคือ การ สิ้นสุดชีวิตแต่งงานของคู่สมรส เป็นการแตกแยกของบุคคลที่เคยมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด การหย่าร้างเป็นเรื่องเศร้า เป็นการทำลายความรัก ความเชื่อของบุคคลที่เคยผูกพันกันอย่าง ลึกซึ้ง แต่การหย่าร้างไม่ใช่ความเศร้าที่ถาวร เพราะอาจจะเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความสุขได้ เหมือนกัน

ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว

จากการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของสังคม ที่เป็นสาเหตุในครอบครัวเปลี่ยนจาก ครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว รวมทั้งอัตราการหย่าร้างที่เพิ่มสูงขึ้น ทำให้เกิดรูปแบบของ ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียวเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

ครอบครัวที่อยู่ในสถานการณ์ที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว จัดเป็นภาวะวิกฤตระดับหนึ่ง ของชีวิตครอบครัว การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบต่อในลักษณะที่กระจายไปทุกทิศทาง ปัญหาที่พบมีความสลับซับซ้อน ละเอียดอ่อน และเป็นปัญหาที่มีรูปแบบหลากหลาย

ปัญหาพื้นฐานในครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว คือการขาดแคลนแหล่ง ช่วยเหลือทางสังคม คู่สมรสปกติ ยังสามารถพึ่งพาและช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้ แต่ใน ครอบครัวที่พ่อหรือแม่เพียงคนเดียว ต้องทำงานหนักเพิ่มขึ้น เพื่อทดแทนรายได้จากคู่สมรสที่ หายไป ทั้งยังขาดแคลนคู่มือที่คอยให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ในสภาวะการณ์ที่ยังไม่มีนโยบาย ทางภาครัฐใดที่จะเข้ามาช่วยเหลือ

โดยทั่วไปสามารถแบ่งลักษณะครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เลี้ยงดูลูกเพียงคนเดียวได้เป็น 2 ลักษณะคือ

ครอบครัวที่มีแม่เป็นหัวหน้าครอบครัว (ไม่มีพ่อ)

จากการศึกษาเกี่ยวกับครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว โดยมีแม่เป็นหัวหน้าครอบครัว โรสและซอลฮิลล์ (Ross & Sawhill, 1975) ได้ระบุถึงสิ่งที่น่าวิตกสำหรับคนในกลุ่มนี้ว่า

1. ครอบครัวที่มีแม่เลี้ยงดูลูกเพียงคนเดียว ประสบกับปัญหาทางเศรษฐกิจมากที่สุด เกือบจะครึ่งหนึ่งของครอบครัว ที่มีลักษณะดังกล่าวยากจน ใช้ชีวิตอยู่ด้วยการได้รับการสงเคราะห์จากองค์กรช่วยเหลือทั้งภาครัฐและเอกชน และเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงในการใช้ชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ยากจน

2. เกิดผลกระทบต่อเด็ก ทั้งทางด้านร่างกาย-จิตใจและสังคมในเรื่องที่ขาดพ่อ

3. ขาดนโยบายในการช่วยเหลือครอบครัวที่มีลักษณะดังกล่าวของรัฐบาลและเอกชน ที่มีทิศทางการแก้ปัญหาอย่างชัดเจน

นอกจากผลกระทบที่กล่าวมาแล้ว ปัญหาความเครียดที่มีต่อผู้นำครอบครัวที่เป็นหญิง ก็เป็นสิ่งสำคัญอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม จากอดีตที่สามีมักเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว ส่วนภรรยาทำงานบ้านและดูแลลูก แต่ในปัจจุบันการที่ภรรยาออกไปทำงานนอกบ้าน แ่กลับมามีบ้านยังต้องทำงานอีก การงานอาชีพและงานบ้านทำให้ผู้หญิงที่อยู่ในครอบครัวปกติมีความเครียดสูง ดังนั้น หากฝ่ายหญิงจะต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำครอบครัวเพียงคนเดียว ก็จะส่งผลให้เกิดภาวะความเครียดมากยิ่งขึ้น

ผลกระทบที่มีพ่อเป็นหัวหน้าครอบครัว (ไม่มีแม่)

ครอบครัวลักษณะดังกล่าวมีสาเหตุเหมือนกับครอบครัวที่มีแม่เพียงคนเดียว แม้ว่าจะมีเพียงกลุ่มเล็ก ๆ แต่ก็มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น สาเหตุที่ครอบครัวมีพ่อเพียงคนเดียวคือ

1. ผู้ชายมีการเปลี่ยนแปลงการดำรงชีวิต จากเดิมที่เป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัวเพียงอย่างเดียวมาเป็นผู้ดูแลครอบครัวและลูก ๆ ด้วย

2. ผู้ชายมีความชอบในการที่จะเป็นผู้เลี้ยงดูบุตรเพียงคนเดียวมากกว่าในอดีต

3. ในกลุ่มที่ขอบุตรมาเลี้ยงเป็นบุตรบุญธรรมมีจำนวนเพิ่มขึ้น แสดงถึงผู้ชายยอมรับในการทำหน้าที่เป็นพ่อมากขึ้น

4. ครอบครัวที่มีพ่อเลี้ยงดูลูกเพียงคนเดียว มีฐานะทางเศรษฐกิจในระดับที่สูงกว่าครอบครัวที่มีแม่เลี้ยงดูเพียงคนเดียว ดังนั้นความพึงพอใจและแหล่งช่วยเหลือครอบครัวจึงมีมากกว่า

5. ผลการวิจัยเปรียบเทียบเรื่องการเลี้ยงดูที่มีประสิทธิภาพของพ่อกับแม่ที่ต้องเลี้ยงดูเพียงคนเดียวไม่แตกต่างกัน ทำให้ผู้ชายมีความสนใจในการทำหน้าที่พ่อเพียงคนเดียวให้เพิ่มขึ้น

ผลกระทบที่มีต่อครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เลี้ยงดูลูกเพียงคนเดียว

1. ผลกระทบทางด้านบทบาทภายในครอบครัวที่มากเกินไปได้แก่ การที่หัวหน้าครอบครัวต้องทำหน้าที่เป็นทั้งพ่อและแม่ในเวลาเดียวกัน ก่อให้เกิดความเครียดในการดูแลอบรมเลี้ยงดู สักสอน แก่สมาชิกในครอบครัว นอกจากนี้ยังต้องทำหน้าที่ชดเชยต่อความต้องการที่ซับซ้อน ทั้งด้านอารมณ์ สังคม ทดแทนให้แก่พ่อหรือแม่ที่หายไป ถือว่าเป็นความยุ่งยากและเป็นความเปลี่ยนแปลงของการทำหน้าที่ของผู้ปกครอง

2. ผลกระทบต่อภาระหน้าที่ในการหาเลี้ยงครอบครัว การที่ต้องกลายเป็นผู้นำครอบครัว และหาเลี้ยงครอบครัวเพียงคนเดียว เป็นผลให้ผู้นำครอบครัวต้องพยายามอย่างมากเพื่อหาเลี้ยงครอบครัวให้เพียงพอ โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับลูก ผู้นำครอบครัวมักเกิดความรู้สึกว่ ไม่สามารถหาเงินมาเลี้ยงครอบครัวอย่างเพียงพอได้ และลูก ๆ วัยรุ่นมักรู้สึกว่าพวกเขาไม่เท่าเทียมกับกลุ่มเพื่อน ๆ ในฐานะทางเงิน (ในรายที่หย่าร้างจะมีผลกระทบมากกว่าเดิม) การแยกครอบครัวเป็นผลให้จากเดิมที่คู่สมรสหาเงินใช้จ่ายภายใน 1 ครอบครัว กลายเป็นเหลือผู้นำต้องหาเลี้ยงครอบครัวเพียงคนเดียว เป็นผลให้ต้องหารายได้ให้มากขึ้น เพื่อทดแทนรายรับที่สูญเสียไป ถึงแม้ว่ารายได้โดยเฉลี่ยของคู่สมรสแต่ละคนจะยังเท่าเดิม

นอกจากความเครียดที่เกิดขึ้นจากการพยายามที่จะหารายได้เพิ่มขึ้น การพยายามทำงานเพื่อหารายได้ให้มากขึ้น ยังมีผลกระทบต่อภาวะสุขภาพจากการพักผ่อนไม่สม่ำเสมอ การมีกิจกรรมกับลูก ๆ ที่ลดลงส่งผลให้เกิดการขาดความสนใจ เอาใจใส่กับบุตรได้มากขึ้น

3. ผลกระทบจากการที่ถูกสังคมทิ้งให้โดดเดี่ยวจากภาระหน้าที่หนักหน่วงในการหาเลี้ยงครอบครัวของหัวหน้าครอบครัว เป็นผลให้ไม่มีเวลาในการที่จะนำครอบครัวเข้าไปมีส่วนร่วมกับการกิจกรรมทางสังคมได้ เหมือนกับครอบครัวปกติทั่ว ๆ ไป รวมไปถึงการไม่แน่ใจ และลังเลของครอบครัว ในการที่จะสร้างสัมพันธ์ภาพกับสังคมที่โดยมากสังคมยังไม่เปิดกว้างสำหรับครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เลี้ยงดูเพียงคนเดียว โดยเฉพาะครอบครัวที่มีสาเหตุจากการหย่าร้าง การแยกจากกัน และการตั้งครรภโดยไม่ได้แต่งงาน โบฮานัน (Bohanan, 1970) กล่าวว่า "การสูญเสียมิตรภาพในกลุ่มครอบครัวที่มีสาเหตุมาจากการหย่าร้างนั้นเป็นเพราะว่าสังคมมีแนวโน้มที่จะรวมกลุ่มกันเฉพาะกลุ่มคนที่อยู่ในครอบครัวปกติที่มีทั้งพ่อและแม่ ส่วนกลุ่มครอบครัวที่มีการหย่าร้างจัดเป็นกลุ่มที่ผิดปกติในการที่จะนำมารวมกลุ่มสังคม ดังนั้น จึงเป็นผลให้กลุ่มควบคุมดังกล่าวต้องสูญเสียการติดต่อกับสังคม และขาดแหล่งช่วยเหลือจากสังคม เมื่อเทียบกับก่อนเกิดภาวะการหย่าร้างภายในครอบครัว

4. ผลกระทบที่เกิดจากความรู้สึกสูญเสีย และความเศร้าโศก (feeling of loss and grief) ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว ไม่ว่าจะมีความสาเหตุมาจากการสูญเสียชีวิตของคู่สมรส การหย่าร้าง การแยกจากกัน หรือการตั้งครรภโดยมิได้แต่งงาน ล้วนแล้วแต่เคยประสบกับภาวะการสูญเสียมาแล้วทั้งสิ้น จึงเป็นเรื่องปกติที่ความรู้สึกสูญเสียและเศร้าโศกมักเกิดขึ้นใน

ครอบครัวที่ต้องลดลง และการขาดแหล่งช่วยเหลือจากสังคม ล้วนส่งผลต่อความรู้สึกทางจิตใจของครอบครัวทั้งสิ้น หากภาวะดังกล่าวไม่ได้รับการแก้ไข ก็อาจเป็นผลให้เกิดภาวะซึมเศร้า ต่อสมาชิกในครอบครัวได้

งานวิจัยที่เกี่ยวกับครอบครัวหย่าร้าง

แมคเดอมอทท์ (McDermott, 1970, อ้างอิงจาก ลักษณะ ใสภา, 2537) ได้ศึกษาการศึกษาเปรียบเทียบเด็กที่มีปัญหาทางจิตเวชระหว่างเด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดา มารดาหย่าร้างและจากครอบครัวปกติที่พ่อแม่อยู่ด้วยกันจากปี ค.ศ. 1961 ถึง 1964 ในโรงพยาบาลจิตเวชมีเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้าง 116 คน และมาจากครอบครัวที่พ่อแม่อยู่ด้วยกันถูกต้องตามกฎหมาย 1,394 คน ในกลุ่มเด็กหย่าร้างมักเป็นลูกคนแรก ลูกคนเดียว และเด็กผิวดำ บางคนเป็นพวกนับถือศาสนาทอลิด ปัญหาของเด็กเหล่านี้คือ การปรับตัวไม่ได้ทั้งที่บ้านและโรงเรียน และยังมีลักษณะอาการบางอย่างสัมพันธ์กับเด็กอันธพาลและพวกซึมเศร้า มีเด็กหลายคนดำเนินตนเองที่เป็นสาเหตุของการแตกแยกของพ่อแม่ และดูเหมือนว่าเด็กหลายคนจะรับเอาอุปนิสัยของพ่อหรือแม่ที่จากไป โดยเฉพาะเลียนแบบพ่อมาทั้งนี้อาจแปรความได้ว่าเด็กมีความพยายามที่จะปรับตัวให้เข้ากับการสูญเสียพ่อ โดยการลอกเลียนแบบอุปนิสัยบางอย่างตามพ่อ

เกลเตอร์ (Kalter, 1977, อ้างอิงจาก วชรินทร์ แยมโสภี, 2538) ได้ศึกษาเพิ่มเติมและย้ำการศึกษาของแมคเดอมอทท์ พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีอัตราของการเป็นเด็กอันธพาลเกร โดยเฉพาะการติดยาเสพติดและมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศเป็นอัตราสูง และเขายังพบว่าเด็กจากครอบครัวหย่าร้างมีสัดส่วนอยู่ในกลุ่มผู้ที่มีความเจ็บป่วยทางจิตมากกว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่อยู่พร้อมหน้ากัน อย่างไรก็ตามเกลเตอร์พบว่าตัวแปรทางด้านเพศและอายุมาเกี่ยวข้อง เขาแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม คือต่ำกว่า 7 ปี 7 - 11 ปี และ 12 ปีขึ้นไป มีปัญหาทางด้านเพศและการติดยาเสพติด เด็กชายที่อายุมากกว่า 12 ปี ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมักมีปัญหาการฝ่าฝืนกฎหมายทุกกลุ่มที่ศึกษาพบว่ามีมากกว่าร้อยละ 10 ต่อพ่อแม่เป็นอัตราสูง

ชีรวธน์ นิลเนตร (2526, หน้า 19) ได้ศึกษาการวิจัยเรื่อง ลักษณะเชิงจิตสังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนจากครอบครัวแตกแยกมีอาการซึมเศร้า วัดกังวลมากกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวปกติ

ลินดา วงษ์ทน (2533, หน้า 253) ได้ศึกษาผลกระทบของครอบครัวแตกแยกในนวนิยายไทยช่วงปี 2521 - 2531 ผู้วิจัยพบว่าผลกระทบของครอบครัวโดยมุ่งไปที่เด็กจะได้รับผลกระทบ 3 ด้านด้วยกันคือ ด้านบุคลิกภาพและสุขภาพ ด้านพฤติกรรมและด้านสังคม โดยศึกษาถึงตัวละครแต่ละตัวและชี้ผลกระทบแต่ละด้านที่ตัวละครได้รับ

ศุภลักษณ์ พุทธิพงศ์สิทธิ์ (2534, หน้า 2) ได้ศึกษาสุขภาพจิตและพฤติกรรมทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้างศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรีของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง พบว่ามีปัญหาสุขภาพจิต

ผิดปกติ ร้อยละ 36.7 ปัญหาที่พบในด้านย่ำคิด ย่ำทำ และซึมเศร้ามากที่สุด และมีความสนใจ
ในการเรียนขณะครูสอนน้อยและการขาดเรียนมากกว่า

จากเอกสารและงานวิจัยข้างต้นที่กล่าวมาแล้ว สรุปว่าครอบครัวแตกแยกไม่ว่าจะด้วย
สาเหตุใดก็ตามย่อมส่งผลกระทบต่อเด็กที่ไม่ดีต่อบุตร โดยเฉพาะด้านจิตใจ เช่น ขาดความมั่นคงทาง
อารมณ์ ขมขื่นใจ รู้สึกผิด เศร้าโศก ขาดความรักความอบอุ่น ขาดความสุข เป็นต้น มีผลในการ
ปรับตัว อารมณ์ สังคมและบุคลิกภาพ มีผลการเรียนต่ำ ก้าวร้าว กระทำผิด ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึง
สนใจที่จะศึกษาผลการให้ คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความรู้สึกปมด้อยของนักเรียน
ที่มาจากครอบครัวแตกแยก