

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น ภัยธรรมชาติ อุบัติเหตุ ภาวะสงคราม การเจ็บป่วยร้ายแรง การสูญเสียคนรัก หรือสิ่งที่สำคัญในชีวิต ล้วนแต่เป็นสถานการณ์ร้ายแรงที่คาดไม่ถึง และสามารถเกิดขึ้นได้เสมอ ๆ ในทุก ๆ ช่วงของชีวิตมนุษย์ ผลของการเกิดเหตุการณ์เหล่านี้ จะส่งผลถึงภาวะวิกฤติด้านจิตใจของผู้ที่ประสบเหตุการณ์นั้น ลี และ ฮาฟ (Lee & Half, 1970, p. 12) กล่าวว่า วิกฤติการณ์ที่เป็นผลมาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น โดยไม่คาดคิดมาก่อนทำให้ไม่มีการเตรียมตัวเพื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และสถานการณ์ที่มีความรุนแรงหรืออันตรายที่เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลันจนทำให้บุคคลต้องประสบกับความสูญเสีย จะมีผลกระทบต่องานทางอารมณ์และสภาพจิตใจ ทำให้มีความผิดปกติทางบุคลิกภาพและความแปรปรวนของพฤติกรรม ซึ่งก่อให้เกิดภาวะความวุ่นวายทางจิตใจอย่างรุนแรง โคริแมน และ ฮามเมน (Coleman & Hammen, 1978, p. 94)

การประสบอันตรายจากอุบัติเหตุหรือการเจ็บป่วยร้ายแรง จนถึงขั้นมีการสูญเสียความสามารถในการใช้ชีวิตนั้น ๆ จะถูกจัดอยู่ในประเภทความพิการทางกายหรือการเคลื่อนไหว ซึ่งเป็น 1 ใน 5 ประเภทลักษณะของความพิการ (คณะกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ, 2534, หน้า 11) การสูญเสียดังกล่าวอาจก่อให้เกิดวิกฤติการณ์ (Crisis) ขึ้นได้ เนื่องจากความสูญเสียที่เกิดขึ้นกับร่างกายย่อมมีผลกระทบโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ทอมสัน (Tomson, 1985, pp. 319-323) ซึ่งศึกษาถึงปัญหาด้านจิตสังคมของผู้ป่วยที่สูญเสียอวัยวะแขนขา จำนวน 109 คน ด้วยการประเมินการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ มีปัญหาด้านจิตใจสูง โดยมีพฤติกรรมแยกตัวออกจากสังคม เนื่องจากมีความรู้สึกว้าวุ่นหลังจากถูกตัดอวัยวะแขนขาแล้ว ความสามารถของตนเองจะลดลง ซึ่งนำไปสู่ความรู้สึกการมีคุณค่าในตนเองต่ำ

บุคคลที่รู้สึกว่าตนเองล้มเหลว หรือมีเหตุการณ์ที่ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้ จะรู้สึกว่าตนเองนั้นมีคุณค่าลดลง สจิวค และซันดีน (Stuart & Sundeen, 1979, p. 399) ซึ่งความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าลดลงนี้ จะนำไปสู่ความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไม่มีความหมาย ไม่ชื่นชอบตนเอง ตีค่าตนเองต่ำ และคิดว่าตนเองไร้ค่า เบอร์กแมน และ ซิม (Berkman & Syme, 1979 cited in Hubbard et al., 1986, p. 129; Meninger, 1987, p. 78)

คนพิการส่วนใหญ่มีความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไร้ความหมายในชีวิต ขาดความหวังและความอดทนต่อชีวิต ส่งผลให้เขาไม่สามารถเผชิญต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในแง่ของความเป็นจริง ไม่เข้าใจตนเองและผู้อื่น ทำให้มีความสับสนคลั่งในการมองโลกต่ำ จากเหตุผลดังกล่าว สรุปได้ว่าการช่วยเหลือคนพิการเหล่านี้ให้เข้าใจตนเองและผู้อื่น เข้าใจสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง มีความมั่นคงทางอารมณ์ และมีความสอดคล้องในการมองโลก อันประกอบด้วยความสามารถเข้าใจในเหตุการณ์ ความอดทน ความสามารถในการปรับตัว การกล้าเผชิญความสามารถในการจัดการ และการให้คุณค่าและความหมาย จะทำให้คนพิการเข้าใจตนเองและผู้อื่น เข้าใจเหตุการณ์ อธิบายเหตุและผล คาดการณ์สิ่งที่เกิดขึ้นต่อไปกับตนเองได้ สามารถจัดการหรือเลือกวิธีการที่จะมาจัดการหรือควบคุมเหตุการณ์ที่เข้ามากระทบ มองเห็นความหมายและคุณค่าในชีวิตของตนและสิ่งต่าง ๆ ได้

จากผลการศึกษาเกี่ยวกับความสอดคล้องในการมองโลกพบว่า เมื่อบุคคลแต่ละบุคคลประสบปัญหาเดียวกัน บุคคลจะมีความสอดคล้องในการมองโลกต่างกัน จะรับรู้และประเมินปัญหาต่างกัน โดยผู้ที่มีความสอดคล้องในการมองโลกสูง จะมีความรู้สึกถูกกดดันและมีความวิตกกังวลน้อยกว่า จึงมีการแสวงหาวิธีเพื่อมาจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ดีกว่า ความสอดคล้องในการมองโลก เป็นคุณลักษณะสำคัญที่ช่วยในการปรับตัวของคนพิการ ให้สามารถเผชิญกับความกดดันต่าง ๆ ในชีวิต ทำให้คนพิการเข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต รวมทั้งเห็นคุณค่าและความหมายของตนเองได้ วิธีการที่นำมาใช้ในการพัฒนาความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการ วิธีหนึ่งคือ การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส เนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส (Logogrouptherapy) เป็นการให้คำปรึกษากลุ่มที่มุ่งเน้นการค้นหาความหมายให้แก่ชีวิต แพทเทอร์สัน (Patterson, 1966, pp. 447-448) เป็นพลังจูงใจสำคัญในชีวิตมนุษย์ แฟรงเกิล (Frankl, 1963, p. 135) ซึ่งแต่ละบุคคลมีหน้าที่รับผิดชอบในการสร้างความหมายแก่ชีวิตของตน และต้องมีความหวังที่จะพบกับความจริงในชีวิตที่จะช่วยผลักดันให้เขาคำนึงชีวิตต่อไปแม้สถานการณ์จะยากลำบากเพียงใดก็ตาม

เมื่อบุคคลขาดความหมายในชีวิตหรือไม่สามารถพบกับความหมายที่แท้จริงในชีวิตของตน จะเกิดความรู้สึกว่าชีวิตของตนไร้ความหมาย (Meaninglessness) เขาจะไม่ตระหนักถึงคุณค่าและความหมายในการดำรงอยู่ของชีวิต จะไม่รับรู้อะไรนอกจากความว่างเปล่าของชีวิตเท่านั้น ซึ่งการให้คำปรึกษาด้านแนวโลกอสเรียกสถานการณ์ของชีวิตขณะนั้นว่า “ภาวะว่างเปล่าในชีวิต (Existential Vacuum)” หรือบางครั้งเรียกว่า “ความคับข้องใจในการดำรงอยู่ (Existential Frustration)” ซึ่งเป็นอาการและบุคลิกลักษณะของบุคคลที่อยู่ในภาวะของความเบื่อหน่าย เฉื่อยเมย และว่างเปล่า บุคคลเหล่านี้ มักจะหลีกเลี่ยงการเป็นเจ้าของชีวิตตนเอง ไม่รับผิดชอบตนเอง ด้วยการปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม ชาลอม (Yalom, 1980, p. 449) ซึ่งการให้คำปรึกษาด้านแนวโลกอส

เป็นกระบวนการที่สามารถช่วยจัดภาวะความว่างเปล่าหรือภาวะไร้ความหมายของชีวิตนั้นได้ โดยช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ค้นพบกับความหมายและจุดมุ่งหมายของชีวิตด้วยตัวเอง และเมื่อเขาค้นพบ เขาก็จะสามารถดำรงชีวิตต่อไปได้ไม่ว่าเวลานั้นเขาจะเป็นเช่นไร และมีสภาพชีวิตอย่างไร ดังที่ แฟรงเกิล (Frankl, 1963, p. 5) อ้างถึงคำพูดของ เนตซซี (Nietzsche) ที่ว่า “ ใครก็ตามที่ค้นพบว่าตัวเองต้องดำเนินชีวิตอยู่ต่อไปเพื่ออะไร ก็จะสามารถทนรับกับทุกสิ่งทุกอย่างได้ ไม่ว่าสิ่งเหล่านั้นจะเป็นเช่นไร ”

การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสเชื่อว่า ความหมายของชีวิตและคุณค่าของบุคคลมีความสัมพันธ์สอดคล้องกัน ซึ่ง แฟรงเกิล (Patterson, 1966, p. 443) อธิบายว่า บุคคลสามารถให้ความหมายแก่ชีวิตของตนได้ในรูปแบบของการให้คุณค่าในตนเองในด้านต่าง ๆ ได้แก่

1. คุณค่าเชิงสร้างสรรค์ เป็นคุณค่าที่บุคคลประสบความสำเร็จในการทำงาน
2. คุณค่าเชิงประสบการณ์ เป็นคุณค่าที่บุคคลมีประสบการณ์ในความดี ความจริง และความงาม หรือรู้จักบุคคลในคุณลักษณะเฉพาะตัวของเขาทั้งหมด การมีประสบการณ์กับบุคคลใดบุคคลหนึ่งในฐานะที่เขามีคุณลักษณะเฉพาะตัว ที่ไม่มีใครเหมือนและไม่เหมือนใคร ก็เป็นเครื่องหมายที่แสดงออกให้เห็นถึงความรักที่เรามีต่อเขา
3. คุณค่าเชิงทัศนคติ เป็นคุณค่าที่บุคคลให้ความหมายกับชีวิตในแนวทางที่บุคคลเผชิญหน้ากับ โชคชะตาที่เป็นความทุกข์โศก หรือความยากลำบาก โดยที่เขามีทัศนคติที่จะยืนหยัดต่อความทุกข์ทรมานอันเป็นชะตากรรมที่เขาไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ จนกระทั่งลมหายใจสุดท้ายของชีวิต

หากบุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง และให้คุณค่าในตนเองทั้ง 3 แนวทางทำให้เขาสามารถเข้าใจตนเอง ผู้อื่น และเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริงโดยเฉพาะเขามีคุณค่าเชิงประสบการณ์ และสามารถทำให้เขาปรับตัวกล้าเผชิญ และจัดการ โชคชะตาที่เป็นความทุกข์ หรือความยากลำบากได้ โดยเฉพาะเขามีคุณค่าเชิงทัศนคติ ทำให้หาความหมายในชีวิตได้ เป็นผลให้ความสอดคล้องในการมองโลกสูงขึ้นด้วย ดังนั้นจากทัศนะของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส ที่กล่าวว่า คนพิการจึงยังเป็นบุคคลที่มีคุณค่าและยังคงสามารถแสวงหาความหมายให้กับชีวิตของตนได้

สำหรับในประเทศไทยนั้น พบว่ายังไม่มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการนำการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสมาใช้ในการบำบัดรักษาคนพิการและก่อกำกับผู้วิจัยมีความมั่นใจว่าเมื่อคนพิการได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแล้ว จะทำให้ความสอดคล้องในการมองโลกสูงขึ้น สามารถดำรงชีวิตต่อไปอย่างมีความหมายด้วยความมุ่งมั่นที่จะมีอนาคตที่ดีขึ้น มีความพยายามที่จะต่อสู้คัดค้านต่อการดำเนินชีวิต และสามารถเผชิญกับสภาพความกดดันของสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมรอบตัวอย่างมั่นคง

การให้คำปรึกษาตามแนวโลกอส ต้องอาศัยกระบวนการที่นำไปสู่การค้นพบความหมายในชีวิต 6 ขั้น ตามลำดับ เริ่มจาก 1) ขั้นตระหนักรู้ (Awareness Stage) 2) ขั้นสำรวจความรู้สึกไร้ความหมาย (Exploration Stage) 3) ขั้นสร้างพันธะสัญญา (Commitment Stage) 4) ขั้นพัฒนาความหมาย (Skill-Development) 5) ขั้นสร้างความชัดเจนให้กับความหมาย (Skill-Refinement Stage) 6) ขั้นจัดทิศทางใหม่ (Redirection Stage) โดยใช้เทคนิคพื้นฐาน 4 เทคนิค ได้แก่ 1) เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา (Paradoxical Intention) 2) เทคนิคลดความคิดหมกมุ่น (Dereflection) 3) เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส (Socratic Dialogue) และ 4) เทคนิคการปรับเปลี่ยนทัศนคติ (Attitude Modification)

การวิจัยครั้งนี้ มีกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ซึ่ง ผู้วิจัย กำหนดให้ กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ซึ่งประกอบด้วยเทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา และเทคนิคลดความคิดหมกมุ่น เมื่อดำเนินการตามกระบวนการค้นหาความหมายทั้ง 6 ขั้นตอนตามลำดับขั้นแล้ว พบว่ากับคุณสมบัติของเทคนิคลดความคิดหมกมุ่น จะช่วยให้คนพิจารณาหยุดความคิดหมกมุ่นแต่เรื่องของตนเอง และหันเหความสนใจไปสู่สิ่งอื่น ๆ รอบตัว มีเวลา ใส่ใจกับทางออกใหม่ ๆ ให้กับชีวิต ส่งผลให้ผู้รับการทดลองได้มีโอกาสค้นพบความหมายในชีวิต และพบคุณค่าของชีวิตในที่สุด ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ประกอบด้วยเทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา เทคนิคลดความคิดหมกมุ่น และเทคนิคการปรับเปลี่ยนทัศนคติ ทำให้คนพิจารณาปรับเปลี่ยนความคิด ทัศนคติ ยอมรับสิ่งที่เป็นอย่างอยู่ และคิดในเชิงบวก ส่งผลให้คนพิจารณาค้นพบความหมายในชีวิต แต่เนื่องจากจากผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศ ที่บ่งชี้ว่า บำบัดรักษาในช่วงระยะเวลาการบำบัดปกติ 15 - 24 ชั่วโมง ด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสพบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสจะมีผลต่อตัวแปรตามในทิศทางบวก เมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม ด้วยข้อค้นพบดังกล่าว จึงทำให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาว่าถ้าวิธีทดลองทั้งสองวิธี คือ การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) และ แบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) มีผลต่อตัวแปรตามคือความสอดคล้องในการมองโลก แต่หากมีเวลาที่ค่อนข้างจำกัดในแต่ละครั้งที่บำบัด จะเป็นทางเลือกหนึ่งของการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ไปใช้กับคนพิจารณา ซึ่งใช้เวลาการบำบัดแต่ละครั้ง และเวลารวมน้อยกว่า โปรแกรมให้คำปรึกษาตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) 4 ชั่วโมง 35 นาที เนื่องจากกลุ่มครบเทคนิค (4 เทคนิค) และ กลุ่มบางเทคนิค (3 เทคนิค) ใช้เวลารวม 24 ชั่วโมง 40 นาที และ 20 ชั่วโมง 5 นาที ตามลำดับ ซึ่งเวลาในภาพรวมอาจแตกต่างกันไม่มาก แต่เวลาในแต่ละครั้งที่บำบัดจะแตกต่างกัน

ดังรายละเอียด ตารางภาคผนวก ข - 3

ด้วยข้อค้นพบดังกล่าว จึงทำให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาว่า หลังจากการบำบัดเสร็จสิ้นแล้ว จะทำให้คนพิการมีการพัฒนาความสอดคล้องในการมองโลกเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบ เทคนิคของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) และการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ที่มีต่อความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการ

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) และการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ระยะเวลาหลังการทดลอง กับระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน
3. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ระยะเวลาหลังการทดลอง สูงกว่า กลุ่มควบคุม
4. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ในระยะติดตามผล สูงกว่า กลุ่มควบคุม
5. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ระยะเวลาหลังการทดลอง สูงกว่า กลุ่มควบคุม
6. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ในระยะติดตามผล สูงกว่า กลุ่มควบคุม
7. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ภายหลังการทดลอง สูงกว่า ระยะก่อนการทดลอง
8. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ในระยะติดตามผล สูงกว่า ระยะก่อนการทดลอง
9. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ภายหลังการทดลอง สูงกว่า ระยะก่อนการทดลอง
10. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส แบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ในระยะติดตามผล สูงกว่า ระยะก่อนการทดลอง

11. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ภายหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

12. ความสอดคล้องในการมองโลกของคนพิการที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ภายหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

1. คนพิการที่เข้าร่วมการทดลองมีความสอดคล้องในการมองโลกสูงขึ้นพร้อมทั้งมีแนวทางการดำเนินชีวิตในอนาคตอย่างมีความหมาย
2. เป็นแนวทาง การนำการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสไปใช้ในการฟื้นฟูสภาพจิตใจควบคู่ไปกับการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายของคนพิการ
3. เป็นแนวทาง การนำการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ ที่ต้องการพัฒนาความสอดคล้องในการมองโลก

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือคนพิการหญิงในสถานสงเคราะห์คนพิการ การุณยเวศน์ จ.ชลบุรี จำนวน 120 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือคนพิการ ในสถานสงเคราะห์คนพิการ การุณยเวศน์ จ.ชลบุรี ที่ผ่านการทำแบบวัดความสอดคล้องในการมองโลก ที่มีความสอดคล้องในการมองโลกต่ำ (50 – 125 คะแนน จาก 350 คะแนน) จำนวน 38 คน สุ่มเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 24 คน จากนั้นทำการสุ่มเพื่อเข้ากลุ่ม 3 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละ 8 คน และทำการจับสลากเพื่อเข้ากลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม คือ

1.2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค)

1.2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค)

1.2.3 กลุ่มควบคุม ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพปกติจากสถานสงเคราะห์คนพิการ การุณยเวศน์ จ.ชลบุรี

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

2.1.1 วิธีการให้คำปรึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 วิธี ได้แก่

- 2.1.1.1 วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค)
- 2.1.1.2 วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค)
- 2.1.1.3 วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพปกติของสถานสงเคราะห์คนพิการ

การดูแล

2.1.2 ระยะเวลาการทดสอบ

- 2.1.2.1 ทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest)
- 2.1.2.2 ทดสอบหลังการทดลอง (Posttest)
- 2.1.2.3 ทดสอบระยะติดตามผล (Follow Up)

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสอดคล้องในการมองโลก

นิยามศัพท์เฉพาะ

ผู้วิจัยให้คำนิยามศัพท์เฉพาะในการวิจัยครั้งนี้คือ

1. ความสอดคล้องในการมองโลก หมายถึงการรับรู้โลกตามสภาพความเป็นจริง และเชื่อมั่นว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต ทั้งที่เกิดจากตนเองและสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งที่สามารถอธิบายได้ คาดการณ์ได้ สามารถจัดการแก้ไขได้ด้วยตนเอง และสามารถหาแหล่งความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ รวมทั้งการรับรู้ว่ามีสิ่งต่าง ๆ มีความหมาย และมีคุณค่าควรแก่การใช้พลังในการแก้ไขให้สำเร็จ คนที่มีความสอดคล้องในการมองโลกสูงจะมีความอดทน และปรับตัวได้พร้อมที่จะเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ สามารถจัดการสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ความสอดคล้องในการมองโลกในงานวิจัยนี้มี 6 องค์ประกอบ ได้แก่

1.1 ความสามารถเข้าใจ (Comprehensibility) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ว่ามีสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวบุคคลทั้งที่เกิดจากภายในและภายนอกตัวบุคคล เป็นสิ่งเร้าที่มีระบบระเบียบ มีโครงสร้างชัดเจน สามารถเข้าใจได้ อธิบายสาเหตุได้ รวมทั้งสามารถคาดการณ์ได้

1.2 ความอดทน (Hardiness) หมายถึง ความอดทนต่อความยากลำบาก และอุปสรรคต่าง ๆ อย่างกล้าหาญ ไม่กลัวอุปสรรคและความยากลำบากใด ๆ และพยายามอย่างยิ่ง ที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ ความอดทนเป็นองค์ประกอบที่นำไปสู่ความสามารถในการจัดการ

1.3 ความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวปรับใจให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม คือ การปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกหรือพฤติกรรมให้เข้ากับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความกดดันหรือสถานการณ์ใหม่ได้

1.4 การกล้าเผชิญ (Confrontation) หมายถึง การกล้าที่จะเผชิญปัญหา ความยากลำบากที่เกิดขึ้น และยอมรับว่าปัญหาความยากลำบากนั้นมีจริง และกล้าที่จะพบปัญหาความยากลำบากนั้น

1.5 ความสามารถในการจัดการ (Manageability) เป็นความสามารถในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ ความสามารถในการหาแหล่งความช่วยเหลือจากภายนอกได้ รวมทั้งความคิดและความรู้สึกที่สามารถจัดการปัญหาอุปสรรคและความยากลำบากได้

1.6 การให้คุณค่าและความหมาย (Meaningfulness) เป็นความสามารถในการให้คุณค่า ความหมาย และความสำคัญแก่สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นว่ามีคุณค่าควรแก่การจัดการ และแก้ไข รวมถึงความรู้สึกเห็นคุณค่า การกระทำของตนและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า

ในการวิจัยครั้งนี้ ทำการประเมินจากแบบทดสอบความสอดคล้องในการมองโลกของ รองศาสตราจารย์ ดร.ม.ร.ว.สพพร สุทัศน์ ณ ฐานันท์ ที่สร้างจากแนวคิดของ แอนโทนีอฟสกี (Antonovsky, 1987, 1991) บทความของแอนโทนีอฟสกี (Antonovsky, 1993) และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสอดคล้องในการมองโลก

2. คนพิการในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง บุคคลทั่วไปที่พิการจากสาเหตุต่าง ๆ ทั้งจากการประสบอุบัติเหตุ หรือพิการจากภาวะโรคร้าย เช่น โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคข้อและกลุ่มอาการปวดจากโรคเรื้อรัง เป็นต้น ซึ่งส่งผลให้ต้องถูกตัดแขน ขา หรือสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะเคลื่อนไหว มีอาการอัมพาต กล้ามเนื้ออ่อนแรง ซึ่งเรียกว่าเป็นความพิการทางกายหรือการเคลื่อนไหวเป็น 1 ใน 5 ประเภทของคนพิการตามพระราชบัญญัติการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พ.ศ. 2534 ซึ่งหมายถึง คนที่มีความผิดปกติหรือความบกพร่องของร่างกายที่ปรากฏให้เห็นได้อย่างชัดเจน แต่ความผิดปกติเหล่านั้นไม่มีผลต่อความสามารถในการเคลื่อนไหวมือ แขน ขา หรือลำตัวในการทำกิจกรรม และมีระดับความพิการตั้งแต่ ระดับ 1 – 5 ได้แก่

ระดับที่ 1 ความผิดปกติหรือความบกพร่องของร่างกายที่ปรากฏให้เห็นชัดเจน แต่ยังสมารถประกอบกิจวัตรประจำวันได้

ระดับที่ 2 ความผิดปกติหรือความบกพร่องในการเคลื่อนไหว ลำตัว มือ แขน หรือ ขา แต่ยังสมารถประกอบกิจวัตรหลักในชีวิตประจำวันได้

ระดับที่ 3 การสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหว มือ แขน ลำตัว ซึ่งจำเป็นในการประกอบกิจวัตรหลักในชีวิตประจำวัน น้อยกว่าครึ่งตัว หรือ 2 ระยะเวลา (แขน ขา น้อยกว่า 2 ข้าง)

ระดับที่ 4 การสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหว มือ แขน ลำตัว ซึ่งจำเป็นในการประกอบกิจวัตรหลักในชีวิตประจำวันครึ่งตัว หรือ 2 ระยะเวลา (แขน ขา เพียง 2 ข้าง)

ระดับที่ 5 การสูญเสียความสามารถในการเคลื่อนไหว มือ แขน ลำตัว ซึ่งจำเป็นในการประกอบกิจวัตรหลักในชีวิตประจำวันครั้งตัว หรือ 2 ระวังค์ แขน หรือ ขา มากกว่า 2 ข้าง

3. การให้คำปรึกษาตามแนวโลกอส หมายถึง การให้คำปรึกษาที่มุ่งให้ผู้รับคำปรึกษารับผิดชอบชีวิตของตน และค้นหาความหมายในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับชีวิตของตน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงความรู้สึกตน ไร้ความหมาย สำนึกถึงการเป็นเจ้าของชีวิตตนเอง และมีมุมมองชีวิตในด้านบวกมากขึ้น วิธีการดำเนินกลุ่มอาศัยการเรียนรู้ผ่านการพูดคุย และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน โดยใช้พัฒนาการตามขั้นตอนต่าง ๆ ของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส 6 ขั้น ได้แก่ ขั้นตระหนักรู้ ขั้นสำรวจความรู้สึกไร้ความหมาย ขั้นสร้างพันธะสัญญา ขั้นพัฒนาความหมาย ขั้นสร้างความชัดเจนให้กับความหมาย และขั้นจัดทิศทางใหม่โดยแต่ละขั้นมีความสำคัญดังนี้

3.1 ขั้นตระหนักรู้ (Awareness Stage) ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษามีหน้าที่ให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจพัฒนาการ และความต่อเนื่องของอาการจากปัญหาที่เกิดขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาต้องเชื่อมโยงอาการของผู้รับคำปรึกษาให้สอดคล้องกับผลของความเครียด ความขัดแย้งภายในจิตใจ หรือผลอันเกิดจากปัญหาด้านชีวเคมีในร่างกาย ว่าเป็นสิ่งบ่งบอกความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา และเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาลอยห่างออกจากความต้องการและความรับผิดชอบที่มีต่อความเป็นเจ้าของชีวิตตนเองที่แท้จริงผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้ถึงภาวะว่างเปล่าของชีวิต โดยเริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม พัฒนาความไว้วางใจระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา แนะนำรูปแบบกระบวนการบำบัดรักษา ขณะเดียวกันก็ให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระลึกถึงประสบการณ์บางสิ่งบางอย่างในทุก ๆ ด้านที่ผ่านมา ผู้ให้คำปรึกษาอาจดำเนินการ โดยใช้รูปแบบต่าง ๆ ดังนี้ เช่น สร้างสัมพันธภาพ จัดเอกสารเกี่ยวกับการบำบัดแบบโลกอสเพื่อใช้ในการบำบัด โดยให้การอ่าน เป็นต้นในช่วงตอนท้ายของกระบวนการขั้นตระหนักรู้นี้อาจเป็นช่วงสำคัญของการปรึกษาตามแนวโลกอส เนื่องจากขณะที่ผู้รับคำปรึกษาเริ่มตระหนักถึงความรู้สึกไร้ความหมายของตนเอง ผู้รับคำปรึกษาจะเกิดประสบการณ์ที่เจ็บปวดมากขึ้น เกี่ยวกับภาวะไร้ความหมายของเขา เป็นช่วงเวลาที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการความช่วยเหลือ ผู้ให้คำปรึกษาจึงควรใส่ใจต่อประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้น และสะท้อนประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงความรู้สึกว่างเปล่าในชีวิตด้วยความรู้สึกที่มีความหมาย นั่นคือความหมายในชีวิตของเขานั้นเองและเขาก็จะสามารถผ่านเข้าสู่ขั้นตอนของการสำรวจความรู้สึกไร้ความหมายซึ่งเป็นขั้นตอนต่อไป

3.2 ขั้นสำรวจความรู้สึกไร้ความหมาย (Exploration Stage) ในขั้นสำรวจนี้

ผู้ให้คำปรึกษาจะนำผู้รับคำปรึกษา เข้าสู่สนามทดลอง โดยค้นหาคุณค่าของการมีชีวิตจากประสบการณ์ที่ผ่านมาไม่ว่าจะเป็นคุณค่าเชิงสร้างสรรค์ คุณค่าเชิงประสบการณ์ หรือคุณค่าเชิงทัศนคติ ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษา ค้นหาความหมายของตนเอง โดยการใช้เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส การนำเสนอตัวอย่างการทำจิตบำบัดแบบโลกอส การมอบหมายให้อ่านหนังสือที่เกี่ยวข้องกับการค้นพบความหมายในชีวิต การใช้แบบฝึกหัดเชิงประสบการณ์ (Structured Experiential Exercises) ผู้ให้คำปรึกษาอาจต้องใช้รูปแบบที่มีทั้งชี้แนะ เสนอแนะ สนับสนุน แต่ต้องไม่บีบบังคับให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความหมายที่ผู้ให้คำปรึกษาเสนอให้ แต่ควรช่วยเหลือให้สามารถค้นหาคุณค่าและความหมายของตนด้วยตนเอง ซึ่งเป็นความหมายที่สมาชิกได้เก็บกวาดได้ตลอดมา ให้แสดงออกมาอย่างอิสระ

3.3 ขั้นสร้างพันธะสัญญา (Commitment Stage) ในระหว่างกระบวนการขั้นนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้พบกับความหมายในชีวิตช่วงขณะ ขั้นตอนนี้ ผู้รับคำปรึกษาจะตัดสินใจว่าจะยุติกระบวนการหรือจะรับคำปรึกษาต่อไปจนค้นพบความหมายที่แท้จริง การตัดสินใจนี้จะไม่สามารถกระทำได้นจนกว่าสมาชิกได้ผ่านกระบวนการขั้นตระหนักรู้และขั้นสำรวจความรู้สึกไร้ความหมายมาแล้ว ถ้าผู้รับคำปรึกษาไม่ได้ตระหนักรู้ถึงภาวะไร้ความหมาย ผู้รับคำปรึกษาก็จะไม่ว่าว่าการค้นหาความหมายเป็นสิ่งสำคัญ ดังนั้นผู้รับคำปรึกษาจึงอุทิศเวลาในการสำรวจความรู้สึกไร้ความหมาย ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะใช้เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส หรือการทำแบบฝึกหัดเชิงประสบการณ์ เมื่อผ่านขั้นตระหนักรู้ และขั้นสำรวจความรู้สึกไร้ความหมายแล้ว เขาสามารถสร้างพันธะสัญญาในการค้นหาความหมายต่อไป

3.4 ขั้นพัฒนาความหมาย (Skill- Development Stage) หลังจากที่ผู้รับคำปรึกษาได้สร้างพันธะสัญญา โดยตัดสินใจว่าจะรับการปรึกษาต่อไป ขั้นต่อไปก็คือการเคลื่อนเข้าสู่ขั้นพัฒนาความหมาย ในขั้นนี้ ผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาจะร่วมกันค้นหาวิธีการที่เหมาะสม และทดลองปฏิบัติเพื่อที่จะค้นพบกับความหมายที่แท้จริง ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ว่าในแต่ละขณะนั้น เขามีโอกาสที่จะค้นพบกับความหมายได้ เป็นช่วงที่ผู้รับคำปรึกษาจะทดลองปฏิบัติด้วยวิธีต่าง ๆ เพื่อให้กระจ่างในความหมายที่ได้ค้นพบมาบ้างแล้วในขั้นสำรวจ ซึ่งในขั้นนี้จะเป็นขั้นของการย้ำ ทดลองซ้ำ ฝึกปฏิบัติอย่างหนัก เพื่อพัฒนาทักษะในการค้นหาความหมายที่แท้จริงของชีวิตตน

3.5 ขั้นสร้างความชัดเจนให้กับความหมาย (Skill – Refinement Stage) ในขั้นนี้ ผู้รับคำปรึกษาจะยังคงดำเนินการคิดค้นวิธีใหม่ ๆ มาใช้ในการค้นหาความหมายต่อไป ซึ่งต่อเนื่องมาจากขั้นพัฒนาความหมาย ผู้ให้คำปรึกษาจะลดบทบาทของตนเองลง โดยเปิดโอกาสให้ผู้มารับคำปรึกษาได้มีโอกาสมากขึ้น ในการระบุความหมายส่วนตัว เพื่อค้นพบกับความหมายส่วนตัวของตนเองมากขึ้น

3.6 ขั้นจัดทิศทางใหม่ (Redirection Stage) เป็นขั้นตอนที่ผู้รับคำปรึกษาพร้อมที่จะยุติการรับการปรึกษา เมื่อมาถึงขั้นนี้ผู้รับคำปรึกษาจะแสดงให้เห็นถึงความพร้อมที่จะค้นหาและค้นพบความหมายใหม่ ๆ อีก ด้วยตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะมีบทบาทโดยเป็นผู้ให้กำลังใจในความสำเร็จของผู้รับคำปรึกษา และยุติสัมพันธภาพโดยความเห็นพ้องของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา โดยใช้เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา เทคนิคการลดความคิดหมกมุ่น เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส และเทคนิคการปรับเปลี่ยนทัศนคติ

ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ แบ่งวิธีการการให้คำปรึกษาออกเป็น 2 วิธี คือ 1) วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบบางเทคนิค (3 เทคนิค) ได้แก่ เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา และเทคนิคลดความคิดหมกมุ่น จำนวน 13 ครั้ง ๆ ละ 60 นาที ถึง 2 ชั่วโมง 25 นาที จำนวน 4 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นเวลา 3 สัปดาห์ และ 2) วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอสแบบครบเทคนิค (4 เทคนิค) ได้แก่ เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา เทคนิคลดความคิดหมกมุ่น และเทคนิคการปรับเปลี่ยนทัศนคติ จำนวน 13 ครั้ง ๆ ละ 60 นาที ถึง 3 ชั่วโมง 10 นาที จำนวน 4 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นเวลา 3 สัปดาห์

4. วิธีการฟื้นฟูสมรรถภาพปกติของสถานสงเคราะห์คนพิการ การณขเวศน์ หมายถึง การให้การฟื้นฟูสมรรถภาพทางด้านร่างกาย ในลักษณะของการทำกายภาพบำบัด สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ๆ 30 นาที จากบุคลากรของสถานสงเคราะห์คนพิการการณขเวศน์ ที่ผ่านการอบรมด้านการทำกายภาพบำบัด และบริการด้านสังคมสงเคราะห์ ให้คำแนะนำปรึกษาแก้ปัญหาและปรับสภาพ โดยวิธีการสังคมสงเคราะห์เฉพาะรายและสังคมสงเคราะห์กลุ่ม จากนักสังคมสงเคราะห์ประจำสถานสงเคราะห์การณขเวศน์

5. เทคนิคการปรึกษากลุ่มตามแนวโลกอส ประกอบด้วย 4 เทคนิค ดังนี้

5.1 เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส (Socratic Dialogue) หมายถึง เทคนิคที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นพบความหมายในชีวิตของตนเอง ด้วยการสนทนาระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา โดยจะใช้ลักษณะคำถามชักชวน ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจถึงความหมายในชีวิตของเขาด้วยตนเอง ซึ่งการสนทนาแบบโสเครติส จะต้องใช้คำถามนำทาง 5 ขอบเขตได้แก่ 1) การค้นพบตนเอง 2) การเลือก 3) ความรู้สึกถึงเอกลักษณ์เฉพาะตน 4) ความรับผิดชอบ และ 5) การมีชีวิตอยู่เหนือตัวตน

5.2 เทคนิคการจงใจเผชิญปัญหา (Paradoxical Intention) หมายถึง เทคนิคที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ยอมรับความกลัว ความวิตกกังวล ด้วยการฝึกให้ทำในสิ่งที่ตรงข้ามกับความรู้สึกของตนเอง เช่น กลัวและไม่กล้าอยู่ในที่แคบ ๆ เช่นอยู่ในลิฟท์ ก็ต้องฝึกเข้าไปอยู่ในลิฟท์ เข้าไปเผชิญกับความกลัว ทั้ง ๆ ที่ตนเองกลัวมาก ๆ ไม่อยากเข้าไป เมื่อฝึกไปเรื่อย ๆ ผลลัพธ์จะค่อย ๆ

ดีขึ้น และดีขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งก่อนจะได้ผลลัพธ์ดังกล่าว ผู้รับคำปรึกษาต้องมีความตั้งใจอย่างแน่วแน่ที่จะทำให้อาการทุกอย่างค่อย ๆ ดีขึ้น และกล้าที่จะเผชิญกับปัญหานั้น

5.3 เทคนิคลดความคิดหมกมุ่น (Dereliction) หมายถึง เทคนิคที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา หายความสนใจปัญหาที่เกิดขึ้นจากการหมกมุ่นอยู่แต่กับเรื่องของตนเองไปสู่การสนใจสิ่งอื่น หรือผู้อื่น ซึ่งเป็นการก้าวออกจากการนึกถึงแต่ตนเอง เพื่อจะได้ค้นพบความหมายหรือคุณค่าใหม่ ๆ แก่ชีวิต

5.4 เทคนิคการปรับเปลี่ยนทัศนคติ (Modification of Attitudes) หมายถึง เทคนิคที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับและเผชิญกับสถานการณ์ที่เขาไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนต่อสถานการณ์เหล่านั้น ในด้านบวกให้มากขึ้น และมองเห็นคุณค่าของสถานการณ์เหล่านั้น

กรอบแนวคิดในการวิจัย

