

การเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่คนบุคคลเป็นศูนย์กลาง
ของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

โชคชัย ทัพทวิ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา


บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา


กุมภาพันธ์ 2558

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา


คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ โชคชัย ทัพทวี ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์


.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ์)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญภา กุลนภาดล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ (พิเศษ) นายแพทย์อนุพงษ์ สุธรรมนิรันดร์)


.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ์)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญภา กุลนภาดล)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณ)

คณะศึกษาศาสตร์อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา


..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิจิต สุรัตน์เรืองชัย)

วันที่ 6 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2558

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ประสบความสำเร็จลงได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความและกรุณาจากคณาจารย์หลาย ๆ ท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ที่อบรมบ่มความรู้ ให้คำปรึกษา ให้กำลังใจ ตลอดจนแนวทางการทำงาน จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เพ็ญนภา กุลนภาคล อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม สำหรับคำแนะนำและกำลังใจเมื่อเกิดปัญหาในการทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ พิเศษ นพ.อนุพงษ์ สุธรรมนิรันดร์ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้เสียสละเวลาและกรุณาให้คำแนะนำเพิ่มเติมในการแก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและร่วมมือในการทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบคุณ ครอบครัวที่คอยให้กำลังใจ และความห่วงใยในการเรียนและการจัดทำวิทยานิพนธ์ตลอดมา

ขอขอบคุณ เพื่อน ๆ ทุกคน ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและกำลังใจระหว่างจัดทำวิทยานิพนธ์ และมอบมิตรภาพอันดียิ่งตลอดมา

สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยบูรพาที่ให้โอกาสในการศึกษาในครั้งนี้ทำให้ผมมีโอกาส พบคนเก่งและคนดี ซึ่งทำให้มีโอกาสอะไรหลายอย่างกับบุคคลซึ่งจะช่วยพัฒนาในการทำงานต่อไป

คุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูคุณเวทิตาแต่บิดามารดา บุรพาจารย์และผู้มีพระคุณทุกท่านทั้งในอดีตและปัจจุบัน ที่ทำให้ข้าพเจ้าเป็นผู้มีการศึกษาและประสบความสำเร็จมาจนตราบเท่าทุกวันนี้

โชคชัย ทัพทวี

52920096: สาขาวิชา: จิตวิทยาการปรึกษา; วท.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา)

คำสำคัญ: การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น/ การปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง/ ผู้ติดยาเสพติด/
ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

โจชชัย ทัพทวิ: การเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบ
ยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

(ENHANCING EMPATHY THROUGH PERSON CENTERED GROUP COUNSELING OF
STAFF IN THE REHABILITATION CENTER) คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: วรากร
ทรัพย์วีระปรกรณ์, วท.ค., เพ็ญญา กุลนภาดล, กศ.ค. 91 หน้า. ปี พ.ศ. 2558.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจ
ความรู้สึกผู้อื่นของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด ด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
กลุ่มตัวอย่างในการวิเคราะห์ครั้งนี้ได้แก่ ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพ
ผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ที่สมัครใจเข้ารับการศึกษาจำนวน 12 คน โดยใช้ระยะเวลาใน
การทดลอง 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที รวมเป็นเวลาทั้งหมด 12 ครั้ง เก็บรวบรวมข้อมูล
เป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล เครื่องมือที่ใช้คือ
แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นและโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคล
เป็นศูนย์กลาง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ และเมื่อพบ
ความแตกต่างเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีบอนเฟอร์รอนนิ

ผลการวิจัยพบว่าเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก
ผู้อื่น ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05

52920579: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; M.Sc.

(COUNSELING PSYCHOLOGY)

KEYWORDS: ENHANCING EMPATHY THROUGH PERSON/ CENTER GROUP

COUNSELING/ DURG ADDICT/ REHABILITATION CENTER

CHOKCHAI THAPTAWEE: ENHANCING EMPATHY OF STAFF AT THE
REHABILITATION CENTER THROUGH PERSON CENTERED GROUP COUNSELING

ADVISORY COMMITTEE: WARAKORN SUBVIRAPRAKORN, Ph.D., PENNAPHA

KOOLNAPHADOL, Ed.D. 91 P. 2015.

The purpose of this research was to study the effects of person centered group counseling on empathy of staff in the rehabilitation center. The samples in this research were 12 caregivers in rehab drug addiction and rehabilitation of Pianpitak Drug Free House who volunteered to be counselors. The experiment was conducted in 12 sessions. The data collection procedure was divided into three phases: the pre-experiment, the post-experiment, and the follow-up. The instruments were the Empathy Assessment Index (EAI) and Person-centered group counseling. The analysis of data was analysis of variance with repeated measures and Bonferroni pare comparison method.

The research results that the participants demonstrated significantly higher at .05 level on empathy score in both the post-experiment and the follow-up compare to the pre experiment.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ฅ
สารบัญตาราง.....	ซ
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
สมมติฐานของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น.....	8
ทฤษฎีการปรึกษากลุ่ม.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับระบบศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์..	26
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	32
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	32
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	33
การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	37
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	40
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง.....	41

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	43
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	48
สรุปผลการวิจัย.....	48
อภิปรายผลการวิจัย.....	49
ข้อเสนอแนะ.....	57
บรรณานุกรม.....	59
ภาคผนวก.....	63
ภาคผนวก ก.....	64
ภาคผนวก ข.....	68
ภาคผนวก ค.....	87
ภาคผนวก ง.....	89
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	91

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 องค์ประกอบแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น.....	33
2 แบบแผนของการทดลองการวิจัย.....	39
3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	40
4 คะแนน ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด บ้านเพชรพิทักษ์.....	44
5 ผลการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบวัดซ้ำของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล ของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์.....	46
6 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni.....	47

สารบัญญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กระบวนการปรึกษาแบบยี่คนบุคคลเป็นศูนย์กลาง.....	31
2	สรุปขั้นตอนการพัฒนาแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น.....	35
3	สรุปขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น	37
4	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นใน ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแล ผู้ติตตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์.....	45

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์ปัญหาการแพร่ระบาดของสารเสพติดชนิดต่างๆ ที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบัน ทั้งปริมาณของยาหรือสารเสพติดประเภทต่าง ๆ ที่เพิ่มจำนวนมากขึ้น การขยายตัวของทั้งผู้เสพ ผู้ซื้อและผู้ขาย ไปยังกลุ่มเยาวชนที่มีช่วงอายุน้อยลงอย่างต่อเนื่อง ความสลับซับซ้อนของปัญหา ที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา หรือจะพิจารณาจากลักษณะการใช้ กลุ่มประชากรผู้ใช้ ตลอดจนสาเหตุที่อาจเป็นแรงกระตุ้นที่นำไปสู่การใช้สารเสพติดล้วนแต่สะท้อนให้เห็นถึงสถานการณ์ปัญหา หรือการแพร่ระบาดของยาเสพติดที่มีความรุนแรงมากขึ้น ปัญหายาเสพติดไม่เพียงแต่จะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงที่ก่อให้เกิดความเสื่อมโทรมแก่สภาพร่างกายและจิตใจเฉพาะของผู้เสพเท่านั้น แต่ยังมีผลกระทบต่อความมั่นคงที่ก่อให้เกิดความเสียหายแก่ทุกภาคส่วนในสังคมไทย ความเสียหายดังกล่าวแสดงให้เห็นหลากหลายรูปแบบ เช่น ในทางการเมืองทำให้รัฐบาลจำเป็นต้องจัดสรรทรัพยากรเพิ่มขึ้น เพื่อนำมาใช้แก้ปัญหาเสพติดแทนที่จะนำทรัพยากรดังกล่าวไปจัดการในเรื่องสวัสดิการสังคม ในทางเศรษฐกิจส่งผลทำให้ความเจริญเติบโตของเศรษฐกิจชะงักงัน เพราะขาดทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพในการพัฒนาเศรษฐกิจ ก่อให้เกิดปัญหาสังคม เช่น ปัญหาอาชญากรรม เป็นต้น (พิทยา ศิริรักษ์, เขียรศักดิ์ รื่นเรือง, เดชา ชวบุญนิยม และสิงห์ชัย ทุ่งทอง, 2555)

จากแนวโน้มของสถานการณ์ปัญหายาเสพติดที่พบในปัจจุบัน ถือว่าเป็นปัญหาที่สำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสังคมไทย ทำให้รัฐบาลตระหนักถึงปัญหานี้จึงได้มีการให้จัดทำแผนปฏิบัติการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2558 ขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหายาเสพติด ซึ่งประกอบด้วย 6 ยุทธศาสตร์หลัก คือ ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหายาเสพติด ยาเสพติด ยาเสพติด ยาเสพติด ยาเสพติด ยาเสพติด ยุทธศาสตร์การป้องกันกลุ่มผู้มีโอกาสเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ยุทธศาสตร์การควบคุมตัวยา และผู้ค้ายาเสพติด ยุทธศาสตร์ความร่วมมือระหว่างประเทศ ยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในหมู่บ้าน/ชุมชน ยุทธศาสตร์การบริหารจัดการอย่างบูรณาการ (กลุ่มงานบริการวิชาการ 3 สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2558)

ในประเทศไทยมีสถานบำบัดผู้ติดยาเสพติดหลายแห่ง โดยแบ่งระบบในการบำบัด ออกเป็น ระบบสมัครใจ จำนวน 1,008 แห่ง ระบบบังคับบำบัด จำนวน 91 แห่ง และระบบต้องโทษ จำนวน 179 แห่ง (ศูนย์วิชาการด้านยาเสพติด สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2556) ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ได้รับการจัดตั้งขึ้นตั้งแต่

ปี พ.ศ. 2543 เป็นต้นมา โดยผู้ที่ผ่านการฟื้นฟูในรูปแบบชุมชนบำบัด และผ่านการอบรมจาก Day Top ประเทศสหรัฐอเมริกา มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย การฟื้นฟูบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดมิใช่เพียงแค่การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดให้เลิกเสพยาเท่านั้น หากยังรวมไปถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในส่วนที่เป็นข้อบกพร่องของผู้ติดยาเสพติดด้วย ซึ่งโปรแกรมในรูปแบบชุมชนบำบัดจะใช้เวลาประมาณ 12-18 เดือน สมาชิกจะได้เรียนรู้กับพฤติกรรมและความรู้สึกต่าง ๆ ของตัวเองที่เกิดขึ้นกับตนเอง ครอบครัวและสังคมรอบข้าง รวมทั้งแก้ไขในทางที่ถูกต้องโดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติดอีกต่อไป และในการบำบัดผู้ที่ติดยาเสพติดนั้น จะต้องมีผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด (สถานบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์, 2553) ซึ่งผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในบ้านเพชรพิทักษ์ เป็นบุคลากรที่เคยเป็นสมาชิกที่ผ่านการบำบัดแล้วอาสาสมัครเข้ามาทำงานเพื่อทำหน้าที่อบรม ดูแลและให้การศึกษาด้านต่าง ๆ แก่สมาชิก โดยเฉพาะการฟื้นฟูจิตใจตามโปรแกรมที่ศูนย์ฟื้นฟูกำหนด ได้แก่ การทำกิจกรรมกลุ่มประชุมเช้า กลุ่มสัมมนา กลุ่มสอบถาม กลุ่มระบายความรู้สึก และกลุ่มให้คำปรึกษาประจำตัว เป็นต้น จากการทำงานที่ผ่านมา 14 ปี พบว่ามีผู้เข้ารับการบำบัดออกจากกรงการฝักอบรมก่อนจบโปรแกรม ทำให้กระบวนการบำบัดและฟื้นฟูไม่เกิดประสิทธิผลเท่าที่ควร จะเห็นได้ว่าผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด ถือเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการให้การช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติด หากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดได้รับการเสริมสร้างสมรรถนะหรือความสามารถพื้นฐานที่จำเป็นในการดูแลผู้ติดยาเสพติด ก็จะสามารถช่วยเหลือและให้การปรึกษาแก่ผู้ติดยาเสพติดได้ดียิ่งขึ้น ความสามารถพื้นฐานที่ผู้วิจัยตระหนักเป็นอย่างยิ่งและคิดว่าควรเสริมสร้างให้เกิดขึ้นแก่เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด คือ “ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้ติดยาเสพติด” หรือเรียกว่า “Empathy”

“Empathy” เป็นทักษะพื้นฐานของผู้ให้การปรึกษาหรือผู้ที่ทำหน้าที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการดูแลด้านจิตใจและความรู้สึกผู้อื่น นักวิชาการในประเทศไทยมีการเรียกชื่อ “Empathy” ที่หลากหลาย เช่น การร่วมรู้สึก การเอาใจเขามาใส่ใจเรา การสัมผัสใจ การเข้าใจผู้อื่น เป็นต้น สำหรับในวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คำว่า “ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น” เนื่องจาก “Empathy” มีความหมายทั้งแง่มุมของการรู้คิด (Cognitive domain) คือความสามารถในการเข้าใจประสบการณ์ภายในและความรู้สึกของผู้อื่น รวมทั้งสามารถมองโลกภายนอกจากมุมมองของผู้อื่นได้ และแง่มุมของอารมณ์ความรู้สึก (Affective domain) คือความสามารถในการเข้าไปร่วมอยู่กับประสบการณ์และความรู้สึกของผู้อื่น (Davis, 1994) แนวคิดนี้แสดงให้เห็นว่า “Empathy” สามารถวัดหรือประเมินได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้คำว่า “ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น” แนวคิดดังกล่าวถูกพัฒนาขึ้นโดย Lietz, Gerdes, Sun, Geiger, Wagaman and Segal (2011) เรียกว่า ดัชนีการประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI)

ประกอบด้วย ความสามารถในการตอบสนองความรู้สึก (Affective response) ความสามารถในการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น (Self-other awareness) ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ (Emotion regulation) ความสามารถในการเปิดรับมุมมองผู้อื่น (Perspective taking) และทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathic attitudes)

ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น เป็นสมรรถนะที่สามารถฝึกได้ด้วยทักษะและเทคนิคพื้นฐานทางจิตวิทยาการปรึกษาตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Client center) โดยใช้กระบวนการปรึกษากลุ่ม แนวคิดตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางจะให้ความสำคัญด้านความเชื่อมั่นในกระบวนการกลุ่มและศักยภาพของบุคคล โดยเชื่อว่ากระบวนการกลุ่มสามารถพัฒนาได้อย่างเต็มศักยภาพไปในทิศทางที่กลุ่มต้องการ กลุ่มจะพัฒนาได้ในบรรยากาศของการยอมรับและความไว้วางใจ ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเองและกล้าเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยการปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีองค์ประกอบหลัก ๆ ที่สำคัญ 3 ประการ ประการแรกคือ ความจริงใจ (Genuineness) โดยความจริงใจของผู้นำกลุ่มเป็นองค์ประกอบที่สำคัญประการแรก ยิ่งผู้นำกลุ่มมีความจริงใจมากเท่าใดสมาชิกก็จะเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้มากขึ้นเท่านั้น การแสดงออกของผู้นำกลุ่มต้องกลมกลืนและเป็นจริงตามความรู้สึกของตนเอง ประการที่ 2 คือการยอมรับ โดยไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard and acceptance) การยอมรับโดยไม่มีเงื่อนไขจะเน้นการยอมรับและเอื้ออาทรสมาชิกในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องแสดงเจตคติที่ดียอมรับสมาชิกโดยไม่ตัดสิน จะช่วยให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลง เจตคติที่ดีจะต้องสื่อให้สมาชิกรับรู้โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่ประเมิน ไม่ตัดสินความรู้สึกและความคิด ประการสุดท้ายคือ การรู้สึกร่วม (Empathy) ผู้นำกลุ่มต้องเข้าใจประสบการณ์ความรู้สึกของสมาชิกอย่างแท้จริงและแสดงออกให้สมาชิกได้รับรู้ความรู้สึกนั้น ความสามารถของบุคคลในการแสดงความรู้สึกโกรธ สนุกสนาน กลัวและรัก ความรู้สึกเหล่านี้จะช่วยให้เราเข้าใจผู้อื่นได้ง่ายขึ้น กล่าวโดยสรุปแล้ว การปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Client center) ผู้นำกลุ่มจะต้องมีความจริงใจ ยอมรับผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไข มีความรู้สึกร่วมและเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นอย่างแท้จริง กลุ่มจะต้องมีความเชื่อมั่นในศักยภาพของบุคคล เชื่อว่ากลุ่มสามารถพัฒนาได้ตามทิศทางที่สมาชิกต้องการ บรรยากาศการยอมรับ การไว้วางใจ จะส่งเสริมสมาชิกให้เปิดเผยตนเอง แสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมาตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้นและมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นมากขึ้น (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2550, หน้า 116-119) เนื่องจากรูปแบบการปรึกษาดังกล่าวให้ความสำคัญในเรื่องสัมพันธภาพในการปรึกษาระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม โดยมีเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวสมาชิกกลุ่มมีอิสระที่จะระบายความคิด สามารถพิจารณา ทำความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่น

และเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น สัมพันธภาพที่ดีของสมาชิก กอปรกับเทคนิคการปรึกษา
ขั้นพื้นฐานจะก่อให้เกิดบรรยากาศที่ดี และมีทักษะในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้ง่ายขึ้น

ผู้วิจัยจึงได้สังเกตเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงสนใจที่จะศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนา
การเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟู
สมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ โดยคาดว่าผลการศึกษานี้จะได้เสริมสร้างทักษะความรู้
ความสามารถในการพัฒนาผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดดังกล่าว ให้มีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก
ของผู้ติดยาเสพติด เพื่อให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของผู้ดูแล
ผู้ติดยาเสพติด โดยการเปรียบเทียบความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นในระยะก่อนทดลอง
หลังทดลองและระยะติดตามผล

สมมติฐานของการวิจัย

1. ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะ
หลังทดลอง สูงกว่าก่อนทดลอง
2. ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะติดตามผล
สูงกว่าก่อนทดลอง

ความสำคัญของการวิจัย

1. ผลการศึกษา จะเป็นประโยชน์ต่อการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก
ผู้อื่นของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดให้สามารถเข้าถึงความรู้สึกของผู้ติดยาเสพติด อันจะนำไปสู่
การช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดให้มีแนวทางแก้ไขปัญหาก็จะง่ายขึ้น
2. ผลการศึกษาก็จะทำให้ได้ทักษะที่จำเป็นต่อการพัฒนาผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด ทั้งนี้
เพื่อเป็นแบบแผนหรือแนวทางในการพัฒนาศักยภาพผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดให้สามารถปฏิบัติงาน
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับหลักวิชาการทางจิตวิทยาการปรึกษา

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

1.2 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด ซึ่งเป็นอาสาสมัครในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ จำนวน 12 คน

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรจัดกระทำ (Treatment variable) ที่ใช้ในการศึกษา คือ การปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent variable) ที่ใช้ในการศึกษา คือ ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) หมายถึง สมรรถนะด้านการคิด การรับรู้และเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น มีความไวต่อการอ่านความรู้สึกของผู้อื่นทั้งการแสดงออกทางสีหน้า น้ำเสียง และสัญลักษณ์ของอารมณ์ต่าง ๆ ประกอบด้วย 5 ด้านคือ

1.1 ด้านการตอบสนองความรู้สึก (Affective response: AR) หมายถึง ปฏิกริยาทางอารมณ์ซึ่งเกิดขึ้นจากการรับรู้เรื่องราวของผู้อื่น ซึ่งเกิดจากการตอบสนองแบบอัตโนมัติ โดยมีพื้นฐานมาจากการสังเกตบุคคลอื่น ถือเป็น การแบ่งปันทางอารมณ์อย่างหนึ่ง เช่น การดูหนังที่มีความสุข การอยู่กับคนที่มีความสุข หรือ ได้ยินเสียงหัวเราะแล้วทำให้เรามีความสุขหรือยิ้มได้

1.2 ด้านการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น (Self-other awareness: SA) หมายถึง การรู้เท่าทันตนเองหรือความสามารถของบุคคลในการแยกแยะระหว่างประสบการณ์ของผู้อื่นและของตนเอง เช่น การรู้เท่าทันความคิดของตนเอง สามารถอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจความรู้สึกของตนเองหรือสามารถบอกความแตกต่างระหว่างความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้

1.3 ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotion regulation: ER) หมายถึง การควบคุมอารมณ์หรือความสามารถในการสัมผัสและรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น โดยไม่ถูกรอบงำโดยความรู้สึกเหล่านั้น เช่น การแยกแยะความรู้สึกของผู้อื่นและควบคุมไม่ให้อารมณ์ของผู้อื่นส่งผลต่ออารมณ์ของตนเอง สามารถหายจากอารมณ์ที่ไม่มีความสุขได้อย่างรวดเร็ว

1.4 ด้านการเปิดรับมุมมองผู้อื่น (Perspective taking: PT) หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่สามารถจินตนาการถึงประสบการณ์ของผู้อื่นได้ เช่น สามารถจินตนาการได้ว่าผู้อื่น

รู้สึกอย่างไร สามารถคิดถึงมุมมองของตนเองและผู้อื่นได้ในเวลาเดียวกัน รวมถึงการรับรู้ความรู้สึกของตัวละครเวลาดูละครได้

1.5 ด้านทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathic attitudes: EA) หมายถึง ทัศนคติและความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เช่น เชื่อว่าคนจนเกิดจากการไม่มีทางเลือกที่ดีกว่า หรือเชื่อว่าผู้ใหญ่เองก็สมควรที่จะได้รับความช่วยเหลือทางสังคมเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ได้

ทั้งนี้ ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นประเมินได้จาก ดัชนีการประเมินความสามารถ ในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI) มีจำนวน 17 ข้อ เป็นการประเมินตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ ไม่เคย (Never) ไปจนถึง เป็นประจำ (Always)

2. การปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง หมายถึง การที่ผู้ให้การศึกษาได้ช่วยเหลือผู้รับการปรึกษา เห็นความสำคัญของอารมณ์ ความรู้สึก และสภาวะปัจจุบันของตนเอง รวมทั้งมีทัศนคติต่อมนุษย์ในการทางบวก และช่วยให้สามารถเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น ยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยกันหาแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาตนเอง โดยมีขั้นตอน ดังนี้

2.1 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกในกลุ่ม

2.2 การสร้างความไว้วางใจ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าการศึกษาค้นคว้าความรู้สามารถรักษาความลับ และสามารถเปิดเผยตนเองได้อย่างเต็มที่

2.3 การเสริมสร้างความสามารถของสมาชิกกลุ่มในการตอบสนองความรู้สึกผู้อื่น

2.4 การพัฒนาความสามารถของสมาชิกกลุ่มให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น

2.5 การเสริมสร้างความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองจากสิ่งเร้าต่าง ๆ

2.6 การพัฒนาความสามารถในการเปิดรับมุมมองของผู้อื่น

2.7 การเสริมสร้างทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

2.8 การติดตามผลเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองว่ามีการพัฒนาด้านใดบ้าง

3. ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด หมายถึง บุคคลที่คอยช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้ศึกษาค้นคว้าได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
 - 1.1 ความหมายของการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
 - 1.2 แนวคิดความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
 - 1.3 องค์ประกอบและการวัดการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
 - 1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
2. ทฤษฎีการปรึกษากลุ่ม
 - 2.1 ความหมายของการปรึกษากลุ่ม
 - 2.2 จุดมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่ม
 - 2.3 หลักสำคัญในการปรึกษากลุ่ม
 - 2.4 องค์ประกอบของการปรึกษากลุ่ม
 - 2.5 ความเป็นมาของการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
 - 2.6 แนวคิดสำคัญของการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
 - 2.7 เป้าหมายของการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
 - 2.8 องค์ประกอบของการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
 - 2.9 กระบวนการกลุ่มของการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
 - 2.10 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับระบบศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์
 - 3.1 สายการบังคับบัญชา
 - 3.2 ขั้นตอนการบำบัดรักษา
 - 3.3 กิจกรรมหลักในการบำบัดรักษา
 - 3.4 กิจกรรมประจำวันของสมาชิกบ้านเพชรพิทักษ์

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy)

1. ความหมายของการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) ซึ่งเป็นพฤติกรรมทางสังคม ที่มีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมจริยธรรมของบุคคลไปพร้อมกับ การลดอคติและความก้าวร้าว และเป็นความสามารถในการที่จะเข้าถึงอารมณ์และความรู้สึกของคนอื่น มีความเมตตาสงสารเมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความลำบาก ความทรมาน และเกิดความรู้สึกเข้าใจ เห็นใจ รวมทั้งการเข้าถึงความรู้สึกของบุคคลทั้งที่เป็นความรู้สึกในทางลบ เช่น โศกเศร้า เสียใจ ผิดหวัง ไม่พอใจ เกลียด และความรู้สึกในทางบวก เช่น รัก สรรเสริญ กล้าหาญ ร่าเริง ยินดี กับผู้อื่น (Sezov, 2002) และนอกจากนี้ยังมีการให้ความหมายเฉพาะการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ดังนี้

Bohart and Greenberg (1997, p. 419) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง การรับรู้ เข้าใจถึงความต้องการของบุคคลอื่น และการใช้การสื่อสารที่ดี จะนำไปสู่การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล

Goleman (1998, p. 27) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นเป็นความสามารถในการตระหนักรู้ความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น มีความห่วงใยต้องการที่จะส่งเสริมให้ผู้อื่นได้รับการพัฒนาอย่างเต็มความสามารถ

วิสาลักษณ์ ชววลลิต (2542, หน้า 40) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น คือ รู้ว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไร สามารถเข้าใจมุมมองของคนอื่น และสามารถสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลหลายแบบได้

กรมสุขภาพจิต (2544, หน้า 40) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นเป็นการรู้เข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น สามารถแสดงอารมณ์ตนเองตอบสนองได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะคนที่เราเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์ด้วย จะช่วยให้เราสามารถอยู่ร่วมหรือทำงานกันได้ดีมีความสุขมากขึ้น

ชัยเสฏฐ์ พรหมศรี (2548, หน้า 75) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น คือ ความสามารถในการฟังที่มีประสิทธิภาพ เข้าใจความต้องการ ใส่ใจความรู้สึกของบุคคลอื่น ซึ่งอาจไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยทั้งหมดกับความคิดของผู้สนทนา แต่พยายามที่เข้าใจสถานการณ์จากมุมมองของผู้สนทนาเพื่อที่จะหาแนวทางในการให้ความช่วยเหลือและบรรลุลความปรารถนาของกลุ่มสนทนาในท้ายสุด

จากความหมายข้างต้น สรุปได้ว่าการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง การแสดงออกถึงความเข้าใจในความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น มีความปรารถนาดีต้องการที่จะช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาตามความต้องการและความสามารถของแต่ละบุคคล

2. แนวคิดความเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

แนวคิดความเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น มีประวัติมาช้านานในหมู่นักจิตวิทยา สังคมสงเคราะห์เป็นเวลาหลายปีแล้วที่ผู้เชี่ยวชาญสังคมสงเคราะห์ได้แนะนำให้ผู้ให้การปรึกษา พัฒนาการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นเพื่อจะได้เข้าใจและตอบสนองเมื่อต้องทำงานกับคนที่มีพื้นฐานที่หลากหลายและมีปัญหาสังคมที่แตกต่างกัน

Curtner et al. (2006, pp. 177-189) กล่าวว่า การเพิ่มขึ้น “Empathy” ในหมู่นักสังคมสงเคราะห์จะส่งผลลัพธ์ที่ดี เช่น ความพึงพอใจในความสัมพันธ์จะมีเพิ่มมากขึ้น พัฒนาการเลี้ยงดูของพ่อแม่ ความเป็นอยู่ทางสังคมจะดีขึ้น

Decety and Meyer (2008, pp. 1053-1080) กล่าวว่า ความก้าวหน้าในปัจจุบันของ “วิทยาการการเรียนรู้การเข้าสังคม” ได้ระบุว่า Empathy คือ กระบวนการแนะนำที่สามารถอธิบายและวัดค่าได้และยังให้นิยามและความสำคัญของ Concept ของ Empathy นักสังคมสงเคราะห์จะได้ผลประโยชน์จากการวัดค่าของ Empathy ที่สามารถนำไปใช้ปฏิบัติในงานสังคมสงเคราะห์ที่มีรูปแบบแตกต่างกัน เพราะว่าระดับของ Empathy สามารถบอกความสัมพันธ์ที่มีจุดประสงค์และการวิจัยเชิงพัฒนา

Bachrach (1976, pp. 35-38) กล่าวว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นนั้นเป็นพื้นฐานที่สำคัญของจิตวิทยาบำบัด

Feshbach (1975, pp. 25-30) กล่าวว่า ผลลัพธ์จากการบำบัดทางจิตนั้นเป็นข้อยืนยันว่า จิตวิทยาบำบัดที่ดีนั้นจะส่งผลกระทบต่อให้มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นของผู้เข้ารับการบำบัด

Duan and Hill (1996, pp. 261-274) กล่าวว่า ถึงแม้ข้อสันนิษฐานเกี่ยวกับ “Empathy” จะมีบรรยายไว้ในหนังสือหลายเล่ม แต่คำว่า “Empathy” ยังคงขาดความชัดเจน และเรายังคงต้องการ Concept ที่แท้จริงของคำว่า Empathy กันต่อไป

Rogers (1967) ได้สรุปผลการวิจัยเรื่อง การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นว่า ผู้ให้การปรึกษาในหลายสาขาได้ตกลงว่าการที่เราพยายามที่จะเข้าใจผู้อื่นจากมุมมองของตนเองอย่างถูกต้องแม่นยำ เป็นปัจจัยที่สำคัญมากในการเป็นผู้ให้การปรึกษาที่มีประสิทธิภาพ หนึ่งในหน้าที่หลักของการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นก็คือ การที่เราได้ส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษาได้ค้นพบตัวเอง ผู้รับการปรึกษาจะสามารถเข้าใจตัวเองได้มากขึ้น ด้วยความสัมพันธ์ที่เขาารู้สึกได้ว่ามีคนเข้าใจเขา แสดงให้เห็นได้ว่าผู้รับการปรึกษาที่รู้สึกได้ว่าผู้ให้การปรึกษาเข้าใจเขามากก็จะพูดคุยเรื่องราวต่าง ๆ หรือเสนอความคิดของพวกเขามากขึ้น บุคคลที่ได้รับการเข้าใจจะรู้สึกได้ถึงความสัมพันธ์ที่มีให้แก่อื่น นอกจากนี้พวกเขาได้เรียนรู้ว่าพวกเขามีคุณค่าและได้รับการยอมรับจากผู้อื่น

ความสามารถในการแสดงออกถึงการเข้าใจความรู้สึก ขึ้นอยู่กับการพัฒนาส่วนบุคคลของผู้ให้ การปรึกษา โดยจะเกิดประโยชน์มากขึ้น หากพวกเขามีทักษะและการพัฒนาทางด้านจิตวิทยาที่ดี การที่จะทำให้เกิดการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นที่ถูกต้องและแม่นยำนั้น (Accurate empathy) เป็นการปฏิบัติที่จำเป็นของการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยวิธีการแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-centered approach empathy) คือ ความสามารถของผู้ให้การศึกษาที่จะจินตนาการว่าผู้รับ การปรึกษาเป็นอย่างไร และสามารถสื่อสารให้พวกเขาเข้าใจตัวเองอย่างกระจ่างชัด ครอบคลุมถึง การเข้าใจความหมาย ความรู้สึกถึงประสบการณ์ของผู้รับการศึกษา และเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง ในการพัฒนาของผู้ให้การศึกษา

จากการศึกษาข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า แนวคิดของการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นเป็น พื้นฐานสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งซึ่งแต่ละบุคคล มีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นแตกต่างกันไปซึ่งยังคงต้องมีการพัฒนาด้านแนวคิด การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นต่อไป

3. องค์ประกอบและการวัดการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

Lietz et al. (2011) ได้ทำการศึกษาดัชนีประเมินการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้คำย่อว่า EAI (Empathy assessment index) กำหนดโครงสร้างข้อคำถามเป็น 5 องค์ประกอบ จำนวน 50 ข้อ และทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเหลือข้อคำถามที่สามารถอธิบายตัวแปรการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น จำนวน 17 ข้อ ซึ่งยังคงโครงสร้างขององค์ประกอบเดิมอยู่ที่ 5 องค์ประกอบดังนี้

- 3.1 ด้านการตอบสนองความรู้สึก (Affective response: AR)
- 3.2 ด้านการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น (Self-other awareness: SOA)
- 3.3 ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotion regulation: ER)
- 3.4 ด้านการเปิดรับมุมมองผู้อื่น (Perspective taking: PT)
- 3.5 ด้านการมีทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathic attitudes: EA)

การวัดความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น มีด้วยกันทั้งหมด 3 วิธี ได้แก่

1. การศึกษาข้อมูลกรณีการวัดการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (EAI pilot test) คือ การศึกษารวบรวมข้อมูลทั้ง 5 ด้าน จากแบบสอบถามเพื่อนำมาวิเคราะห์และพัฒนางานวิจัยให้ตรงกับวัตถุประสงค์
2. การสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย (Focus group) คือ การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายโดยตรงต่อวัตถุประสงค์ของการศึกษา
3. การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ (Expert review) คือ การเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านที่ทำการศึกษา

จากการศึกษาข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า องค์ประกอบและการวัดการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ประกอบด้วย การวัด 5 ด้าน และมีวิธีการวัดด้วยกัน 3 วิธี คือ การวัดจากแบบสอบถาม การสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย และการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ เป็นต้น

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy)

จากการศึกษากระบวนการพัฒนาความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ไม่พบงานวิจัยที่มีการพัฒนาดังกล่าว อย่างไรก็ตามการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นถูกนำมาใช้เป็นทักษะพื้นฐานในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ใช้ในการฝึกอบรมและสอนอยู่ในหลักสูตรด้านจิตวิทยาการศึกษา ดังนั้นในการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) ผู้วิจัยจึงนำเสนอเฉพาะงานวิจัยที่พบในต่างประเทศ ดังนี้

Archer and Kagan (1973) ได้ค้นคว้าศึกษาเกี่ยวกับทักษะของการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) ว่าสามารถเรียนรู้ได้ในวัยกลางคน งานวิจัยเหล่านี้ได้รายงานว่าการอบรมทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล ซึ่งใช้เวลาในการอบรมอย่างน้อย 100 ชั่วโมง ซึ่งจะสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในการวัดค่าการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) เช่น การวัดค่าความอ่อนไหวทางด้านอารมณ์ (Affective sensitivity scale)

Bergin and Jasper (1969) ได้ค้นคว้าศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยานำบัด การเข้าใจในตัวเอง และการพัฒนางานวิจัยในด้านการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) และได้ค้นพบว่าการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) มีความสัมพันธ์ในทางลบกับความบกพร่องทางบุคลิกภาพ

Feshbach (1975) ได้ค้นคว้าศึกษาเกี่ยวกับการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นโดยการใช้เหตุผล (Cognitive) การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นทางอารมณ์ (Affective) และเป็นการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการจากประสบการณ์การเรียนรู้ตั้งแต่วัยเด็ก

ผลการศึกษาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) ที่ผ่านมามีพบว่า กระบวนการที่ทำให้เกิดการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น ได้แก่ การฝึกทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล นอกจากนี้ ในทางจิตวิทยา การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพ การเข้าใจ ตัวบุคคล การใช้เหตุผล รวมถึงการเข้าใจความรู้สึกทางอารมณ์ผู้อื่น นอกจากนี้การเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นยังเป็นผลมาจากประสบการณ์ในวัยเด็กของแต่ละบุคคล

ทฤษฎีการปรึกษากลุ่ม

1. ความหมายของการปรึกษากลุ่ม

Samuel (2000) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป แต่ไม่เกิน 15 คน เข้ามารวมกลุ่มกัน โดยมีเป้าหมายเดียวกันในการแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่ง โดยมี

การแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของแต่ละคน โดยมีผู้ให้การศึกษาเป็นผู้ช่วยเหลือให้เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีภายในกลุ่ม และการร่วมมือกันแก้ไขปัญหาที่ตนเองมีอยู่

Nugent (2000) กล่าวว่าการศึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่ผู้ให้การศึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่บุคคล ที่มีความต้องการที่จะรู้จักตนเองเพิ่มมากขึ้น และสามารถเข้าใจตนเองชัดเจน ขอมรับตนเอง แล้วพยายามปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้น

Corey (2009) กล่าวว่าการศึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการที่มุ่งให้บุคคลเกิดความงอกงาม มีการพัฒนาการ มีการส่งเสริมและการป้องกัน มีการตระหนักรู้ในตนเองและการกำจัดสิ่งที่กีดขวางการเจริญเติบโต หรือความก้าวหน้าของบุคคล

กาญจนา ไชยพันธ์ (2544) กล่าวว่าการศึกษากลุ่มเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาที่คล้ายคลึงกันหรือมีความต้องการเหมือนกัน โดยให้การศึกษาตั้งแต่ 4-8 คน ซึ่งมุ่งเน้นให้ผู้รับการปรึกษาได้ปรับปรุงตนเอง มีโอกาสได้สำรวจตัวเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง ขอมรับความคิดเห็นผู้อื่น ภายใต้อบรบอบอากาศที่อบอุ่นจริงใจ ความไว้วางใจและการยอมรับซึ่งกันและกัน

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550) กล่าวว่าการศึกษากลุ่มเป็นกระบวนการเชิงจิตวิทยา ใช้ทฤษฎี เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการดำเนินกลุ่มให้กับสมาชิกหลายในเวลาเดียวกัน ให้สมาชิกได้เรียนรู้ สร้างความเข้าใจตนเองและผู้อื่นว่าปัญหาเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นตามปกติในการดำเนินชีวิต แต่ละคนมีวิธีการจัดการสถานการณ์ได้

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การศึกษากลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือกลุ่มบุคคล ที่มีปัญหาที่คล้ายคลึงกันหรือมีความต้องการที่เหมือนกัน โดยให้การศึกษาตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป แต่ไม่เกิน 15 คน เข้ามาร่วมกลุ่มกันซึ่งมุ่งให้สมาชิกได้พัฒนาและปรับปรุงตนเอง โดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ภายใต้อบรบอบอากาศที่ไว้วางใจการยอมรับและเข้าใจอันนำไปสู่การพัฒนาทางจิตใจ เกิดความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง

2. จุดมุ่งหมายของการศึกษากลุ่ม

Corey (2009) ได้เสนอจุดมุ่งหมายในการให้การศึกษาไว้ดังนี้

- 2.1 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้การไว้วางใจตนเองและผู้อื่น
- 2.2 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้จักเข้าใจตนเองและพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง
- 2.3 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ยอมรับตนเอง เชื่อมั่นในตนเอง และนับถือตนเอง เพื่อนำไปสู่ทัศนคติใหม่ต่อตนเอง
- 2.4 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เพิ่มประสิทธิภาพในการแสวงหาแนวทางแก้ไข ปัญหาและความขัดแย้งในตนเอง

2.5 เพื่อเพิ่มความสามารถในตนเองการพึ่งพาตนเองและความรับผิดชอบ
ต่อตนเองและสังคม

2.6 เพื่อกำหนดหรือวางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและปฏิบัติตามแผน

2.7 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความไวต่อการรับรู้ความรู้สึกและความต้องการ
ของผู้อื่น

2.8 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะเผชิญหน้า มีวิธีการโต้แย้งผู้อื่นได้
อย่างตรงไปตรงมาด้วยความจริงใจ

2.9 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้การดำเนินชีวิตตามความมุ่งหวังของคน

2.10 เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เห็นค่านิยมของตนเองและสามารถปรับเปลี่ยนไป
ตามแนวทางที่เหมาะสม

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่มคือการให้สมาชิกได้
เข้าใจตนเอง ใ้วางใจตนเองและผู้อื่น เกิดการยอมรับตนเอง เชื่อมั่นในตนเอง สามารถ
ปรับเปลี่ยนตนเองไปในแนวทางที่เหมาะสมได้ เป็นต้น

3. หลักสำคัญในการปรึกษาแบบกลุ่ม

Dyer and Vriend (1975, pp. 56-57) สรุปหลักสำคัญในการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

3.1 ในการปรึกษาแบบกลุ่มจะให้ความสำคัญต่อสมาชิกเป็นรายบุคคล โดยจะพูด
ถึงปัญหาของสมาชิก เพื่อให้รู้จักตนเองและเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดี

3.2 ผู้นำจะเป็นผู้การปรึกษาและเป็นผู้ช่วยเหลือกลุ่ม

3.3 การปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการปรึกษาแก่สมาชิกทุกคน และเปิดโอกาสให้
สมาชิกได้เป็นตัวของตัวเองมากที่สุด สามารถทดลองพฤติกรรมใหม่ ๆ ในกลุ่มได้ เพื่อเป็น
การพัฒนาตนเอง

3.4 การปรึกษาไม่มีเป้าหมายของกลุ่มร่วมกัน แต่ละคนจะมีเป้าหมายของตนเอง
การบรรลุเป้าหมายจะเกิดจากความคิด ความรู้สึก และการกระทำของสมาชิกเอง

3.5 การปรึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่ม บางครั้งก็จำเป็นอาจจะมีตอนใดตอนหนึ่ง
ที่จะต้องให้การปรึกษาเป็นรายบุคคล ซึ่งจะเป็นประโยชน์แก่สมาชิกบางคนที่ต้องการ

3.6 การมีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มสูงขึ้น มิได้หมายความว่ากลุ่มมีประสิทธิภาพ บางครั้ง
การมีปฏิสัมพันธ์สูงขึ้น แต่การช่วยเหลือบุคคลในกลุ่มอาจจะน้อยลงก็ได้

3.7 ผู้ให้การปรึกษาไม่ควรเพิ่มความกดดันขึ้นในกลุ่ม ถ้าสมาชิกไม่พร้อมที่จะพูด
ก็ไม่ควรบังคับให้เขาพูด ถ้าสมาชิกพูด ก็ไม่ไปหยุดชะงักการพูดของเขา

3.8 การปรึกษาแบบกลุ่มไม่ใช่การสารภาพบาป จึงไม่ควรจะพูดถึงอดีต เพราะไม่มี

ประโยชน์ เนื่องจากอดีตไม่สามารถแก้ไขได้ เพราะคนเราควรจะอยู่ในโลกปัจจุบัน

- 3.9 ไม่ควรกล่าวถึงบุคคลนอกกลุ่ม เพราะเป็นการยากที่จะช่วยเหลือเขา
- 3.10 เรื่องที่พูดกันในกลุ่มต้องเก็บเป็นความลับไม่ควรนำเรื่องในกลุ่มไปพูดนอกกลุ่ม
- 3.11 สมาชิกจะพูดถึงปัญหาของตนเอง รับผิดชอบต่อตนเอง และต่อปัญหาของตนเอง ไม่มีการพูดแทนกัน แต่กลุ่มมีหน้าที่ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนบรรลุเป้าหมายของตนเองได้
- 3.12 ไม่ควรเน้นความรู้สึกมากกว่าความคิด ในการพูดถึงควรพูดไปด้วยความคิดและความรู้สึกจะช่วยให้สมาชิกรู้สึกตัวอยู่ตลอดเวลา จะไม่มีใครพูดเพื่อเจ้อ หรือพูดรุนแรง
- 3.13 ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มไม่ใช่ความมุ่งหมายของการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม แต่ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มก็มีประโยชน์
- 3.14 การติดตามผลการปรึกษาในแต่ละครั้ง ควรทำให้เหมือนกับเป็นประสบการณ์หนึ่งเดียวกัน ก่อนเริ่มทำครั้งใหม่ควรเอ่ยถึงคราวที่แล้วว่าได้ทำอะไรไปบ้าง
- 3.15 ในการปรึกษาแต่ละครั้ง ควรมุ่งช่วยเหลือสมาชิกคนหนึ่ง หรือสองคนเป็นพิเศษ
- 3.16 การปรึกษาแบบกลุ่มสมาชิกอาจมีความไม่สบายใจ มีความวิตกกังวล เพราะไม่ได้รับการกระตุ้นให้มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง
- 3.17 การแสดงออกทางอารมณ์ และความรู้สึกทางลบไม่ได้เป็นสิ่งที่ไม่ดีแต่เป็นสิ่งที่ควรระบายออกมาด้วยวิธีการที่ทุกคนยอมรับ
- 3.18 การปรึกษาแบบกลุ่มจะไม่มีแบบแผนที่แน่นอน มีการยืดหยุ่นตลอดเวลา
- 3.19 ในกระบวนการปรึกษาจะไม่มีการตัดสินพฤติกรรม ความคิด และเหตุผลของสมาชิกว่าถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี แต่จะศึกษาถึงสาเหตุและวิธีการแก้ไขมากกว่า
- 3.20 ประสิทธิภาพของการปรึกษาแบบกลุ่มวัดจากความสำเร็จเวลาสมาชิกอยู่นอกกลุ่ม ด้วยการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกหรือเจ้าตัวอาจบันทึกพฤติกรรมของตนไว้และให้การปรึกษาพิจารณาอย่างเป็นกลาง

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550) กล่าวว่า สิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับการปรึกษากลุ่ม คือ สมาชิกกลุ่มเป็นผู้ตัดสินใจที่จะเลือกการเปลี่ยนแปลงด้วยตนเอง สมาชิกต้องเปรียบเทียบการรับรู้ของตนเองและการรับรู้เกี่ยวกับคนที่เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ให้ข้อคิด เพื่อเป็นข้อมูลในการตัดสินใจด้วยตนเอง

หลักการสำคัญของการปรึกษาแบบกลุ่มนั้นพอสรุปได้ว่า การให้การปรึกษาแบบกลุ่มจะต้องยึดหลักผู้มาขอรับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง โดยแต่ละคนจะได้พูดถึงปัญหาของตน แสดงความคิดเห็น โดยมีผู้ให้การปรึกษาต้องคอยทำหน้าที่อำนวยความสะดวก และสมาชิกคนใดพร้อมจะพูดภายใต้บรรยากาศเอื้ออำนวยให้สมาชิกสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ด้วยตนเอง

4. องค์ประกอบของการปรึกษากลุ่ม

ในการดำเนินการหรือจัดกลุ่มให้การปรึกษาที่ประสบความสำเร็จนั้น ไม่เพียงแต่จะขึ้นอยู่กับดำเนินการภายในกลุ่มเท่านั้น แต่ยังขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของการปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

4.1 ผู้นำกลุ่ม การปรึกษากลุ่มจะดำเนินไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จนั้น ผู้นำกลุ่มต้องพยายามให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์กัน โดยผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้การปรึกษาจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ภายในกลุ่ม คอเรย์ (Corey, 2001, pp. 127-128) ได้ให้ข้อเสนอแนะแก่ผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้การปรึกษาดังนี้

4.1.1 พัฒนาความกระจ่างชัดให้เกิดขึ้นในกลุ่ม

4.1.2 เป็นผู้นำในการเริ่มต้นในการสนทนากลุ่ม

4.1.3 ให้สมาชิกมีศักยภาพในการตัดสินใจ

4.1.4 ให้สมาชิกได้พูดถึงสิ่งที่ตนเองรู้สึกวิตกกังวลหรือเป็นปัญหา

และมีความรู้สึกกว่าตนเองเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม

4.1.5 ดำเนินการในการปรึกษา หรือการฝึกฝนที่จำเป็น เพื่อที่จะให้สมาชิกกลุ่มประสบความสำเร็จ

4.1.6 บางครั้งอาจเปิดโอกาสให้รอบครัวเข้ามาอยู่ในกลุ่มถ้าเห็นว่ามีคามจำเป็น

4.1.7 จัดระเบียบกลุ่มในเรื่องต่าง ๆ เช่น ให้สมาชิกรู้จักคุ้นเคยซึ่งกันและกัน

ให้ข้อเสนอแนะกฎระเบียบของกลุ่ม และเตรียมสมาชิกที่จะได้รับความสำเร็จจากการมีประสบการณ์ในกลุ่ม

นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มยังจะต้องมีความสามารถที่จะใช้เทคนิคและวิธีการเพื่อที่จะนำเข้าสู่ปัญหา และการช่วยเหลือ ซึ่งในการจัดกลุ่มให้การปรึกษาได้ใช้เทคนิคที่คล้ายคลึงกับการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคล ได้แก่ เทคนิคต่อไปนี้ (Dyer & Vriend, 1975, pp. 60-64)

1. การสร้างสัมพันธภาพ (Relationship) สามารถทำได้หลายวิธี เช่น การยิ้ม การทักทาย แนะนำตัวเองและให้สมาชิกได้ทำความรู้จักกัน การมีท่าที่เป็นกันเอง ไม่แสดงตนเหนือกว่าสมาชิกกลุ่ม จัดสภาพแวดล้อมของกลุ่มให้มีบรรยากาศที่สบาย ๆ ไม่เครียด ชวนพูดคุยด้วยเรื่องทั่วไป ที่เขาสนใจเพื่อนำไปสู่ความพร้อมที่จะพูดคุยต่อไป

2. การสังเกต (Observation) ได้แก่ การรู้จักสังเกตท่าที พฤติกรรม การแสดงออก ตลอดจนการตอบสนองสมาชิกกลุ่ม โดยอาศัยการสื่อความหมาย จะโดยใช้คำพูดโต้ตอบกัน หรือใช้การสังเกต หรือวิธีอื่นใดที่แทนการพูดโต้ตอบกัน และไม่ใช้คำพูด เป็นต้น จะช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมกลุ่มได้ดี

3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป (General leads) มักเป็นลักษณะคำถาม หรือคำพูดอาจนำไปสู่หัวข้อการอภิปราย หรือใกล้จบการอภิปราย หรือต้องการชักจูงให้เปลี่ยนแนวคิดไปจากเดิม หรือใช้เพื่อทำลายความเงียบอันยาวนานก็ได้

4. การกระตุ้นความสนใจ (Stimulation) มักใช้ในตอนแรก ๆ ที่เริ่มกลุ่มและสมาชิกยังไม่กล้าพูดคุยกัน ผู้ให้การปรึกษาจะเป็นผู้นำ กระตุ้นความสนใจ โดยอาจพูดถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่สมาชิกน่าจะสนใจ เพื่อนำไปสู่การอภิปรายร่วมกัน

5. การให้กำลังใจและการส่งเสริม (Encouragement) เมื่อสมาชิกเกิดมีท่าทีท้อแท้ใจ ไม่ยอมพูดคุย ก็อาจใช้การกระตุ้นส่งเสริมให้กำลังใจทั้งด้วยคำพูด และสีหน้าท่าทาง จะช่วยให้สมาชิกอยากพูดคุย อยากแสดงความคิดเห็นมากขึ้น

6. การเชื่อมโยง (Connection) ในการจัดกลุ่ม ผู้ให้การปรึกษา จะต้องรู้จักใช้เทคนิคของการเชื่อมโยงเรื่อง หรือประเด็นต่าง ๆ ที่ผูกกันเป็นการเชื่อมโยงการสื่อสารภายในกลุ่ม

7. การเงียบ (Silence) เมื่อกลุ่มเงียบแทนที่ผู้ให้การปรึกษาจะพยายามพูดคุยเพื่อทำลายบรรยากาศที่เงียบนั้น ก็อาจจะใช้เทคนิคของการเงียบ ซึ่งจะทำให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งของกลุ่มทนไม่ได้ และจะเป็นผู้พูดทำลายความเงียบขึ้นมาเอง

8. การฟัง (Listening) ผู้ให้การปรึกษาคงตั้งใจฟัง และจับประเด็นที่สมาชิกกลุ่มพูดให้ได้ โดยมีท่าทีสนใจ อาจจะบอกให้เขาพูดต่อ หรือพยักเพย๋อเป็นเชิงรับรู้ได้

9. การยอมรับ (Acceptance) เป็นการรับฟังด้วยความเห็นใจ เข้าใจ ไม่นำเอาค่านิยมของผู้ให้การปรึกษาเข้าไปเปรียบเทียบ และไม่ได้แย้งใด ๆ กับกลุ่ม จะต้องไม่นึกว่าผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้นำ การคุยไปสู่เรื่องที่ตนคิดว่าสำคัญ นั่นคือ การให้โอกาสสมาชิกกลุ่มได้ชี้ปัญหาของตนด้วยตนเอง

10. การแสดงความเห็นชอบด้วย (Approval) เป็นการแสดงความเห็นคล้อยตามด้วยคำพูดและท่าทาง เมื่อผู้รับการปรึกษาพูดในสิ่งที่ถูกต้องการทำเช่นนี้จะช่วยส่งเสริมให้เกิดกำลังใจแก่ผู้พูด

11. ความอดทน (Patience) แม้ว่าจะต้องการให้การดำเนินกลุ่มเป็นไปอย่างรวดเร็ว ผู้ให้การปรึกษาก็จะต้องอดทนให้สมาชิกกลุ่มได้พูดในสิ่งที่เขาอยากพูดบ้าง แม้จะไม่เกี่ยวข้องกับหัวข้อสำคัญที่ควรอภิปรายก็ตาม เมื่อเขาได้พูดในสิ่งที่พอใจแล้วก็อาจจะพร้อมที่จะพูดถึงปัญหาหรือเรื่องที่เกี่ยวข้องต่อไป

12. การทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) ใช้เมื่อผู้รับการปรึกษาพูดคววนทำให้เรื่องราวสับสน ผู้ให้การปรึกษาก็อาจพูดทบทวนซ้ำอีกครั้ง เพื่อความเข้าใจ แจ่มแจ้ง หรือเมื่อเขา

เข้าใจสิ่งผิดๆ ก็จะต้องอธิบายให้เข้าใจถูกต้อง และในกรณีที่ผู้รับการปรึกษาใช้ภาษาที่คลุมเครือ ก็ต้องขอให้อธิบาย หรือทดสอบว่า เข้าใจตรงกันหรือไม่

13. การแปลความหมาย (Interpretation) เป็นการแปลความหมายจากอารมณ์ พฤติกรรม และความคิดที่ผู้มารับการปรึกษาแสดงออกไป เพื่อให้เกิดความกระจ่างแจ้งยิ่งขึ้น โดยชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์บางอย่างในคำพูด ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมให้เขามองเห็น จะช่วยให้มีความตระหนักในตัวเอง ซึ่งการแปลความหมายมักกระทำในขั้นตอนหลัง ๆ ของการให้การปรึกษา เมื่อมีความเข้าใจกับผู้มารับการปรึกษาดีแล้วและมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน เพราะจะเสี่ยงต่อการสูญเสียสัมพันธ์ภาพถ้าผู้รับการปรึกษาไม่พร้อมที่จะรับความจริง

14. การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) กรณีนี้ยึดหลักการปรึกษาแบบไม่นำทาง นิยมใช้เพื่อดึงความรู้สึกที่คลุมเครือออกมาให้ชัดเจนขึ้น เป็นการตีความหมายจากคำพูดที่ผู้มารับการปรึกษาพูดออกมา โดยเน้นที่อารมณ์และความรู้สึกมากกว่าเนื้อหาสาระ เพื่อช่วยให้เขาเข้าใจความรู้สึกของตนเองอย่างลึกซึ้ง และกล้าเผชิญกับความรู้สึกของตน

15. การเรียบเรียงถ้อยคำเสียใหม่ (Restatement) วิธีนี้ใช้เมื่อผู้รับการปรึกษาไม่สามารถรวบรวมเนื้อหาให้เป็นเรื่องราวที่ปะติดปะต่อได้ ผู้ให้การปรึกษาก็จะช่วย โดยการนำถ้อยคำที่เขาพูดมาเรียบเรียงใหม่ โดยไม่ตีความหมาย จะช่วยให้เข้าใจเรื่องราวได้กระจ่างขึ้น นักวิชาการบางคนเรียกกลวิธีนี้ว่า การสะท้อนเนื้อหา (Reflection of content)

16. การให้ข้อมูล (Information) เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเห็นช่องทางในการแก้ปัญหาหรือตัดสินใจ โดยอาศัยข้อมูลที่ได้เป็นแนวทาง และจะมีความหมายมากยิ่งขึ้น ถ้าผู้รับการปรึกษาได้มีส่วนค้นคว้า และอภิปรายเกี่ยวกับข้อมูลนั้น ๆ

17. การตั้งคำถาม (Questioning) การตั้งคำถามในการจัดกลุ่มการปรึกษา มักเป็นคำถามกว้าง ๆ ไม่เน้นจุดใดจุดหนึ่งจนเกินไป และใช้เพื่อคำตอบว่าใช่หรือไม่ใช่ แต่จะกระตุ้นให้เล่าถึงรายละเอียด หรือแสดงความคิดเห็น นอกจากนี้ยังใช้การตั้งคำถาม เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเองดีขึ้น และเกิดความกระจ่างแจ้งในปัญหาของตนอีกด้วย

18. การแนะ (Suggestion) ใช้เมื่อผู้รับการปรึกษามองไม่เห็นแนวทางที่จะจัดการกับปัญหาได้ วิธีนี้ไม่ควรใช้บ่อยเนื่องจากจะทำให้ผู้รับการปรึกษาคิดที่จะขอรับคำแนะนำ ไม่เป็นตัวของตนเองและไม่สามารถนำตนเองได้

19. การให้กำลังใจ (Reassurance) เป็นการสร้างความเชื่อมั่นและช่วยให้คลายเครียดทำให้เกิดกำลังใจที่จะจัดการกับปัญหา อาจทำได้โดยการปลอบใจ การชมเชย เมื่อเขาสามารถคิดหาแนวทางหรือปฏิบัติได้เหมาะสม การชี้แจงให้เห็นว่าปัญหานั้น ๆ มีการแก้ไขได้ และการคาดคะเนว่าต่อไปอาจจะดีขึ้น

20. ปฏิบัติการเชิงวิเคราะห์ (Tentative analysis) เมื่อได้ข้อมูลมาโดยละเอียดแล้วต้องไม่บังคับให้ผู้รับการปรึกษาทำตามในสิ่งที่เสนอแนะ แต่ปล่อยให้เขาเป็นหน้าที่ของเขา ที่จะวิเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้นด้วยตนเอง และสามารถที่จะรับหรือปฏิเสธข้อเสนอแนะต่าง ๆ ได้โดยเสรี

21. การใช้คำถามป้อนกลับ (Feedback) ใช้เมื่อมีสมาชิกคนใดคนหนึ่งตั้งคำถามขึ้นมาแทนที่ผู้ให้การศึกษา จะเป็นผู้ตอบก็อาจจะป้อนคำถามกลับไปยังสมาชิกคนอื่นในกลุ่มหรือกลับไปที่ตัวผู้ถามเองว่าเขาคิดอย่างไร

22. การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น (Projection interpersonal) คือ การให้ผู้รับการปรึกษาเปรียบเทียบความรู้สึก ทำกิจการปฏิบัติในฐานะที่เป็นคนอื่นที่เกี่ยวข้อง ซึ่งไม่ใช่ตัวของผู้รับการปรึกษาเอง

23. การมองย้อนอดีต และอนาคต (Projection-time) เป็นการช่วยให้ผู้รับการปรึกษานึกย้อนอดีต หรือมองไปถึงอนาคตอีก 5 ปีข้างหน้าว่า ได้เกิดอะไรมาบ้าง หรือจะเกิดอะไรขึ้นบ้างกับสภาพของปัญหาที่เป็นอยู่

24. การยกตัวอย่าง (Illustration) อาจเป็นได้ทั้งตัวอย่างที่ผู้ให้การศึกษาเองเคยมีประสบการณ์หรือประสบการณ์นอกตัว

25. การอธิบายสรุป (Summary clarification) ใช้เมื่อพูดถึงปัญหาได้หลายแง่หลายมุมแล้วก็จะสรุปรวมเรื่องที่พูด และข้อคิดเห็นว่าได้พูดอะไรกันไปแล้วบ้าง

4.2 การเลือกสมาชิก การเลือกสมาชิกให้เข้าร่วมกลุ่มให้การปรึกษานั้น ผู้จัดกลุ่มควรทำความเข้าใจก่อนว่าแบบแผนการเข้ากลุ่มของสมาชิกแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

4.2.1 ผู้ที่สมัครใจ (The volunteer) จะตัดสินใจเข้าร่วมกลุ่มด้วยความเต็มใจของตนเองจากข้อมูลที่ได้รับจากเพื่อนที่เคยเข้ากลุ่มแล้ว หรือจากแหล่งข้อมูลอื่น ๆ พวกนี้จะได้รับประโยชน์จากกระบวนการกลุ่มมากกว่าพวกที่ไม่สมัครใจ ดังนั้น ความสำเร็จของกระบวนการกลุ่มก็มีแนวโน้มมากขึ้นถ้ามีสมาชิกประเภทนี้

4.2.2 ผู้สมัครใจแถมถูกบังคับ (The forced volunteer) บุคคลประเภทนี้เข้ากลุ่มเพราะได้รับการกระตุ้นคะยอ หรือถูกชี้แนะให้เข้ากลุ่ม การเข้ากลุ่มจึงดูเหมือนกับว่ามีความสมัครใจ ผู้นำกลุ่มควรทำให้สมาชิกเหล่านี้เกิดความมั่นใจว่าการตัดสินใจเข้าร่วมกลุ่มนั้นเป็นการตัดสินใจที่ดีที่สุดการบังคับมากเกินไป จะทำให้เขาเสียใจที่เข้าร่วมกลุ่ม

4.2.3 ผู้ที่ถูกบังคับให้เข้าร่วมกลุ่ม (The forced participant) ผู้นำกลุ่มต้องใช้เวลาแก่สมาชิกเหล่านี้มาก เพื่อที่จะให้เขากล้าเปิดเผยตนเองและได้รับประโยชน์จากกระบวนการกลุ่ม

อย่างไรก็ตาม การปรึกษากลุ่มยังมีข้อจำกัดบางประการ กล่าวคือ บุคคลที่ไม่เหมาะสมที่จะเข้ากลุ่มมีลักษณะดังนี้ (Shertzer & Stone, 1976, pp. 457-461)

- 1) ก้าวร้าวมาก
- 2) เหนียวอายมากเกินไป
- 3) มีปัญหาการปรับตัวมากเกินไปไม่เหมาะสมกับกลุ่มของปกติ
- 4) ไม่ควรจัดคนที่เป็ยญาติหรือเพื่อนสนิทไว้ในกลุ่มเดียวกัน เพราะต่างรู้ปัญหาของอีกฝ่ายหนึ่งอยู่แล้ว ทำให้ไม่ให้ความรู้สึที่แท้จริงของการเปิดเผยตนเองต่อหน้าผู้อื่น

4.3 ลักษณะของกลุ่ม

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 45) ลักษณะของกลุ่มควรเป็นกลุ่มปิด คือไม่มีการรับสมาชิกใหม่อีกในระหว่างให้การศึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกไปแล้วก็ตาม เพราะการจัดเป็นกลุ่มเปิดจะทำให้สมาชิกมีปัญหาในเรื่องความไว้วางใจและความสนิทสนม

4.4 ขนาดของกลุ่ม

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 46) กล่าวว่าขนาดของกลุ่ม หรือ จำนวนสมาชิก ขึ้นอยู่กับชนิดของกลุ่ม อายุของกลุ่มสมาชิก ประสบการณ์ของผู้นำกลุ่ม และประเด็นปัญหาในการปรึกษากลุ่ม นอกจากนี้สิ่งที่ต้องพิจารณาอีกประการหนึ่ง คือ ผู้นำกลุ่มคนเดียวหรือมากกว่าหนึ่งคน โดยทั่วไปจะมีจำนวนสมาชิกที่เหมาะสม ในการให้การศึกษาผู้ใหญ่ 8 คน และถ้าเป็นกลุ่มเด็กจำนวนสมาชิกควรที่เป็น 3-4 คน จำนวนสมาชิกต้องเหมาะสมที่สมาชิกทุกคนจะมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่มอย่างทั่วถึง

4.5 ระยะเวลา ความถี่ และจำนวนครั้ง อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 46-47) ระยะเวลาในการพบกลุ่มแต่ละครั้ง ความถี่ในการนัดพบกลุ่ม ขึ้นอยู่กับประเภทของกลุ่มและประสบการณ์ของผู้นำกลุ่มความถี่ในการนัดส่วนมากจะนัดสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เช่น กลุ่มสำหรับเด็กและวัยรุ่น อาจนัดบ่อยแต่ในการพบแต่ละครั้ง ไม่นานมากนัก กลุ่มสำหรับผู้ใหญ่ซึ่งมีความรับผิดชอบตัวเองได้ดี การนัดสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง จะทำให้มีเวลาดำเนินการได้มากขึ้น การวางแผนเรื่องระยะเวลา และความถี่ในการนัดกลุ่มนี้ ตามปกติมักนัดสัปดาห์ละครั้ง ทุกสัปดาห์ แต่ก็ไม่ใช่ข้อบังคับเสมอไป

4.6 อายุ และวุฒิภาวะของสมาชิก วัชร ทรัพย์มี (2533, หน้า 273) เป็นสิ่งที่ควรนำมาพิจารณาร่วมด้วย โดยส่วนใหญ่จะเลือกสมาชิกกลุ่มที่มีอยู่ในระดับเดียวกัน เพื่อให้สมาชิกมีความสบายใจในการสร้างสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ส่วนวุฒิภาวะทางสังคมจะมีความสำคัญมากกว่าอายุ และระดับความสามารถทางสติปัญญาไม่ควรแตกต่างกันมาก เพื่อจะได้ไม่มีปัญหาในการสื่อสารความหมาย สมาชิกที่มีความสามารถน้อยกว่าจะถูกข่มโดยสมาชิกที่มีความสามารถมากกว่า

4.7 สถานที่ในการประชุมกลุ่ม วัชร ทรัพย์มี (2533, หน้า 274) สถานที่ในการให้การศึกษาควรเป็นห้องที่เป็นสัดส่วน และมีขนาดพอเหมาะกับจำนวน เก้าอี้ควรมีลักษณะ

ที่นั่งได้สบายและจัดเป็นวงกลมเพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นอย่างทั่วถึง พื้นที่ห้องควรสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ ถ้าสมาชิกต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง

5. ความเป็นมาของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลาง

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 119-120) ทฤษฎีการปรึกษาแบบไม่นำทางของโรเจอร์ (Nondirective approach) เริ่มต้นขึ้นในช่วงทศวรรษที่ 1940 เน้นการสะท้อนและการกระจ่างความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา โรเจอร์เชื่อว่าสัมพันธภาพในการยอมรับทำให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการหยั่งรู้ปัญหาของตนเอง เข้าใจตนเองมากขึ้นทำให้สามารถสร้างวิธีการในการจัดการได้ด้วยตนเอง ต่อมาในช่วงศตวรรษที่ 1950 โรเจอร์ได้พัฒนาแนวคิดและสมมติฐานที่ใช้ในด้านจิตบำบัด และได้มีการประยุกต์ใช้ในการบำบัดกลุ่ม เช่น กลุ่มบำบัดสำหรับผู้ปกครองและเด็กที่พิการทางร่างกาย ผู้ที่เครับการบำบัดแบบรายบุคคล เป็นต้น นอกจากนี้โรเจอร์ได้พัฒนาทฤษฎีบุคลิกภาพ “Self-theory” เพื่อใช้เป็นแนวทางในการให้การปรึกษารายบุคคล และเปลี่ยนชื่อทฤษฎีเป็น “Client-centered therapy” แนวคิดผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางได้รับความนิยมน้อย่างกว้างขวาง มีการนำไปประยุกต์ใช้ในด้านการศึกษา การประชุมปฏิบัติการ ฯลฯ ในช่วงทศวรรษที่ 1960-1970 โรเจอร์ได้พัฒนากลุ่มจิตสัมพันธ์ “Encounter groups” และกลุ่มพัฒนาบุคคล “Personal growth groups” การนำแนวคิดไปประยุกต์ใช้ในหลากหลายสาขาวิชาชีพ จึงเปลี่ยนชื่อทฤษฎีจาก “Client-centered therapy” เป็น “Person-centered approach”

6. แนวคิดสำคัญของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลาง

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 120) แนวคิดสำคัญคือ ความเชื่อมั่นในกระบวนการกลุ่ม โดยทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลางให้ความสำคัญด้านความเชื่อมั่นในศักยภาพของบุคคล ในทำนองเดียวกันการบำบัดแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางเชื่อว่า กลุ่มมีความสามารถในการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพไปในทิศทางที่กลุ่มต้องการ กลุ่มจะพัฒนาได้ในบรรยากาศของการยอมรับและความไว้วางใจ ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเองและกล้าเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เช่น สมาชิกเปลี่ยนแปลงจากการแสดงบทบาทเป็นการแสดงความรู้สึกที่แท้จริง สมาชิกเปลี่ยนแปลงการปิดกั้นการรับรู้ประสบการณ์เกิดการเปิดกว้างในการรับโลกทัศน์ที่เป็นจริง เป็นต้น

7. เป้าหมายของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลาง

Corey (2009, p. 54) ได้อธิบายถึงเป้าหมายของการให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลาง ดังนี้

- 7.1 เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจและยอมรับตนเองตามความจริง
- 7.2 เพื่อให้ผู้รับการปรึกษามีความเป็นตัวของตัวเอง
- 7.3 เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้พัฒนาตนเองอย่างเต็มความสามารถ

7.4 เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจตัวตนในอุดมคติ (Ideal Self) ตัวตนที่ตนเองรับรู้ (Perceived Self) และตัวตนที่แท้จริง (Real Self) อย่างสอดคล้องกลมกลืนกัน

ดวงมณี จงรักษ์ (2549, หน้า 112) การให้การปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากทฤษฎีการให้การปรึกษาส่วนใหญ่ เป้าหมายที่เน้นคือ การสร้างสถานการณ์เงื่อนไข เพื่อให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกปลอดภัย รู้สึกปราศจากการประเมิน เงื่อนไขนี้ได้แก่ ความจริงแท้ของผู้ให้การปรึกษา การยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข และความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ซึ่งการที่ผู้รับการปรึกษาสามารถรับรู้ถึงคุณลักษณะดังกล่าว จากผู้ให้การปรึกษา (Reciprocity) จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้มีโอกาสทบทวนการรับรู้เกี่ยวกับคนเสียใหม่ ทำให้ตนกับประสบการณ์ มีความสอดคล้องกันกลายเป็นบุคคลใหม่ตามประสบการณ์ที่แท้จริง การที่ผู้รับการปรึกษาจะรู้จักตนเองได้อย่างแท้จริงนั้นสามารถตระหนักได้ว่าตนมีความรู้สึกระดับลึกอย่างไร ต่อประสบการณ์นั้น เป้าหมายอีกประการหนึ่งคือ การเน้นประสบการณ์ ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาโดยที่ผู้ให้การปรึกษาจะเน้นการสะท้อนความรู้สึกเพื่อให้ผู้รับการปรึกษามีสติสัมผัสกับอารมณ์ความรู้สึกให้มากที่สุด

สรุปได้ว่าเป้าหมายของการปรึกษาตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นการจัดหรือลดความทุกข์ทางอารมณ์และความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา โดยที่ผู้ให้การปรึกษาได้สร้างสัมพันธภาพอันดีให้เกิดกับผู้รับการปรึกษา ให้ผู้รับการปรึกษาได้ระบายความรู้สึกความคับข้องใจ หรือความขัดแย้งในใจตนออกมา อันจะนำไปสู่การพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ตามสภาพความเป็นจริง ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นการส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษาเป็นตัวของตัวเอง สามารถจัดการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม

8. องค์ประกอบของการปรึกษากลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 121-122) กล่าวว่าองค์ประกอบหลักที่สำคัญในการบำบัดแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อการพัฒนา ตามแนวคิดของโรเจอร์ มี 3 ประการ ดังนี้

8.1 ความจริงใจ (Genuineness) ความจริงใจของผู้นำกลุ่มเป็นองค์ประกอบที่สำคัญประการแรก หมายถึงความสามารถที่ผู้นำกลุ่มซึ่งทำหน้าที่ผู้เอื้ออำนวย ส่งเสริม สนับสนุน มีส่วนร่วมในกลุ่มในลักษณะที่เป็นบุคคลคนหนึ่ง ไม่แสดงความเป็นผู้รู้ ยิ่งผู้นำกลุ่มมีความจริงใจมากเท่าใด สมาชิกก็จะเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้มากเท่านั้น การแสดงออกของผู้นำกลุ่มต้องกลมกลืน เป็นจริงตามความรู้สึกของตน ในประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างการบำบัด นักบำบัดที่มีความจริงใจ ไม่แสร้งทำเป็นสนใจในสิ่งที่ไม่สนใจ ไม่แสร้งทำเป็นใส่ใจและเข้าใจ ไม่พูดสิ่งที่ไม่เต็มใจพูด ไม่เสแสร้งวางท่าทางเพื่อให้เกิดการยอมรับ ผู้นำกลุ่มที่มีความจริงใจสามารถปฏิบัติงานได้โดยไม่ต้องซ่อนอยู่ภายใต้บทบาทของนักบำบัด

8.2 การยอมรับโดยไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard and acceptance) การยอมรับโดยไม่มีเงื่อนไข เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอันดับสอง เน้นการยอมรับและเอื้ออาทร สมาชิกในกลุ่ม การที่ผู้นำกลุ่มแสดงเจตคติที่ดี ยอมรับสมาชิกโดยไม่ตัดสิน เป็นส่วนสำคัญ ในการบำบัด ช่วยให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลง เจตคติที่ดีต้องสื่อให้สมาชิกรับรู้โดยไม่มีเงื่อนไข ไม่ประเมิน ไม่ตัดสินความรู้สึกและความคิด กล่าวได้ว่าผู้นำกลุ่มให้คุณค่าและยอมรับสมาชิก โดยไม่มีข้อกำหนดหรือความคาดหวัง นักบำบัดจะยอมรับและให้คุณค่าผู้รับการบำบัดในฐานะที่เขาเป็นบุคคลหนึ่งซึ่งมีสิทธิในความเป็นตัวเขา โดยนักบำบัดจะยอมรับแต่อาจไม่เห็นด้วยกับ พฤติกรรมบางอย่าง

8.3 ความรู้สึกร่วม (Empathy) ความรู้สึกร่วมเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอันดับที่สาม ผู้นำกลุ่มต้องมีความเข้าใจประสบการณ์ความรู้สึกของสมาชิกอย่างแท้จริง และแสดงให้สมาชิก ได้รับรู้ถึงความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์และความรู้สึกนั้น ความสามารถของบุคคลในการแสดง ความรู้สึกโกรธ สนุกสนาน กลัวและรัก ความรู้สึกเหล่านี้จะช่วยให้เราเข้าใจผู้อื่นได้ง่ายขึ้น

9. กระบวนการกลุ่มของการปรึกษาแบบกลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 126-128) กล่าวว่าลักษณะของกระบวนการกลุ่มตาม ทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มี 15 แบบ โดยไม่เน้นลำดับขั้นตอนว่าพัฒนาการเปลี่ยนแปลง ต้องต่อเนื่องตามลำดับ แต่ละกลุ่มอาจมีลำดับขั้นในการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกัน ลักษณะของ กระบวนการทั้ง 15 แบบ มีดังนี้

9.1 ความสับสน ไม่แน่ใจในการเริ่มต้น เนื่องจากกลุ่มบุคคลเป็นศูนย์กลาง ผู้นำกลุ่ม จะไม่นำทางจึงอาจมีผลให้เกิดความสับสนในช่วงเริ่มกลุ่ม สมาชิกอาจรู้สึกอึดอัดและมองหาว่าใคร เป็นผู้ริเริ่ม ไม่ว่าจะเริ่มที่การกระทำหรือคำพูด สมาชิกอาจมีความสงสัยว่าใครเป็นผู้รับผิดชอบ เราจะเริ่มต้นกันอย่างไร

9.2 การต่อต้านการแสดงความรู้สึก สมาชิกจะเริ่มแสดงออกถึงความเป็นตนเอง เท่าที่คิดว่าผู้อื่นจะยอมรับได้ ขั้นนี้สมาชิกยังกลัวและไม่กล้าแสดงความเป็นตนเองอย่างที่เป็นจริง

9.3 การเริ่มเปิดเผยความรู้สึกในอดีต การเปิดเผยตนเองในขั้นตอนนี้ยังเป็นการกล่าวถึงเหตุการณ์ในอดีต สิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว เนื่องจากความไว้วางใจในกลุ่มยังไม่มากพอ ไม่กล้าเสี่ยงในการเปิดเผยตนเองมากนัก

9.4 การแสดงความรู้สึกในทางลบ เมื่อกลุ่มพัฒนาขึ้นการแสดงความรู้สึกจะเป็น การแสดงความรู้สึกที่เป็นปัจจุบันหรือที่นี้และเดี๋ยวนี้ การแสดงออกในขั้นนี้อาจเป็นการ โจมตีผู้นำ กลุ่มในการที่ไม่กำหนดแนวทางที่ต้องการ

9.5 การแสดงออกและการสำรวจอารมณ์ ความรู้สึกที่มีความหมาย การที่กลุ่มยอมรับ การแสดงออกในทางลบของสมาชิก ทำให้เกิดบรรยากาศความไว้วางใจซึ่งกันและกัน จะช่วยให้ สมาชิกกล้าเปิดเผยอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง ในขั้นนี้สมาชิกจะเริ่มเข้าใจว่าพลังกลุ่มเกิดจาก สมาชิกเองและได้เรียนรู้ประสบการณ์ของความมีอิสรภาพ

9.6 สมาชิกแสดงความรู้สึกที่แท้จริงอย่างเต็มที่ต่อสมาชิกภายในกลุ่ม

9.7 การพัฒนาความสามารถในการบำบัด เมื่อสมาชิกเริ่มเรียนรู้การสร้าง สัมพันธภาพกับผู้อื่น สามารถแสดงความรู้สึกเอื้ออาทร สนับสนุนให้กำลังใจ เข้าใจและ มีความห่วงใยต่อกัน เป็นการสร้างสัมพันธภาพในการช่วยเหลือภายในกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้สมาชิก สามารถนำประสบการณ์ไปใช้ในการดำเนินชีวิต

9.8 การยอมรับตนเองและเริ่มเปลี่ยนแปลง ขั้นนี้สมาชิกเริ่มเข้าใจตนเอง รับรู้ บางอย่างที่เคยมองข้ามหรือบิดเบือน เข้าใจความรู้สึกของตนเองมากขึ้น ยอมรับข้อดีและข้อด้อย ของตน เริ่มเห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลง

9.9 การฉีกหน้ากาก ขั้นนี้สมาชิกจะไม่สวมหน้ากากหรือเสแสร้ง กล้าแสดงออกถึง ความรู้สึกที่แท้จริง เปิดเผยตนเอง สมาชิกกลุ่มติดต่อสื่อสารกันอย่างลึกซึ้งและจริงใจ

9.10 ข้อมูลย้อนกลับ กระบวนการรับรู้ข้อมูลย้อนกลับ สมาชิกได้รับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับ ตนจากผู้อื่นและการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ข้อมูลต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้เกิด การหยั่งรู้ การตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง

9.11 การเผชิญหน้า เป็นขั้นที่สมาชิกแสดงอารมณ์และกล้าเปิดเผยความรู้สึกและ ความคิดอย่างตรงไปตรงมา การเผชิญหน้าเป็นขั้นที่ต่อเนื่องจากปฏิสัมพันธ์ในการให้ข้อมูล ย้อนกลับ

9.12 สัมพันธภาพในการช่วยเหลือที่ต่อเนื่องหลังจากการเข้ากลุ่ม ขั้นนี้สมาชิกจะ ติดต่อกันนอกเหนือจากเวลาที่มาเข้ากลุ่ม สัมพันธภาพที่ต่อเนื่องนี้เป็นการพัฒนาความสามารถ ในการบำบัดและการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

9.13 ความรู้สึกร่วม การที่สมาชิกได้ติดต่อสื่อสารกันอย่างลึกซึ้ง มีความคุ้นเคย ใกล้ชิดกันมากกว่าการรู้จักกันเพียงผิวเผิน มีความจริงใจต่อกัน ในขั้นนี้สมาชิกเรียนรู้สัมพันธภาพ ที่มีความหมาย มีความรู้สึกมีส่วนร่วม มีความผูกพันที่จะทำงานร่วมกันมุ่งสู่เป้าหมายเดียวกัน

9.14 การแสดงความรู้สึกใกล้ชิด พัฒนาการของกลุ่มในขั้นนี้เป็นการแสดง ความใกล้ชิด ความอบอุ่น ความรู้สึกที่จริงใจเกี่ยวกับตนเองและสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

9.15 การเปลี่ยนพฤติกรรมในกลุ่ม การที่สมาชิกรู้สึกคุ้นเคยและแสดงความรู้สึก อย่างเป็นทางการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม กิริยาท่าทางและการแสดงออก สมาชิกจะ

กล้าแสดงออกอย่างเปิดเผย แสดงความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมาเข้าใจตนเองมากขึ้น เรียนรู้วิธีการติดต่อกับผู้อื่นได้ดีขึ้น ถ้าการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มเป็นไปในทางที่ดี สมาชิกจะนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้

จากลำดับขั้นตอนข้างต้นจะเห็นว่ากระบวนการเคลื่อนไหวภายในกลุ่มดังกล่าว เป็นกระบวนการที่ไม่หยุดนิ่งตายตัว และไม่มีลำดับขั้นที่แน่นอนอาจเกิดขึ้นกลับไปกลับมา และเกิดความเกี่ยวกันจนไม่สามารถแยกได้ชัดเจน หรืออาจมีการชะงักอยู่ในขั้นใดขั้นหนึ่งเป็นเวลานาน ก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับคุณภาพของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มที่จะเอื้ออำนวยให้กระบวนการกลุ่มดำเนินไปอย่างไร

10. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาแบบกลุ่มทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

อนุรักษ์ อารีเอื้อ (2545) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดความวิตกกังวลของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมที่จะออกสู่สังคมภายนอกเรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างคือผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมที่จะพ้นโทษในปี พ.ศ. 2544-2545 ซึ่งมีความวิตกกังวลต่อการออกสู่สังคมภายนอกจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง กลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มที่ได้รับการแนะนำจากเจ้าหน้าที่เรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด เครื่องมือที่ใช้คือ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางและแบบวัดความวิตกกังวล ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยปรับปรุงมาจากแบบวัดความวิตกกังวลของสปีลเบอร์เกอร์ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมที่จะออกสู่สังคมภายนอกหลังได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีความวิตกกังวลโดยรวมลดลงจากเดิมจากระดับสูงมาอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีความวิตกกังวลโดยรวมอยู่ในระดับเดิมคือระดับสูง และกลุ่มผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมที่ได้รับการปรึกษามีความวิตกกังวลต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุวิมล ผู้ดี (2548) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความรู้สึกถึงคุณค่าในตนเองและภาวะอารมณ์ซึมเศร้าของผู้พยายามฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่พยายามฆ่าตัวตายและกำลังรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลกบินทร์บุรี จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 12 ราย ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน โดยกลุ่มทดลอง จะได้รับการปรึกษารายบุคคลแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง และกลุ่มควบคุมจะได้รับการดูแลตามวิธีปกติของทางโรงพยาบาล เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความรู้สึกถึงคุณค่าในตนเองและแบบวัดภาวะอารมณ์ซึมเศร้า แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือระยะก่อนการทดลอง

ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ถึงถึงคุณค่าในตนเองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีคะแนนภาวะอารมณ์ซึมเศร้าในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองและต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิชาติ แสวงบุญราศรี (2548) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความพึงพอใจในการทำงานของพนักงาน โรงงานอุตสาหกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงาน โรงงานอุตสาหกรรมที่มีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในการทำงานต่ำกว่า 3.5 คะแนน จำนวน 12 คน ทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามความพึงพอใจและไม่พึงพอใจในการทำงานและโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะคือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยให้การศึกษาจำนวน 11 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า พนักงานที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีความพึงพอใจในการทำงานสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพนักงานกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจในการทำงานในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิตรสุดา บุรี (2549) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาที่มีความวิตกกังวลสูงจำนวน 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ แบบวัดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง โดยทำการทดลอง 8 ครั้ง แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผลการวิจัยพบว่า ความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มทดลองที่ได้รับคำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เสาวณี เตะชะพัฒนาวงษ์ (2553) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค ที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุและโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่า

ในตนเองของผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิญา ทองปาน (2554) ศึกษาการเปรียบเทียบผลการให้การศึกษาแก่กลุ่มระหว่างทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางและทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 12 คน โดยการเลือกแบบเจาะจงจากกลุ่มที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระดับสูง แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน กลุ่มที่ 1 ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง กลุ่มที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เครื่องมือที่ใช้คือ แบบประเมินพฤติกรรมก้าวร้าวด้านวาจาและด้านร่างกาย โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางและ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางและกลุ่มที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีพฤติกรรมก้าวร้าวโดยรวมลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีดังกล่าวให้ผลการทดลองไม่แตกต่างกัน

จากเอกสารและงานวิจัยที่ได้ศึกษามาแล้วข้างต้น จะเห็นได้ว่าการศึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีอิทธิพลต่อกระบวนการกลุ่ม เนื่องจากกระบวนการกลุ่มสามารถพัฒนาไปในทิศทางที่กลุ่มต้องการ โดยเห็นได้จากงานวิจัยที่สามารถช่วยลดความวิตกกังวลของผู้ต้องขังคดียาเสพติดที่จะออกสู่สังคมภายนอก มีผลต่อความรู้สึกในการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นและลดภาวะอารมณ์ซึมเศร้าได้ ลดความวิตกกังวลได้ โดยผู้วิจัยเชื่อว่า การศึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในครั้งนี้จะสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้มากขึ้น อันจะนำไปสู่การช่วยเหลือผู้ติดสารเสพติดให้มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้กระจ่างขึ้น และเป็นแนวทางในการพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับหลักวิชาการทางจิตวิทยาการศึกษาได้

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับระบบศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพ็ชรพิทักษ์

ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพ็ชรพิทักษ์ มีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

1. สายการบังคับบัญชาในบ้านเพ็ชรพิทักษ์ (Chain of command)

การดูแลสมาชิกภายในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพ็ชรพิทักษ์ ผู้ดูแลสมาชิก (Staff) จะเป็นคนดูแลสมาชิกทั้งหมดตามลำดับชั้น ตั้งแต่ผู้ประสานงานสมาชิก (Co-ordinator)

ผู้สังเกตการณ์ (Chief) หัวหน้าทีม (Department) ผู้ตั้งการ (Expeditor) รองหัวหน้าทีม (Ram rod) ไปจนถึงสมาชิกที่ไม่มีตำแหน่งหน้าที่หรือสมาชิกทั่วไป (General worker)

2. ขั้นตอนการบำบัดรักษา

ขั้นตอนของการบำบัดแต่ละขั้นตอนจะต้องใช้เวลาในการฟื้นฟูตามระยะเวลาของโปรแกรมชุมชนบำบัด ผู้รับการบำบัดต้องเปิดเผยตัวเองด้วยความสมัครใจ เพื่อให้สามารถบรรลุถึงผลประโยชน์อันสูงสุดคือ “การค้นพบตัวเอง” และสามารถเข้าใจทุกความรู้สึกที่เกิดขึ้น สามารถแก้ไขตนเองได้โดยไม่หวนกลับไปใช้ยาเสพติดอีก โดยมีขั้นตอนการบำบัด 6 ขั้นตอน คือ

2.1 ขั้นตอนที่ 1 เตรียมเข้าสู่โปรแกรม (Pre-entry) 7-14 วัน เป็นการปฐมนิเทศผู้เข้ามาใหม่ ให้ผู้เข้ามาใหม่ได้เรียนรู้ระบบชุมชนบำบัด การทำความคุ้นเคยกับกิจกรรมกลุ่มบำบัด การพบปะพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ และเพื่อนสมาชิก เพื่อสร้างความคุ้นเคยและความไว้วางใจ

2.2 ขั้นตอนที่ 2 จูงใจ (Motivation) 0-3 เดือน ช่วงนี้เป็นช่วงระยะเวลาที่สมาชิกมีสถานะสองจิตสองใจ กล่าวคือใจหนึ่งอยากจะเลิก ใจหนึ่งอยากจะเสพ ขั้นตอนการบำบัดในช่วงระยะเวลานี้ จึงเป็นช่วงที่สำคัญที่สุดในการ “ชักจูงจิตใจ” เพื่อให้สมาชิกให้มีความตั้งใจที่จะเลิกยาเสพติดอย่างจริงจัง

2.3 ขั้นตอนที่ 3 เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Behaviour modification) 4-1 เดือน ขั้นตอนนี้มุ่งเน้นในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ ในตัวสมาชิกเพื่อให้สังคมยอมรับ เปลี่ยนแปลงแนวทางการดำเนินชีวิต และให้สมาชิกได้เรียนรู้ว่าตนเองเท่านั้นคือผู้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง

2.4 ขั้นตอนที่ 4 เตรียมกลับสู่สังคม (Pre re-entry) 13-16 เดือน ขั้นตอนนี้มุ่งเน้นให้สมาชิกรู้จักรับผิดชอบต่อตนเองและงานที่ได้รับมอบหมาย เริ่มต้นวางแผนอนาคต ค้นหาจุดอ่อนและข้อบกพร่อง สมาชิกจะต้องรับผิดชอบตนเองและงานที่ได้รับมอบหมาย พร้อมทั้งทำกิจกรรมควบคู่ไปด้วย รวมทั้งการเป็นแบบอย่างที่ดี (Role model) เพื่อเป็นประโยชน์ในการเตรียมตัวก่อนที่จะเข้าสู่สังคม และไม่หวนกลับไปใช้ยาเสพติดอีก

2.5 ขั้นตอนที่ 5 การกลับสู่สังคม (Re-entry) ระยะเวลา 6 เดือน สมาชิกจะเริ่มก้าวสู่สังคม เริ่มต้นคิดและวางแผนอนาคต เจ้าหน้าที่จะเป็นผู้ชี้แนะให้สมาชิกในการตัดสินใจและวางแผนอนาคตตัวเอง

2.6 ขั้นตอนที่ 6 การติดตามผล (Follow up) ระยะเวลา 1 ปี เป็นระยะของการดูแลและติดตามผลตัวสมาชิกภายหลังจากที่จบขั้นตอนการบำบัดจากภายในชุมชน สมาชิกจะต้องกลับมาพบปะพูดคุย เพื่อรายงานว่าได้ทำอะไรบ้าง มีปัญหาเกิดขึ้นหรือไม่ โดยเป็นการพบปะพูดคุยกันในกลุ่มสมาชิก มีเจ้าหน้าที่คอยให้การปรึกษาและแนะนำ

3. กิจกรรมหลักในการบำบัดรักษา (Tools of the house)

3.1 การสัมภาษณ์ (Emotion interview) สมาชิกใหม่จะได้รับการซักถามและแสดงความรู้สึก มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกได้ศึกษาพฤติกรรมของตนเองตอนใช้ยาเสพติด

3.2 การเตรียมการประชุมเช้า (Pre-morning meeting) การเตรียมการก่อนมีการประชุมเช้า สมาชิกทุกคนต้องมีส่วนร่วม

3.3 การประชุมเช้า (Morning meeting) เป็นการประชุมกลุ่มสมาชิกทั้งหมดในตอนเช้า ให้สมาชิกที่มีส่วนเกี่ยวข้องนำความรู้สึกหรือการกระทำผิดในวันที่ผ่านมาของแต่ละคนขึ้นมาพูดให้แก่กลุ่มรับทราบ โดยเน้นหนักให้สมาชิกมีความซื่อสัตย์ ความมั่นใจ ความไว้วางใจ และมีความรับผิดชอบร่วมกัน

3.4 การสัมมนา (Seminar) เป็นการจัดสัมมนาให้สมาชิกได้พูดถึงเรื่องราวในหัวข้อต่าง ๆ โดยกำหนดหัวข้อขึ้นมา เพื่อให้สมาชิกได้มีการเรียนรู้ และมีโอกาสถ่ายทอดแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่อกันรวมทั้งเกิดทัศนคติและความเข้าใจที่แตกต่างกันออกไป

3.5 กลุ่มระบายความรู้สึก (Encounter group) เป็นกิจกรรมหลักที่จัดให้สมาชิกได้เข้ากลุ่มเพื่อพัฒนาตนเองในด้านจิตใจและอารมณ์ความรู้สึก (Emotion quotient) เพื่อให้สมาชิกมีความสามารถที่จะรับรู้ความรู้สึก อารมณ์ ความคิด ทัศนคติ มีความชำนาญในการติดต่อ ถ่ายทอดแลกเปลี่ยน มีความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.6 กลุ่มสอบถาม (Peer confrontation group) เมื่อมีข้อบกพร่องเกิดขึ้นหรือเกิดปัญหากับสมาชิกคนใดคนหนึ่ง สมาชิกอีกคนจะเข้าไปพูดคุยสอบถามถึงปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวสมาชิกว่าเกิดจากสาเหตุใด และการปรับพฤติกรรมใหม่โดยไม่ใช่อารมณ์

3.7 การตัดเตือน (Hair cut) เป็นการใช้คำพูดตัดเตือน (Verbal hair cut) ต่อสมาชิกที่กระทำผิด พูดกันด้วยเหตุผล ว่าสิ่งใดผิด สิ่งใดถูก และจะแก้ไขอย่างไรกับคำนิยาม ทัศนคติและความรู้สึกในทางที่ถูกต้อง

3.8 การลงเรียนประสบการณ์ (Learning experience) วิธีนี้จะใช้เมื่อกิจกรรมอื่น ๆ เช่นการพูด (Spoken to) พูดเผชิญหน้า (Encounter) และการตัดเตือน (Hair cut) มาแล้วไม่ได้ผล

3.9 การประชุมทั้งบ้าน (House meeting) เป็นการประชุมหมดทั้งบ้านเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น พฤติกรรมของสมาชิก ซึ่งเป็นการแสดงความรัก ความห่วงใย และเพื่อให้สมาชิกทั้งหมดรับรู้ในเหตุการณ์ที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นภายในบ้าน

3.10 การประชุมทั่วไป (General meeting) เป็นการประชุมเพื่อปรึกษาหารือ เช่น การต้อนรับผู้มาเยือน การจัดงาน หรือการจัดกิจกรรมใด ๆ

3.11 การประชุมแบบต่อเนื่อง (Extended group) เป็นกลุ่มของสมาชิกประมาณ 8-14 คน ภายใต้การดูแลของเจ้าหน้าที่

3.12 การทำกลุ่มประชุมผู้ปกครอง (Parents meeting) เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มผู้ปกครอง สมาชิก และเจ้าหน้าที่ เพื่อให้ผู้ปกครองได้รับทราบถึงปัญหาของสมาชิก และร่วมกันแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

3.13 กิจกรรมนอกสถานที่ (Outing) เพื่อให้สมาชิกมีมุมมอง วิสัยทัศน์ที่กว้างไกล และให้สมาชิกเกิดความรัก ความสามัคคี ช่วยเหลือกันให้มากขึ้น

3.14 กิจกรรมกลุ่มพิเศษต่าง ๆ (Special group) เพื่อให้สมาชิกมีความรู้ในเนื้อหาสาระต่าง ๆ ในการดำรงชีวิต โดยจะมีการเชิญผู้เชี่ยวชาญ จากองค์กรต่าง ๆ มาเป็นวิทยากรให้ความรู้แก่สมาชิก

4. ระบบการตกเตียงและการลงเรียนประสบการณ์

เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดสามารถกล่าวตักเตือนสมาชิก โดยมีระบบขั้นตอนในการตักเตือน ดังนี้

Dealt with ผู้ดูแลสมาชิกร่วมกับสมาชิกอีก 1 คน ดำเนินการตักเตือน

Spoken to ผู้ดูแลสมาชิกร่วมกับสมาชิกอีก 2 คน ดำเนินการตักเตือน

Verbal haircut ผู้ดูแลสมาชิกร่วมกับสมาชิกอีก 4 คน ดำเนินการตักเตือน

Job evaluation ผู้ดูแลสมาชิกร่วมกับสมาชิกอีก 2 คน ดำเนินการสอบถามก่อน

เปลี่ยนแปลงหน้าที่

Sent to ส่งไปล้างถ้วยชาม หรือทำอะไรบางอย่างหนึ่งเป็นครั้ง ๆ

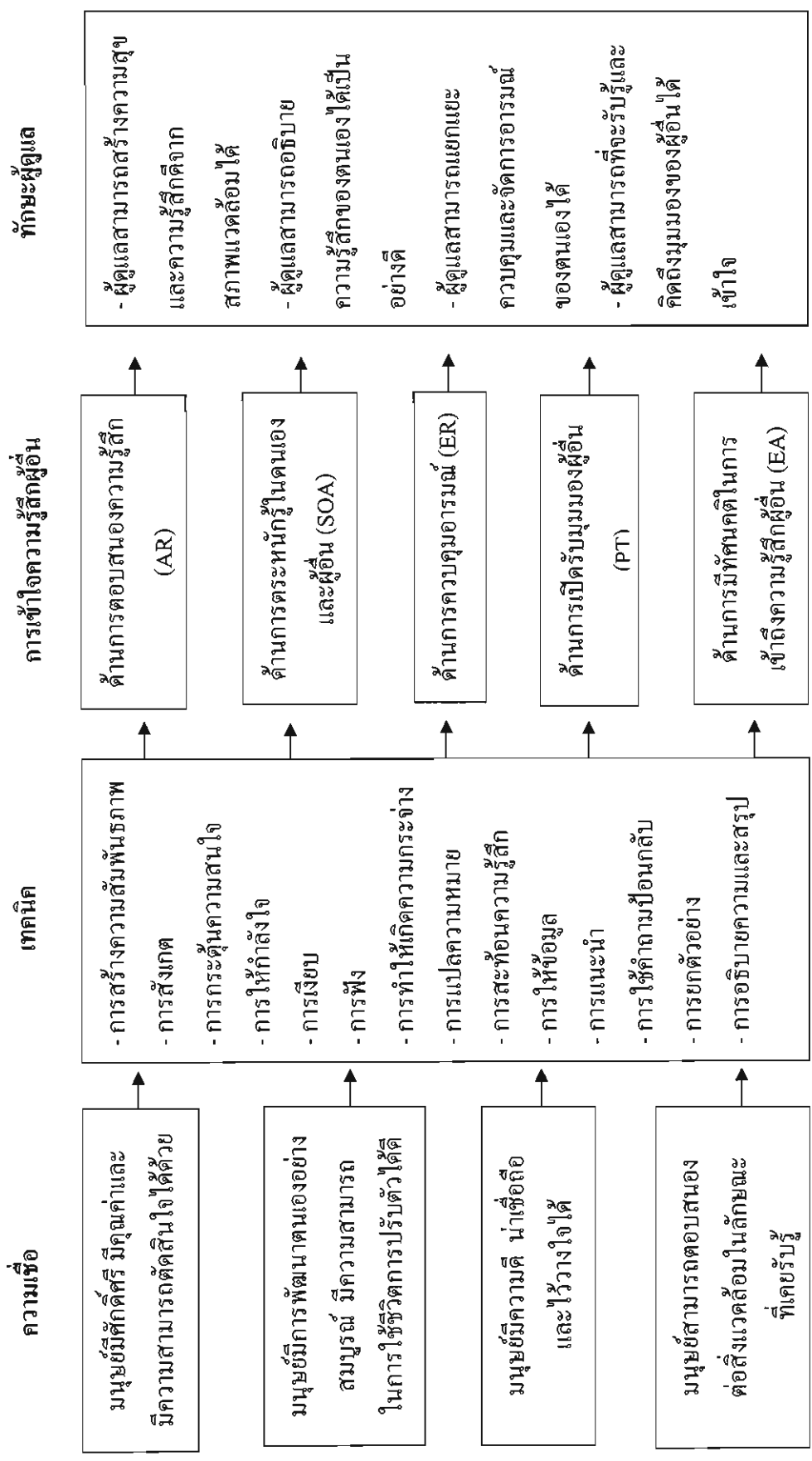
Shut down ส่งไปล้างถ้วยชามเพียงอย่างเดียวหรือเป็นอะไหล่ของบ้าน โดยจะต้องทำทุกอย่างที่ถูกส่งลงไป เช่น ล้างห้องน้ำ ตัดหญ้า จะสามารถปลดได้ต่อเมื่อมีการประเมินผลแล้วเท่านั้น

การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดมิใช่เพียงแค่การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดให้เลิกเสพเท่านั้น หากยังรวมไปถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในส่วนที่เป็นข้อบกพร่องของผู้ติดยาเสพติด ด้วยโปรแกรมของชุมชนบำบัดจะใช้เวลานานประมาณ 12-18 เดือน สมาชิกจะได้เรียนรู้จากพฤติกรรมและความรู้สึกต่าง ๆ ของตัวเองที่เกิดขึ้นกับตนเอง ครอบครัวยุติธรรมรอบข้าง รวมทั้งแก้ไขในทางที่ถูกต้อง โดยไม่ต้องพึ่งพายาเสพติดอีกต่อไป

ดังนั้นในการการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดให้ได้ผลดี ควรที่จะต้องมีผู้ให้การปรึกษาหรือเจ้าหน้าที่ที่มีทักษะในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เพื่อการรับรู้และตอบสนองความรู้สึกของผู้ติดยาเสพติด สามารถชี้แนะหรือให้การปรึกษาได้ตรงจุด ฉะนั้นควรที่จะต้อง

พัฒนาทักษะการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ให้มีความรู้ความเข้าใจให้มากขึ้น

จากเอกสารทั้งหมดจะเห็นได้กลุ่มผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดจะต้องได้รับการพัฒนาด้านการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ทั้งนี้การพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) สามารถพัฒนาได้ด้วย หลักการปรึกษาทางจิตวิทยาโดยเฉพาะการปรึกษาแบบยึดบุคคล เป็นศูนย์กลาง เนื่องจากการปรึกษาตามทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่า มนุษย์มีศักยภาพ มีความสามารถในตัวเอง อีกทั้งกระบวนการดังกล่าวยังมีเทคนิคที่หลากหลายสามารถช่วยให้บุคคลเกิดการพัฒนาความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น สรุปได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กระบวนการปรึกษากลุ่มแบบยี่ตมบุคคลเป็นศูนย์กลาง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล
5. การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ จำนวน 12 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง โดยมีขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.1 ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดทั้งหมดของศูนย์ฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ให้รับทราบ

2.2 เมื่อได้รับการตอบรับจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดที่สนใจสมัครเข้าร่วมการวิจัย จึงทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) โดยใช้แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI)

2.3 ตรวจสอบคะแนนของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดที่ได้ทำแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI) ติดต่อกับเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดเพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม โดยใช้พื้นฐานทักษะการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง พบว่ามีเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด จำนวน 12 คน

2.4 แจ้งให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดที่เป็นกลุ่มตัวอย่างรับทราบและกรอกเอกสารการยินยอมเข้าร่วมการวิจัย พร้อมทั้งนัดหมายวันเวลาและสถานที่ในการปรึกษากลุ่มโดยใช้พื้นฐานทักษะการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI)
2. โปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพของเครื่องมือ

มีขั้นตอนในการดำเนินการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพของเครื่องมือดังนี้

 1. แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI) ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้
 - 1.1 ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น
 - 1.2 ศึกษาแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น จากเอกสารฉบับภาษาอังกฤษ ที่พัฒนาขึ้นโดย Lietz et al. (2011) และสร้างเครื่องมือ
 - 1.3 สร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับองค์ประกอบของการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI) ทั้ง 5 ด้าน ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา ตามองค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน

ตารางที่ 1 องค์ประกอบแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

องค์ประกอบ	ข้อคำถาม
1. ด้านการตอบสนองความรู้สึก (Affective response: AR)	5, 7, 14
2. ด้านการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น (Self-other awareness: SOA)	4, 6, 9
3. ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotion regulation: ER)	8, 11, 12, 16
4. ด้านการเปิดรับมุมมองผู้อื่น (Perspective taking: PT)	1, 10, 13, 17
5. ด้านการมีทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathic attitudes: EA)	2, 3, 15

ลักษณะแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น เป็นแบบมาตราส่วน
ประมาณค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ ไม่เคย (Never) ไปจนถึง เป็นประจำ (Always)
ตัวอย่างข้อคำถาม

ข้อ 0) ฉันเป็นคนเปิดเผยที่ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

ไม่เคย _____ เป็นประจำ

1.4 พัฒนาแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น เป็นฉบับภาษาไทย
ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

1.5 นำโครงร่างแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น
(ฉบับภาษาไทย) ไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา
(ภาคผนวก)

1.6 นำผลการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน มาวิเคราะห์หาค่าดัชนีความ
สอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม (IOC: Item objective congruence index)
แล้วดำเนินการแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ได้ค่า IOC เท่ากับ 0.7-0.8

1.7 ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น ไปทดลองใช้
(Try out) กับผู้ติดยาเสพติด จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเที่ยงของแบบวัด โดยการให้แบบวัดผู้
ต้องอ่านข้อความจากแบบวัด และเลือกคำตอบที่มีไว้ให้เลือกเพียงคำตอบเดียว และเนื่องจากแบบ
วัดนี้เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ ไม่เคย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง
(Sometimes) บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always) ผู้วิจัยได้ให้คะแนน
เป็นลำดับตั้งแต่ 0 หากตอบว่า ไม่เคย (Never) ไปจนถึง 5 หากตอบว่า เป็นประจำ (Always) โดยใช้
เวลาในการทำแบบวัด 30 นาที ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ค่าความเที่ยงด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา
ของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78

1.8 นำผลการประเมินมาหาค่าความเที่ยง ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา
ของครอนบาค



ภาพที่ 2 สรุปขั้นตอนการพัฒนาแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

2. โปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคล เป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

2.1 ผู้วิจัยวิเคราะห์สภาพปัญหาในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด ของศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

2.2 ผู้วิจัยศึกษาแนวคิด องค์ประกอบของความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น และแนวคิดเกี่ยวกับทักษะการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

2.3 ผู้วิจัยออกแบบร่างโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น ด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ก่อนนำโปรแกรมฉบับร่างไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบ

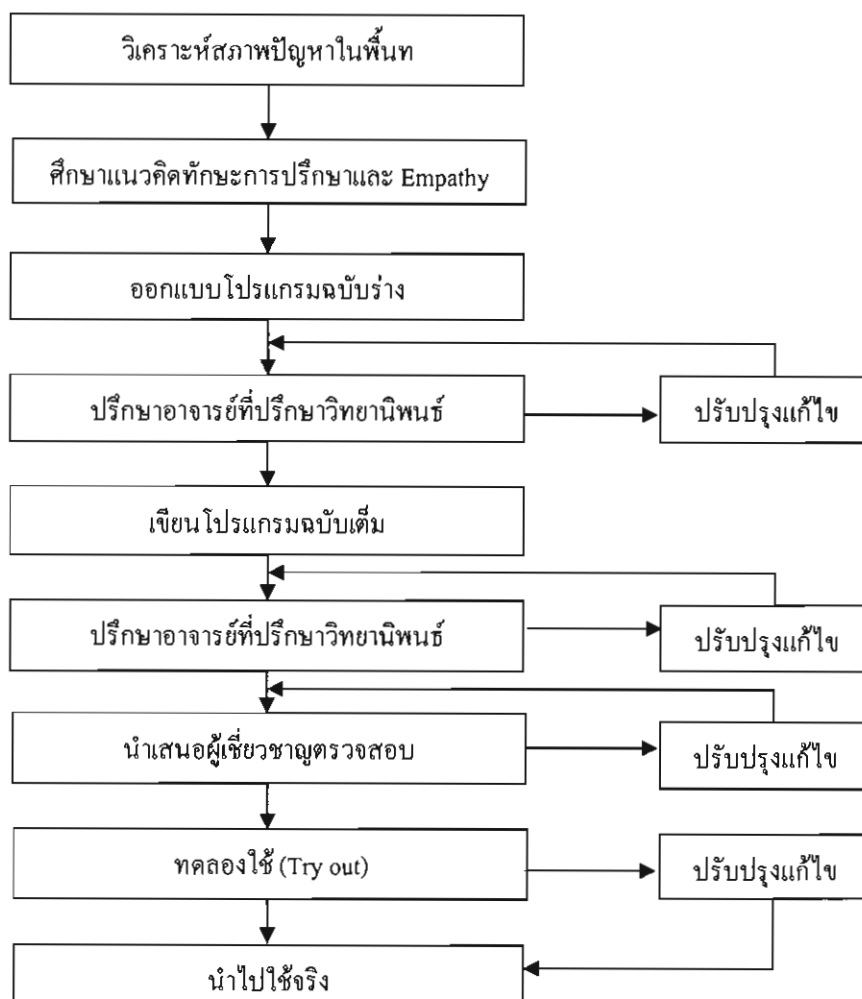
ความถูกต้องของเนื้อหาและความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย แล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

2.4 ผู้วิจัยเขียนโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดฉบับเดิม

2.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณธุ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์ และ ดร.คณดาว ปุณณานนท์ ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.6 นำโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญไปปรับปรุงภายใต้การดูแลของประธานควบคุมวิทยานิพนธ์

2.7 นำโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดที่ผ่านการปรับปรุงแล้ว ไปทดลอง (Try out) กับเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบการใช้ภาษาที่เหมาะสม และความเข้าใจในเนื้อหา



ภาพที่ 3 สรุปขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นตอนดำเนินการ

1. ดำเนินการวิเคราะห์สภาพปัญหาและการปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแล

ผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

2. พัฒนาเครื่องมือวิจัย ประกอบด้วย แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก

ผู้อื่น และ โปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดุนกคด

เป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นดำเนินการทดลอง ดำเนินการตามแบบแผนการทดลองแบบวัดซ้ำ ดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อสัมพันธภาพพร้อมทั้งทบทวนวัตถุประสงค์ของการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่คนบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด และกำหนดข้อตกลงร่วมกัน

1.2 ผู้วิจัยนำแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบ โดยคะแนนจากการทดสอบครั้งนี้ถือเป็นคะแนนทดสอบระยะก่อนการทดลอง (Pretest)

2. ระยะทดลอง

2.1 ดำเนินการตามโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่คนบุคคลเป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด โดยใช้ระยะเวลา 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที รวมเป็นเวลาทั้งสิ้น 12 ครั้ง โดยดำเนินการวิจัยตามแบบแผนการทดลององค์ประกอบเดียวแบบวัดซ้ำ (Single-factor experimental having repeated measures on the same elements) (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 222) เพื่อศึกษาผลการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ดังแสดงในตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 2 แบบแผนการทดลองของการวิจัย

คนที่	การปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง			คะแนนรวม	ค่าเฉลี่ย
	ทดสอบก่อน	ทดสอบหลัง	ติดตามผล		
1	X_{11}	X_{12}	X_{13}	P_1	\bar{X}_1
2	X_{21}	X_{22}	X_{23}	P_2	\bar{X}_2
3	X_{31}	X_{32}	X_{33}	P_3	\bar{X}_3
.
.
.
n	X_{n1}	X_{n2}	X_{n3}	P_n	\bar{X}_n
คะแนน	T_1	T_2	T_3	G	
รวม					
ค่าเฉลี่ย	\bar{T}_1	\bar{T}_2	\bar{T}_3		\bar{G}

สัญลักษณ์

X หมายถึง คะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของแต่ละคน

P หมายถึง คะแนนรวมความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของแต่ละคน

G หมายถึง ผลรวมของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

T_1 หมายถึง ผลรวมของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

ในช่วงทดสอบก่อน

T_2 หมายถึง ผลรวมของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

ในช่วงทดสอบหลัง

T_3 หมายถึง ผลรวมของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

ในช่วงติดตามผล

\bar{T}_1 หมายถึง ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

ในช่วงทดสอบก่อน

\bar{T}_2 หมายถึง ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

ในช่วงทดสอบหลัง

\bar{T}_i หมายถึง ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น ในช่วงติดตามผล

\bar{G} หมายถึง ค่าเฉลี่ยของผลรวมของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

2.2 เมื่อเสร็จสิ้น โปรแกรม ผู้วิจัยนำแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบ โดยผลการทดสอบที่ได้ถือเป็นคะแนนการทดสอบในระยะหลังการทดลอง (Posttest)

3. ชั้นติดตามผล

ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างภายหลังดำเนินการทดลองเสร็จสิ้นแล้วเป็นเวลา 3 สัปดาห์ เพื่อประเมินผลการเปลี่ยนแปลงทางด้านการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยผลการทดสอบที่ได้ถือเป็นคะแนนการทดสอบในระยะติดตามผล (Follow up)

ตารางที่ 3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

สัปดาห์ที่	1	2-5	6	7	8	9
การดำเนินการทดลอง	ทดสอบก่อน (Pretest)	ดำเนินการตามโปรแกรม 12 ครั้งและทดสอบหลัง (Posttest)	—————>			ติดตามผล (Follow up)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการเก็บข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ดังนั้นการวิเคราะห์ผลการวิจัยจึงประกอบด้วย การวิเคราะห์ 2 ส่วนดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

1.1 ใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

1.2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated measure analysis of variance) เพื่อตรวจสอบผลตามสมมติฐาน โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น ใน 3 ระยะ คือ ก่อนทดลอง หลังทดลอง

และติดตามผล หากพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะนำคะแนนเฉลี่ย ไปเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni

2. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ เพื่อใช้ในการอภิปรายร่วมกับการเสนอผลวิเคราะห์เชิงปริมาณ

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ก่อนการทำการเก็บข้อมูลต่าง ๆ ผู้วิจัยได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย และได้มีการขออนุญาตจากจากศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ตามลำดับขั้นตอนอย่างเป็นทางการ การวิจัยจะไม่เกิดผลเสียหายหรือผลกระทบต่อสิทธิ เสรีภาพ สภาพร่างกาย จิตใจ สังคมและการดำเนินชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้ผู้ให้ข้อมูลทราบถึงสิทธิ์ที่จะเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมวิจัยตามความสมัครใจ โดยการลงนามเป็นลายลักษณ์อักษรในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะเปลี่ยนใจในระหว่างการดำเนินการวิจัยได้ โดยสามารถหยุดการทดลองและถอนตัวได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ข้อมูลส่วนตัวจะไม่ถูกเปิดเผย การนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์และปัญหาจะเสนอในภาพรวม และเมื่อวิเคราะห์ข้อมูลเรียบร้อยแล้ว ข้อมูลดิบของกลุ่มตัวอย่างจะถูกทำลายทันที นอกจากนี้ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างได้ซักถามข้อสงสัยเพิ่มเติมจนกระทั่งเข้าใจและมีเวลาในการคิดทบทวนก่อนตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจ

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการแปลความหมายของผลการทดลองและการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ต่าง ๆ แทนความหมายต่อไปนี้

- \bar{X} แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean)
- SD แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
- Df แทน ระดับชั้นของความเป็นอิสระ
- SS แทน ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of squares)
- MS แทน ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนนเฉลี่ย (Mean of squares)
- MD แทน ผลต่างของค่าเฉลี่ย (Mean difference)
- F แทน ค่าที่ใช้พิจารณาใน F -distribution
- $Sig.$ แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05
- $Std. Error$ แทน ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standard error)

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

1. คะแนน ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

2. ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ด้วยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated measures analysis of variance)

3. ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการวิเคราะห์คะแนนจากแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI) ผู้วิจัยได้นำคะแนนจากแบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น สรุปเป็นตารางและแผนภูมิภาพ ดังต่อไปนี้

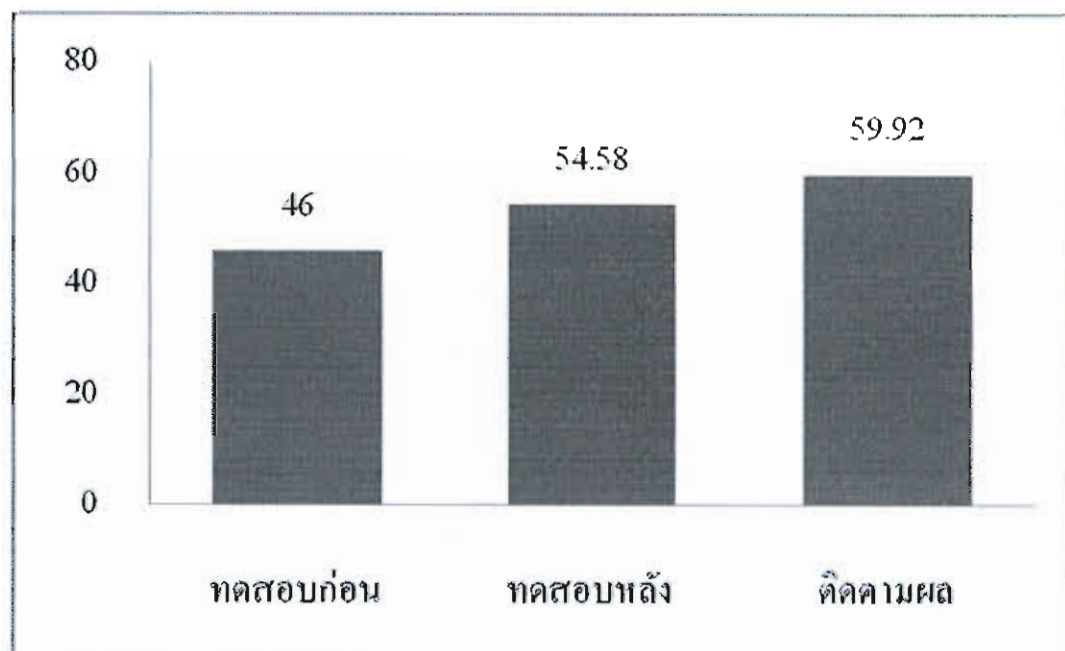
ตารางที่ 4 คะแนน ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด บ้านเพชรพิทักษ์

คนที่	ระยะเวลาการทดสอบ		
	ทดสอบก่อน	ทดสอบหลัง	ติดตามผล
1	58	66	70
2	48	57	62
3	44	50	55
4	51	56	57
5	49	57	68
6	52	58	62
7	46	57	66
8	22	39	58
9	50	50	50
10	52	52	56
11	30	53	53
12	50	60	62
รวม	552	655	719
ค่าเฉลี่ย	46.00	54.58	59.92
SD	10.10	6.64	6.14

จากตารางที่ 4 พบว่าในระยะก่อนการทดลอง เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น 552 คะแนน คิดเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 46 คะแนน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 10.10

ในระยะหลังการทดลอง เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น 655 คะแนน คิดเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 54.58 คะแนน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.64 ในระยะติดตามผล เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีคะแนนความสามารถ

ในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น 719 คะแนน คิดเป็นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 59.92 คะแนน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.14



ภาพที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น พบว่าเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 54.58 มีค่าสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง 8.58 และในระยะติดตามผลเท่ากับ 59.92 สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง 13.92

2. ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ด้วยการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

ตารางที่ 5 ผลการการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนแบบวัดซ้ำของคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์

Source of variation	df	SS	MS	F	p	ES
Between subject	11	1420.33	129.12			
Interval	2	1183.17	591.58	21.64*	.000	.663
Error	22	601.50	27.34			
Total	35	3205.00				

* $p < .05$

จากตารางที่ 5 พบว่าเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ที่ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะพื้นฐานทางจิตวิทยาการปรึกษากลุ่มในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และมีขนาดอิทธิพล ร้อยละ 66.3

3. ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติตสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติตยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนประเมินความสามารถในการเข้าใจ
 ความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล
 ของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์
 ด้วยวิธีทดสอบแบบ Bonferroni

ความแตกต่างรายคู่	Mean Difference	Std. Error	<i>p</i>
Posttest-Pretest	8.58*	1.87	.002
Follow up-Pretest	13.92*	2.78	.001
Follow up-Posttest	5.33*	1.57	.018

**p* < .05 Adjustment for multiple comparisons: Bonferroni.

จากตารางที่ 6 พบว่าคะแนนความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของเจ้าหน้าที่
 ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ในระยะหลัง
 การทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (*p* < .05)
 และระยะติดตามผลสูงกว่าหลังทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (*p* < .05) เช่นกัน

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติด โดยการเปรียบเทียบความสามารถในการเข้าใจผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล ที่ได้รับการการปรึกษาตามโปรแกรมการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะพื้นฐานทางจิตวิทยาการปรึกษากลุ่มแบบยี่คนบุคคลเป็นศูนย์กลาง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ จำนวน 12 คน ผู้วิจัยใช้แบบแผนการทดลององค์ประกอบเดียวแบบวัดซ้ำ (Single-factor experimental having repeated measures on the same elements) เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy assessment index: EAI) แบ่งออกเป็น 5 ด้าน คือ ด้านการตอบสนองความรู้สึก (Affective response: AR) ด้านการตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น (Self-other awareness: SOA) ด้านการควบคุมอารมณ์ (Emotion regulation: ER) ด้านการเปิดรับมุมมองผู้อื่น (Perspective taking: PT) และด้านการมีทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathic attitudes: EA) และโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่คนบุคคลเป็นศูนย์กลาง กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมจำนวน 12 ครั้ง และได้รับการประเมินการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล จากนั้นผู้วิจัยจึงนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated measures analysis of variance) และเมื่อพบความแตกต่างทำการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni โดยมีสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง
2. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิจัย

1. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น
ในระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดที่ได้รับการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจ
ความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะพื้นฐานทางจิตวิทยาการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมี
ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังตารางที่ 5) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 นั้นแสดงว่า
การให้คำปรึกษาตามโปรแกรมการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นโดยใช้
ทักษะการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ช่วยให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดสามารถ
เข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้มากขึ้นในระยะหลังการทดลอง ทั้งนี้เพราะกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม
แบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางช่วยให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดสามารถเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น
ได้มากขึ้น ทำให้เจ้าหน้าที่ที่มีความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งเป็นพฤติกรรมทางสังคมที่มีความสำคัญและ
เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมจริยธรรมของบุคคลไปพร้อมกับการลดอคติและความ
ก้าวร้าว สามารถตอบสนองความรู้สึกของผู้อื่น สามารถเข้าถึงอารมณ์และความรู้สึกของคนอื่น
มีความเมตตาสงสาร เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความลำบาก ความทรมาน และเกิดความรู้สึกเข้าใจ เห็นใจ
ทำให้เจ้าหน้าที่สามารถเข้าถึงความรู้สึกของผู้อื่นทั้งในทางบวกและทางลบ (Sezov, 2002) รวมทั้ง
สามารถเพิ่มความตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น เพิ่มการควบคุมอารมณ์เมื่อเจอกับเหตุการณ์ต่าง ๆ
ซึ่งพิจารณาได้จากการที่เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดมีเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน มากขึ้น กล่าวเปิดเผย
ตนเอง กล่าวเล่าเรื่องราวของตนเอง เกิดความไว้วางใจกลุ่มมากขึ้น กล่าวบอกเล่าเกี่ยวกับความรู้สึก
ในอดีต (Description of past feeling) กล่าวแสดงความรู้สึกในทั้งทางบวกและทางลบของตนเอง
ยกตัวอย่าง เช่น

กรณีของผู้นำกลุ่ม ได้เริ่มต้นการให้การศึกษาโดยการกล่าวชี้แจงรายละเอียดการเข้า
ร่วมกลุ่ม และเริ่มต้นด้วยการเล่าเรื่องราวของตนเองให้สมาชิกกลุ่มรับทราบอย่างเปิดเผยพร้อมกับ
ตอบข้อซักถามด้วยความเต็มใจ สมาชิกกลุ่มได้ซักถามข้อสงสัยเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะกรณีที่
ผู้นำกลุ่มพูดถึงการที่ถูกพ่อลงโทษในวัยเด็ก สมาชิกชายคนหนึ่งกล่าวว่า “จากเหตุการณ์นี้ ทำให้
คุณรู้สึกตกใจมากเพราะมันรุนแรงเกินกว่าที่คุณคาดไว้ซะไหม” หลังจากนั้นสมาชิกคนอื่น ๆ ก็เริ่ม
เล่าเรื่องราวของตนเองเพื่อให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ได้รับรู้ร่วมกันอย่างเปิดเผย ไม่ปิดบัง สมาชิก
หลายท่านได้กล่าวถึงเรื่องราวที่ได้รับฟังว่า หากตนเองอยู่ในเหตุการณ์นั้น ๆ จะรู้สึกแบบนี้ และได้

ย้อนถามไปยังสมาชิกที่เล่าเรื่องราว รู้สึกเหมือนที่ตนเองพูดใช่หรือไม่ เป็นต้น ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นว่าสมาชิกกลุ่มได้รับรู้ เข้าใจความรู้สึกของสมาชิกด้วยกัน เป็นการแสดงออกถึงการตอบสนอง ความรู้สึกของผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ซึ่งการสร้างสัมพันธ์ภาพในการปรึกษากลุ่มถือเป็นทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เนื่องจากจะช่วยเอื้ออำนวยให้เกิดบรรยากาศความไว้วางใจและความร่วมมือร่วมใจในการทำงานร่วมกันระหว่างผู้ให้การปรึกษากับ ผู้รับการปรึกษา อันจะเป็นรากฐานที่จำเป็นที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดี ในตัวผู้รับการปรึกษาคือ เมื่อสมาชิกเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน บรรยากาศของกลุ่มได้ กระตุ้นให้สมาชิกเปิดเผยประสบการณ์ในอดีตของตน ดังกรณีต่อไปนี้

กรณีของเตี้ยง (นามสมมติ) เป็นชายวัยกลางคน รูปร่างสูงใหญ่ ก่อนข้างท่วม พูดจาเสียงดัง มีความเป็นตัวของตัวเองสูง ได้เล่าเรื่องราวของตนเองว่าโตมาจากครอบครัวคนจีน มีครอบครัวที่อบอุ่น บ้านมีฐานะดี เป็นคนที่เรียนดีจึงเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ ที่โรงเรียนและชุมชนแถวบ้าน ไม่เคยคิดว่าชีวิตจะตกต่ำขนาดนี้ แต่เนื่องจากที่บ้านธุรกิจล้มเหลว ตนเองถูกจับและติดคุก 6 เดือน เข้า ออก ศูนย์บำบัดมาตลอดระยะเวลาเกือบ 20 ปี หลังจากออกมาใช้ชีวิตคนเดียวมาตลอด จนคุณย่าเสียชีวิตและอีก 7 วันต่อมาคุณแม่ก็เสียชีวิต ทำให้ตนเองรับความรู้สึกสูญเสียไม่ไหว หันกลับไปใช้ชีวิตอีกครั้ง จนเมื่อได้มีโอกาสไปทำงานใน ปปส. และถูกส่งไปฝึกงานที่ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อกลับมาจึงได้มาทำงานที่โรงพยาบาลรัฐแพทย์ ก่อนจะได้มาทำงานที่สถานบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดบ้านเพียรพิทักษ์ แห่งนี้ ซึ่งได้กล่าวภายหลังจากการฝึกอบรมว่า “หลังจากที่ได้เจอกับผู้นำกลุ่มและได้รับการชักชวนให้มาทำหน้าที่เป็นเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติด ทำให้รู้สึกดีใจมาก ภาคภูมิใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามีความสำคัญ สามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้มากขึ้น” ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Archer and Kagan (1973) ที่ได้ค้นคว้าศึกษาเกี่ยวกับทักษะของการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) ว่าสามารถเรียนรู้ได้วัยกลางคน และโปรแกรมของการอบรมทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคลซึ่งใช้เวลาในการอบรมอย่างน้อย 100 ชั่วโมง สามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) เช่น การวัดค่าความอ่อนไหวทางด้านอารมณ์ (Affective sensitivity scale) ได้

กรณีของเชียร (นามสมมติ) เป็นชายวัยกลางคน รูปร่างสูง ผิวกวาว เป็นคนโผงผาง ข่างพูด ข่างเจรจา สามารถทำให้คนรอบข้างหัวเราะได้เสมอ เป็นคนที่ชอบเล่าประสบการณ์ในชีวิตให้คนรอบข้างฟังเพื่อเป็นอุทาหรณ์เสมอ ได้เล่าเรื่องราวที่คิดว่าตนเองเป็นสาเหตุที่ทำให้พ่อโดนโทษประหารชีวิตที่ประเทศจีนจากกรณีขยาเสพติดประเภทเฮโรอีน เนื่องจากเวลาที่พ่อมาเยี่ยมที่ประเทศไทยตนเองจะเป็นคนที่ยกกระเป๋าเดินทางให้พ่อเสมอ ซึ่งตนเองมารู้ภายหลังว่าในกระเป๋าเดินทางนั้นมีเฮโรอีนอยู่ทำให้พ่อโดนโทษประหารชีวิต ตนเองติดยาเสพติดและเข้าออก

ศูนย์บำบัดหลายต่อหลายครั้ง จนสุดท้ายได้มาอยู่ที่สถานบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด บ้านเพชรพิทักษ์ แห่งนี้ เขาจำคำพูดประโยคหนึ่งได้ขึ้นใจว่า “ตัวผมคือตัวแทนแห่งความล้มเหลวของครอบครัว” เมื่อได้ยินคำนี้มันจะกระตุ้นเตือนให้เขาคิดว่าจะไม่ยอมผิดพลาดล้มเหลวเหมือนวันก่อน ๆ อีก เขาได้กล่าวถึง สถานบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ ว่าทุกวันนี้เขารู้สึกภูมิใจในตัวเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามากขึ้น มีความสำคัญ สามารถช่วยเหลือผู้ที่หลงผิดได้ และเป็นเจ้าหน้าที่ที่นี้มาจะครบ 4 ปีแล้ว

กรณีของเทห์ (นามสมมติ) อายุ 20 ปี เป็นคนที่มีอัจฉยาศยดี ใฝ่รู้ ชอบการเรียนรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยีใหม่ ๆ มีความเป็นผู้นำสูง มีความมั่นใจในตนเองสูง ชอบความท้าทาย เดินทางท่องเที่ยวรอบโลกมาหลายที่แล้ว ได้เล่าเรื่องราวครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์เนื่องจากแม่เลิกกับพ่อแล้วไปแต่งงานใหม่กับคนต่างชาติและรับตนเองไปอยู่ด้วย พ่อเลี้ยงมีเมียหลายคนทำให้เกิดปัญหาทะเลาะกับแม่บ่อย ๆ ตนเองก็ไม่ค่อยถูกกับพ่อเลี้ยง ไม่มีความผูกพันกัน เมื่อสมาชิกคนหนึ่งถามว่าความสัมพันธ์ระหว่างเขากับพ่อเลี้ยงทุกวันนี้ดีขึ้นไหม หรือเป็นอย่างไร เขากล่าวตอบว่า “ก็แค่ทักทายกันเฉย ๆ แทบไม่ค่อยได้คุยกัน” สมาชิกคนเดิมได้พูดว่า “เป็นแก้วร้าวไปแล้ว แต่มันก็ดีขึ้นที่ว่ายอมรับได้มากขึ้น” เขากล่าวตอบว่า “เขายอมรับได้มากขึ้นจริง ๆ คิดได้เสมอว่า มันเลือกเกิดไม่ได้” แสดงให้เห็นว่าเขามีการตระหนักรู้ด้วยตนเองและผู้อื่น ได้เป็นอย่างดี และปัจจุบันเขาเลือกที่จะทำงานเป็นเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดและกำลังศึกษาต่อระดับปริญญาตรีควบคู่ไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Feshbach (1975) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น โดยการใช้เหตุผล (Cognitive) การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นทางอารมณ์ (Affective) และเป็นการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการจากประสบการณ์การเรียนรู้ตั้งแต่วัยเด็ก เช่นเดียวกับที่ Corey (2009) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการที่มุ่งให้บุคคลเกิดความงอกงาม มีการพัฒนาการ มีการส่งเสริมและการป้องกัน มีการตระหนักรู้ในตนเองและการกำจัดสิ่งกีดขวางการเจริญเติบโต หรือความก้าวหน้าของบุคคล

ส่วนด้านการควบคุมอารมณ์ กรณีของกิต (นามสมมติ) อายุประมาณ 30 ปี รูปร่าง สันทัด เป็นคนอัยยาศยดี นิสัยร่าเริง มองโลกในแง่ดี ชอบความเป็นระเบียบเรียบร้อย กล่าวถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้เมื่อมาอยู่ในสถานบำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดบ้านเพชรพิทักษ์ คือ “การลดทัศนคติที่ไม่ดีกับพ่อได้มากกว่าเดิม จากตอนแรกไม่ค่อยอยากคุย ไม่อยากเห็นหน้า แต่ตอนนี้มีโทรไปถามเขาว่าเป็นอย่างไร รู้สึกว่าเริ่มกลับมาห่วงเขาและลดความเอาแต่ใจของตนเองลงได้เยอะมาก” และภายหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้ทำให้เขาคิดที่จะปรับปรุงตนเองมากขึ้น เขาสามารถคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ลดอคติที่มีกับพ่อ ไม่โกรธง่าย ไม่ใส่ใจคำพูดที่ทำให้ตนเองไม่พอใจและรู้สึกภูมิใจในตนเองมากขึ้น

กรณีของคิลิก (นามสมมติ) อายุประมาณ 20 สูง 165 เซนติเมตร รูปร่างอ้วน ผิวคล้ำ ชอบใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย ชอบความสนุกสนาน ร่าเริง มีความเป็นผู้นำปานกลาง เป็นผู้สร้างบรรยากาศสนุกสนานในกลุ่มเสมอ ได้เล่าเรื่องราวของตนเองที่พ่อแม่ ญาติพี่น้องพยายามช่วยเหลือเขาจากการที่เขาติดยาเสพติด ให้เขามีโอกาสกลับตัวหลายต่อหลายครั้งแต่สุดท้ายเขาก็ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ และกลับไปใช้ยาเสพติดเช่นเดิม สมาชิกในกลุ่มคนหนึ่งถามกลับไปว่า “ฟังดูแล้วคุณมีโอกาสกลับตัวหลายครั้งอะไรที่ทำให้คุณกลับไปล้มเหลวอีก” เขาตอบกลับมาว่า “เขาไม่มีจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายในชีวิต สนุกสนานไปวัน ๆ เท่ขวยอย่างเดียว แต่ในปัจจุบันเขาวางเป้าหมายในชีวิตไว้ว่า จะดูแลตัวเองก่อน จะต้องรับผิดชอบตัวเองให้ได้แล้วค่อย ๆ เริ่มขยับไปดูแลพ่อแม่ น่าจะให้พวกเขาพึ่งเราได้บ้าง เขาเริ่มแก้อยากให้เขามีความสุข”

กรณีของติ (นามสมมติ) อายุ 20 ต้น ๆ ผิวค่อนข้างคล้ำ รูปร่างท้วม ใส่แว่น พุดจาฉะฉาน เป็นคนอึดยาคัยดี ชอบใช้ชีวิตเรียบง่าย ไม่ชอบความวุ่นวาย มีโลกส่วนตัวสูง ได้เล่าถึงพ่อว่า “พ่อเป็นคนอารมณ์ร้อน โวยวาย เสียงดัง โมโหง่ายและจะต้องได้ในสิ่งที่เขาต้องการทุกอย่าง ซึ่งนี่เป็นบุคลิกของพ่อเขา” เมื่อสมาชิกคนหนึ่งย้อนถามกลับไปว่าแล้วคิดว่าตนเองเหมือนพ่อตรงไหน เขาตอบว่า “ความเอาแต่ใจ เรื่องอารมณ์ แล้วก็ขี้โวยวาย เสียงดัง แต่ปัจจุบันเขาสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้มากขึ้น” สมาชิกอีกคนกล่าวว่า “เมื่อก่อนเวลาที่เขาได้รับทราบปัญหาในครอบครัวเขาจะรู้สึกโมโห โกรธ และไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เลย แต่ปัจจุบันเวลาที่น้องชายโทรมาเล่าเรื่องอะไรให้ฟัง เมื่อได้รับฟังเขาจะรู้สึกโกรธนะ แต่จะบอกตัวเองว่าจะไปทำอะไรเหมือนเมื่อก่อนไม่ได้แล้ว ตอนนี้ผมต้องรู้สถานะของตนเอง เต็มที่เลขที่ทำได้ก็แค่รับฟังเท่านั้น ทำอะไรมากกว่านั้นไม่ได้” สมาชิกคนหนึ่งได้ตอบว่า เขาเข้าใจความรู้สึกนี้นะเพราะเขาเองก็เคยรู้สึกแบบนี้เหมือนกัน เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bergin & jasper (1969) ได้ศึกษาเกี่ยวกับจิตวิทยาบำบัด การเข้าใจในตัวเอง บุคลิก และการพัฒนาของงานวิจัยในด้านการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) และได้ค้นพบว่าการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น (Empathy) มีความสัมพันธ์ในทางลบกับความบกพร่องทางบุคลิกภาพ เป็นต้น

จากเหตุผลที่กล่าวมาทั้งหมดแสดงให้เห็นว่าเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะพื้นฐานทางจิตวิทยา การปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางสามารถเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้เพิ่มขึ้นในระยะหลังการทดลอง

2. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะพื้นฐานทางจิตวิทยาการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (คังตารางที่ 5) ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 นั้นแสดงว่า การให้คำปรึกษาตามโปรแกรมการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ช่วยให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดสามารถเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้มากขึ้นในระยะติดตามผล ทั้งนี้เพราะเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดได้มีการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มไปใช้ในการทำงาน พบว่าเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อผลลัพธ์ที่ได้จากการทำงานมากขึ้น สามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เปิดรับมุมมองใหม่ ควบคุมอารมณ์ของตนเอง สามารถสร้างความไว้วางใจกับสมาชิกได้มากขึ้น เป็นผลให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานมากขึ้นด้วย

ด้านการเปิดรับมุมมองของผู้อื่น เช่นกรณีของเมย์ (นามสมมติ) อายุประมาณ 20 ปี รูปร่างสันทัก สูงประมาณ 160 เซนติเมตร ผิวคล้ำ พุดจาฉะฉาน มีบุตร 2 คน ได้กล่าวว่า “ตนเองเป็นผู้หญิง เป็นเจ้าหน้าที่ที่ทำหน้าที่ในศูนย์บำบัดนี้ ปัญหาที่ตนเองพบ คือ การวางตัว เพราะโดยตำแหน่งแล้วเป็นเจ้าหน้าที่ แต่ด้วยอายุและวัยแล้วทำให้ตัวเองคิดว่าบางครั้งวางตัวยาก เนื่องจากคิดว่าตัวเองอาจจะไม่ได้รับการยอมรับ หรือวางตัวให้ทุกคนยอมรับตัวเองได้ยากกว่า เจ้าหน้าที่ผู้ชาย” ซึ่งสมาชิกคนหนึ่งได้กล่าวว่า “ผมเคยเป็นนะ เคยรู้สึกแบบนี้ เพราะโดยส่วนตัวแล้วเป็นคนที่ขาดความมั่นใจในตนเอง และมีความรู้สึกแบบนี้ตลอดเวลาที่ให้คำแนะนำใคร แต่ก็จะรู้สึกว่าคุณต้องทำการบ้านให้มากขึ้น อย่างสมมติว่าจะต้องเข้าเวรในวันพฤหัสบดี ผมก็จะเตรียมตัวตั้งแต่วันอังคาร พอมีการเตรียมตัว ความรู้สึกมันจะดีขึ้นเอง” สมาชิกอีกคนได้กล่าวว่า “ผมเข้าใจความรู้สึกนี้นะ ในตอนที่ผมขึ้นมาเป็นเจ้าหน้าที่ใหม่ ๆ ไม่ว่าจะเป็นผู้ชายหรือผู้หญิงก็จะรู้สึกประหม่า มีความกลัวต่าง ๆ นานา แล้วมีไหมครับคนที่แสดงท่าทีไม่ยอมรับคุณ” สมาชิกหญิงกล่าวตอบว่า “ต่อหน้าไม่เคยมีค่ะ” สมาชิกชายคนหนึ่งได้กล่าวเสริมว่า “มันก็คล้ายกับการทำงานใหม่ ๆ เปลี่ยนสถานะใหม่ เขาเข้าใจเรื่องขนบธรรมเนียมมารยาทของไทยที่ให้เคารพผู้สูงวัยกว่า”

ด้านทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น กรณีของรุ่ง (นามสมมติ) อายุประมาณ 40 ปี รูปร่างสูง ผิวขาว มีความมั่นใจในตนเองสูง พุดจาฉะฉาน ชอบความมีระเบียบและปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ มีมุมมองกว้างพร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น กล่าวว่า “เขากำลังคุยกับผู้หญิงคนหนึ่ง เขารู้สึกดีที่ได้เริ่มต้นพูดคุยกัน แต่เขาไม่กล้าเปิดเผยตนเองว่าทำงานที่ไหน เคยติดยาเสพติด มาก่อน เพราะเขากลัวว่าผู้หญิงจะเลิกคุยกับเขา” สมาชิกหลายคนได้ให้คำแนะนำไป เช่น ให้พูดและบอกไปตรง ๆ เพราะสุดท้ายผู้หญิงก็ต้องรู้อยู่ดี และได้ให้คำแนะนำไปหลายอย่าง สมาชิกเจ้าของเรื่องได้กล่าวว่า “ผมรู้สึกดีมาก เพราะเรื่องนี้ผมเก็บอยู่ในใจตัวเองตลอด มันเป็นโอกาสที่ดีมากที่ผมได้พูดและได้รับฟังความคิดเห็นจากคนอื่น ๆ บ้าง เพราะไม่อย่างนั้นผมจะเก็บ

ความรู้สึกไว้กับตนเองคนเดียว ต่อว่าตัวเอง ไม่ชอบอดีตของตนเองและคิดว่าตัวเองมีปัญหา อยู่แบบนี้” สมาชิกคนหนึ่งได้บอกว่า “ผมว่าการที่ผมได้รับรู้ความรู้สึกของคนอื่นแบบนี้ ดีกว่า ที่ตัวเองจะต้องเจอเรื่องราวลักษณะแบบนี้เอง จะได้มีการเตรียมความพร้อม ได้รู้ว่าคนที่เจอ เรื่องราวแบบนี้รู้สึกอย่างไร แล้วเราเองได้รับฟังแล้วรู้สึกอย่างไร บางครั้งเราได้รับฟังแล้วรู้สึก ไม่เหมือนกันจะได้แชร์กัน” สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า “เวลาที่ตนเองได้รับฟังปัญหาของแต่ละคน มันสอนผมว่าอย่าเอาตัวเองไปตัดสินปัญหาหรือเปรียบเทียบกับคนอื่น” สมาชิกอีกคนกล่าวว่า “ผมว่าผมรู้สึกร่วมเยอะนะ ผมรู้สึกว่า โกรธตัวเอง เกลียดตัวเอง มันคล้าย ๆ กับว่าตามกันไปด้วย หรือเปล่าผมไม่แน่ใจ แต่คือในช่วงเวลาที่ได้รับฟังเรื่องราว ผมกลับรู้สึกแบบที่เขารู้สึก” เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับที่ อดองค์ วิเศษสุวรรณ (2550) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการ เชิงจิตวิทยา ใช้ทฤษฎี เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการดำเนินกลุ่ม ให้กับสมาชิกหลายคนในเวลา เดียวกัน ให้สมาชิกได้เรียนรู้และสร้างความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ว่าปัญหาเป็นเรื่องที่เกิดขึ้น ตามปกติในการดำเนินชีวิต แต่ละคนมีวิธีการจัดการสถานการณ์ได้แตกต่างกัน

กรณีของก้อง (นามสมมติ) สูงประมาณ 170 เซนติเมตร รูปร่างอ้วน ผิวขาว ประสบความสำเร็จในชีวิตทั้งเรื่องการเรียนรู้ งานและครอบครัว ใช้ชีวิตอยู่เมืองนอกมาระยะหนึ่ง ชีวิตเปลี่ยนแปลงเมื่อเขาติดการพนันและยาเสพติดจนต้องเข้ารับการบำบัดที่สถานบำบัด แต่ด้วย เวลาและความสูญเสียต่าง ๆ ในชีวิต ทำให้เขาสามารถเปลี่ยนมุมมองและแนวความคิดของตนเอง กล่าวภายหลังจากการเข้าร่วมการปรึกษาและได้รับฟังเรื่องราวของสมาชิกแต่ละคนว่า “หลังจาก ได้รับฟังปัญหาของแต่ละคนมันสอนผมว่าอย่าเอาตัวเองไปตัดสินหรือเปรียบเทียบกับคนอื่น เพราะแต่ละคนมีพื้นฐานที่แตกต่างกัน”

กรณีของแสบ (นามสมมติ) เป็นผู้ชายผมสั้น ตาคม รูปร่างสูง ผิวดำแดง นิสัยเป็นคนสุขุม จริงจังในการใช้ชีวิต รักครอบครัว ค่อนข้างสันโดษ ได้กล่าวภายหลังจากการเข้ารับการปรึกษาว่า “ผมเองมีความรู้สึกร่วมเยอะมากนะ มีความรู้สึก โกรธตัวเอง เกลียดตัวเอง และรู้สึกคล้ายตามไปกับ เรื่องราวที่เพื่อนสมาชิกได้เล่ามา ผมไม่แน่ใจว่ามันเป็นความรู้สึกคล้ายตามหรือเปล่าแต่ในช่วงเวลา นั้น เวลาที่ได้รับฟังผมรู้สึกว่าผมรู้สึกเหมือนกับที่เขารู้สึก” เขากล่าวว่าสิ่งที่เขาได้รับมากที่สุดคือ เขารู้สึกผ่อนคลายและรู้สึกดีที่ได้มีเวลาคิดทบทวนถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาของตนเอง ทบทวน ข้อผิดพลาดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและนำไปปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น

กรณีของเบงค์ (นามสมมติ) อายุ 18 ปี เป็นคนช่างพูด ช่างเจรจา มีความเป็นผู้นำและ มีความเป็นผู้ใหญ่สูงหากเปรียบเทียบกับคนอายุใกล้เคียงกัน ชอบการเรียนรู้ อยากรู้ อยากเห็น ได้กล่าวภายหลังจากการเข้าร่วมการปรึกษา เขากล่าวว่า “ตนเองเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น รับรู้ถึง ความรู้สึกที่คนอื่นรู้สึกจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ได้เล่ามา หลังจากนั้นตนเองจะเปลี่ยนแปลงตนเอง

จะพูดคุยกับครอบครัวมากขึ้น มีปัญหาอะไรก็จะช่วยกันแก้ไข รู้สึกอยากรับผิดชอบตัวเองมากขึ้น อยากทำให้ตนเองมีคุณค่า หรือให้มีประโยชน์กับครอบครัวบ้าง” หลังจากการเข้ากลุ่ม เขาได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มไปใช้ในดูแลผู้ติดเสพติด ทั้งเทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา เพื่อให้สามารถเข้าใจความรู้สึกของสมาชิกผู้ติดสารเสพติดที่เขาดูแลอยู่ได้ดีมากขึ้น

กรณีของทัช (นามสมมติ) รูปร่างท้วม สูงประมาณ 170 เซนติเมตร มีโลกส่วนตัวสูง มีความมั่นใจในตนเองสูง ไม่ชอบความวุ่นวาย ลักษณะเป็นคนเสียงดัง โผงผาง ได้กล่าวภายหลังการเข้าร่วมการปรึกษาว่า “เมื่อผมได้รับฟังความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ จากเรื่องราวที่ได้เล่ามา ทำให้ผมรู้สึกตามและคิดได้ว่าหากตัวเองต้องเจอกับเหตุการณ์ในลักษณะแบบนี้จะรู้สึกอย่างไร เป็นการเตรียมความพร้อมให้ตัวเองไปด้วย ได้รู้ว่าเขารู้สึกอย่างไรกับเรื่องราวที่เขาเจอ และเราเองรู้สึกอย่างไรกับเรื่องราวที่เราเจอ ซึ่งบางครั้งเรารู้สึกต่างกันทั้ง ๆ เรื่องราวและการใช้ชีวิตคล้าย ๆ กัน ทำให้เราได้เรียนรู้มุมมองของคนอื่นไปด้วย” และภายหลังจากการเข้าร่วมกลุ่ม เขาได้นำเทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในการทำงาน ทำให้เขาได้เห็นมุมมองและเข้าใจความรู้สึกของผู้ติดสารเสพติดมากขึ้น ถึงแม้จะยังไม่สามารถทำได้ 100 เปอร์เซ็นต์ แต่เขาก็จะพยายามนำไปปรับใช้ต่อไป

จากเหตุผลที่กล่าวมาทั้งหมดแสดงให้เห็นว่าเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดที่ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมการเสริมสร้างความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น โดยใช้ทักษะพื้นฐานทางจิตวิทยาการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง สามารถช่วยให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดสามารถเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้เพิ่มขึ้นในระยะติดตามผล

จากการศึกษา พบว่ากระบวนการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีขั้นตอนหรือลำดับขั้นตอนที่เกิดขึ้นไม่แน่นอน ในกระบวนการกลุ่มมีขั้นตอนที่อาจเกิดขึ้นคาบเกี่ยวหรือกลมกลืนกันจนไม่สามารถบอกได้ชัดเจนว่า ขั้นตอนใดกำลังเริ่มต้นหรือขั้นตอนใดกำลังสิ้นสุดลง บางครั้งแต่ละขั้นตอนอาจเกิดต่อเนื่องกันไปหรือชะงักอยู่กับที่ก็ได้ ขึ้นอยู่กับลักษณะของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มที่จะอำนวยความสะดวกให้กระบวนการกลุ่มดำเนินไป ขั้นตอนของกระบวนการกลุ่มดังกล่าวเป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นลักษณะพื้นฐานความต้องการมนุษย์ สัมพันธภาพระหว่างบุคคลตลอดจนความสำเร็จในการแก้ปัญหา ซึ่งเป็นลักษณะเดียวกันกับพัฒนาการในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นในแต่ละด้าน ทั้ง 5 ด้านที่ไม่ได้เกิดเป็นลำดับขั้นตอนในแต่ละครั้งของโปรแกรมการให้คำปรึกษา แต่อาจจะเกิดสลับกันไป ขึ้นอยู่กับผู้นำกลุ่มและสมาชิกในกลุ่มและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่มแต่ละครั้งจะเอื้ออำนวยให้เกิด จึงไม่มีลำดับขั้นที่แน่นอนอาจเกิดขึ้นกลับไปกลับมา หรือเกิดต่อเนื่องกันจนไม่สามารถแยกได้

สรุปได้ว่าการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดุนุคคผลเป็นศูนย์กลางสามารถช่วยเสริมสร้างความเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดได้ ช่วยให้ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดได้มีอิสระในการระบายความคิด ทำความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง ยอมรับผู้อื่นและเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้นช่วยเพิ่มทักษะในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้มากขึ้น ทำให้สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยสมาชิกได้มีการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติจริงในการทำงาน สามารถสรุปได้ดังนี้

1. โปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่ดุนุคคผลเป็นศูนย์กลาง มีจุดแข็งที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวสมาชิกกลุ่มคือ การที่สมาชิกที่เข้าร่วมการปรึกษาได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ มุมมอง วิถีปฏิบัติ การจัดลำดับขั้นตอนความคิด หรือขั้นตอนการทำงานของแต่ละคน ซึ่งแต่ละคนมีข้อดี ข้อเสีย แตกต่างกันไป ได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ทำให้ได้เรียนรู้และนำไปปฏิบัติงานได้จริงในการดูแลผู้ติดสารเสพติด ทำให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานมากขึ้น

2. ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดได้มีการนำประสบการณ์ที่ได้จากการเป็นสมาชิกกลุ่มไปใช้ในการทำงาน ยกตัวอย่างเช่น กรณีของบำรุง (นามสมมติ) ปกติจะเป็นคนที่เอาตัวเองเป็นที่ตั้งและมีอารมณ์ร่วมระหว่างการทำงานเสมอทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและสมาชิกแย่ง พุดคุยหรือปรึกษาปัญหากันน้อยลง คุณบำรุงเองรู้สึกอึดอัดใจ เครียด ลำบากใจ และไม่สนุกกับการทำงานแต่ภายหลังจากการเข้ากลุ่ม คุณบำรุงได้กลับมามองตนเอง เริ่มมองปัญหาของสมาชิกกระง่ายมากขึ้น เข้าใจพื้นฐานนิสัยส่วนตัวของสมาชิกมากขึ้น สามารถสร้างความไว้วางใจให้กับสมาชิกได้มากขึ้น สมาชิกมีพัฒนาการในด้านความรับผิดชอบต่อตนเอง มีการแสดงออกในกลุ่มและร่วมกิจกรรมมากขึ้น ความสัมพันธ์ระหว่างคุณบำรุงและสมาชิกเพิ่มสูงขึ้น การเข้าร่วมกลุ่มทำให้คุณบำรุงมองเห็นปัญหาก่อนนี้ได้ดีขึ้น ทั้งเรื่องของอารมณ์ การตัดสินใจจากมุมมองของตนเอง และการแก้ไข

สถานการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการทำงานได้มากขึ้น

กรณีของ อติชาติ (นามสมมติ) ได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมการปรึกษาในครั้งนี้ไปใช้ในการทำงาน โดยพบว่าตนเองมีการเปลี่ยนแปลงไปในแนวทางที่ดีขึ้น เช่น การรู้จักแยกแยะความรู้สึกส่วนตัวของตนเองออกจากการทำงาน ลดความคาดหวังของตนเอง ไม่เปรียบเทียบตัวสมาชิกแต่ละคนว่าต้องเหมือนกันหรือแตกต่างกันอย่างไร เนื่องจากแต่ละคนมาจากต่างครอบครัว มีพื้นฐานการใช้ชีวิตที่แตกต่างกัน เปิดใจรับฟังความคิดเห็นของสมาชิกมากขึ้น ไม่นำความคิดเห็นของตนเองไปตัดสินสมาชิกแต่ละคน และได้มุมมองอื่น ๆ ที่แตกต่างจากที่ตนเองปฏิบัติอยู่เพื่อทำให้สามารถเข้าถึงปัญหาของสมาชิกได้มากขึ้น ทำให้สมาชิกเกิดความไว้วางใจมากขึ้น

กรณีของ เคียง (นามสมมติ) ได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเป็นสมาชิกไปใช้ในการทำงาน โดยได้มองย้อนกลับมาที่ตนเองว่าก่อนหน้าที่จะเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาในครั้งนี้ ตนเองเป็นอย่างไร และภายหลังจากการเข้าร่วมตนเองเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร เขาพบว่า ก่อนที่จะเข้าร่วมการปรึกษา เขาเอาตนเองเป็นบรรทัดฐานในการทำงานเสมอ เขาใช้ความคิดและมุมมองของตนเองเพียงอย่างเดียวในการทำงาน ต้องคอยวางแผนให้เจ้าหน้าที่คนนั้นต้องทำอย่างนั้น คนนี้ทำอย่างนี้ ตามที่เขาคิดว่าดีและถูกต้องที่สุด ตามที่เคยปฏิบัติมา หากการทำงานไม่เป็นไปตามที่เขาวางแผนไว้ เขาก็จะมองว่าเจ้าหน้าที่คนนั้นไร้ประสิทธิภาพในการทำงาน แต่ภายหลังจากการเข้าร่วมการปรึกษา เขากลับพบว่าในระยะแรก ๆ เขารู้สึกต่อต้านอยู่ในใจและรู้สึกว่าเป็นสิ่งใหม่ที่เขาได้เรียนรู้ และไม่เคยทำมาก่อน เมื่อนำกลับไปแล้วใช้ในการทำงาน เขาพบว่าการทำงานของเขาง่ายขึ้น เขาสามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างจากตนเองได้มากขึ้น และมองเห็นข้อดีของการทำงานร่วมกัน ช่วยเหลือกัน มากกว่าที่เขาเป็นคนจัดการวางแผนและให้คนอื่นทำตามที่เขาวางไว้ เมื่อเขาได้รับฟังความคิดเห็นผู้อื่น คอยสนับสนุนและให้เพิ่มเติมในส่วนที่เห็นสมควร เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น กลับทำให้เขารู้สึกว่าเขาทำงานง่ายขึ้น มีความสุขในการทำงานมากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะของการวิจัย

1.1 จากการวิจัยพบว่า การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผลให้ผลการวิจัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางสามารถช่วยให้เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติด มีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นเพิ่มมากขึ้น มากกว่าก่อนการได้รับการปรึกษา ดังนั้น เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดจะต้องได้รับการพัฒนาการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่องเพื่อให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงานได้

1.2 การให้คำปรึกษากลุ่มโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อให้เกิดความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและมีความจำเป็นสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติด เนื่องจากผู้ติดสารเสพติดแต่ละคนมีพื้นฐานที่แตกต่างกัน เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดแต่ละคนก็มีความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ได้แตกต่างกัน จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาและฝึกฝนอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ และจากการวิจัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในหน่วยงานอื่นที่มีลักษณะคล้ายกันได้ เช่นงานด้านสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น

1.3 จากการวิจัยพบว่าสิ่งที่สำคัญที่สุดในการให้คำปรึกษากลุ่มโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางในครั้งนี้คือ การสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม ทำให้สมาชิกกล้าเปิดเผยเรื่องราวของตนเองได้อย่างสบายใจ ทำให้รู้สึกผ่อนคลายและเกิดผลสัมฤทธิ์ของการปรึกษามากที่สุด ดังนั้นในการวิจัยควรให้ความสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเองมากที่สุด

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อให้เกิดความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นให้กับเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานอื่น ๆ ที่มีลักษณะงานที่คล้ายกัน เช่น เจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ เจ้าหน้าที่สถานสงเคราะห์คนพิการ เป็นต้น

2.2 ในการศึกษาครั้งต่อไป บางกรณีผู้รับคำปรึกษามีประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาแตกต่างกัน ผู้ให้คำปรึกษาควรนำเทคนิคอื่น ๆ มาใช้ร่วมกันด้วย เพื่อให้เกิดประสิทธิผลสูงสุด

บรรณานุกรม

กาญจนา ไชยพันธุ์. (2544). *การทดสอบทางจิตวิทยา*. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

กลุ่มงานบริการวิชาการ 3 สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2558).

แผนปฏิบัติการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2558. เข้าถึงได้จาก

http://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/parliament_parcy/download/article/article_20141118095458.pdf

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *คู่มือกลุ่มบำบัด เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง* (พิมพ์ครั้งที่ 1). นนทบุรี: สำนักพัฒนากรมสุขภาพจิต.

จิตรสุดา นูรี. (2549). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบยี่คนุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย*. ปรินูญานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.

ชัยเสถียร พรหมศรี. (2548, มกราคม-มิถุนายน). *ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ของพนักงานบริการ: การบริการด้วยความเข้าใจในธุรกิจโรงพยาบาล*. *มลก. วิชาการ*. 8(16), 72-83.

ดวงมณี จงรัชย์. (2549). *ทฤษฎีการให้การศึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).

พิทยา ศิริรัช, เขียรศักดิ์ รื่นเรือง, เดชา ชวนบุญขุม และสิงห์ชัย พุ่งทอง. (2555). *ยุทธศาสตร์การป้องกันการติดสารเสพติดของเยาวชน*. เข้าถึงได้จาก http://nctc.oncb.go.th/new//attachfiles/research/57_Prevent_Youth.pdf

วัชร ทรัพย์มี. (2523). *บุคลิกภาพของครูแนะแนวที่พึงปรารถนาจากการจัดอันดับของนักเรียน*. *วารสารแนะแนว*, 12(57), 42.

วัชร ทรัพย์มี. (2533). *ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.

วัชร ทรัพย์มี. (2549). *ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.

วิศาลักษณ์ ชวัลลี. (2542, สิงหาคม). *การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน*. *วารสารวิจัยพฤติกรรมศาสตร์*, 5(1), 37-50.

สถานบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด บ้านเพชรพิทักษ์. (2553). *บ้านเพชรพิทักษ์* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: บพิชการพิมพ์.

- สุวิมล ผู้ดี. (2548). ผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความรู้สึกถึงคุณค่าในตนเองและภาวะอารมณ์ซึมเศร้าของผู้พยายามฆ่าตัวตาย. ปรินญาณิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เสาวณี เตชะพัฒน์วงษ์. (2553). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศูนย์วิชาการด้านยาเสพติด สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. (2556). สถานบำบัดยาเสพติดทั่วประเทศ.
<http://nctc.oncb.go.th/new/images/rebsearch/index.php>
- อนรรักษ์ อารีเอื้อ. (2545). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดความวิตกกังวลของผู้ต้องขังคดียาเสพติดที่จะออกสู่สังคมภายนอกเรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2550). การปรึกษากลุ่ม. เอกสารคำสอนวิชา 416621 การปรึกษากลุ่ม ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อภิชาติ แสงบุญราศรี. (2548). ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความพึงพอใจในการทำงานของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม. ปรินญาณิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อภิญา ทองปาน. (2554). การเปรียบเทียบผลการให้การปรึกษากลุ่มระหว่างทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางและทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- Andrew, W. R. (1971, March). Behavioral and client centered counseling of counseling of underachievers. *Journal of Counseling Psychology*, 18(2), 93-96.
- Archer, J., & Kagan, N. (1973). Teaching interpersonal relationship skills on campus: A pyramid approach. *Journal of Counseling Psychology*, 20(6), 535.
- Bachrach, H. (1976). *Empathy: We know what we mean, but what do we measure?* Archives of General Psychiatry.

- Bergin, J., & Jasper, L. (1969). Correlates of empathy in psychotherapy: A replication. *Journal of Abnormal Psychology, 74*, 477-481.
- Bohart, A. C. & Greenberg, L. S. (1997). *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy*. Baltimore: United Book Press.
- Corey, G. (2009). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (8th ed.). Belmont, CA: Thomson Brooks-Cole/ Wadsworth.
- Curtner-Smith, M. E., Culp, A. M., Culp, R., Scheib, C., Owen, B.S., Tilley, A., Coleman, P. W. (2006). *Mothers' parenting and young economically disadvantaged children's relational and overt bullying*. *Journal of child and Family Studies*.
- Davis M. H. (1994). *Empathy: A social psychological approach*. Madison, WI: Brown and Benchmark.
- Decety, J., & Meyer, M. (2008). *From emotion resonance to empathic understanding: A social developmental neuroscience account*. *Development and Psychopathology, 20*(4), 1053-1080.
- Duan, C., & Hill, C. E. (1996). The current state of empathy research. *Journal of Counseling Psychology, 43*, 261-274.
- Dyer, W. W., & Vriend, J. (1975). Effectively handling silence in counseling group. *Journal of Employment Counseling, 9*(1), 2-8.
- Feshbach, N. D. (1975) Empathy in children: some theoretical and empirical considerations. *The Counseling Psychologist, 5*(2), 25-30.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam books.
- Howell, D. C. (2007). *Statistical method for psychology* (6th ed.). Belmont, CA: Thomson Brooks-cole/ Wadsworth.
- Kemp, C. G. (1970). *Group counseling*. New York: McGraw-Hill.
- Mahler, C. A. (1969). *Group counseling in schools*. Boston: Houghton Mifflin.
- Lietz, C. A., Gerdes, K. E., Sun, F., Geiger, J. M., Wagaman, M. A., & Segal, E. A. (2011). The Empathy Assessment Index (EAI): A Confirmatory Factor Analysis of a Multidimensional Model of Empathy. *Journal of the Society for Social Work and Research, 2*(2), 104-124.

- Luborsky, L., Auerbach, A. H., Chandler, M., Cohen, J., & Bachrach, H. M. (1971). Factors influencing the outcome of psychotherapy: A review of quantitative research. *Psychological Bulletin*, 75(3), 145-185.
- Rogers, C. R. (1967). *Psychotherapy and Personality Change*. Chicago : University Press.
- Sezov, D. D. (2002). The contribution of empathy to harmony in interpersonal relationships. *Dissertation Abstracts International. The Sciences and Engineering*, 63 (6-B), 3046.
- Shertzer, B. & Stone, S. C. (1976). *Fundamentals of guidance*. Boston: Houghton Mifflin.
- Winner, B. T., Brown, D. R., & Michels, K. M. (1990). *Statistical principles in experimental*. New York: McGraw-Hill.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น (The empathy assessment index: EAI)

แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น
(The empathy assessment index : EAI)

คำชี้แจงในการตอบ

แบบประเมินนี้มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 6 ระดับ ตั้งแต่ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometime) บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) และเป็นประจำ (Always)

ขอให้ท่านตอบคำถามต่อไปนี้ตามความเป็นจริง โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความคิดของท่านมากที่สุด

โปรดอย่าขีดเขียนเครื่องหมายอื่นใดลงในแบบสำรวจนี้ ขอขอบคุณ ลงมือทำได้

แบบประเมินความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น (The Empathy Assessment Index: EAI)

1. ฉันสามารถจินตนาการได้ว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไร

.....ไม่เคยเลย (Never)นาน ๆ ครั้ง (Seldom)บางครั้ง (Sometimes)
.....บ่อยครั้ง (Often)เกือบทุกครั้ง (Almost)เป็นประจำ (Always)
2. ฉันเชื่อว่าคนจนเกิดจากการที่มีทางเลือกส่วนตัวที่แย่

.....ไม่เคยเลย (Never)นาน ๆ ครั้ง (Seldom)บางครั้ง (Sometimes)
.....บ่อยครั้ง (Often)เกือบทุกครั้ง (Almost)เป็นประจำ (Always)
3. ฉันเชื่อว่าผู้ใหญ่ที่ยากจนสมควรที่จะได้รับความช่วยเหลือทางสังคม

.....ไม่เคยเลย (Never)นาน ๆ ครั้ง (Seldom)บางครั้ง (Sometimes)
.....บ่อยครั้ง (Often)เกือบทุกครั้ง (Almost)เป็นประจำ (Always)
4. ฉันรู้เท่าทันความคิดของฉัน

.....ไม่เคยเลย (Never)นาน ๆ ครั้ง (Seldom)บางครั้ง (Sometimes)
.....บ่อยครั้ง (Often)เกือบทุกครั้ง (Almost)เป็นประจำ (Always)
5. คุณหนังที่มีความสุขนั้นทำให้ตัวฉันเองมีความสุขไปด้วย

.....ไม่เคยเลย (Never)นาน ๆ ครั้ง (Seldom)บางครั้ง (Sometimes)
.....บ่อยครั้ง (Often)เกือบทุกครั้ง (Almost)เป็นประจำ (Always)

6. ฉันสามารถบอกความแตกต่างระหว่างความรู้สึกของผู้อื่นและตัวของฉันเอง

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

7. เมื่ออยู่กับคนที่มีความสุขมันพลอยทำให้ฉันมีความสุขไปด้วย

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

8. ฉันสามารถหายจากอาการไม่พอใจหรือไม่มีความสุขไปได้อย่างรวดเร็ว

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

9. ฉันสามารถอธิบายให้ผู้อื่นฟังได้ว่าฉันรู้สึกอย่างไร

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

10. ฉันสามารถตัดสินใจได้ว่า “ตกลง” หรือ “ไม่ตกลง”

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

11. ความเสมอภาคทางด้านอารมณ์ อธิบายตัวฉันได้อย่างดีที่สุด

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

12. เพื่อน ๆ ของฉันเห็นว่าฉันเป็นคนเจ้าอารมณ์

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

13. ฉันสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกของตัวละครที่อยู่ในหนังสือได้ดี

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

14. การได้ยินเสียงหัวเราะนั้นทำให้ฉันยิ้ม

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

15. ฉันคิดว่าสังคมของเรานั้นควรที่จะช่วยเหลือผู้ใหญ่วัยด้วยกัน

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)

.....บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

16. ฉันแยกแยะความรู้สึกของผู้อื่นได้ และสามารถควบคุมไม่ให้อารมณ์ผู้อื่นเข้ามาครอบงำตัวฉันได้

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)
บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

17. ฉันสามารถคิดถึงมุมมองของผู้อื่น และมุมมองของตัวเองได้ในเวลาเดียวกัน

.....ไม่เคยเลย (Never) นาน ๆ ครั้ง (Seldom) บางครั้ง (Sometimes)
บ่อยครั้ง (Often) เกือบทุกครั้ง (Almost) เป็นประจำ (Always)

ภาคผนวก ข

โปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
ของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

โปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
ของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
1	<p>เรื่อง การปฐมนิเทศ</p> <p>จุดมุ่งหมาย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างผู้นำ และสมาชิกกลุ่มเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้คุ้นเคยกัน เกิดความรู้สึกที่อบอุ่น สร้างความมั่นคงปลอดภัยไว้วางใจ 2. เพื่อให้สมาชิกทราบวัตถุประสงค์ กฎกติกา ระเบียบทั่วไปของกลุ่มบทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่มผู้นำกลุ่มรวมทั้งระยะเวลาและสถานที่ในการเข้ากลุ่ม 3. เพื่อให้สมาชิกทราบถึงประโยชน์ ที่จะได้รับการจากการเข้ากลุ่ม 	<ol style="list-style-type: none"> 1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย 2. สมาชิกกล่าวทักทายและแนะนำตนเอง ว่าเป็นใครมาจากไหนและทำหน้าที่อะไร กล่าวคร่าว ๆ ถึงวันเวลา กฎระเบียบทั่วไป และจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม และเปิดโอกาสให้สมาชิกสอบถามข้อสงสัยต่าง ๆ จนเป็นที่พอใจ 3. ให้สมาชิกแนะนำตัวทีละคน รวมถึง นามสกุล ชื่อเล่น และรายละเอียดต่าง ๆ ที่สมาชิกอยากที่จะเปิดเผยจนครบหมดทุกคน 4. ผู้นำกลุ่มอาจถามถึงความรู้สึกของการเข้ากลุ่มเองของสมาชิก หลังจากยุติกลุ่มพร้อมนัดหมายวันและเวลาในครั้งต่อไป 	<p>หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มนุษย์มีความสามารถศักดิ์ศรี และมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่ และการยอมรับจากผู้อื่น <p><u>เทคนิคที่ใช้</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การสร้างสัมพันธ์ภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การเงียบ 5. การฟัง 6. การยอมรับ 7. การทำให้เกิดความกระจ่าง 8. การแปลความหมาย 9. การให้ข้อมูล 10. การตั้งคำถาม 11. การแนะนำ 12. การให้กำลังใจ 13. การอธิบายสรุป

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
2-3	<p>เรื่อง การสร้างความไว้วางใจ</p> <p>จุดมุ่งหมาย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มรู้สึก ว่ากลุ่มสามารถรักษาความลับของตนได้ 2. เพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย ในการเข้ากลุ่ม และสามารถเปิดเผยตัวเองได้เต็มที่ 3. เสริมสร้างความไว้วางใจผู้อื่น 	<p>1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย</p> <p><u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิ และทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม กฎ กติกา รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม สมาชิก ในขณะที่เข้ากลุ่มแลกเปลี่ยน ในขณะที่ยกกลุ่มแลกเปลี่ยน ที่ทุกคนจะได้รับ <p><u>ขั้นให้คำปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกทุก ๆ คน และยกหัวข้อเรื่องปัญหาในชีวิตของตน ที่ผ่านมาเพื่อนำมาเล่าแลกเปลี่ยนประสบการณ์ 2. หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มพูดจบกล่าวขอบคุณพร้อมทั้งสนับสนุนให้สมาชิกเล่าแบ่งปันประสบการณ์ในอดีต และความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองพอสังเขป 3. หลังจากที่สมาชิกได้เปิดเผยเรื่องราวประสบการณ์ของตนเองแล้ว ผู้นำกลุ่มถามถึงความเห็นของสมาชิกในกลุ่มว่ามีมุมมองเกี่ยวกับแต่ละประสบการณ์อย่างไรบ้าง และมีแนวทางการแก้ไขอย่างไร 	<p>หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎี ชีวนุคคลเป็นศูนย์กลางของ โรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มนุษย์มีความสามารถศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเอง และควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่ และการยอมรับจากผู้อื่น <p><u>เทคนิคที่ใช้</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การกระตุ้นความสนใจ 5. การให้กำลังใจ 6. การส่งเสริม 7. การเงียบ 8. การฟัง 9. การยอมรับ 10. ความอดทน 11. การทำให้เกิดความกระจ่าง 12. การเรียบเรียงถ้อยคำใหม่ 13. การตั้งคำถาม 14. การแนะนำ

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
		<u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วมและแจ้งวัน เวลา และสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป	14. การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น 15. การมองย้อนอดีตและอนาคต 16. การอธิบายสรุป
4	เรื่อง การตอบสนองความรู้สึกจุดมุ่งหมาย 1. เพื่อเสริมสร้างความสามารถของสมาชิกในการรับรู้ความรู้สึก โดยการสัมผัสความรู้สึกของผู้อื่น 2. เพื่อเสริมสร้างความสามารถของสมาชิกด้านการรับรู้ความรู้สึกซึ่งเกิดจากการสัมผัสเหตุการณ์หรือความรู้สึกของผู้อื่นออกมาได้อย่างชัดเจน	1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย <u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิและทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม กฎ กติกา รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม สมาชิกในขณะที่ยกกลุ่มและประโยชน์ที่ทุกคนจะได้รับ <u>ขั้นให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มยกเหตุการณ์จำลองขึ้นมาเล่าหนึ่งเหตุการณ์ให้สมาชิกฟัง 2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกร่วมอภิปรายถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าสมาชิกได้สัมผัสความรู้สึกใดบ้างและมีความคิดเห็นอย่างไร <u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วมและแจ้งถึงวัน เวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มครั้งต่อไป	หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้ 1. มนุษย์มีความสามารถศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น <u>เทคนิคที่ใช้</u> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การกระตุ้นความสนใจ 5. การเชื่อมโยง 6. การเงียบ 7. การฟัง 8. การยอมรับ 9. การแปลความหมาย 10. การสะท้อนความรู้สึก

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
			11. การให้ข้อมูล 12. การตั้งคำถาม 13. การใช้คำป้อนกลับ 14. การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น 15. การยกตัวอย่าง 16. การอธิบายสรุป
5	<p>เรื่อง การตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น</p> <p>จุดมุ่งหมาย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อเป็นการพัฒนาความสามารถในการแยกแยะระหว่างประสบการณ์ของผู้อื่นและของตนเอง 2. เพื่อให้สมาชิกสามารถถ่ายทอดประสบการณ์ที่ตนเข้าใจออกมาได้อย่างถูกต้อง 	<p>1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมี ผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย</p> <p><u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิ และทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม <p>กฎ กติการวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มสมาชิกในขณะที่เข้ากลุ่มและประโยชน์ที่ทุกคนจะได้รับ</p> <p><u>ขั้นให้คำปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิก อภิปรายเกี่ยวกับการแยกแยะระหว่างประสบการณ์ของผู้อื่น และของตนเอง <p><u>ขั้นยุติการให้คำปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป และขอบคุณสมาชิกทุกคน สำหรับการมีส่วนร่วม แข็งแรง ใจ และสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป 	<p>หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มนุษย์มีความสามารถศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเอง และควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น <p><u>เทคนิคที่ใช้</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบต่างๆ ไป 4. การเชื่อมโยง 5. การเจียบ 6. การฟัง 7. การยอมรับ 8. การทำให้เกิดความกระจ่าง 9. การเรียบเรียงถ้อยคำใหม่

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
			10. การให้ข้อมูล 11. การตั้งคำถาม 12. การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น 13. การอธิบายสรุป
6-7	เรื่อง การควบคุมอารมณ์ จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองจากสิ่งเร้าภายนอก 2. พัฒนาความสามารถในการสัมผัสและการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น โดยไม่ถูกรบกวนจากความรู้สึกเหล่านั้น	1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมี ผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย <u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิและทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม กฎ กติกา รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม สมาชิกในขณะที่จะเข้ากลุ่มและประโยชน์ที่ทุกคนจะได้รับ <u>ขั้นให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนคติ เกี่ยวกับหัวข้อการควบคุมอารมณ์ และการไม่ถูกรบกวนด้วยความรู้สึกของผู้อื่น <u>ขั้นยุติการให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม แจ่งวัน เวลา และสถานที่ในการรวมกลุ่มครั้งต่อไป	หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้ 1. มนุษย์มีความสามารถศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเอง และควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น <u>เทคนิคที่ใช้</u> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การเชื่อมโยง 5. การเจียบ 6. การฟัง 7. การยอมรับ 8. การแปลความหมาย 9. การสะท้อนความรู้สึก 10. การให้ข้อมูล 11. การใช้คำป้อนกลับ

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
			12. การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น 13. การยกตัวอย่าง 14. การอธิบายสรุป
8-9	เรื่อง การเปิดรับมุมมองผู้อื่น จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อพัฒนาความสามารถในการจินตนาการถึงประสบการณ์ของผู้อื่นได้ 2. เพื่อพัฒนาความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกจากประสบการณ์ของผู้อื่นได้ 3. เพื่อพัฒนาความสามารถในการเข้าใจมุมมองของผู้อื่นได้	1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย <u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิและทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม กฎ กติการวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม สมาชิกในขณะที่ยกกลุ่มและประโยชน์ที่ทุกคนจะได้รับ <u>ขั้นให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มเริ่มโดยการให้หัวข้อเรื่อง 1 เรื่อง เพื่อให้สมาชิกได้เริ่มพูดคุย ได้แย้งอธิบายถึงมุมมองของแต่ละบุคคลต่อหัวข้อเรื่องที่นำมา <u>ขั้นยุติการให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม แจ้งถึงวัน เวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป	หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้ 1. มนุษย์มีความสามารถศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น <u>เทคนิคที่ใช้</u> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การกระตุ้นความสนใจ 5. การเชื่อมโยง 6. การเงียบ 7. การฟัง 8. การยอมรับ 9. ความอดทน 10. การทำให้เกิดความกระจ่าง 11. การแปลความหมาย

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
			12. การให้ข้อมูล 13. การใช้คำป้อนกลับ 14. การมองปัญหา จากมุมมองของคนอื่น 15. การมองย้อนอดีต และอนาคต
10-11	เรื่อง ทักษะในการเข้าใจ ความรู้สึกผู้อื่น จุดมุ่งหมาย 1. เสริมสร้างทัศนคติในการ เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น 2. เพื่อให้สมาชิกสามารถ อธิบายทัศนคติของตนออกมา เป็นคำพูดได้	1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย <u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิ และทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึง วัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม กฎ กติกา รวมทั้งบทบาท หน้าที่ของผู้นำกลุ่ม สมาชิกใน ขณะที่เข้ากลุ่มและประ โยชน์ที่ ทุกคนจะได้รับ <u>ขั้นให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้ สมาชิก พูดคุย อภิปรายถึง ทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึก ของผู้อื่น <u>ขั้นยุติการให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและ ขอบคุนสมาชิกทุกคนสำหรับ การมีส่วนร่วม แจ้งวัน เวลา และสถานที่ในการรวมกลุ่ม ครั้งต่อไป	หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎี ยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ของโรเจอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับ ธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้ 1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือ และวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้ม ที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะ พัฒนาตัวเอง กำหนดตนเอง และควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับ จากผู้อื่น <u>เทคนิคที่ใช้</u> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การเงียบ 5. การฟัง 6. ความอดทน 8. การสะท้อนความรู้สึก 9. การให้ข้อมูล 10. การตั้งคำถาม 11. การใช้คำป้อนกลับ

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
			12. การมองปัญหา จากมุมมองของคนอื่น 13. การมองย้อนอดีต และอนาคต 14. การอธิบายสรุป
12	เรื่อง ปัจฉินนิเทศ จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อติดตามผลการเข้ากลุ่ม ทั้งหมดที่ผ่านมา 2. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจ ตนเองหลังจากปรึกษา แบบกลุ่มว่าเกิดการ เปลี่ยนแปลงอย่างไร 3. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจ ตัวเองว่ามีการพัฒนาอย่างไร	1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย <u>ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ</u> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิ และทักทายสมาชิกทุกคน 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนถึง วัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม กฎ กติกา รวมทั้งบทบาท หน้าที่ของผู้นำกลุ่ม สมาชิก ในขณะที่เข้ากลุ่มและ ประโยชน์ที่ทุกคนจะได้รับ <u>ขั้นให้คำปรึกษา</u> 1. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกช่วยกัน ทบทวนถึงสิ่งที่ได้ในการทำ กลุ่ม 12 ครั้ง ที่ผ่านมา รวมทั้ง นำไปปฏิบัติว่าเกิดผลอย่างไร และเปิดโอกาสให้สมาชิก ทุกคนแสดงความคิดเห็นถึง การเรียนรู้ที่ผ่านมา 2. ให้สมาชิกแต่ละคนสำรวจ ตนเองว่าหลังจากเข้ากลุ่ม 12 ครั้ง เป็นอย่างไรบ้าง รวมทั้ง แสดงความรู้สึกรู้สึกต่อตนเอง ผู้อื่นและให้สมาชิกพูดถึง ประโยชน์ของการเข้ากลุ่ม ตลอดจนความรู้สึกรู้สึกที่มีต่อการ เข้ากลุ่ม	หลักการที่ยึดถือตามทฤษฎี ยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ของโรเจอร์มีแนวคิดเกี่ยวกับ ธรรมชาติของมนุษย์ดังนี้ 1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า 2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือ และวางใจได้ 3. มนุษย์มีแนวโน้ม ที่จะพัฒนาตัวเอง 4. มนุษย์มีความสามารถที่จะ พัฒนาตัวเอง กำหนดตนเอง และควบคุมตนเองได้ 5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับ จากผู้อื่น <u>เทคนิคที่ใช้</u> 1. การสร้างสัมพันธภาพ 2. การสังเกต 3. การนำแบบทั่ว ๆ ไป 4. การกระตุ้นความสนใจ 5. การเชื่อมโยง 6. การเงียบ 7. การฟัง 8. ความอดทน 9. การทำให้เกิดความกระจ่าง 10. การสะท้อนความรู้สึก

ครั้งที่	เรื่องและจุดมุ่งหมาย	ขั้นตอนและกิจกรรม	หลักการยึดถือและเทคนิคที่ใช้
		<p>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</p> <p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปการเข้ากลุ่มทั้ง 12 ครั้ง ที่ผ่านมา เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจตระหนักในความสำคัญและนำไปปฏิบัติให้เกิดผล</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มกล่าวขอบคุณสมาชิกทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการเข้ากลุ่มทุกครั้งด้วยดี</p>	<p>11. การให้ข้อมูล</p> <p>12. การตั้งคำถาม</p> <p>13. การใช้คำป้อนกลับ</p> <p>14. การมองย้อนอดีตและอนาคต</p> <p>15. การอธิบายสรุป</p>

รายละเอียดโปรแกรมการเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่ม
แบบยึดบุคคล เป็นศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้ติดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

(ครั้งที่ 1) ปฐมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้ทราบถึงจุดมุ่งหมาย กติกา เงื่อนไข ตลอดจนช่วงเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการเข้าร่วมกลุ่ม
2. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น มั่นคง ปลอดภัยและไว้วางใจ
3. เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงประโยชน์ของกลุ่ม

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบทั่ว ๆ ไป การจับ การฟัง การยอมรับ การทำให้เกิดความกระจำง การแปลความหมาย การให้ข้อมูล การตั้งคำถาม การแนะนำ การให้กำลังใจ การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลมโดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. สมาชิกกล่าวทักทาย และ แนะนำตนเอง ว่าเป็นใคร มาจากไหน และทำหน้าที่อะไร และกล่าวคร่าว ๆ ถึงวัน เวลา กฎระเบียบทั่ว ๆ ไป จำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม และเปิดโอกาสให้สมาชิกสอบถามข้อสงสัยต่าง ๆ จนเป็นที่พอใจ
3. ให้สมาชิกแนะนำตัวทีละคน รวมถึง นามสกุล ชื่อเล่น และ รายละเอียดต่าง ๆ ที่สมาชิกอยากที่จะเปิดเผยจนครบหมดทุกคน

4. ผู้นำกลุ่มอาจถามถึงความรู้สึกของการเข้ากลุ่มเองของสมาชิก หลังจากนั้นผู้ฝึกกลุ่มพร้อมนัดหมายวันและเวลาในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจ ใส่ใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือ การกระตือรือร้น

(ครั้งที่ 2-3) การสร้างความไว้วางใจในกลุ่ม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มรู้สึกว่าคุณสามารถรักษาความลับของตนได้
2. เพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัยในการเข้ากลุ่มและสามารถเปิดเผยตัวเองได้เต็มที่
3. เสริมสร้างความไว้วางใจผู้อื่น

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบทั่ว ๆ ไป การกระตุ้นความสนใจ การให้กำลังใจ และการส่งเสริม การเงียบ การฟัง การยอมรับ ความอดทน การทำให้เกิดความกระตือรือร้น การเรียบเรียงถ้อยคำเสียใหม่ การตั้งคำถาม การแนะนำ การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น การมองย้อนอดีตและอนาคต การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกทุก ๆ คน และยกหัวข้อเรื่องปัญหาในชีวิตของตนที่ผ่านมาเพื่อนำมาเล่าแลกเปลี่ยนประสบการณ์
3. หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มพูดจบ กล่าวขอบคุณพร้อมทั้งสนับสนุนให้สมาชิกเล่าแบ่งปันประสบการณ์ในอดีต และความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองพอสังเขป

4. หลังจากที่สมาชิกได้เปิดกล่าวได้เปิดเผยเรื่องราวประสบการณ์ของตนเองแล้ว ผู้นำกลุ่มถามถึงความเห็นของสมาชิกในกลุ่มว่ามีมุมมองเกี่ยวกับแต่ละประสบการณ์อย่างไรบ้าง และมีแนวทางการแก้ไขอย่างไร

5. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม นัดวันเวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น และความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพ และปฏิสัมพันธ์ ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

(ครั้งที่ 4) เรื่อง การตอบสนองความรู้สึก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเสริมสร้างความสามารถของสมาชิกในการรับรู้ความรู้สึกโดยการสัมผัส ความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพื่อเสริมสร้างความสามารถของสมาชิกด้านการรับรู้ความรู้สึก ซึ่งเกิดจากการสัมผัส เหตุการณ์ หรือความรู้สึกของผู้อื่นออกมาได้อย่างชัดเจน

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบทั่ว ๆ ไป การกระตุ้นความสนใจ การเชื่อมโยง การเงี่ยบ การฟัง การยอมรับ การแปลความหมาย การสะท้อนความรู้สึก การให้ข้อมูล การตั้งคำถาม การใช้คำป้อนกลับ การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น การยกตัวอย่าง การอธิบาย สรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกและอธิบายถึงกฎกติกาในการเข้ากลุ่ม
3. ผู้นำกลุ่มยกเหตุการณ์จำลองขึ้นมาเล่าหนึ่งเหตุการณ์ให้สมาชิกฟัง
4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกร่วมอภิปรายถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าสมาชิกได้สัมผัสความรู้สึก

ใด ๆ บ้าง และมีความคิดเห็นอย่างไร

5. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม และทำการนัดวันเวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น และความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

(ครั้งที่ 5) การตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นการพัฒนาความสามารถในการแยกแยะระหว่างประสบการณ์ของผู้อื่น และของตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกสามารถถ่ายทอดประสบการณ์ที่ตนเข้าใจออกมาได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้สมาชิกสามารถอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจความรู้สึกของตนเอง หรือสามารถบอก

ความแตกต่างระหว่างความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบทั่ว ๆ ไป การเชื่อมโยง การเทียบ การฟัง การยอมรับ การทำให้เกิดความกระฉ่าง การเรียบเรียงถ้อยคำเสียใหม่ การให้ข้อมูล การตั้งคำถาม การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิก และอธิบายจุดประสงค์ของการทำกลุ่มในครั้งนี้
3. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกอภิปรายเกี่ยวกับการแยกแยะระหว่างประสบการณ์ของผู้อื่นและของตนเอง
4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม นัดวันเวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น และความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

(ครั้งที่ 6-7) การควบคุมอารมณ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองจากสิ่งเร้าภายนอก
2. พัฒนาความสามารถในการสัมผัสและการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นและควบคุมไม่ให้อารมณ์ของผู้อื่นส่งผลต่ออารมณ์ของตนเอง โดยไม่ถูกครอบงำ โดยความรู้สึกเหล่านั้น

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบทั่ว ๆ ไป การเชื่อมโยง การเรียบ การฟัง การยอมรับ การแปลความหมาย การสะท้อนความรู้สึก การให้ข้อมูล การใช้คำป้อนกลับ การมอง ปัญหาจากมุมมองของคนอื่น การยกตัวอย่าง การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลมโดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิการและอธิบายถึงจุดมุ่งหมายของการทำกลุ่มในครั้งนี้
3. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับหัวข้อการควบคุม อารมณ์ และการไม่ถูกครอบงำโดยความรู้สึกของผู้อื่น
4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม นัดวันเวลาและ สถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น และความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพและปฏิสัมพันธ์ ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

(ครั้งที่ 8-9) การเปิดรับมุมมองผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาความสามารถในการจินตนาการถึงประสบการณ์ของผู้อื่นได้
2. เพื่อพัฒนาความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกของประสบการณ์ของผู้อื่นได้
3. เพื่อพัฒนาความสามารถในการเข้าใจมุมมองของตนเองและผู้อื่นได้ในเวลาเดียวกัน

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบทั่ว ๆ ไป การกระตุ้นความสนใจ การเชื่อมโยง การเรียบ การฟัง การยอมรับ ความอดทน การทำให้เกิดความกระจำง การแปลความหมาย การให้ข้อมูล การใช้คำป้อนกลับ การมองปัญหาจากมุมมองของคนอื่น การมองย้อนอดีต และ อนาคต การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลมโดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิก และอธิบายถึงจุดมุ่งหมายในการทำกลุ่มครั้งนี้
3. ผู้นำกลุ่มเริ่มโดยการให้หัวเรื่อง 1 เรื่อง เพื่อให้สมาชิกได้เริ่มพูดคุยโต้แย้ง อธิบายถึงมุมมองของแต่ละบุคคลต่อหัวข้อเรื่องที่ให้มา
4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป และขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม นัดวันเวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพและปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

(ครั้งที่ 10-11) ทักษะคติในการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. เสริมสร้างทัศนคติและความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพื่อให้สมาชิกสามารถอธิบายทัศนคติของคนออกมาเป็นคำพูดได้

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรีและมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้
3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบต่างๆไป การเจียบ การฟัง ความอดทน การแปลความหมาย การสะท้อนความรู้สึก การให้ข้อมูล การตั้งคำถาม การใช้คำป้อนกลับ การมอง ปัญหาจากมุมมองของคนอื่น การมองย้อนอดีต และ อนาคต การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิ์ ทักทายสมาชิก อธิบายถึงจุดมุ่งหมายของการทำกลุ่มในครั้งนี้
3. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิก พูดคุย อภิปรายถึงทัศนคติในการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม นัดวันเวลาและสถานที่ในการรวมกลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น และความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพ และปฏิสัมพันธ์ ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

(ครั้งที่ 12) ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการเข้ากลุ่มทั้งหมดที่ผ่านมา
2. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตนเองหลังจากปรึกษาแบบกลุ่มว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างไร
3. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตัวเองว่ามีการพัฒนาอย่างไร

เวลาที่ใช้

45 นาที

หลักการที่ยึดถือ

1. มนุษย์มีความสามารถ ศักดิ์ศรี และมีคุณค่า
2. มนุษย์เป็นคนที่น่าเชื่อถือและวางใจได้

3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตัวเอง
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตัวเอง กำหนดตนเองและควบคุมตนเองได้
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้

การสร้างสัมพันธภาพ การสังเกต การนำแบบต่างๆไป การกระตุ้นความสนใจ การเชื่อมโยง การเงี่ยบ การฟัง ความอดทนการทำให้เกิดความกระจำง การสะท้อนความรู้สึก การให้ข้อมูล การตั้งคำถาม การใช้คำป้อนกลับ การมองย้อนอดีต และ อนาคต การอธิบายสรุป

วิธีดำเนินการ

1. กลุ่มนั่งในลักษณะวงกลม โดยมีผู้นำกลุ่มนั่งรวมอยู่ด้วย
2. ผู้นำกลุ่มกล่าวสวัสดิ์ ทักทายสมาชิก อธิบายถึงจุดมุ่งหมายของการทำกลุ่มในครั้งนี้
3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกช่วยกันทบทวนถึงสิ่งที่ได้ในการทำกลุ่มทุกครั้งที่ผ่านมา

และเปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคน แสดงความคิดเห็นถึงการเรียนรู้ที่ผ่านมา

4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป และขอบคุณสมาชิกทุกคนสำหรับการมีส่วนร่วม

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและการแสดงออกด้วยสีหน้าท่าทาง การแสดงความคิดเห็น และความรู้สึกตามจริงของสมาชิกแต่ละคน การให้ความร่วมมือ สัมพันธภาพและปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของสมาชิก

ภาคผนวก ค
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ

รองศาสตราจารย์ ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิชัย

ดร.คณดาว ปุณณานนท์

ภาควิชาจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์

ภาควิชาจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์

ภาควิชาจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์

ภาคผนวก ง
ใบอนุญาตเข้าร่วมการวิจัย

ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างการเข้าใจความรู้สึกผู้อื่นด้วยการปรึกษากลุ่มแบบยี่บุคคลเป็น
ศูนย์กลางของผู้ดูแลผู้คิดสารเสพติดในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด

วันที่ยินยอม วันที่เดือน.....พ.ศ.....

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์
ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว
ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วม
ในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ
ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจน
ข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่
เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้วและมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามใน
ใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม
(.....)

ลงนาม.....พยาน
(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย
(.....นายโชคชัย ทัพทวิ.....)