



## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลสองคน คือ นักจิตวิทยาการศึกษาและผู้รับบริการ สัมพันธภาพที่ดีจะเป็นตัวกระตุ้นให้ผู้รับบริการสำรวจความคิด ความรู้สึก ทัศนคติ ค่านิยม ตลอดจนพฤติกรรมต่าง ๆ ของตน ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ปัญหาและการพัฒนาบุคคลที่มีประสิทธิภาพ (Hansen 1978: 99) องค์ประกอบสำคัญที่เอื้ออำนวยต่อการสร้างสัมพันธภาพ หรือเป็นหัวใจของกระบวนการจิตบำบัดคือ ความร่วมรู้สึก (empathy) นักจิตวิทยาการศึกษาต้องสามารถสนองตอบผู้รับบริการด้วยความร่วมรู้สึกเสมือนตนอยู่ในภาวะหรือสถานการณ์เดียวกับผู้รับบริการ โดยไม่คิดหรือตัดสินใจแทน นอกจากนี้ยังสามารถสื่อความร่วมรู้สึกนี้กลับไปยังผู้รับบริการ ซึ่งจะทำให้ผู้รับบริการสำรวจตนเอง เปิดเผยตนเองและนำไปสู่การเข้าใจและยอมรับตนเองอย่างแท้จริง (Truax and Carkhuff 1977: 285-286) ความร่วมรู้สึกที่นักจิตวิทยาการศึกษามีต่อผู้รับบริการสามารถสื่อสารได้ ดังนั้นนักจิตวิทยาการศึกษาจึงจำเป็นต้องมีทักษะที่จะสามารถสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งการสื่อสารเชิงวัจน (verbal communication) และการสื่อสารเชิงอวัจน (nonverbal communication)

ในกระบวนการสื่อสาร ข้อความหรือสารจะถูกนำส่งทั้งโดยวัจนพฤติกรรมและอวัจนพฤติกรรม อวัจนพฤติกรรมสามารถช่วยเสริม เน้น หรือลดสารที่เกิดจากวัจนพฤติกรรมได้ และเมื่อมีการสื่อสารที่ขัดแย้งกันสารจากอวัจนพฤติกรรมจะได้รับความเชื่อถือมากกว่า (Gazda 1973: 89) เฮสส์และเทปเปอร์ (Hasse and Tepper 1972: 35-40) ศึกษาพบว่า อวัจนพฤติกรรมเป็นส่วนประกอบสำคัญในการแสดงความรู้สึกและอวัจนพฤติกรรมมีผลเป็น 2 เท่าของวัจนพฤติกรรมในการรับรู้เกี่ยวกับความรู้สึกของผู้รับบริการ

อวัจนพฤติกรรมจึงเป็นเรื่องที่นักวิจัยให้ความสนใจศึกษาตัวแปรต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการศึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีงานวิจัยที่ศึกษาอวัจนพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น การสบตา การแสดงออกทางสีหน้า การจ้องมอง ระยะในการสนทนา การเอนตัว การเคลื่อนไหว ระดับน้ำเสียง และท่าทาง ในขณะที่อวัจนพฤติกรรมบางประเภท เช่น การสัมผัส ยังมีการศึกษากันน้อยมาก



การสัมผัสเป็นอวัจนพฤติกรรมจากร่างกาย (kinesics) ที่ถือได้ว่ามนุษย์มีความ  
 ค้นเคยตั้งแต่เยาว์วัย เช่น การสัมผัสจากมารดา การอุ้ม การกอด ฯลฯ การสัมผัสสามารถสื่อ  
 ความหมายได้อย่างลึกซึ้ง เป็นสื่อนำความรู้สึกอบอุ่น ความใกล้ชิด ความเอาใจใส่ห่วงใย และ  
 ความสนิทสนม (Edinger and Patterson 1983: 33) การสัมผัสที่แสดงถึงความอ่อนโยน  
 เต็มไปด้วยความเข้าใจและเอาใจใส่จะเป็นการสัมผัสที่ช่วยเยียวยา (healing) และช่วยใน  
 การบำบัดรักษาได้อย่างดี (therapeutic) (Simon 1976: 27)

แพตติสัน (Pattison 1973: 170) ได้ศึกษาผลกระทบของการสัมผัสในการให้  
 การปรึกษาเชิงจิตวิทยาพบว่า ผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัสจะสำรวจตนเองในระดับลึกมากกว่า  
 ผู้รับบริการที่ไม่ได้รับการสัมผัสแม้ว่าผลการวิจัยจะไม่มีนัยสำคัญทางสถิติก็ตาม นอกจากนี้ยังพบ  
 ว่าการสัมผัสไม่มีผลต่อการรับรู้ของผู้รับบริการถึงประสบการณ์การให้การปรึกษาของนักจิตวิทยา  
 ในขณะที่ สติอกเวล และ ไดย์ (Stockwell and Dye 1980: 443) ไม่พบความแตกต่าง  
 ดังกล่าว ฮับเบิล, โนเบล และโรบินสัน (Hubble, Nobel and Robinson 1981: 533)  
 ศึกษาถึงผลของการสัมผัสที่มีต่อการรับรู้ของผู้รับบริการถึงความเชี่ยวชาญ ความตั้งใจ และ  
 ความไว้วางใจของนักจิตวิทยาการปรึกษา ผลการศึกษาพบว่า ผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัส  
 เห็นว่านักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้เชี่ยวชาญมากกว่าผู้รับบริการที่ไม่ได้รับการสัมผัส แม้ว่าการ  
 เปรียบเทียบเรื่องอื่น ๆ จะไม่ปรากฏนัยสำคัญก็ตาม อลาญา และคนอื่น ๆ (Alagna, et al.  
 1979: 465) พบว่า ผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัสประเมินนักจิตวิทยาการปรึกษาในทางบวกมาก  
 กว่า โดยเฉพาะถ้าได้รับการสัมผัสจากนักจิตวิทยาการปรึกษาเพศตรงข้าม นอกจากนี้ยังพบว่า  
 มีนัยสำคัญระหว่างการสัมผัส เพศของนักจิตวิทยาการปรึกษา และเพศของผู้รับบริการ ผลงาน  
 วิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นได้ว่า การสัมผัสเป็นองค์ประกอบของปฏิสัมพันธ์ที่มีอิทธิพลทางบวกต่อ  
 การรับรู้ของผู้รับบริการ

การสัมผัสมีความหมายแตกต่างกันไปในแต่ละสังคมและวัฒนธรรม (Barnett 1972:  
 102) คนไทยส่วนใหญ่โดยเฉพาะเพศเดียวกันมักแสดงความสนิทสนมด้วยการสัมผัสซึ่งกันและกัน  
 เช่น จับมือหรือแขน โอบไหล่ ฯลฯ แต่การใช้การสัมผัสในสังคมไทยผู้ใช้ต้องตระหนักและระวัง  
 ไม่สัมผัสผิดคน และไม่สัมผัสผิดวิธี เช่น บุคคลที่อาวุโสสูงกว่าซึ่งควรแสดงความเคารพจะไป  
 สัมผัสแบบเพื่อนไม่ได้ ถือว่าเป็นการเสียมารยาท ดังนั้น อวัจนพฤติกรรมจากร่างกายจะถูก  
 ควบคุม โดยมีการใช้ค่อนข้างจำกัดและผู้ใช้ต้องระมัดระวังในการใช้ (Phillip 1970: 44-  
 45) ด้วยเหตุนี้ในสังคมไทยการสัมผัสจึงจำกัดอยู่กับผู้ที่เป็มิตร ผู้ใกล้ชิด หรือสมาชิกใน



## กรอบคร่าว

จากการที่การสัมผัสเป็นอวัจนพฤติกรรมที่สามารถสื่อความหมายระหว่างนักจิตวิทยา การปรึกษาและผู้รับบริการ และในขณะที่สังคมไทยยังจำกัดการสัมผัสในผู้ที่คุ้นเคยหรือผู้ที่ใกล้ชิด เท่านั้น งานวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์จะศึกษาผลการสัมผัสและไม่สัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษา และผลการสัมผัสระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษากับผู้รับบริการ เพศตรงข้ามและเพศเดียวกันต่อการรับรู้ถึงความร่วมรู้สึกที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีต่อผู้รับบริการ

## แนวความคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### แนวคิดและคุณค่าของการสัมผัส

การสัมผัส เป็นอวัจนพฤติกรรมจากร่างกายประเภทหนึ่งที่มีมนุษย์ใช้เป็นวิถีทางในการสื่อความหมาย การสัมผัสสามารถสื่ออารมณ์ ความคิด ความเห็นอกเห็นใจ ความอบอุ่นใจ และการให้กำลังใจ ฯลฯ (Anderson, et al. 1973: 268) ผู้ได้รับการสัมผัสจะรับรู้ถึงความรู้สึกที่ผู้สัมผัสถ่ายทอดผ่านการสัมผัสนั้น นอกจากนี้การสัมผัสยังถือได้ว่าเป็นเรื่องของสิทธิ บางครั้งการสัมผัสอาจแสดงถึงการรุกรานเสรีภาพส่วนบุคคล เป็นเครื่องแสดงอำนาจ เมื่อใช้ในสถานการณ์ที่อีกฝ่ายหนึ่งต้องการแสดงความเหนือกว่า (Henley 1977: 102)

การสัมผัสจึงสามารถสื่อความหมายได้ต่าง ๆ เป็นพฤติกรรมที่มีความหมายในตัวเอง คือ (Ujhely 1979: 18-19)

1. การสัมผัสเป็นความพยายามที่จะติดต่อเกี่ยวข้องกับคนอื่น
2. การสัมผัสเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2 คนโดยใช้การแตะเนื้อต้องตัวกัน
3. การสัมผัสเป็นวิธีการแสดงออกบางสิ่งบางอย่าง หรือเป็นการส่งต่อบางสิ่งบางอย่าง ไปยังผู้อื่นอย่างมีจุดมุ่งหมาย
4. การสัมผัสเป็นวิถีทางของการรับรู้
5. การสัมผัสเป็นประสบการณ์อย่างหนึ่งและเป็นการแสดงพฤติกรรมที่มีคุณภาพ
6. การสัมผัสเป็นได้ทั้งในรูปแบบของการให้และการรับ

ในทางปฏิบัติ การนำการสัมผัสไปใช้ ผู้ใช้ควรเข้าใจถึงสรีรวิทยาของการสัมผัส เพราะบุคคลจะรับรู้และแปลความการสัมผัสไปในทางใด ขึ้นอยู่กับสรีรวิทยาของการสัมผัสนั้น



การสัมผัสเกี่ยวข้องกับและถูกควบคุมโดยระบบรับความรู้สึกและระบบประสาทส่วนกลาง (central nervous system/ CNS) เมื่อได้รับการสัมผัส การสัมผัสจะไปกระตุ้นอวัยวะรับความรู้สึก (receptor) ในผิวหนังแล้วส่งกระแสความรู้สึกไปตามทางเดินของประสาท (neuropathways) กระแสความรู้สึกนี้จะถูกส่งต่อไปยังระบบประสาทส่วนกลาง ซึ่งจะ เป็นตัวรับและเชื่อมโยงความรู้สึกที่ได้รับจากการสัมผัส และส่งต่อผ่านไปยังสมองทำให้เกิดการรับรู้และแปลความการสัมผัสนั้น สมองจะส่งการย้อนกลับไปยังระบบประสาทส่วนกลางให้แสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมา ในการสัมผัสแต่ละครั้งสมองจะรับรู้และแปลความแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ได้รับจากการสัมผัสทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ ตั้งแต่ในวัยเด็กตลอดช่วงชีวิตของคน ๆ นั้น (Schepler 1962: 200)

ไวส์ (Weiss 1979: 77-78) ได้อธิบายให้เห็นว่าคุณภาพของการสัมผัสขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 6 ประการ ที่เปรียบเสมือนเป็นสัญลักษณ์ของการสัมผัส (tactile symbols) ซึ่งสัญลักษณ์ของการสัมผัสนี้จะแสดงถึงความหมายของการสัมผัสที่แตกต่างกัน คือ

1. ช่วงเวลา (duration) หมายถึง ระยะเวลาตั้งแต่เริ่มการสัมผัสร่างกายจนสิ้นสุดการสัมผัส การสัมผัสในช่วงเวลาสั้น ๆ ไม่เป็นการเพียงพอที่จะทำให้การสัมผัสนั้นเกิดผลอย่างสมบูรณ์ได้ การสัมผัสในช่วงเวลาที่นานขึ้นจะทำให้ร่างกายได้รับการกระตุ้นความรู้สึกมากขึ้นและเพิ่มระดับความเชื่อมั่นตนเองให้สูงขึ้น

2. ตำแหน่ง (location) หมายถึง ส่วนของร่างกายที่ได้รับการสัมผัส ซึ่งการสัมผัสในแต่ละตำแหน่งจะให้ความหมายแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับขอบเขตของพื้นที่ที่ได้รับการสัมผัส ความแตกต่างของบทบาทและเพศของผู้ให้การสัมผัส รวมทั้งความใกล้ชิดสนิทสนมระหว่างผู้ให้และผู้รับการสัมผัส ความหมายของการสัมผัสในแต่ละตำแหน่งยังอาจมีผลมาจากสังคมและวัฒนธรรมได้อีกด้วย

3. การแสดงออก (action) หมายถึง การสัมผัสที่แสดงถึงอัตราของการสัมผัส ผิวหนังพร้อมกับการใช้พลังงานของร่างกายในการเริ่มต้นการสัมผัส การสัมผัสโดยทันทีทันใดมีผลต่อร่างกายทำให้เกิดแรงต้านของกล้ามเนื้อ ซึ่งอาจมีผลให้ผู้ได้รับการสัมผัสเกิดความเครียดได้ ส่วนการสัมผัสที่ค่อยเป็นค่อยไปจะช่วยเสริมความรู้สึกที่ดีแก่ผู้ได้รับสัมผัส

4. ความแรง (intensity) ความแรงของการสัมผัสที่มีต่อผิวกายไม่ว่าจะมีน้ำหนัก แรง ปานกลาง หรือแผ่วเบา มีผลต่อการกระตุ้นประสาทสัมผัสในสถานที่แตกต่างกันด้วยการสัมผัสที่มีความแรงในระดับปานกลางจะมีคุณภาพน้อยที่สุด ในขณะที่การสัมผัสที่มีทั้งแรงและเบา



จะช่วยกระตุ้นความรู้สึก ส่งเสริมให้บุคคลเกิดความมั่นคงและความเป็นตัวของตัวเอง

5. ความถี่ (frequency) หมายถึง จำนวนครั้งที่แต่ละบุคคลได้รับการสัมผัส ความบ่อยครั้งของการสัมผัสจะก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่มั่นคงและเอื้อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การสัมผัสที่มีความถี่มากจะช่วยเพิ่มความรู้สึกใกล้ชิดกับคนอื่น ๆ มีการพัฒนาทางชีววิทยาที่ดี และเพิ่มความสามารถทางด้านความคิดและอารมณ์

6. ความรู้สึก (sensation) หมายถึง ปฏิกริยาของผิวหนังที่มีต่อการสัมผัส โดยเมื่อได้รับการสัมผัสจะมีความรู้สึกที่สบายหรือไม่สบายก็ได้ ทั้งนี้จะมีการรับและส่งต่อความรู้สึก เหล่านี้ไปยังสมอง การสัมผัสที่สร้างความรู้สึกที่ไม่สบายจะก่อให้เกิดการบิดเบือนการรับรู้ได้ แต่ถ้ามารสัมผัสก่อให้เกิดความรู้สึกสบาย ซึ่งชอบ จะก่อให้เกิดพัฒนาการไปในทางบวก

ดังนั้นเมื่อประยุกต์ใช้การสัมผัส จึงควรคำนึงถึงสัญลักษณ์ของการสัมผัสที่เหมาะสม ซึ่งจะทำให้ผู้รับได้รับรู้และแปลความหมายของการสัมผัสไปในทางที่ดี นอกจากสัญลักษณ์ทั้ง 6 ประการที่ได้กล่าวข้างต้นแล้ว ยังมีหลักบางประการที่ควรคำนึงถึงเมื่อมีการใช้การสัมผัสคือ

1. การสัมผัสควรให้ในขอบเขตที่ทั้งผู้ให้และผู้รับรู้สึกสบายใจ เนื่องจากการสัมผัสสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกภายใน อารมณ์ และปฏิกริยาของบุคคล และสามารถส่งต่อความรู้สึกเหล่านี้ไปยังบุคคลอื่นได้ (Barnett 1972: 109) ดังนั้น ถ้าผู้ให้การสัมผัสอยู่ในสภาวะอารมณ์ที่ไม่เป็นสุข หรือรู้สึกว่า เมื่อให้การสัมผัสแล้วตนเองรู้สึกอึดอัด กังวล ไม่มั่นใจ ความรู้สึกเหล่านี้จะถูกถ่ายทอดไปยังผู้รับการสัมผัสได้ ในขณะเดียวกัน ผู้รับการสัมผัสก็จะต้องมีความรู้สึกสบายที่ได้รับการสัมผัส จึงจะถือว่าการสัมผัสนั้นมีประสิทธิภาพ

2. ผู้ให้การสัมผัสต้องมีความเชื่อและแน่ใจในประโยชน์ของการสัมผัส ซึ่งจะมีผลทำให้สามารถให้การสัมผัสได้ด้วยความมั่นใจ เต็มใจ และสามารถถ่ายทอดความรู้สึกนั้นไปยังผู้รับได้ (Anderson, et al. 1973: 268) แต่ถ้าผู้ให้การสัมผัสไม่เห็นว่าการสัมผัสจะให้ประโยชน์อะไรได้ จะทำให้ผู้รับการสัมผัสรู้สึกถึงความไม่มั่นใจและไม่เต็มใจ

3. การสัมผัสโดยธรรมชาติ (spontaneous) คือ สามารถให้การสัมผัสอย่างเปิดเผย เหมาะสม และกระทำโดยทันทีทันใด ด้วยความเต็มใจ ไม่เสแสร้ง ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์เช่นไร สิ่งเหล่านี้สามารถฝึกฝนได้โดยการประเมินคุณภาพของการสัมผัสที่ได้ให้แก่ผู้รับการสัมผัส แล้วพัฒนาทักษะการสัมผัสจนเกิดความชำนาญ ดังที่ กูดคูนท์ (Goodykoontz 1979: 10) เสนอว่าการสัมผัสที่มีประสิทธิภาพได้นั้นต้องมีการฝึกหัดและเป็นไปเอง โดยธรรมชาติ



4. การให้การสัมผัสควรจะสอดคล้องกับวัจนพฤติกรรมและอวัจนพฤติกรรมอื่น ๆ เมื่อให้การสัมผัสอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกัน การสัมผัสจะเป็นเครื่องมือที่มีพลังในการส่งความรู้สึก อารมณ์ ระหว่างผู้ให้และผู้รับการสัมผัส (Day 1973: 263)

5. การให้การสัมผัสต้องสอดคล้องกับความรู้สึกของผู้รับการสัมผัสในขณะนั้น ผู้ให้การสัมผัสต้องเข้าใจความรู้สึกของผู้รับการสัมผัส จึงจะสามารถให้การสัมผัสที่สอดคล้องกับความรู้สึกของผู้รับได้อย่างเหมาะสม และจะทำให้การสัมผัสนั้นเป็นการสัมผัสที่มีคุณค่าและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น (Barnett 1972: 108)

มนุษย์ต้องการการสัมผัส ความต้องการให้ผู้อื่นสัมผัสกล่าวได้ว่าเป็นความต้องการทางกายที่ฝังอยู่ในจิตใจ (Henley 1977: 97) เหตุผลเบื้องต้นของความชอบและความต้องการการสัมผัสเนื่องมาจากประสบการณ์ที่ได้รับการสัมผัสจากมารดาเมื่อแรกเกิด (Suiter 1985: 18) ในเด็กแรกเกิดการสัมผัสจะเป็นการติดต่อสื่อสารอันดับแรก แฟรงค์ (Frank 1957 quoted in Barnett 1972: 104) ศึกษาพบว่า การสัมผัสมีความสำคัญมากที่สุด ในระยะแรกของการเจริญเติบโตทั้งทางร่างกายและจิตใจของเด็ก การสัมผัสของมารดาเป็นการเริ่มให้ความรู้สึกทางอารมณ์และความรักแก่เด็ก การสัมผัสที่เด็กได้รับทำให้เด็กรับรู้และพัฒนาความเชื่อมั่นต่อสิ่งแวดล้อมและความไว้วางใจในตัวเอง นอกจากนั้นเด็กจะเริ่มพัฒนาความรู้สึกเป็นตัวตนโดยผ่านการสัมผัสอีกด้วย (sense of self through touch) เคลย์ (Clay 1968: 210) ได้ศึกษาการสัมผัสของแม่ที่มีต่อพัฒนาการของเด็กพบว่า เด็กที่มารดาสัมผัสบ่อยครั้งจะเติบโตเร็วกว่าเด็กที่ไม่ได้รับการสัมผัส แต่เมื่อเด็กโตขึ้นการสัมผัสจากมารดาจะลดลงและจะใช้การสื่อสารด้วยคำพูดมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างการสัมผัสเด็กของบิดากับมารดาพบว่าบิดาสัมผัสเด็กน้อยกว่ามารดา เคลย์จึงได้เสนอว่าการสัมผัสเด็กควรได้รับการพัฒนาเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการทางจิตใจที่แท้จริง

การสัมผัสมีความหมายที่แตกต่างออกไปเมื่อเป็นการสัมผัสของเพศชายและเพศหญิง นูเยิน เฮสลิน และนูเยิน (Nguyen, Heslin and Nguyen 1975: 95) ศึกษาการตีความความหมายของการสัมผัสส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจากเพศตรงข้ามว่าหมายถึง ก) การหยอกล้อ ข) ความรัก/ความอบอุ่น ค) มิตรภาพ ง) ความต้องการทางเพศ หรือ จ) ความยินดี โดยถามจากนักศึกษาปริญญาตรีเพศชายและหญิง ผลปรากฏว่าผู้ตอบเห็นพ้องกันว่า โดยทั่วไปการสัมผัสเป็นการแสดงความรัก/ความอบอุ่น และเป็นสิ่งที่น่ายินดี แต่ความหมายของการสัมผัส



เปลี่ยนไปขึ้นอยู่กับว่าสัมผัสส่วนของร่างกาย โดยนักศึกษาชายและหญิงมีความเห็นต่างกันในเรื่องนี้ ส่วนของร่างกายที่นักศึกษาหญิงไม่ยอมให้สัมผัสมีหลายส่วนมากกว่านักศึกษาชาย นักศึกษาหญิงรู้สึกว่าการแตะ (บีบ) มือ แขน ไหล่ หลัง แสดงถึง ความรัก/ความอบอุ่น และมิตรภาพ และการสัมผัสจะไม่ถือว่าเกี่ยวกับเรื่องเพศถ้าไม่ไปสัมผัสกับส่วนที่เกี่ยวข้องกับเพศ (หน้าอก ก้น ต้นขา ฯลฯ) สำหรับนักศึกษาชายไม่สนใจส่วนของร่างกายที่จะสัมผัส

เจอร์ราร์ด (Jourard 1966: 230) ได้ศึกษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ผู้ตอบพอใจที่จะให้สัมผัสโดยใช้รูปคนเป็นแบบพบว่า เพศหญิงพอใจที่จะให้สัมผัส มือ แขน ข่า และส่วนบนของศีรษะ มากกว่าเพศชาย ทั้งเพศชายและหญิงเมื่อได้รับการสัมผัสจากเพศเดียวกันจะพอใจน้อยกว่าได้รับการสัมผัสจากเพศตรงข้าม จากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษายังพบว่า เพศชายที่ยังอยู่ในครอบครัว จะได้รับการสัมผัสจากบิดาน้อยกว่าเพศหญิง และเมื่ออายุเพิ่มขึ้นความถี่ของการสัมผัสที่ได้รับจะน้อยลงไม่ว่าจะเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย

แนวคิดดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่า โดยลักษณะแล้ว มนุษย์ต้องการการสัมผัสและคุ้นเคยกับการสัมผัสมาตั้งแต่วัยเด็ก แต่เมื่อโตขึ้นจะพบว่าตนเองไม่สามารถสัมผัสคนทุกคนได้ จึงต้องพยายามเก็บซ่อนความต้องการนี้ไว้ (Simon 1976: 10) การสัมผัสจึงถูกจำกัดโดยวัฒนธรรม สภาพของสังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นสำคัญ (Barnett 1972: 102) มอร์ริส (Morris 1971: 104-105) นักสัตววิทยาได้ให้ความเห็นว่า สังคมปัจจุบันมีลักษณะหลีกเลี่ยงการถูกต้องตัวกัน ทั้งนี้เพื่อไม่ให้มีการแปลความหมายของการสัมผัสไปเป็นเรื่องทางเพศ มนุษย์จึงสัมผัสกันเฉพาะโอกาส (เช่น การจับมือ การโอบกอด ทักทาย) ในขณะที่มนุษย์พยายามหลีกเลี่ยงการสัมผัส แต่แท้จริงแล้วมนุษย์ต้องการได้รับการสัมผัส จึงสนองความต้องการโดยการสัมผัสเด็ก สัตว์เลี้ยง สิ่งของ หรือบุคคลที่สัมผัสได้แทน การสัมผัสจึงเป็นได้ทั้งประโยชน์และในบางครั้งก็เป็นโทษได้เช่นกัน โดยเฉพาะในเรื่องของสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและการมองคุณค่าในตนเอง

### การสัมผัสกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแม้ว่าการสัมผัสจะเป็นอวัจนพฤติกรรมที่มีความหมายในตัวเองแต่ก็มีได้นำมาศึกษามากนัก สาเหตุประการหนึ่งที่มีการศึกษาเรื่อง การสัมผัสกันน้อย อาจเนื่องมาจากแนวความคิดที่ขัดแย้งกันเกี่ยวกับประโยชน์ของการสัมผัสที่มีต่อการ



ปรึกษาเชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาบางคนเห็นว่าการสัมผัสคนใช้เป็นเรื่องต้องห้าม (เช่น Burton and Heller 1964; Wolberg 1967) ขณะที่นักจิตวิทยาบางคนเห็นประโยชน์ของการสัมผัส (เช่น Funch 1975; Jourard 1968; Mintz 1969) (Alagna, et al. 1979: 465)

งานวิจัยที่ศึกษาการสัมผัส ได้ศึกษาผลของการสัมผัสกับร่างกายส่วนต่าง ๆ ของผู้รับบริการ เช่น เวตันและบอร์เจน (Wheaton and Borgen 1981 quoted in Willison and Masson 1986: 497) ได้ศึกษา การสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่สัมผัส มือ ปลายแขน (forearm) ข่า และหลังช่วงบนของผู้รับบริการ เบคอนและดิกสัน (Bacorn and Dixon 1984: 489) ได้ศึกษา การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาใช้มือสัมผัสกับ มือ แขน ไหล่ ขา หรือ หลังของผู้รับบริการ ในขณะที่ ซุยเตอร์และกู๊ดเยียร์ (Suiter and Goodyear 1985: 9) ใช้การสัมผัส 3 ระดับ คือ สัมผัสมือ ข่า และโอบข่า ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่ผู้รับบริการ สำหรับงานวิจัยของนักจิตวิทยาคนอื่น ๆ ก็ศึกษาการสัมผัสกับ มือ แขน ข่า หลังช่วงบนหรือล่าง และการโอบไหล่ งานวิจัยเหล่านี้ให้ผลสรุปที่สอดคล้องกันคือ การสัมผัสมือ แขน ข่า ช่วงบนของหลังและการโอบไหล่ ไม่มีการตีความเกี่ยวกับเรื่องเพศ

การสัมผัสนอกจากจะเน้นส่วนของร่างกายที่ควรสัมผัสแล้ว การสัมผัสยังเกี่ยวข้องกับระยะเวลา ความถี่ และความแรงของการสัมผัส เบคอน และดิกสัน (Bacorn and Dixon 1984: 491) ได้เสนอว่าการสัมผัสต้องยาวนานเพียงพอที่จะทำให้เกิดการติดต่อกันที่มั่นคง แต่ก็ไม่นานจนทำให้ผู้รับบริการเกิดความรำลึกไม่พอใจ นุเย็น และคนอื่น ๆ (Nguyen, et al. 1975: 93) ได้แบ่งการสัมผัสเป็น 4 ลักษณะ คือ การตบ (pat) การลูบ (brush) การบีบ (squeeze) และการตี (stroke) และเสนอว่าการบีบเบา ๆ จะสื่อความหมายถึงมิตรภาพและความเอาใจใส่มากกว่าเป็นการหยอกล้อหรือแสดงความต้องการทางเพศ ไวส์ (Weiss 1979: 77) กล่าวว่า ลักษณะของการสัมผัสที่มีทั้งแรงและเบาจะส่งเสริมให้ผู้รับบริการสัมผัสเกิดความมั่นคงและความเป็นตัวของตัวเอง

การสัมผัส เป็นวิถีทางทางธรรมชาติที่เต็มไปด้วยพลังในการนำให้บุคคลเข้าสู่ภาวะ "ปัจจุบันในขณะนั้น" (here and now) (Mason and Pratt 1980: 10001) ซึ่งจะช่วยให้บุคคลได้ตระหนักและยอมรับถึงความเป็นจริงในขณะนั้นว่า ตนเองกำลังคิดอะไร ทำอะไร กำลังอยู่ในสภาพการณ์เช่นไร ไม่ปล่อยจิตใจและอารมณ์ไปอย่างไร้จุดหมาย เตรียมพร้อมที่



จะจัดการกับวิถีชีวิตตนเองต่อไป การสัมผัสยังสามารถสื่อความรู้สึกอบอุ่นใจ ความใกล้ชิด ความเอาใจใส่ห่วงใยและการให้กำลังใจ ซึ่งผู้รับสัมผัสจะรู้ถึงความรู้สึกที่ผู้สัมผัสถ่ายทอดมาให้จากการสัมผัสนั้น ความหมายของการสัมผัสจึงเกิดจากลักษณะของการสัมผัสและการตีความของผู้รับการสัมผัส

ฮาลรอยด์และบรอดสกี (Halroyd and Brodsky 1980: 810) ได้เสนอแนะให้ใช้การสัมผัส ดังต่อไปนี้

1. ใช้กับผู้รับบริการที่มีความเติบโตทางด้านอารมณ์และสังคมไม่สมกับวัย (socially or emotionally immature) เช่น ผู้รับบริการที่มีประวัติขาดแม่
2. ใช้กับผู้รับบริการที่เคยประสบความผิดหวัง ความกระทบกระเทือนใจ หรือความเสียใจอย่างรุนแรง
3. ใช้การสัมผัสเป็นเครื่องเกื้อหนุนทางจิตใจ
4. ใช้การสัมผัสในการต้อนรับหรือยุติการให้การปรึกษา

จะเห็นได้ว่าการสัมผัสสามารถใช้ได้เป็นอย่างดีกับผู้รับบริการที่มีปัญหาทางร่างกายและอารมณ์ การสัมผัสที่เหมาะสมสามารถสื่อความเอาใจใส่ ซึ่งเป็นความต้องการพื้นฐานที่ผู้รับบริการต้องการอย่างยิ่ง แต่ผู้รับบริการบางคนอาจมีประสบการณ์ของความกลัวการสัมผัสเนื่องมาจากเชื่อหรือคิดว่า การสัมผัสทางกายเป็นเครื่องหมายของการเข้ายวนและเป็นความผิด ดังนั้นการใช้การสัมผัสพร้อมการเสริมด้วยคำพูดสามารถช่วยลดความรู้สึกทางลบออกจากประสบการณ์ที่มีในอดีตของผู้รับบริการได้

วิลสัน (Wilson 1982: 70) ได้เตือนเกี่ยวกับการใช้การสัมผัสในระยะเริ่มแรกของการสร้างสัมพันธภาพซึ่งเป็นระยะที่ต้องสร้างความไว้วางใจ การสัมผัสอาจทำให้ผู้ที่เพิ่งมารับบริการใหม่ เกิดความรู้สึกสับสน รู้สึกถูกคุกคาม จนกว่าผู้รับบริการเริ่มมีความคุ้นเคย ความรู้สึกดังกล่าวจึงจะหมดไป การสัมผัสแขนหรือแม้แต่การจับแขนจะช่วยให้ผู้รับบริการเกิดความรู้สึกปลอดภัย ช่วยให้คลายความกระทบกระเทือนทางอารมณ์ที่รุนแรงลงได้ การสัมผัสจะใช้ได้ผลดีที่สุดในช่วงการสร้างสัมพันธภาพอันกลมกลืนในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพราะจะช่วยสร้างความมั่นใจ แสดงถึงการยอมรับ ช่วยให้ผู้รับบริการเปลี่ยนรูปแบบพฤติกรรมที่ผิดปกติ และได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการสร้างความรู้สึกใหม่ ๆ เกี่ยวกับตนเองและคนอื่น

โอลเดอร์ (Older 1982 quoted in William and Masson 1986: 499) ได้แนะนำวิธีและผลของการใช้การสัมผัสเพิ่มขึ้นคือ



1. ใช้การสัมผัสเมื่อต้องการที่จะให้การกล่าวถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่งเด่นจากเรื่องอื่น นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถที่จะสัมผัสเบา ๆ บนหลังมือ หรือจับมือผู้รับบริการไว้ ซึ่งการสัมผัสนี้จะช่วยเน้นคำพูดให้หนักแน่นขึ้น

2. การสัมผัสสามารถช่วยดึงดูความสนใจของผู้รับบริการให้มาที่นักจิตวิทยาการปรึกษา และช่วยดึงผู้รับบริการให้กลับมาสู่ความเป็นจริง

3. การสัมผัส สามารถช่วยให้ผู้รับบริการเริ่มการบำบัดรักษาที่มีความหมาย ข้อมูลดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่า การสัมผัสมีพลังบางอย่างซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาควรตระหนักถึง และเมื่อใช้การสัมผัส นักจิตวิทยาการปรึกษาควรคำนึงถึงลักษณะของการสัมผัสด้วย เฮนเรย์ (Henley 1977: 106) ได้แสดงความแตกต่างของการสัมผัสซึ่งกันและกัน (reciprocal) และการสัมผัสเพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง (nonreciprocal) ซึ่งเป็นการสัมผัสที่บ่งบอกถึงสถานะภาพที่ต่างกันอย่างของผู้สัมผัส โดยปกติบุคคลที่มีสถานะภาพสูงกว่า จะสัมผัสบุคคลที่มีสถานะภาพด้อยกว่า (หมอ-คนไข้ ครู-นักเรียน นายจ้าง-ลูกจ้าง ฯลฯ) เฮนเรย์ยืนยันว่า การสัมผัสเพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นเสมือนการแสดงอำนาจของผู้สัมผัส ซึ่งผู้รับบริการอาจตีความว่าถูกคุกคาม ในขณะที่การที่ทั้งสองฝ่ายสัมผัสซึ่งกันและกันเป็นการสัมผัสที่ดี มีประโยชน์ เพราะผู้รับบริการเป็นฝ่ายเริ่มหรืออย่างน้อยผู้รับบริการมีความปรารถนาและยินยอมที่จะรับการสัมผัส

โอลเดอร์ (Older 1982: 241) กล่าวว่า "การสัมผัสที่คิดว่าเหมาะสม อาจกลายเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมได้เมื่อถูกใช้ผิดกาล หรือใช้ผิดบุคคล" เช่น การสัมผัสเด็กวัยรุ่นที่พยายามแก้ไขตนเองจากการครอบงำจากผู้ใหญ่ (all-enveloping mother) การสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาอาจทำให้เด็กรู้สึกอึดอัดได้ หรือเด็กที่มีปัญหาทางเพศอาจจะถอยกลับหวาดระแวงและไม่เชื่อใจถ้าได้รับการสัมผัสที่เป็นมิตรจนเกินไป ดังนั้นการสัมผัสอาจทำให้เกิดความขัดแย้ง เกิดปฏิกิริยาอย่างรุนแรงในช่วงแรกของการพัฒนาหรือสร้างความสัมพันธ์ได้ นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องเข้าใจเป้าหมายของการสัมผัสอย่างชัดเจน

ฟิชเชอร์ ไรตติง และเฮสลิน (Fisher, Rytting and Heslin 1976: 419) ชี้ให้เห็นว่าการสัมผัสจะก่อให้เกิดปฏิกิริยาทางบวกเมื่อการสัมผัสนั้น

- ก) ใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์
- ข) ไม่ก่อให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดในระดับที่ผู้รับรู้สึกว่ามีมากเกินไปจนความต้องการ
- ค) ไม่สื่อความหมายทางลบ



โดยสรุปแล้วการใช้การสัมผัส นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องจริงใจและเข้าใจทัศนคติของตนเองอย่างชัดเจนว่า ตนใช้การสัมผัสเพื่อวัตถุประสงค์ใด นอกจากนี้ต้องมีความไวที่จะอ่านความรู้สึกของผู้รับบริการ และสังเกตผลกระทบของการสัมผัสที่เกิดขึ้นในระหว่างการสร้างสัมพันธภาพ การใช้การสัมผัสในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาพอสรุปแนวทางที่ควรเป็นได้ 2 ประการ คือ ประการที่หนึ่ง ลักษณะและระยะเวลาของการสัมผัสจะต้องทำให้เกิดความสบายใจทั้งกับผู้รับบริการและนักจิตวิทยาการปรึกษา ถ้าเกิดความไม่สบายใจขึ้นแสดงว่านักจิตวิทยาการปรึกษากำลังทำบางอย่างผิด ประการที่สอง การสัมผัสจะต้องเหมาะสมกับความต้องการของผู้รับบริการ ในขณะนั้น ไม่ควรใช้การสัมผัสเพื่อเร่งรัดให้เกิดปฏิกิริยาจากผู้รับบริการ ถ้าเป็นเช่นนั้นแล้ว การสัมผัสก็จะไม่ก่อให้เกิดผลในทางบวก

### ความร่วมมือรู้สึกกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

รอเจอร์ส (Rogers 1961 quoted in Carkhuff and Berenson 1967:

71) กล่าวว่า งานของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา คือ การช่วยให้ผู้รับบริการได้เข้าใจตนเองตามความเป็นจริง สามารถตัดสินใจด้วยตนเอง และนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างแท้จริง โดยรอเจอร์สเห็นว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาต้องมีคุณสมบัติพื้นฐาน 6 ประการ คือ

1. การที่บุคคล 2 คนมีการติดต่อและมีความสัมพันธ์กัน
2. บุคคลหนึ่งคือ ผู้รับบริการ อยู่ในสภาพของความไม่สอดคล้อง (incongruence) ระหว่างการพิจารณาตนเองกับสภาพความเป็นจริง ประสบปัญหา และมีความต้องการเปลี่ยนแปลง
3. อีกบุคคลหนึ่งคือ นักจิตวิทยาการปรึกษา เป็นผู้ที่มีความสอดคล้อง (congruence or genuineness) และมีความจริงใจอย่างแท้จริง
4. นักจิตวิทยาการปรึกษามองผู้รับบริการในทางบวก และยอมรับผู้รับบริการอย่างไม่มีเงื่อนไข (unconditional positive regard)
5. นักจิตวิทยาการปรึกษามีความร่วมมือรู้สึก (empathy) คือมีความเห็นใจและเข้าใจผู้รับบริการอย่างแท้จริง
6. ผู้รับบริการจะต้องรับรู้ถึงความร่วมมือรู้สึกและการยอมรับที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีต่อตนอย่างน้อยในระดับหนึ่ง



คุณสมบัติเหล่านี้เป็นองค์ประกอบสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จะก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ โดยเฉพาะความร่วมมือรู้สึก (empathy) กล่าวได้ว่าเป็นส่วนสำคัญของการสื่อความหมาย ความเข้าใจของนักจิตวิทยาการปรึกษาให้ผู้รับบริการได้รับรู้ ซึ่งจะทำให้ผู้รับบริการได้ตระหนักและเข้าใจในความรู้สึกของตนยิ่งขึ้น อีกทั้งยังช่วยให้ผู้รับบริการแสดงออกถึงความรู้สึกของตนเองอย่างเสรี และใช้สัมพันธภาพนี้เพื่อการพัฒนาตนเอง ซึ่งความเปลี่ยนแปลงของบุคคลก็จะเกิดขึ้นตามมา

ความร่วมมือรู้สึก คือ การที่นักจิตวิทยาการปรึกษารับรู้โลกส่วนตัวของผู้รับบริการเสมือนหนึ่งเป็นโลกของตนเอง และสามารถสื่อความเข้าใจนี้แก่ผู้รับบริการ เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการเข้าใจความรู้สึกส่วนตัวของตนให้ชัดเจนขึ้น โดยนักจิตวิทยาการปรึกษายังคงความเป็นตัวของตัวเองอยู่ (Rogers 1951: 452) ความร่วมมือรู้สึกเปรียบเสมือน "การมองโดยผ่านสายตาของอีกบุคคลหนึ่ง" (Gazda 1973: 24) นอกจากนี้ยังรวมไปถึงความสามารถที่จะรู้และเข้าใจว่า การกระทำหรือการแสดงออกของผู้รับบริการนั้นหมายความว่าอะไร ความร่วมมือรู้สึกจึงต้องอาศัยความไวของนักจิตวิทยาการปรึกษาในการรับรู้ความรู้สึกของผู้รับบริการ และสามารถสื่อความเข้าใจนี้กลับไปยังผู้รับบริการ เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการเข้าใจความรู้สึกของตนที่คลุมเคลือให้ชัดเจนขึ้น (Truax and Carkhuff 1977: 66)

โรเจอร์ส (Rogers 1951: 35) กล่าวว่า การมีความร่วมมือรู้สึกนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องอยู่ในลักษณะที่ว่า "ฉันช่วยเหลือคุณ โดยที่ฉันจะพยายามไม่นึกถึงความต้องการของตัวเอง สังคม หรือสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย แต่จะพยายามเคลื่อนความรู้สึกของฉันเข้าไปในโลกของคุณ เข้าไปในการรับรู้ ความคิดของคุณ จะพยายามมีประสบการณ์ทางความรู้สึกให้ใกล้เคียงกับของคุณอย่างที่สุด เพื่อคุณจะได้กล้าที่จะเปิดเผยตัวของตนเอง และโลกของการรับรู้ด้วยตัวของคุณด้วยความรู้สึกที่ปลอดภัยและอบอุ่นใจ"

ความร่วมมือรู้สึกเป็นความละเอียดอ่อนที่เป็นจุดหมายในการให้การปรึกษาและการบำบัด นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องสามารถที่จะตระหนัก รู้และเข้าใจความรู้สึกที่บุคคลแสดงออกทั้งทางวจนพฤติกรรมและอวัจนพฤติกรรมอย่างที่เขารู้สึก และสามารถสื่อความเข้าใจนี้ต่อบุคคลนั้นอย่างถูกต้อง เหมาะสม (Carkhuff 1969: 315) เฮส และ เทปเปอร์ (Hesse and Tepper 1972: 417) ได้ศึกษาถึงผลของอวัจนพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีต่อการสื่อความร่วมมือรู้สึก พบว่า อวัจนพฤติกรรมมีผลเป็น 2 เท่าของวจนพฤติกรรมต่อการรับรู้ความร่วมมือรู้สึก ต่อมาในปี 1978 เฮส และ เทปเปอร์ (Hesse and Tepper 1978:



35-44) ได้ศึกษาถึง ความร่วมรู้สึก การยอมรับนับถือ และความจริงใจ ที่นักจิตวิทยาการ  
 ปรึกษามีต่อผู้รับบริการ โดยวัดจากวัจนพฤติกรรมและอวัจนพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษา  
 ผลการวิจัยพบว่า อวัจนพฤติกรรมมีผลเป็นสองเท่าและมีการแปลความหมายได้มากกว่า  
 วัจนพฤติกรรมอย่างมีนัยสำคัญ ศรีประไพ ลดาวัลย์ (2524: 60) ศึกษาถึงผลของอวัจน-  
 พฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษาต่อระดับการรับรู้ของผู้รับบริการเกี่ยวกับความร่วมรู้สึกและ  
 การยอมรับนับถือ ผลการศึกษาพบว่า อวัจนพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษามีผลต่อระดับ  
 การรับรู้ของผู้รับบริการเกี่ยวกับความร่วมรู้สึกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

จากผลการวิจัยดังกล่าวจะเห็นได้ว่า อวัจนพฤติกรรมเป็นช่องทาง (channels)  
 สำคัญที่นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถใช้สื่อความร่วมรู้สึกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้การแสดง  
 ออกทั้งวัจนพฤติกรรมและอวัจนพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษาจะมีระดับการผสมผสานต่าง  
 กันไปในแต่ละบุคคล นักจิตวิทยาการปรึกษาที่ต้องการแสดงถึงความร่วมรู้สึกในระดับสูง จะต้อง  
 ทราบถึงช่องทางต่าง ๆ ที่สื่อความรู้สึกของตนว่ามีอิทธิพลต่อการรับรู้ของผู้รับบริการ ดังนั้น  
 นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องเลือกใช้สัญญาณ (cues) ที่มีอยู่ภายในตนเองทั้งหมดให้เหมาะสมใน  
 การตอบสนองแก่ผู้รับบริการ ในขณะที่เดียวกันนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องตระหนักว่าผู้รับบริการ  
 เองก็จะมีการตอบสนองต่อวัจนพฤติกรรมและอวัจนพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษาเช่น  
 เดียวกัน (Truax and Carkhuff 1977: 288-289)

ประเด็นสำคัญที่ต้องระวังเกี่ยวกับความร่วมรู้สึก คือ การนำความหมายของคำว่า  
 "empathy" ไปปะปนกับคำว่า "sympathy" ตามพจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยา ราชบัณฑิตยสถาน  
 (2524: 39-40) ได้บัญญัติศัพท์ไว้ว่า empathy คือ ความร่วมรู้สึก และ sympathy คือ  
 ความเห็นอกเห็นใจ ทั้งนี้ sympathy นั้นเป็นความเห็นอกเห็นใจในลักษณะที่ ผู้ฟังเข้าไปมี  
 อารมณ์ร่วมกับผู้พูดจนมิได้ตระหนักว่า ผู้ฟังยังเป็นตัวของตัวเองอยู่ ตัวอย่างเช่น ผู้รับบริการ  
 ได้เล่าประสบการณ์ที่สะเทือนใจของเขา นักจิตวิทยาการปรึกษาก็มีความร่วมเศร้าสะเทือนใจ  
 ไปด้วย (หรืออาจร่วมร้องไห้ไปกับผู้รับบริการ) ซึ่งการเกิดอารมณ์เช่นนี้จะทำให้กระบวนการ  
 ปรึกษาไม่ประสบความสำเร็จ



### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยต่างประเทศที่ศึกษาการสัมผัสในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ปรากฏว่า การศึกษาการสัมผัสใน 2 ระดับด้วยกัน คือ ก) ศึกษาผลของการสัมผัสและการไม่สัมผัส ข) ศึกษาความสนิทสนมของการสัมผัสในระดับต่าง ๆ โดยศึกษาการสัมผัสส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ได้แก่ มือ แขน หลังช่วงบนและช่วงล่าง และไหล่ (โอบไหล่)

สถานการณ์การปรึกษาที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การให้การปรึกษากับอาชีพ หรือเมื่อบุคคลประสบปัญหาการตัดสินใจเกี่ยวกับอาชีพ หรือประสบปัญหาอารมณ์เศร้า ผลการสัมผัสจะวัดโดยให้ผู้รับบริการ ก) สำรวจและประเมินตนเอง เช่นในเรื่องการลดความวิตกกังวลหรือความเต็มใจที่จะเปิดเผยตนเอง ข) ประเมินผู้ให้บริการหรือนักจิตวิทยาการปรึกษาในเรื่องความมีประสบการณ์ ความเชี่ยวชาญ ความตั้งใจ และความจริงใจ ในการให้บริการ

ในปี 1973 แพตติสัน (Pattison 1973: 170-175) ได้ศึกษาผลการสัมผัสกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นครั้งแรก โดยศึกษาถึงผลการสัมผัสที่มีต่อทัศนคติและการสำรวจตนเองของผู้รับบริการในระหว่างการให้การปรึกษา กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาหญิงจำนวน 20 คนที่มาขอรับการปรึกษาเกี่ยวกับอาชีพ กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนได้รับการสัมผัส 5 ครั้งในช่วงการให้การปรึกษา 50 นาที ผลการวิจัยพบว่า ผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัสจะสำรวจตนเองในระดับลึกกว่าผู้รับบริการที่ไม่ได้รับการสัมผัส แม้ว่าผลการศึกษาจะไม่มีนัยสำคัญทางสถิติก็ตาม นอกจากนี้งานวิจัยนี้ยังพบว่า การสัมผัสไม่มีผลต่อการรับรู้ของผู้รับบริการถึงประสบการณ์การให้การปรึกษาของนักจิตวิทยา งานวิจัยอีกเรื่องหนึ่งที่ศึกษาการสัมผัสกับกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหาเกี่ยวกับอาชีพเช่นเดียวกัน คืองานของ อลาญาและคนอื่น ๆ (Alagna, et al. 1979: 465) ที่ศึกษาการประเมินปฏิกิริยาของผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัสจากนักจิตวิทยาการปรึกษาในช่วงการสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายและหญิงจำนวน 120 คน จะได้รับการสัมผัส (มือ หลังส่วนบน และแขนช่วงล่าง) หรือไม่สัมผัส ผลการศึกษพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสัมผัสจะประเมินนักจิตวิทยาการปรึกษาในทางบวกมากกว่า โดยเฉพาะถ้าได้รับการสัมผัสจากนักจิตวิทยาการปรึกษาเพศตรงข้าม นอกจากนี้ยังพบว่า มีนัยสำคัญระหว่างการสัมผัสเพศของนักจิตวิทยาการปรึกษา และเพศของผู้รับบริการ

ในปี 1980 สต็อกเวลล์และไดย์ (Stockwell and Dye 1980: 443-446) ศึกษาถึงผลการสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีต่อผู้รับบริการ โดยประเมินจากการให้



การศึกษาและระดับของการสำรวจตนเอง ตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยนี้คือ การสัมผัส (มือ แขน ไหล่ หลังช่วงล่าง) และการไม่สัมผัส เพศของนักจิตวิทยาการศึกษา และเพศของผู้รับบริการ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายระดับปริญญาตรีจำนวน 56 คน นักศึกษาหญิงจำนวน 44 คน ที่อาสาสมัครมารับการศึกษารายบุคคลเกี่ยวกับเรื่องอาชีพ หลังจากนั้นประเมินผล การให้การปรึกษาจากแบบสอบถามและแถบบันทึกเสียง ซึ่งผลการศึกษาปรากฏว่า พบว่าไม่มี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สตัดอกเวลล์ได้ให้เหตุผลเพิ่มเติมว่า ความแตกต่าง ของผลการวิจัยนี้อาจเนื่องมาจากการทดลองได้ควบคุมอวัจนพฤติกรรมอื่น ๆ เช่น การสบตา การแสดงออกทางสีหน้า อย่างเคร่งครัดกว่าของอาสาสมัครและคนอื่น ๆ

ต่อมา ฮับเบิลและคนอื่น ๆ (Hubble et al. 1981: 535-525) ได้ศึกษาผล การสัมผัสของนักจิตวิทยาการศึกษาที่มีต่อผู้รับบริการและรูปแบบการตอบสนองของผู้รับบริการที่ ได้รับการสัมผัสระหว่างการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิง 32 คน อายุระหว่าง 17-20 ปี เข้ารับการศึกษารายบุคคล โดยจะได้รับเงื่อนไขหนึ่งในสองเงื่อนไข คือ การสัมผัส (มือ ไหล่ หลัง) หรือไม่สัมผัส การสัมผัสแบ่งออกเป็น 6 ครั้งในช่วงการให้ การปรึกษา 50 นาที หลังจากนั้นกลุ่มตัวอย่างจะประเมินความวิตกกังวล ความเต็มใจที่จะ เปิดเผยตนเอง และการรับรู้ถึงความเชี่ยวชาญ ความดึงดูดใจ และความจริงจังของนักจิตวิทยา การปรึกษา ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสัมผัสเห็นว่า นักจิตวิทยาการศึกษา เป็นผู้เชี่ยวชาญมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้รับการสัมผัสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเปรียบเทียบเรื่องอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ

เบคอนและดิคสัน (Bacon and Dixon 1984: 488-496) ได้ศึกษาการสัมผัส ของนักจิตวิทยาการปรึกษากับผู้รับบริการที่มีปัญหาอารมณ์เศร้าและมีปัญหาการตัดสินใจเลือกอาชีพ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิงจำนวน 40 คนเลือกโดยการสุ่มแบ่งออกเป็นกลุ่มละ 10 คน 4 กลุ่ม ได้รับเงื่อนไขดังนี้ ก) กลุ่มผู้รับบริการมีปัญหาอารมณ์เศร้า/ไม่สัมผัส ข) กลุ่มผู้รับบริการมีปัญหา อารมณ์เศร้า/สัมผัส ค) กลุ่มผู้รับบริการมีปัญหาคัดเลือกอาชีพ/ไม่สัมผัส ง) กลุ่มผู้รับบริการ มีปัญหาการเลือกอาชีพ/สัมผัส ผลการศึกษาไม่พบความแตกต่างในการกลับมารับการปรึกษาของทั้ง 4 กลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในเรื่องความรู้สึกพึงพอใจ กลุ่มมีปัญหาในการตัดสินใจเลือก อาชีพที่ได้รับการสัมผัสมีความรู้สึกพึงพอใจแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจากกลุ่มตัวอย่างที่มี ปัญหาทางอารมณ์เศร้าที่ได้รับการสัมผัส



ชุยเตอร์และกู๊ดเยียร์ (Suiter and Goodyear 1985: 645-647) ศึกษาผลของการสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาโดยเปรียบเทียบระดับของการสัมผัส 4 ระดับ ที่มีระดับความสนิทสนม (intimacy) แตกต่างกันได้แก่ การสัมผัสมือ ไหล่และโอบบ่า และการไม่สัมผัส กลุ่มตัวอย่างใช้นักจิตวิทยาการปรึกษา (ชาย 60 คน หญิง 60 คน) และผู้รับบริการ (ชาย 60 คน หญิง 60 คน) ในโรงพยาบาลทหารแทนการใช้นักศึกษาในระดับปริญญาตรี โดยกลุ่มตัวอย่างจะประเมินการรับรู้การสัมผัส 4 ระดับของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีต่อผู้รับบริการในเทปบันทึกภาพ ผลการศึกษาพบว่า ก) นักจิตวิทยาการปรึกษาในเทปบันทึกภาพที่โอบคนไข้ถูกประเมินว่ามีความจริงใจน้อยกว่าการสัมผัสในระดับอื่น ๆ ของนักจิตวิทยาการปรึกษา ข) กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้รับบริการประเมินนักจิตวิทยาการปรึกษาในเทปบันทึกภาพว่ามีความเชี่ยวชาญ ความตั้งใจ และความจริงใจ มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค) เจื่อนไซที่มีการสัมผัส กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงประเมินนักจิตวิทยาการปรึกษาในเทปบันทึกภาพว่า มีความจริงใจมากกว่ากลุ่มตัวอย่างเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนผลของปฏิสัมพันธ์ไม่พบความแตกต่าง

ดริสคอล นิวแมน และซีลส์ (Driscoll, Newman and Seals 1988: 344-354) ศึกษาผลการสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาต่อการรับรู้ถึงความเอาใจใส่ ความเข้าใจ และการง่ายที่จะพูดคุย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ นักศึกษาปริญญาโทและนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่เรียนวิชาจิตวิทยาการศึกษาจำนวน 248 คน โดยกลุ่มตัวอย่างประเมินการรับรู้ในเรื่องดังกล่าวหลังจากดูเทปบันทึกภาพสถานการณ์สมมติการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา เทปบันทึกภาพแบ่งออกเป็น 4 ชุดดังนี้

- ชุดที่ 1 นักจิตวิทยาการปรึกษาหญิงกับผู้รับบริการหญิงมีการสัมผัส
- ชุดที่ 2 นักจิตวิทยาการปรึกษาหญิงกับผู้รับบริการหญิงไม่มีการสัมผัส
- ชุดที่ 3 นักจิตวิทยาการปรึกษาชายกับผู้รับบริการหญิงมีการสัมผัส
- ชุดที่ 4 นักจิตวิทยาการปรึกษาชายกับผู้รับบริการหญิงไม่มีการสัมผัส

กลุ่มตัวอย่างถูกสุ่มเพื่อดูเทปบันทึกภาพชุดใดชุดหนึ่งใน 4 ชุดและประเมินการรับรู้จากแบบวัดที่ผู้วิจัยปรับปรุงมาจาก The Perceived Counselor Characteristics Inventory ผลการศึกษาพบว่า การสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษามีผลต่อการรับรู้ถึงความเอาใจใส่ที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีต่อผู้รับบริการแตกต่างจากการไม่สัมผัสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังพบปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศของนักจิตวิทยาการปรึกษากับความ





เอาใจใส่ ความเข้าใจ และการง่ายที่จะพูดคุย และมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่าง  
เพศของนักจิตวิทยาการปรึกษากับความเข้าใจ

ถึงแม้การค้นคว้าในเรื่องการสัมผัสยังไม่สิ้นสุด แต่จากการวิจัยข้างต้นจะเห็นได้ว่า  
ยังไม่มีการวิจัยใดชี้ว่า ผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัสประเมินนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือการ  
ให้การปรึกษาในทางลบ

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการสัมผัสและไม่สัมผัสต่อการรับรู้ความรู้สึกที่นักจิตวิทยา  
การปรึกษามีต่อผู้รับบริการ
2. เพื่อศึกษาผลของการสัมผัสระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ เพศ  
ตรงข้ามและเพศเดียวกันต่อการรับรู้ความรู้สึกที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีต่อผู้รับบริการ

### สมมติฐานของการวิจัย

1. การรับรู้ความรู้สึกที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีต่อผู้รับบริการที่ได้รับการสัมผัส  
แตกต่างจากการรับรู้ความรู้สึกที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีต่อผู้รับบริการที่ไม่ได้รับการสัมผัส
2. การรับรู้ความรู้สึกจากผลการสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ  
เพศเดียวกันแตกต่างจากการรับรู้ความรู้สึกจากผลการสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาและ  
ผู้รับบริการ เพศตรงข้าม

### คำจำกัดความของคำที่ใช้ในการวิจัย

การรับรู้ หมายถึง การรับรู้ของผู้รับการทดลองในส่วนของระดับความรู้สึกที่นักจิตวิทยา  
การปรึกษามีต่อผู้รับบริการในเทปบันทึกภาพ ในที่นี้ระดับการรับรู้ประเมิน  
จากคะแนนความรู้สึกที่ผู้รับการทดลองตอบในแบบวัดหลังจากดูเทป  
บันทึกภาพในแต่ละชุด



**ความร่วมมือรู้สึก** หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีความเข้าใจในเนื้อหาและความรู้สึกจากการแสดงออกของผู้รับบริการทั้งวจนพถติกรรรมและอวจนพถติกรรรม แต่ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึงคะแนนที่ผู้รับการทดลองประเมินจากแบบวัดความร่วมมือรู้สึก

**การสัมผัส** ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการสัมผัสทางกายระหว่างมือของนักจิตวิทยาการปรึกษากับมือของผู้รับบริการ

### ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้ศึกษาการรับรู้ของผู้รับการทดลองถึงความร่วมมือที่นักจิตวิทยาการปรึกษาในเทปบันทึกภาพมีต่อผู้รับบริการ
2. นักจิตวิทยาการปรึกษาในที่นี้ ผู้วิจัยใช้นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งผ่านวิชา Microcounseling และ Practicum in Counseling เพศชาย 1 คน เพศหญิง 1 คน ส่วนผู้รับบริการเป็นนิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพศชาย 1 คน และเพศหญิง 1 คน
3. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเพื่อประเมินระดับความร่วมมือรู้สึกของนักจิตวิทยาการปรึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 3 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่อาสาสมัครเข้าร่วมการทดลองจำนวน 240 คน แบ่งเป็นนิสิตหญิง 120 คน และนิสิตชาย 120 คน เหตุผลในการเลือกใช้นิสิตปริญญาตรีชั้นปีที่ 3 เพราะเป็นกลุ่มที่มีวุฒิภาวะพอที่จะรับรู้ในเรื่องความร่วมมือรู้สึกที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา สาเหตุที่ไม่เลือกนิสิตชั้นปีที่ 1 และปีที่ 2 เพราะเป็นกลุ่มที่กำลังอยู่ในช่วงของการปรับตัวเข้ามาเรียนในระดับอุดมศึกษาและมีกิจกรรมมาก ในขณะที่การวิจัยครั้งนี้เก็บข้อมูลในภาคการศึกษาปลาย จึงไม่ศึกษากับนิสิตปีที่ 4 ซึ่งเป็นกลุ่มที่กำลังอยู่ในระยะของการหางานทำ
4. ตัวแปรที่ศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้
  - ตัวแปรอิสระ ได้แก่
    - 4.1 เพศของนักจิตวิทยาการปรึกษา
    - 4.2 เพศของผู้รับบริการ



#### 4.3 การสัมภาษณ์

ตัวแปรตาม ได้แก่ ระดับการรับรู้เกี่ยวกับความร่วมมือรู้สึกที่นักจิตวิทยาการศึกษามีต่อผู้รับบริการโดยใช้แบบวัดความร่วมมือรู้สึก

#### 5. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

5.1 เทปโทรทัศน์จำนวน 8 ชุด ที่แสดงให้เห็นถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักจิตวิทยาการศึกษากับผู้รับบริการ ซึ่งดำเนินการสนทนาตามสถานการณ์สมมุติที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น บทสนทนาใช้ทักษะทางการศึกษาเชิงจิตวิทยา เช่น การทวนซ้ำ การสะท้อนเนื้อหาและความรู้สึก และการสรุป เพื่อจะสื่อถึงความร่วมมือที่นักจิตวิทยาการศึกษามีต่อผู้รับบริการในระดับกลาง คำพูดที่ใช้ประกอบการสนทนาและการถ่ายทำเทปโทรทัศน์จะผ่านการพิจารณาและตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน สถานการณ์และบทสนทนาที่ใช้ประกอบเหมือนกันทุกชุด ต่างกันที่การสัมภาษณ์/ไม่สัมภาษณ์ เพศของนักจิตวิทยาการปรึกษา และเพศของผู้รับบริการ

5.2 แบบวัดความร่วมมือรู้สึก เพื่อให้ผู้รับการทดลองประเมินความร่วมมือรู้สึกที่นักจิตวิทยาการศึกษามีต่อผู้รับบริการ โดยประเมินจากเทปบันทึกภาพ แบบวัดความร่วมมือรู้สึกนี้ใช้มาตราส่วนประมาณค่า 7 ระดับ ข้อความในแบบวัดจะผ่านการตรวจสอบความแม่นยำตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่านและนำไ้หาความเที่ยง โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีของครอนบาค (Cronbach)

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อช่วยให้ผู้ทำหน้าที่นักจิตวิทยาการปรึกษาตระหนักถึงความสำคัญของการสัมภาษณ์ในการบำบัดต่อการสร้างความร่วมมือให้เกิดกับผู้รับบริการของตน
2. เพื่อเป็นแนวทางในการฝึกปฏิบัตินักจิตวิทยาการปรึกษา ให้สามารถใช้การสัมภาษณ์ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม
3. เพื่อเพิ่มพูนความรู้ทางวิชาการเกี่ยวกับการสัมภาษณ์ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของอวัจนพฤติกรรมในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ในอีกแง่มุมหนึ่ง