

บทที่ 4

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส ต่อการเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ติดยา โดยมีสมมุติฐานการวิจัย 2 ข้อ คือ สมมุติฐานข้อที่ 1 หลังการทดลองผู้ป่วยติดยาที่เข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาลที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส มีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าผู้ป่วยติดยาที่เข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาลที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ป่วยติดยาที่เข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง จากตารางที่ 7 พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ฉะนั้นผลการวิจัยนี้จึงสนับสนุนสมมุติฐานข้อที่ 1

สมมุติฐานข้อที่ 2 หลังการทดลองผู้ป่วยติดยาที่เข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาลที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส มีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส

ผลการทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ป่วยติดยาที่เข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาล ระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส จากตารางที่ 7 พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงว่าผู้ป่วยติดยาที่เข้ารับการรักษายู่ในโรงพยาบาลหลังได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสแล้วมีความเข้มแข็งในการมองโลกเพิ่มขึ้น ผลการวิจัยนี้จึงสนับสนุนสมมุติฐานข้อที่ 2

จากผลการวิจัยข้างต้นแสดงให้เห็นว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสสามารถเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ติดยาได้แม้ว่าคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกของกลุ่มควบคุมหลังการทดลองสูงขึ้นจากระยะก่อนเข้ารับการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกทั้ง 3 ด้าน ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมด้วยการทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มไม่อิสระแล้ว ผลการทดสอบจากตารางที่ 8 พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพียง 2 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการเข้าใจเหตุการณ์ (comprehensibility) ที่เป็นการคาดการณ์อย่างมี

เหตุผล และด้านการมองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมาย(meaningfulness)ที่เป็นความรู้สึก ทำทนายในความสามารถนำแหล่งทรัพยากรมาใช้ได้อย่างลงตัว ซึ่งก็เป็นไปได้ว่าการรักษาของทาง โรงพยาบาลที่มีการรักษาโดยทางยาและการเข้าร่วมกลุ่ม ได้แก่ กลุ่มจิตบำบัด กลุ่มวิเคราะห์ข่าว หนังสือพิมพ์ มีส่วนเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลก ในด้านความสามารถในการเข้าใจ เหตุการณ์และด้านการมองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมาย โดยแต่ละกลุ่มเหล่านี้สมาชิกที่เข้าร่วมจะมีการทำกิจกรรมร่วมกัน พบปะพูดคุยกัน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกัน และกัน มีการช่วยเหลือกันในกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มจึงไม่รู้สึกโดดเดี่ยว รู้สึกว่าตนเองมีค่า มองเห็นชีวิตผู้อื่นแล้วสะท้อนชีวิตของตนเองจึงทำให้มองเห็นชีวิตมีความหมาย และการที่สมาชิกได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันในกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มมีโอกาส เสนอแนะความคิด การวางแผนชีวิตตนเองในอนาคต จึงทำให้เกิดการคิดอย่างเป็นระบบ มี เหตุผลและมองเห็นแนวโน้มของอนาคต แต่ด้วยลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มเหล่านี้มิได้ มุ่งเน้นถึงการขยายขอบเขตการรับรู้ของบุคคล ถึงการนำแหล่งทรัพยากรที่สามารถดึงออกมาใช้ ได้อย่างลงตัวในชีวิตของเขา จึงทำให้ด้านความสามารถในการจัดการชีวิต(manageability) ไม่มี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ ต่างจากกลุ่มทดลองที่หลังจากได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนว โลกอสแล้วมีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้นจากก่อนได้รับการปรึกษา อย่างมีนัย สำคัญทางสถิติ ทั้ง 3 ด้าน และสูงกว่ากลุ่มควบคุมใน 2 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการเข้าใจ เหตุการณ์(comprehensibility) และด้านความสามารถในการจัดการชีวิต(manageability) ซึ่ง เป็นไปได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสช่วยทำให้ผู้ป่วยติดสุราที่เข้ารับการรักษาอยู่ใน โรงพยาบาลมองเห็นคุณค่าในชีวิตของเขาจากประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมา รู้สึกทำทนายใน ความสามารถที่นำแหล่งของจิตวิญญาณมาใช้ได้อย่างลงตัว

เมื่อผู้ติดสุรามองโลกอย่างมีความหมายเขาจะเห็นแนวทางการดำเนินชีวิตในอนาคต สามารถคาดการณ์อย่างมีเหตุผล และวางแผนจัดการกับชีวิตของเขาได้ตั้งผู้ป่วยติดสุราที่ได้รับการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส มีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้นจากก่อนได้รับ การปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (จากตารางที่ 9) ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความสามารถในการ เข้าใจเหตุการณ์ ด้านความสามารถในการจัดการชีวิต และด้านการมองโลกอย่างเต็มไปด้วยความ หมาย ดังการสนทนาของผู้ป่วยติดสุราในการปรึกษาครั้งที่ 2-5 (ดูรายละเอียดใน ภาคผนวก ง) และสอดคล้องกับที่ Antonovsky (1987) ที่ได้ศึกษาไว้ว่า องค์ประกอบด้านการ มองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมายมีความสำคัญที่สุด ถ้าปราศจากองค์ประกอบนี้แล้วความ สามารถในการเข้าใจเหตุการณ์ ความสามารถในการจัดการชีวิตจะมีผลเพียงชั่วคราว ไม่ยั่งยืน

และถ้าบุคคลใดมองข้ามแหล่งของจิตวิญญาณ เขาจะมองโลกอย่างไม่มีจุดหมาย ไม่สามารถเผชิญกับสภาพการณ์ได้อย่างแข็งแกร่ง แต่เมื่อพิจารณาถึงผลการทดสอบจากตารางที่ 10 แล้ว จะเห็นว่าในระยะหลังการทดลองด้านการมองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมายของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม จากผลที่ได้นี้แสดงให้เห็นว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสช่วยให้ผู้ติดสุรามองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมายไม่แตกต่างจากผู้ติดสุราที่ได้รับการรักษาตามปกติของทางโรงพยาบาล ในขณะที่การรักษาตามปกติของโรงพยาบาลไม่สามารถเพิ่มความสามารถในการจัดการชีวิต แต่การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสได้ช่วยให้ผู้ติดสุรามองเห็นทางเลือกของชีวิตที่เป็นไปได้และมีอิสระที่จะตัดสินใจเลือกทางที่เหมาะสมด้วยตัวเขาเอง ดังนั้นเขาจึงสามารถขยายขอบเขตการรับรู้ และรู้ว่าเขาควรจะไปหาแหล่งทรัพยากรออกมาใช้ได้อย่างลงตัวได้อย่างไร ดังคำสนทนาของเวในการปรึกษาครั้งที่ 3 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก จ) “ผมมานอนคิดอยู่นาน จริงด้วย ชีวิตผมมีทางเลือกมากมาย ตัวผมเองเป็นคนเลือกที่จะเดินและสิ่งที่เกิดขึ้นมันก็เกิดกับผมเองไม่ว่าจะเป็นผลดี หรือผลเสีย” หรือที่วิทย์พูดว่า “รู้สึกที่ผมได้เจอทางเลือกที่เหมาะสมสำหรับผมแล้ว” “ผมคิดได้ว่ายังมีงานรอผมอยู่ มีเพื่อนที่ดีกับผม ผมก็ไม่เห็นจำเป็นต้องอ้อเหล้าเลย” และดังผลการทดสอบจากตารางที่ 10 พบว่า หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกด้านความสามารถในการจัดการชีวิตของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นอกจากนี้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสยังช่วยให้ผู้ติดสุราเห็นคุณค่าของชีวิตที่มาจากประสบการณ์ ดังคำสนทนาของวิทย์ที่ว่า “งานผมในสายตาของคนอื่นดูไปแล้วคงยาก แต่ผมว่ามันสนุกและก็ทำหายดี” หรือคำสนทนาของวุฒิที่ว่า “ผมก็อายุปาเข้าไปปานนี้แล้วอีก 6 ปี ก็เกษียณ คงต้องทำอะไรเพื่อลูกๆบ้าง” ทำให้ผู้ติดสุราคิดอย่างมีเหตุผลเห็นแนวโน้มความเป็นไปของอนาคต ดังคำสนทนาของวิทย์ที่ว่า “นี่กะว่าออกจากโรงพยาบาลแล้ว ถ้าแข็งแรงพอก็จะไปทดสอบสมรรถภาพ ผมต้องผ่านเกณฑ์ครับถึงจะได้เข้าอบรมเพื่อเลื่อนชั้น” หรือคำสนทนาของวุฒิที่ว่า “ถ้าผมเลิกเหล้าคงช่วยประหยัดเรื่องการใช้จ่ายได้มากขึ้น เรื่องหนี้สินนั้นไหนก็ต้องใช้หนี้แล้วก็ให้เขาหักจากเงินเดือนผม ลูกคนโตก็เหลืออีกปีเดียวเขาก็เรียนจบแล้ว จะให้เขาทำงานช่วยส่งน้องเรียนผมกับแม่บ้านก็จะพยายามใช้จ่ายอย่างประหยัด คาดว่าอีก 2 ปี คงชำระหนี้หมด” และดังผลของการทดสอบจากตารางที่ 10 พบว่าหลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลก ด้านความสามารถในการเข้าใจเหตุการณ์ และด้านความสามารถในการจัดการชีวิตของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ในระยะแรกของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสพบว่า ผู้ติดสุรามีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ และมีภาวะตนไร้ความหมาย จะมีความรู้สึกสับสน ท้อแท้ และเบื่อหน่ายกับชีวิต ดังคำพูดของเวกที่ว่า “ปัญหาของผมคงไม่มีใครช่วยได้” “ไม่เคยมีอะไรสมหวังซักอย่าง” หรือที่วัฒน์พูดว่า “ไม่รู้ถ้าไม่ดื่มมันแล้วอะไรจะเกิดขึ้นกับผมบ้าง” “ครับมันเกิดกับผมแล้วผมกลัวครับ” หรือที่วันพูดว่า “แย่ครับทั้งเรื่องสุขภาพกับคนรอบๆข้าง ทุกอย่างดูจะมารุมล้อมลงที่ผมหมด” หลังจากที่ผู้ติดสุราได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสโดยผู้วิจัยใช้เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติสแล้วผู้ป่วยติดสุราได้มองเห็นความหมายในชีวิต คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ ดังกรณีการสนทนาของชอบดังนี้

ชอบ : ก็ใช่ครับ แต่ 3 เท่าที่คุณว่า อย่างผมก็คงทำไม่ได้ ผมทำงานเพื่อเอาใจเจ้านายไม่ได้หรอกครับ ท่านผู้ใหญ่ที่ผมเคยอยู่กับท่านมา ท่านเตือนผมให้รักและเสียสละเพื่อประชาชน ผมว่าตำรวจต้องทำงานเพื่อประชาชนไม่ใช่เพื่อเจ้านายจริงไหมครับ

ผู้วิจัย : คุณยินดีทำงานซึ่งเป็นงานที่เสียสละเพื่อประชาชน

ชอบ : ครับ ไม่ใช่เพื่อเจ้านาย

ผู้วิจัย : งานที่เขาจ่ายคุณไปอยู่อีกที่ แต่ดูเหมือนความรับผิดชอบน้อยกว่า ยังเป็นการทำงานเพื่อประชาชนอีกไหมคะ

ชอบ : ถึงแม้ว่าผมอยู่ตากฟ้า แต่ผมก็อยู่กับประชาชน

ผู้วิจัย : คุณก็ยังมีโอกาสทำงานเพื่อส่วนรวมได้ แต่ไม่ใช่เพื่อเอาใจเจ้านาย

ชอบ : ใช่ครับ

ผู้วิจัย : เหมือนเมล็ดพันธุ์พืชชะงะถ้าเป็นเมล็ดพันธุ์ที่ดี ไปตกอยู่ที่ไหนก็สามารถงอกงามหรือหรือสร้างสรรคงานใหม่ได้

ชอบ : จริงด้วยครับ

ซึ่งจะทำให้ผู้ติดสุรา มองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมายดังเช่นกรณีของชอบที่รู้สึกท้าทายกับการทำงานต่อไปเพื่อส่วนรวม และเมื่อเขามองโลกอย่างเต็มไปด้วยความหมายแล้ว เขาจะเข้าใจในเหตุการณ์ที่เขาเผชิญอยู่ และสามารถเลือกที่จะจัดการกับชีวิตตนเองได้อย่างเหมาะสม ดังการสนทนาของชอบต่อไปนี้

ชอบ : ครับ ผมถึงบอกว่า ผมต้องใช้เวลาฟื้นฟูตัวเองอีกซักพัก

ผู้วิจัย : ในช่วงที่คุณต้องฟื้นฟูตนเอง คุณจะทำอะไรบ้างคะ

ชอบ : ผมต้องหาอะไรทำที่มันจะทำให้ผมแข็งแรงขึ้น

ผู้วิจัย : เช่น...

ชอบ : ตื่นขึ้นมาวิ่งรอบโรงพยาบาล 2-3 รอบ แล้วก็กายบริหาร ผมจะชวนเพื่อนที่อยู่ที่นี่ ออกกำลังกายด้วยเขาก็จะได้แข็งแรง แล้วก็เรื่องอาหารต้องกินนะครับ ดินะที่ผมไม่ต้องกินน้ำหวาน

เมื่อพิจารณาผลการวิจัยและการวิเคราะห์กระแสการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอส(ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง) ผู้วิจัยพบว่ากระแสการปรึกษาดำเนินไปตามขั้นกระแสของ Lantz (1984) เป็นลำดับดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นตระหนักรู้ (The awareness stage)

ในขั้นนี้จะเป็นการสร้างสัมพันธภาพเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยและการไว้วางใจ จากนั้นผู้วิจัยเฝ้าอำนวยความสะดวกให้ผู้ตัดสินใจถึงภาวะตนไร้ความหมายที่ตนเองประสบอยู่ ดังเช่นกรณีของยุทธ

ยุทธ : ช่วงหลังไม่ได้ทำให้สนุกแล้วละครับ ทำให้สุขภาพผมแย่ง ผมผอมลงตั้งเยอะ หน้าซำ ลูก ๆ ยังไม่ยอมเข้าใกล้ผม ไอ้เจ้าตัวเล็กไม่ยอมให้ผมอุ้ม เล่นด้วยเลยบอกว่า เหม็นตัวพ่อ ยังมีเรื่อง ๆ ทำงานอีก อาจารย์เขาก็เริ่มรังเกียจ ที่เคยจ้างนอกเวลาก็ไม่จ้างแล้ว เหมือนกับไม่ไว้วางใจผม ก็สมควรแล้วละครับ คนที่ดื่มเหล้าอย่างผมใครเขาจะมาไว้วางใจ หลัง ๆ นี่ทำงานให้เขาไม่ได้เลย ดินะเขายังให้โอกาสผมได้มารักษา ค่ารักษาเขาก็ออกให้

ผู้วิจัย : หลาย ๆ คนรังเกียจที่คุณดื่มเหล้า แม้แต่ลูกของคุณเอง

ยุทธ : มันก็คงน่ารังเกียจละครับ แม้แต่ลูกผมเองเขาก็ไม่ยอมเข้าใกล้

ผู้วิจัย : อยากให้ลูกรักคุณ เล่นกับคุณเหมือนเดิม อยากให้คนในที่ทำงานไว้วางใจและเชื่อใจคุณเหมือนเดิม

ยุทธ : ครับ มันจะเป็นไปได้หรือครับ

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจ (The Exploration Stage)

ในขั้นสำรวจนี้ผู้วิจัยนำให้ผู้มาปรึกษาเข้าสู่สนามทดลองทางจิตวิญญาณ โดยค้นหาคุณค่าของการมีชีวิตจากประสบการณ์ที่ผ่านมา ผู้วิจัยเฝ้าอำนวยความสะดวกค้นหาความหมายของตนเองโดยใช้เทคนิคการสนทนาแบบโสเครติส ดังเช่นกรณีของชัย

ชัย : ครับ ดื่มเหล้านี้ไม่ดีเลยนะครับ

ผู้วิจัย : คุณเคยเลิกดื่มได้มาปีหนึ่ง

ชัย : ช่วงนี้ผมจำได้ว่างานเข้ามาเยอะครับ แทบไม่มีเวลาสวนเสเฮฮากับเพื่อน ๆ เลย คราวนี้เขาขอทีเดียว เลี้ยงอำลาหน้าที่ ผมขัดเขาไม่ได้ ดื่มมาแล้วก็กังวลไปเรื่อย แต่ดื่มแล้วมีอีกี่สิ้นจริง ๆ นะครับ ผมยังกังวลใหญ่ อยู่ไม่ได้แล้วมาหาหมอดีกว่า หมอเขาก็ดินะครับ ผมเข้าโรงพยาบาลครั้งนี้ครั้งที่ 3 ด้วยสาเหตุเหมือนเดิมเขาก็ไม่เห็นว่าจะไรผม

ผู้วิจัย : ขณะที่คุณทำงาน แม่วางานหนัก คุณพอใจและลืมเรื่องการดื่มไป

ชัย : ครับ ผมว่าช่วงนั้นเป็นช่วงเวลาที่ดีนะครับ

หรือกรณีของสงคราม

ผู้วิจัย : ลุกรู้สึกผิดหวังในตัวคุณ

สงคราม: ผมเสียใจครับ ผมไม่อยากให้ลูกมองผมว่าเป็นไอ้ซีเหล้า

ผู้วิจัย : ถ้ายังมีโอกาสเหลือในชีวิต คุณอยากจะแก้ไขตนเองไหม

สงคราม: ครับ ในเวลาที่ผมยังมีชีวิตอยู่นับจากนี้ไป ผมอยากทำให้ลูกภูมิใจในตัวผมบ้าง เมื่อ 3-4 เดือนก่อนเขาเคยพูดว่า เขาดีใจที่ผมเลิกดื่มเหล้าได้ ผมไม่น่าทำให้เขาผิดหวังเลย

ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างพันธะสัญญา (The Commitment Stage)

ในขั้นนี้ผู้วิจัยได้ให้โอกาสแก่ผู้ติดสุราตัดสินใจว่าจะรับการปรึกษาต่อไปจนค้นพบความหมายอันแท้จริงหรือจะยุติการปรึกษา ซึ่งก็จะพบว่าหลังจากที่ผู้ติดสุราเริ่มที่จะมองเห็นคุณค่าของการมีชีวิตแล้วเขาตัดสินใจที่จะรับการปรึกษาต่อไป ดังที่ผู้ติดสุราเตรียมพร้อมและมารอคอยผู้วิจัยเพื่อที่จะสนทนาต่อไป

ขั้นที่ 4 ขั้นพัฒนาความหมาย (The Skill-Development Stage)

หลังจากที่ผู้ติดสุราสร้างพันธะสัญญาว่าจะรับการปรึกษาต่อไป ผู้วิจัยเอื้ออำนวยให้ผู้ติดสุราเรียนรู้ว่าเขามีโอกาส มีความสามารถที่จะค้นพบกับความหมายได้ ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้ติดสุราทดลองปฏิบัติด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้ชัดเจนกับความหมายที่ได้ค้นพบบ้างแล้วในขั้นสำรวจ ซึ่งเป็นการย้ำ ทดลองซ้ำ ดังเช่นในกรณีของชอบ

ผู้วิจัย : การเข้ากลุ่มตอนเช้าก็เป็นประโยชน์

ชอบ : ก็นับว่าเป็นประโยชน์

ผู้วิจัย : สำหรับคุณในแง่ไหนคะ

ชอบ : แม้ว่าการเข้ากลุ่มมีผลกับผมโดยตรงน้อยแต่ก็ยังมีสมาชิกผู้ร่วมกลุ่มที่ยังต้องพัฒนาจิตอีก ผมว่ามันจำเป็นสำหรับเขาเหล่านั้น ถ้าผมไปปรบกว นพูดแซวเขามาก เขาก็จะแย่งลงหรือไม่ได้รับผลประโยชน์

ผู้วิจัย : คุณจะมอบบทบาทอย่างไรในกลุ่ม

ชอบ : ผมก็จะเป็นสมาชิกคนหนึ่งช่วยถาม ช่วยกระตุ้นเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม บอกถึงความ เป็นจริงที่เกิดขึ้น

จากนั้นผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ชอบได้กระทำจริง ชอบพบว่า

ชอบ : มีสมาชิกหลายคนนั่งหลับครับ 2 คนพูดไม่ต่อเนื่อง แต่ผมช่วยคุณพยาบาลเขากระตุ้นเพื่อน ๆ ที่หลับให้ตอบ แล้วก็พยายามทบทวนเรื่องที่พูดไปให้กับเพื่อนที่เขาประติด ประต่อเรื่องไม่ได้ฟัง

ผู้วิจัย : เท่าที่คุณได้ทดลองทำในสิ่งที่คุณพูดมาเป็นอย่างไรบ้าง

ชอบ : ครับ ดินะครับ ออกมาจากกลุ่มยังมาคุยกับเพื่อน ๆ นอกกลุ่ม แล้วคนที่ผมชวนวิ่งเขาก็ชวนผมวิ่งอีกวันนี้ แล้วก็พรุ่งนี้เขาบอกว่าจะวิ่งกันทุกวันจนกว่าพวกเราจะกลับบ้าน
ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างความชัดเจน (The Skill-Refinement Stage)

ในขั้นนี้ผู้วิจัยเริ่มลดบทบาทตนเองลงเปิดโอกาสให้ผู้มาปรึกษาชัดเจนกับตนเองในการสร้างทักษะส่วนตัวเพื่อพบกับความหมาย ดังเช่นกรณีของชอบ

ชอบ : ดีครับ ผมรู้สึกแข็งแรงขึ้นจริง ๆ ผมวิ่งทุกวันแล้วก็ชวนคนที่เขามาใหม่วิ่งด้วยแล้วก็เข้ากลุ่มทุกวัน ผมรู้สึกสนุกครับ แต่ละวันไม่เหมือนกันเลย เอ! ผมมาอยู่ที่นี้ก็ 3 อาทิตย์เลยมา 2 วันแล้ว หมอน่าจะให้กลับไปพักที่บ้านได้แล้วนะ

ผู้วิจัย : คิดว่าพร้อมจะกลับบ้าน

ชอบ : ครับ

ผู้วิจัย : หลังออกจากโรงพยาบาลไปแล้วคุณวางแผนจะทำอะไรบ้างคะ

ชอบ : ผมจะกลับไปอยู่บ้านอาจจะใช้เวลาซัก 2 อาทิตย์แยกจากครอบครัวอยู่คนเดียวซักพักค้นหาหนังสือเกี่ยวกับศาสนาอ่าน จากนั้นผมจะกลับไปทำงาน

ผู้วิจัย : ที่ อ.ตากฟ้า

ชอบ : ครับ ผมจะต้องพิสูจน์ตนเอง คนเราเกิดมาทำดีอีกไม่ช้าไม่นานก็ต้องได้ดี ผมจะอดทนรอเวลาเป็นเครื่องพิสูจน์ แล้วอีกอย่างผมจะเลิกสูบบุหรี่ เดี่ยวผมจะพูดคุยกับหมอเรื่องเข้าคอร์สอดบุหรี่ต่อ

ขั้นที่ 6 ขั้นจัดทิศทางใหม่ (The Redirection Stage)

ในขั้นนี้ผู้ติดตามจะพร้อมที่จะยุติการรับการปรึกษา ผู้วิจัยได้ให้กำลังใจในความสำเร็จของผู้มาปรึกษาและยุติสัมพันธ์ภาพ ดังเช่นกรณีของชิต

ผู้วิจัย : คงมีเวลาที่จะพูดคุยครั้งนี้ครั้งสุดท้ายอย่างที่ตกลงกันได้

ชิต : ครับ ก่อนที่จะจากกันนะครับ ผมขอรับรองกับคุณอีกครั้งว่าผมพร้อมที่จะไปสู่ชีวิตชิตคนใหม่แล้วครับ

ผู้วิจัย : ค่ะ ดิฉันก็หวังว่าคุณชิตจะก้าวเดินกับชีวิตใหม่ที่เลือกแล้วอย่างมั่นใจนะคะ เท่าที่คุยกันมา 5 ครั้งที่ผ่านมา คุณชิตได้รับอะไรจากการสนทนากันบ้าง

ชิต : เป็นเวลาที่ดีครับเวลาที่ผ่านมานี้ ผมเองคิดว่า 3 อาทิตย์ถ้าตัดเรื่องเข้ากลุ่มออกกำลังกาย คิดว่าจะมีเวลาที่ว่างเกินไปเสียอีก แต่เวลาที่ผ่านไปเป็นเวลาที่คุณค่าจริง ๆ ครับ ผมอยากจะบอกคุณเช่นนั้น

ผู้วิจัย : เช่นกันคะ สิ่งที่เราได้แลกเปลี่ยนโดยการพูดคุยที่ผ่านมาเป็นสิ่งที่ดิฉันได้เรียนรู้อะไรหลาย ๆ อย่าง

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสสามารถเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ติดตามที่เข้ารับการรักษาอยู่ในโรงพยาบาล