

บทที่ 3

ผลการวิจัย

การทดลองการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สมาใช้เพื่อลดความวิตกกังวลในหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง ที่กำลังพักรักษาตัวอยู่ที่ตึกจุฑาทูช 5 โรงพยาบาลศิริราช โดยผู้วิจัย เป็นผู้นำกลุ่ม และจัดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทุกวัน วันละ 2 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นเวลา 10 วัน รวม 20 ชั่วโมง ผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทำการวัดความวิตกกังวลของผู้เข้ารับการทดลองก่อนและหลังการทดลอง ได้ผลการทดลองดังแสดงในตารางที่ 2

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงก่อนและหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที จำแนกตามความวิตกกังวลในแต่ละด้าน และคะแนนรวมทั้งฉบับ

	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	
ความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรค	16.38	1.30	9.75	3.28	7.66 ^a
ความวิตกกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์	6.31	3.27	3.63	2.45	4.68 ^a
ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงดู	5.63	4.96	3.38	4.07	4.58 ^a
ความวิตกกังวลเกี่ยวกับบุตรในครรภ์	22.75	2.05	13.75	3.77	8.42 ^a
ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอด	15.88	3.80	8.88	5.14	7.26 ^a
คะแนนรวมทั้งหมด	66.75	5.57	39.38	10.56	14.64 ^b

$t_{(d.f.=7 \text{ and } 1011)} = 3.00$ ที่ระดับนัยสำคัญที่ .01

* คือค่าที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ความวิตกกังวลในแต่ละด้านและความวิตกกังวลรวมของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงภายหลังได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการสังเกตพฤติกรรมและบรรยากาศในกลุ่ม พอจะสรุปผลได้ดังนี้

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 1 วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 19.30 น.-20.30 น.

ในช่วงแรกผู้วิจัยในฐานะผู้นำกลุ่มกล่าวแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ แรงจูงใจในการจัดกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มและจรรยาบรรณของผู้นำกลุ่ม รวมทั้งขออนุญาตจากสมาชิกเพื่ออัดเทปบันทึกเสียง สมาชิกให้ความสนใจซักถามผู้นำกลุ่มเรื่องการอัดเทป และพูดเรื่องทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับการเข้ากลุ่ม สมาชิก 2-3 คน ตูท่าทางตื่นเต้นถามว่า "แล้วเสียงหนูจะเข้าเทปไหม" สมาชิกอีก 2-3 คน นั่งเงียบ ยิ้ม แต่ยังไม่ร่วมสนทนา ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้ทำความรู้สึกคุ้นเคยซึ่งกันและกัน โดยให้สมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสแนะนำตัวแก่กลุ่ม บรรยากาศกลุ่มเป็นไปในลักษณะเงียบเป็นพัก ๆ เกียกกันแนะนำตัว บางคนนั่งก้มหน้าไม่สบตาผู้นำกลุ่ม บางคนมองหน้าพยักเพียดกันไปมาและยิ้มให้แก่กัน สมาชิกคนหนึ่งเสนอให้แนะนำตัวตามอายุ การแนะนำตัวเป็นไปในลักษณะผิวเผิน สมาชิกค่อนข้างอึดอัด กังวลใจ ไม่รู้ว่ากลุ่มคืออะไร จะดำเนินไปอย่างไร มีการระมัดระวังตัวเกรงว่าจะปฏิบัติตัวไม่ถูกต้อง เช่น สมาชิกคนหนึ่งถามว่า "แล้วหนูจะต้องพูดอย่างไร" ในช่วงนี้มีปฏิสัมพันธ์ที่ผิวเผิน มีการซักถามกันในรายละเอียดเพิ่มเติม เช่น "มีลูกกี่คนแล้ว" "ผู้หญิงหรือผู้ชาย" มีเสียงแฉะและหัวเราะกันบ้างระหว่างสมาชิก

ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกบอกเล่าถึงประสบการณ์ของตน เกี่ยวกับความไม่สบายใจ ความกังวลใจซึ่งเกิดจากการตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง โดยไม่มีการกำหนดหัวข้อในการสนทนา แต่เปิดกว้างเพื่อให้สมาชิกได้บอกเล่าในสิ่งที่เขาต้องการ และเอื้ออำนวยให้กระบวนการกลุ่มดำเนินต่อไปโดยผู้นำกลุ่มใช้คำถามปลายเปิด การทวนซ้ำ การสะท้อนความรู้สึก และการสรุปใจความสำคัญในสิ่งที่สมาชิกบอกเล่าแก่กลุ่ม สมาชิกบางคนเล่าถึงอาการเจ็บป่วยของตน บางคนเล่าถึงความเจ็บปวดจากการตรวจท้อง บางคนเล่าถึงความไม่สบายใจที่มีภาวะเสี่ยง ความกลัว การคลอด ความกลัวเกี่ยวกับรูปร่างภายหลังคลอด สมาชิกใส่ใจที่จะรับฟังพอดูใจ ความสนใจในคนอื่นยังมีเป็นช่วงสั้น ๆ ส่วนใหญ่อยากบอกเล่าแต่เรื่องของตน และมีความต้องการการใส่ใจจากผู้นำกลุ่มมากกว่าจากเพื่อนสมาชิกด้วยกัน ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกมีการระมัดระวังท่าที

ในการแสดงออกทั้งทางคำพูด และท่าทางของสมาชิก เมื่อเวลาผ่านไปสมาชิกจึงรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น มีการซักถาม ให้กำลังใจและปลอบโยนแก่กัน

ในช่วงสุดท้ายของการเข้ากลุ่มครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มได้เปิดโอกาสให้สมาชิกทบทวนเรื่องราวที่ได้สนทนากัน จากนั้นสมาชิกได้กล่าวถึงความรู้สึกของคนที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม เช่น "ที่เราคุยกันวันนี้ ดีนะ คลายเครียด" "ตอนมาโรงพยาบาลรู้สึกทุกคนแปลกหน้าหมด ทั้งหมอ ทั้งพยาบาล และคนใช้ด้วยกัน เราได้แต่รอคำสั่งอย่างเดียว แต่เดี๋ยวนี้เราอยากทำอะไรเราก็ถามในกลุ่มได้ รู้สึกดีนะ"

หลังยุติกลุ่ม มีการถามไถ่กันระหว่างสมาชิกในขณะที่กำลังเดินออกจากห้อง เช่น "ท้องก็เดือนแล้ว" "เราจะได้คลอดพร้อมกันไหม" สมาชิกหลายคนเดินเข้ามาถามผู้นำกลุ่มว่า "ของหนูท้องก็อาทิตย์แล้ว" หรือ "เมื่อไรหนูจะได้คลอด"

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 2 วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30 น.-20.30 น.

ก่อนการเข้ากลุ่ม สังเกตเห็นสมาชิก 3-4 คน นั่งจับกลุ่มคุยกันในเรื่องทั่ว ๆ ไป ด้วยสีหน้าที่ยิ้มแย้ม มีเสียงหัวเราะเป็นระยะ ๆ มีการถามไถ่กันถึงอาการใกล้คลอดของแต่ละคน และเล่าสู่กันฟังถึงประสบการณ์ในการตรวจภายในของเพื่อนสมาชิกบางคน สมาชิก 3-4 คนเดินเที่ยวไปเที่ยวมาเพื่อซักถามผู้นำกลุ่มเกี่ยวกับอาการของตน อายุครรภ์ และการรักษาที่ตนได้รับ

ในวันนี้สมาชิกโรคหัวใจบอกกับผู้นำกลุ่มว่ารู้สึกเหนื่อย ผู้นำกลุ่มจึงให้อิสระแก่สมาชิกโรคหัวใจที่จะเลือกไม่เข้าร่วมกลุ่ม

การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกส่วนใหญ่มีสีหน้ายิ้มแย้ม ยกเว้นสมาชิกคนหนึ่งมีสีหน้าไม่ค่อยดี และนั่งถอยห่างออกไปจากกลุ่มเล็กน้อย ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่บรรยากาศกลุ่มโดยการสรุปประเด็นที่สนทนาครั้งที่แล้ว ในช่วงแรกสมาชิกยังคงสุภาพ พูดน้อย แลดูอึดอัดนิด ๆ มีสมาชิก 1-2 คนที่สายตามองพื้นไม่ประสานสายตากับผู้นำกลุ่ม เมื่อผู้นำกลุ่มถามถึงแผนการที่กลุ่มช่วยกันคิดเมื่อครั้งที่แล้ว สมาชิกกลุ่มมีท่าทีตื่นตัว และผลัดกันเล่าถึงประสบการณ์ของตนหลังจากใช้แผนการที่กลุ่มวางไว้ กระแสกลุ่มดำเนินต่อไปด้วยความรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น สมาชิกเริ่มมีความใส่ใจต่อเพื่อนมากขึ้น สมาชิกคนหนึ่งสังเกตเห็นว่าสมาชิกอีกคนมีสีหน้าไม่ค่อยดีและได้แสดงความใส่ใจ ซึ่งส่ง

ผลให้สมาชิกคนอื่น ๆ หันไปดูพร้อมทั้งสังเกตและแสดงความใส่ใจเช่นกัน สมาชิกเริ่มเปิดเผยตนเองมากขึ้น บอกเล่าถึงความรู้สึกกังวลใจ และความกลัวของตนอันเนื่องจากการมีภาวะแทรกซ้อน กลัวการคลอด ความรู้สึกขัดใจที่ต้องถูกควบคุมอาหาร ความทุกข์ทรมานจากการตั้งครรภ์ และการแพ้ท้อง สมาชิกมีการแสดงออกอย่างเปิดเผยทั้งสีหน้า ท่าทาง และน้ำเสียง กล้าที่จะเปิดเผยถึงความรู้สึกที่มีต่อกันในขณะนั้น ตลอดจนมีการให้ข้อมูลย้อนกลับด้วยความหวังโย ผู้นำกลุ่มให้ความสนใจในสิ่งที่สมาชิกพูดถึง โดยการสะท้อนความรู้สึกและการสรุป และให้โอกาสแก่สมาชิกอื่นที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการแสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจ พิจารณา และทำความเข้าใจในความกังวลใจของตน โดยมีกลุ่มคอยให้กำลังใจและปลอบใจ เช่น สมาชิกคนหนึ่งเล่าว่า "ตอนหมอพูดว่าพอท้องแล้วมีโรค ใจเราก็ไปครึ่งหนึ่งแล้ว แต่พอชี้ชัดเลยว่าคุณเป็นนะ (พูดด้วยน้ำเสียงเข้มและเน้นหนักมาก) เหียวเลย" "ปกติเรากินเก่ง พอต้องถูกคุมอาหาร ไอนี้ก็ห้าม ไอ้นั้นก็ห้าม เราก็อยากกิน มันรู้สึกขัดใจ (พูดด้วยน้ำเสียงหนักและกระแทกเสียง) ของที่ห้ามมันมีแต่ของที่เรารชอบทั้งนั้นเลย" สมาชิกคนอื่นให้ความสนใจ รับฟัง แลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึก พร้อมทั้งพยายามปลอบโยน ให้กำลังใจ เช่น "ก็น่าเห็นใจนะ อะไร ๆ ก็กินไม่ได้ แล้วหิวไหมเนี่ย" "อ้วนไม่ได้เป็นเบาหวานมาก่อน คลอดแล้วอาจจะหาย" หรือ "คงไม่เป็นละมั้ง เห็นพวกเบาหวานที่คลอดไปแล้วอย่างประภากบัวพรพรรณ เขาไม่เห็นเป็นนี่ ขนาดลูกตัวเบ่อเรอยังไม่เป็นเลย ลูกเขาแข็งแรงดี แต่แม่ต้องคุมอาหาร" จนกระทั่งสมาชิกที่กังวลใจเกิดความรู้สึกที่ดีขึ้น กล่าวแก่กลุ่มว่า "เรื่องเบาหวานนั้นมันอยู่ที่ตัวเราเป็นอันดับแรกนะ มันอยู่ที่ตัวเราเองคนเดียว เรามีโอกาสที่จะทำให้ตัวเราดีขึ้นหรือแย่ลง" และในช่วงต่อมา เธอได้กล่าวว่า "ตอนนี้ก็ต้องทำใจนะ ก็เราเป็นแล้วนี่ ท้องก็แก่แล้วด้วย ถ้าลูกตัวใหญ่ก็แก้ไขไม่ได้แล้ว ก็ต้องลองดู ถ้าคลอดธรรมชาติได้ก็คลอด ถ้าคลอดไม่ได้จำเป็นต้องผ่าก็ต้องผ่า แต่ยังมีหวังว่าหลังคลอดอาจจะหาย ไม่เป็นไรคลอดแล้วค่อยไปจัดการเรื่องเบาหวานอีกที"

ก่อนจบกลุ่มครั้งที่ 2 ผู้นำกลุ่มให้โอกาสสมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในวันนี้ สมาชิกคนหนึ่งกล่าวถึงสิ่งที่เขาได้รับจากการเข้ากลุ่มครั้งนี้ว่า "ถ้าเราไม่คุยกับใครเลย เราก็คิดอยู่คนเดียวว่าเราเป็นหนัก แต่พอได้พูดคุยกันก็รู้ว่ามีคนอื่นเป็นมากกว่าเรา ทำให้เรามีกำลังใจขึ้นมาว่าเราเป็นมากกว่าเรา เขายังอยู่ได้ ทำให้เราฮึดสู้ขึ้นมา"

หลังยุติกลุ่มครั้งที่ 2 ผู้นำกลุ่มได้เดินไปตามใต้อาคารของสมาชิกโรคหัวใจที่ไม่ได้เข้ากลุ่ม เพื่อสื่อถึงความใส่ใจ และความห่วงใยที่มีต่อเขา สมาชิกคนนั้นยิ้มแย้มและเล่าถึงอาการของตนให้ฟัง ผู้นำกลุ่มรับฟังด้วยความใส่ใจ สมาชิกคนนั้นกล่าวขอบคุณ ผู้นำกลุ่มจึงลากลับ

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 3 วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30 น.-20.30 น.

ก่อนการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นสมาชิกคนหนึ่งซึ่งมีสีหน้าที่เบื่อหน่ายไม่ค่อยพูดกับใครตั้งแต่ก่อนการเข้ากลุ่มครั้งที่ 1 แต่สำหรับวันนี้ สมาชิกคนนั้นเดินไปพูดคุยกับเพื่อนสมาชิกอีก 2-3 คน ด้วยสีหน้าที่ยิ้มแย้มขึ้น มีการจับกลุ่มคุยกันเป็นกลุ่มเล็ก ๆ มีเสียงหัวเราะ และเสียงหัวเราะของสมาชิกเป็นกลุ่ม ๆ เมื่อผู้นำกลุ่มเดินผ่านมาสมาชิกก็จะทักทาย และชวนผู้นำกลุ่มเข้าไปร่วมสนทนาด้วย สมาชิกคนหนึ่งรีบอาบน้ำแต่งตัวและมาคอยก่อนใคร ๆ สมาชิกโรคหัวใจขออนุญาตไม่เข้ากลุ่มเป็นครั้งที่ 2 เนื่องจากบ่นนอนไม่ค่อยหลับและเพลีย ผู้นำกลุ่มตอบตกลงและพูดคุยด้วยสักพักใหญ่ก่อนที่จะเริ่มกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่บรรยากาศของกลุ่ม โดยให้โอกาสแก่สมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันเมื่อวานนี้ สมาชิกที่ไม่ชอบสบตากับผู้นำกลุ่ม เริ่มมีการประสานสายตามากขึ้น สมาชิกคนหนึ่งซึ่งนอนเตียงติดกับสมาชิกโรคหัวใจกล่าวแสดงความห่วงใยสมาชิกโรคหัวใจที่ไม่ได้เข้ากลุ่มว่า "วันนี้ป้า (สมาชิกโรคหัวใจ) ไม่เข้า ไม่รู้เจอะเลือดไปเป็นเบาหวานหรือเปล่า แก่ซึกแล้ว อายุก็เยอะแล้วเหนื่อยด้วย เป็นโรคหัวใจด้วย สงสารแก" ส่งผลให้สมาชิกอื่นแสดงความห่วงใยที่มีต่อเพื่อนเช่นกัน

ในช่วงต้น ๆ สมาชิกมีท่าทีอีกอันนิดหน่อย ที่จะกล่าวถึงความเครียดอันเนื่องจากคนงานและผู้ช่วยพยาบาลที่พูดจาไม่ดี แต่เมื่อสมาชิกอื่นแสดงความใส่ใจ รับฟัง ให้การยอมรับ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่คล้าย ๆ กัน สมาชิกจึงรู้สึกอิสระที่จะแสดงความรู้สึกของตนอย่างเต็มที่ ทั้งสีหน้า ท่าทาง และน้ำเสียง กระแสกลุ่มได้ดำเนินต่อไป สมาชิกได้เปิดเผยถึงความกังวลใจเกี่ยวกับทารกในครรภ์ ความเชื่อและความกลัวการทำหมัน ผู้นำกลุ่มตั้งใจและใส่ใจที่จะรับฟังในสิ่งที่สมาชิกพูดถึงด้วยการสะท้อนเนื้อหา สะท้อนความรู้สึก และถามคำถามปลายเปิดเพื่อให้สมาชิก

ได้สำรวจความรู้สึกและความกังวลใจของตน พร้อมทั้งพยายามเชื่อมโยงให้มีการสนทนาระหว่างสมาชิกด้วยกัน เพื่อให้สมาชิกอื่นเข้ามามีส่วนร่วมในการแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เช่น ในช่วงหนึ่งของการสนทนา สมาชิกได้เล่าถึงความเชื่อและคำรำลึกที่ได้ยินได้ฟังมา ถึงผลเสียของการทำหมัน ซึ่งเป็นเหตุให้สมาชิกรู้สึกกลัวและไม่กล้าตัดสินใจทำหมัน ดังคำกล่าวที่ว่า "เชื่อว่าคนทำหมันแล้วจะเป็นโรคประสาทและ เซ็กซ์จัด" "เราก็อยากทำนะแต่กลัว" หรือ "คนทำหมันจะทำงานหนักไม่ได้" "จะเหนื่อยง่ายและอารมณ์ร้าย" จากนั้นสมาชิกได้ช่วยกันพิจารณาไตร่ตรองความคิด ความเชื่อต่าง ๆ รวมทั้งความเป็นไปได้ของความเชื่อเหล่านั้น และ เริ่มมองสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริงมากขึ้น เช่น จากคำพูดที่ว่า "เอาอย่างนี้ดีกว่า ต้องแน่ใจในตัวเองทุกอย่างอยู่ที่ตัวเรา เป็นไงเป็นกัน" หรือ "ชีวิตนี้เป็นของเรา เรากำหนด"

เมื่อสิ้นสุดกลุ่ม ผู้นำกลุ่มไปทักทายถามไถ่ทุกข์สุขของสมาชิกโรคหัวใจที่ไม่ได้เข้ากลุ่มในครั้งนี้เพื่อแสดงความใส่ใจและห่วงใย มีการพูดคุยและชวนข้ามเตียงไปมาระหว่างสมาชิก

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 4 วันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30 น. ถึง 20.30 น.

ก่อนเข้ากลุ่มสังเกตเห็นว่า สมาชิกโรคหัวใจมีสีหน้าที่เข้มขึ้นขึ้น สมาชิกอีก 2 คน เดินไปคุย แหว และชวนสมาชิกโรคหัวใจเข้าร่วมกลุ่ม เธอหันซ้ายหันขวาจากนั้นตอบตกลง ในช่วงต้นของการเริ่มกลุ่ม สมาชิกมีความสงสัยเกี่ยวกับการอัดเทป ในระหว่างนี้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกมีน้อย ผู้นำกลุ่มชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดกลุ่มเพื่อให้สมาชิกรู้สึกอิสระ และเป็นเจ้าของกลุ่ม พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง และกล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกของตน ทันทีที่ผู้นำกลุ่มกล่าวจบ สมาชิกก็เริ่มเปิดเผยตนเองเกี่ยวกับความกังวลใจในอาการของตน สมาชิกกลุ่มให้ความสนใจใส่ใจที่จะรับฟัง พยายามที่จะบอกเล่าประสบการณ์ของตนเพื่อปลอบใจเพื่อนสมาชิก สมาชิกคุ้นเคยต่อกันมากขึ้น มีการชวนกันเป็นระยะ ๆ แต่จะแหวและหัวเราะกันอย่างมากมาย ในสำเนียงที่เหน่อของสมาชิกคนหนึ่ง มีการให้ข้อมูลย้อนกลับระหว่างสมาชิกด้วยกัน

ในช่วงกลางของการดำเนินกลุ่ม สมาชิกคนหนึ่งได้เปิดเผยถึงความรู้สึกในทางลบซึ่งแสดงถึงความไว้วางใจต่อกลุ่มในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่ไว้วางใจมากพอที่จะเปิดเผยเรื่องราวที่มี

ความหมายของตน สมาชิกอื่นแสดงความห่วงใย และเชิญชวนให้สมาชิกเปิดเผยเรื่องราวของตน แต่สมาชิกผู้นั้นไม่พร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง ผู้นำกลุ่มและสมาชิกอื่นจึงให้อิสรภาพแก่สมาชิกผู้นั้นโดยไม่บังคับ กลุ่มได้ดำเนินต่อไป โดยการสนทนาล้วนส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องความกังวลใจและความกลัวของสมาชิกโรคหัวใจ สมาชิกอื่น ๆ ให้ความใส่ใจค่อนข้างมาก มีการให้กำลังใจ ปลอบใจ และแสดงความห่วงใยต่อกันทั้งภายใน และภายนอกกลุ่ม เช่น "เมื่อคืนได้อินแก (สมาชิกโรคหัวใจ) ร้องเรียก หมอ หมอ เราก็ตกใจ เป็นห่วง กลัวแกเป็นอะไรไป เห็นแกเป็นโรคหัวใจเราก็เป็นห่วง และแกก็อาวูโสแล้วด้วย เราคิดเหมือนว่าแกเป็นแม่ หรือเป็นน้ำเรา เราก้เป็นห่วง" ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกที่ติดต่อกันในกลุ่ม เพื่อพัฒนาสัมพันธภาพระหว่างสมาชิก และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้สำรวจ และพิจารณาตนเองมากขึ้น โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อให้สมาชิกกล้าที่จะเผชิญกับความรู้สึกของตน เช่น "ปากกล้าตายว่าอย่างนั้นแหละ"

ในช่วงท้ายของการเข้ากลุ่ม สมาชิกโรคหัวใจที่ขาดการเข้ากลุ่มไป 2 ครั้งได้กล่าวถึงประโยชน์ที่เขาได้รับว่า "ได้พูดคุย ได้ระบายออกไป รู้สึกสบายใจขึ้น ดีกว่านอนคิดอยู่คนเดียว" สมาชิกคนอื่นกล่าวถึงประโยชน์ที่เขาได้รับ เช่น "รู้สึกสนิทสนมกันมากขึ้น ถ้าไม่จัดกลุ่มเราก็จะต่างคนต่างอยู่ ไม่คุ้นเคยกัน ไม่กล้าคุยกัน" เมื่อเลิกกลุ่มสมาชิกเดินคุยกันออกไปเป็นคู่ ๆ สมาชิก 4-5 คนจับกลุ่มนั่งคุยกันต่อ และรับประทานอาหารร่วมกัน

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 5 วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30-22.00 น.

ก่อนการเข้ากลุ่มสังเกตเห็นว่า สมาชิกคนหนึ่งนั่งหน้าบึ้งอยู่หน้าตึก ห่างออกไปประมาณ 2 เมตร สามีมองเธอนั่งหน้าบึ้งเช่นกัน ทั้งสองคนนั่งหน้าบึ้งหันหน้าไปคนละทาง สายตามองไปคนละทิศ ผู้นำกลุ่มเดินผ่าน (จะเข้าไปข้างในตึก) จึงยิ้มให้สมาชิกที่นั่งหน้าบึ้ง เธอมองและยิ้มแหย ๆ แววตาดูหม่นหมอง สักพักใหญ่เธอเดินเข้ามาในตึก เธอหน้าแดงจุกแดงเหมือนคนร้องไห้ ผู้นำกลุ่มเข้าไปตามไล่ด้วยความห่วงใย เธอบอก "ไม่เป็นไร" แต่ในขณะที่พูดนั้นเธอร้องไห้อย่างมากมาย ผู้นำกลุ่มจึงสะท้อนความรู้สึก และใช้คำถามปลายเปิดแสดงความห่วงใย "พี่ไม่สบายใจนะคะ มีเรื่องอะไรเล่าให้ฟังบ้างนะ เพราะว่าพวกเราช่วยอะไรพี่ได้บ้าง" เธอร้องไห้เป็นการใหญ่และ

กล่าวว่า " เขา(สามี)บอก ปล่อยให้ตายอยู่โรงพยาบาล ดุชิเขาพูดถึงขนาดนี้" เจ็บไปสักพัก จึงกล่าวต่อว่า " เสียใจ.... เสียใจมาก" ระหว่างนั้นสมาชิกอีกคนหนึ่งเดินเข้ามาถาม " เป็นอะไร ใจเย็น ๆ ไปเข้ากลุ่มเถอะ ไปคุยอะไรให้เพลิน ๆ จะได้สบายใจ" เธอหยุดเล่าทันที เช็ดหน้า เช็ดตา และบอกเพื่อนสมาชิกคนนั้นว่า " ไปเดี๋ยวตามไป" แล้วเธอก็บอกผู้นำกลุ่มหลังจากที่เพื่อนเดินไปแล้วว่า " ไม่สบายใจ ไม่อยากเข้ากลุ่ม" ผู้นำกลุ่มเชิญชวนเธอให้เข้าร่วมกลุ่มเพื่อว่ากลุ่มจะช่วยอะไรเธอได้บ้าง เธอขอไปห้องน้ำก่อนและจะตามไปที่หลัง ผู้นำกลุ่มจึงเริ่มดำเนินกลุ่มไปก่อน

ในช่วงต้นของการเริ่มกลุ่ม สมาชิกสนทนากันถึงสมาชิกที่ยังไม่เข้ากลุ่ม สมาชิกคนหนึ่งเล่าว่า" ฮาร์เขาทะเลาะกับแฟนเล็กน้อยใจ" สมาชิกอีกคนจึงเล่าเรื่องความไม่ลงรอยกันระหว่างตนกับสามี ในช่วงแรกของการเล่า สมาชิกไม่ได้ใส่ใจกับความรู้สึกของตนมากนัก มีการหัวเราะ สลับการเล่าเป็นระยะ ๆ ผู้นำกลุ่มได้พยายามสะท้อนความรู้สึก และสรุป สมาชิกจึงเริ่มเปิดเผยตนเอง และสำรวจตนเองเพิ่มขึ้น ในระหว่างนี้ น้ำเสียงของการเล่าจะเบาลง การหัวเราะน้อยลง ความสนใจของสมาชิกกลุ่มต่อความรู้สึกของสมาชิกที่เล่ายังมีน้อย แต่จะไปสนใจและเป็นห่วงสมาชิกที่ยังไม่เข้ากลุ่มมากกว่า และขอร้องให้ผู้นำกลุ่มออกไปตาม

ผู้นำกลุ่มพาสมาชิกที่มีความไม่สบายใจเข้ามาในกลุ่ม สมาชิกอื่น ๆ ยิ้มต้อนรับ พยายามพูดเล่น หัวเราะให้สนุกสนาน เพื่อกลบเกลื่อนความทุกข์ใจ ไม่สบายใจ และความอึดอัดของกลุ่มลง เช่น " มาหัวเราะกันดีกว่า" (สมาชิกทั้งกลุ่มก็หัวเราะ) ในระหว่างนี้สมาชิกที่ไม่สบายใจได้แต่นั่งก้มหน้า เช็ดน้ำมูก เช็ดน้ำตาไปเรื่อย ๆ แต่เมื่อกระแสกลุ่มดำเนินต่อไป สมาชิกอื่น ๆ พยายามทำความเข้าใจ แสดงความเห็นใจ และกล่าวปลอบโยน สมาชิกที่ไม่สบายใจจึงเริ่มเปิดเผยเรื่องราวที่ลึกซึ้งของตนเพิ่มขึ้น ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการสะท้อนความรู้สึก การทวนซ้ำ และการสรุป เพื่อเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกของตนและเปิดเผยตนเองมากขึ้น ขณะเดียวกัน ผู้นำกลุ่มได้เปิดโอกาสให้สมาชิกอื่นๆ เข้ามามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง และช่วยกันหาแนวทางในการแก้ไข

ตลอดเวลาที่สมาชิกเปิดเผยความทุกข์ใจของเธอ สมาชิกกลุ่มให้ความสนใจอย่างมาก ใส่ใจที่จะรับฟัง มีความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ และมีความรู้สึกร่วมซึ่งกันและกัน บางคนรู้สึกเจ็บร้อนแทน เช่น "พูดอย่างนั้นมันทำร้ายจิตใจกันนี่" หรือ "แหม! ไอ้เด็กซี้ฟ้องอย่างนั้นมันน่าตบปากจัง"

มีการแลกเปลี่ยน และให้กำลังใจ เกิดความรู้สึกผูกพันใกล้ชิดเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีผลให้สมาชิกที่ไม่สบายใจมีสีหน้าท่าทาง และน้ำเสียงที่มึนงงใจมากขึ้น เธอยิ้ม เงยหน้า ยึดตัวขึ้นนิด ๆ และกล่าวว่า "ใช่! ต้องทำให้ได้ ต้องผ่านไปให้ได้"

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 6 วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30-20.30 น.

ก่อนการเข้ากลุ่ม สังเกตเห็นสมาชิก 4 คน นั่งอยู่ข้างเตียงของสมาชิกโรคหัวใจ สมาชิกคนหนึ่งกำลังนั่งก้มหน้าร้องไห้ สมาชิกที่เหลือกำลังปลอบโยนและให้กำลังใจสมาชิกที่ร้องไห้

เมื่อเริ่มกลุ่ม สมาชิกโรคหัวใจได้เปิดโอกาสให้สมาชิกที่ร้องไห้ก่อนเข้ากลุ่ม ได้เล่าถึงความไม่สบายใจของเธอ โดยถามด้วยคำถามปลายเปิดซึ่งแสดงถึงความใส่ใจ สมาชิกเปิดเผยตนเองมากขึ้น ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้สำรวจและพิจารณาความกลัว และความกังวลใจของตน ส่งผลให้สมาชิกเริ่มยอมรับประสบการณ์ในการคลอดที่จะผ่านเข้ามาในอนาคตอันใกล้นี้

เกิดความพร้อมในการเผชิญกับความจริงในระยะคลอดมากขึ้น สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า "มาถึงตอนนี้ยังงั้นเราก็เสี่ยงไม่ได้แล้ว จะคลอดหรือจะผ่าก็เจ็บเหมือนกัน มีวิธีเดียวคือ ต้องสู้ สู้ตายคะ เป็นไงเป็นกัน แม่ของเรายังคลอดได้เสีย" นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มได้สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงของสมาชิกคนหนึ่ง กล่าวคือ ในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกคนนี้ได้แสดงออกอย่างชัดเจนถึงความไม่ไว้วางใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตน แต่การเข้ากลุ่มครั้งนี้เธอเปิดเผยความรู้สึกและเรื่องราวของตนเองมากขึ้น แสดงถึงการพัฒนาของความไว้วางใจในกลุ่ม เธอเล่าถึงความไม่พร้อมของการตั้งครรภ์ครั้งนี้ และประสบการณ์ที่ไม่ดีจากการคลอดบุตรคนแรก ซึ่งทำให้เธอมีบุตรที่ไม่แข็งแรง ปัจจุบันลูกของเธออายุ 11 เดือน แต่มีพัฒนาการช้ากว่าเด็กปกติมาก เนื่องจากสมองบางส่วนถูกทำลายไปตั้งแต่แรกเกิด ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกเปิดเผยตนเองและสำรวจตนเองมากขึ้น โดยการสะท้อนความรู้สึก การสรุป และการถามด้วยคำถามปลายเปิด เช่น "ตอนที่รู้ว่าท้องตอนนั้นรู้สึกอย่างไร" พร้อมทั้งเอื้ออำนวยให้สมาชิกอื่นเข้ามามีส่วนร่วมในสิ่งที่สมาชิกเล่า สมาชิกกลุ่มให้ความใส่ใจ เห็นใจ และรับรู้ถึงความกังวลใจ ไม่สบายใจของเพื่อนสมาชิก มีการปลอบใจและให้กำลังใจแก่กัน หลังจากสมาชิกได้เปิดเผยตนเองโดยมีกลุ่มให้การยอมรับ ไม่ตีเถียน หรือ

วิพากษ์วิจารณ์ ทำให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกของตน พยายามทำความเข้าใจและยอมรับตนเอง
 เธอกล่าว่า "ถึงตอนนี้มันถึงเวลาที่ผ่านมาก็ไม่มีประโยชน์ คงปล่อยให้มันผ่านไป ต้องพยายาม
 ยอมรับว่า อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด ไม่ว่าจะลุกในท้องจะแข็งแรงหรือเป็นอย่างคนโต ก็ต้องรับสภาพ"

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 7 วันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30-20.30 น.

ก่อนการเข้ากลุ่ม สมาชิก 4-5 คนจับกลุ่มคุยกัน มีเสียงหัวเราะ หยอกล้อ และแซวกัน
 ด้วยสีหน้าที่เบิกบาน พอใกล้เวลานัดหมาย สมาชิกจึงค่อย ๆ ทบอยกันเข้ากลุ่ม

การสนทนาในวันนี้ ส่วนใหญ่จะมุ่งความสนใจไปที่สมาชิกคนหนึ่ง (จุ่ม) ซึ่งในการเข้า
 กลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกคนนั้นแสดงออกอย่างชัดเจนถึงความไม่ต้องการที่จะเปิดเผยตนเอง แต่ต่อมา
 ในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 6 สมาชิกเริ่มเปิดเผยเรื่องราวของตนเองมากขึ้น และสำหรับการเข้ากลุ่ม
 ครั้งนี้ สมาชิกได้เล่าถึงความทุกข์ใจ ความกังวลใจอย่างมาก เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง
 การเลี้ยงดูบุตรที่มีพัฒนาการล่าช้ามาก และความอับอายที่บุตรคนโตมีความพิการทางสมอง สมาชิก
 กลุ่มพยายามที่จะทำความเข้าใจในความทุกข์ของเพื่อนสมาชิก พยายามปลอบโยน ให้กำลังใจและ
 แสดงความชื่นชมในความอดทน ความมานะพยายาม และความรักที่เธอมีต่อบุตร มีการให้ข้อมูล
 ย้อนกลับด้วยความอ่อนโยนและระมัดระวัง เช่น "อย่างนี้น่าเห็นใจนะ เหมือนว่าจุ่มมีอะไรในใจ
 อยู่แล้ว พอใครพูดอะไร จุ่มก็เสียใจ น้อยใจ" ส่งผลให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกของตน รู้สึก
 อิสระที่จะเปิดเผยตนเอง ได้เผชิญหน้ากับการให้ข้อมูลย้อนกลับจากเพื่อนสมาชิก เริ่มพิจารณาตน
 เองในแง่มุมมองต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ยอมรับในส่วนตัวและส่วนดีของตัวเอง ซึ่งจะ เป็นพื้นฐานของ
 การเปลี่ยนแปลงต่อไป

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 8 วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30-20.30 น.

ก่อนการเข้ากลุ่ม สมาชิกนั่งล้อมวงอยู่ที่เตียงของสมาชิกโรคหัวใจ มีการคุย เล่าสู่กัน
 ฟังถึงอาการของตน การรักษาที่ตนได้รับ และประสบการณ์จากการตรวจของแต่ละคน

สมาชิกมีความคุ้นเคยต่อกันมากขึ้น ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันถึงความไม่สบายอันเนื่องมาจากการตั้งครรภ์ ความกังวลใจเกี่ยวกับทารกในครรภ์ การเลี้ยงดูบุตรและการให้อาหารเสริมแก่บุตร ในช่วงแรก สมาชิกมีความสนใจต่อเรื่องที่สนทนาเป็นช่วงสั้น ๆ ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกสนทนากันอย่างต่อเนื่องมากขึ้น โดยการใช้ทักษะการสรุป การทบทวนเนื้อหา และการสะท้อนความรู้สึก สมาชิกผลักดันเล่าผลักดันซักถามอย่างต่อเนื่อง มีการแสวงกันบ้างเป็นระยะ มีการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กัน มีการแสดงความรู้สึกทางบวกต่อเพื่อนสมาชิก ส่งผลเกิดความรู้สึกใกล้ชิดและความผูกพันระหว่างสมาชิกมากขึ้น เมื่อสิ้นสุดกลุ่ม สมาชิกมีสีหน้าที่ยิ้มแย้ม เดินคุยกันออกไปจากกลุ่ม สมาชิกบางคนเข้ามาอาสาเก็บเก้าอี้ หลังจากนั้นสมาชิก 3-4 คน ปรินั่งจับกลุ่มคุยกันต่อสักพัก จึงแยกย้ายกันไปนอน

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 9 วันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30 น.-20.30 น.

สมาชิกโรคความดันโลหิตสูงอายุ 42 ปีคนหนึ่งกล่าวถึงความไม่สบายใจ ความกังวลใจของตนเนื่องจากตนอายุมากและกลัวว่าทารกในครรภ์จะเกิดมาเป็นเด็กปัญญาอ่อน สมาชิกที่อายุมากกว่า 35 ปี อีก 2 คน ร่วมแสดงความไม่สบายใจของตนเช่นกัน ผู้นำกลุ่มสะท้อนความรู้สึกและเชื่อมโยงให้เห็นถึงการคาดการณ์ล่วงหน้ากับความไม่สบายใจ กังวลใจ สมาชิกกลุ่มเริ่มมองในประสบการณ์จริงของตน ที่เคยพบเห็นคนอายุมากและตั้งครรภ์ แลกเปลี่ยนแบ่งปันประสบการณ์ของตนแก่กัน จากนั้นกล่าวปลอบใจและให้กำลังใจแก่สมาชิกที่มีอายุมาก ทำให้สมาชิกที่อายุมากและกังวลใจเริ่มมีความรู้สึกที่ดีขึ้น ต่อมาสมาชิกโรคเบาหวานคนหนึ่งเล่าถึงความไม่แน่ใจ ลังเลใจของตนที่ตัดสินใจไม่ได้ว่าจะคลอดที่โรงพยาบาลศิริราช หรือกลับไปคลอดที่โรงพยาบาลจังหวัดลำพูนดี ผู้นำกลุ่มสะท้อนเนื้อหา สะท้อนความรู้สึก สรุปและถามคำถามปลายเปิดเป็นระยะ ๆ เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจและพิจารณาตนเอง สมาชิกกลุ่มสนทนากันถึง ข้อดี ข้อเสียของการคลอดที่โรงพยาบาลศิริราช และการคลอดที่โรงพยาบาลต่างจังหวัด ทั้งในด้านความพร้อมของแพทย์ เครื่องมือ เครื่องใช้ ความสะดวกสบาย และความปลอดภัยของตนเองและบุตร เนื่องจากตนมีโรคแทรกซ้อน กลุ่มได้ช่วยให้สมาชิกที่มีความลังเลใจสามารถตัดสินใจเลือกได้ว่า จะคลอดที่ไหนดี



จากนั้น กลุ่มได้สนทนากันต่อถึงข้อดี ข้อเสียของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการเลี้ยงลูกด้วยนม
กระป๋อง สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์แก่กัน สุดท้าย สมาชิกตกลงกันว่า
เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การเข้ากลุ่มครั้งที่ 10 วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2536 เวลา 18.30-20.30 น.

ช่วงแรกเป็นการคุยเรื่องทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับการอยากกลับบ้าน การมาตรวจ ต่อมาได้
พูดคุยถึงความกังวลใจ เกี่ยวกับการผ่าตัดเอาบุตรออกทางหน้าท้อง สมาชิกกลุ่มให้ความสนใจซัก
ถามและแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกต่อกันในเรื่องความรู้สึกหลังผ่าตัดเสร็จใหม่ ๆ ความกลัว
การผ่าตัด กลัวไม่ฟื้น หรือไม่หายขาด กลัวปวด รวมทั้งการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด และพยายามหาทาง
ช่วย เหลือสมาชิกที่มีความกังวลใจค่อนข้างมากให้คลายกังวลลง โดยการยกตัวอย่างจริงใน
ประสบการณ์ของตน มีการกล่าวปลอบโยน และให้กำลังใจแก่กัน

ในช่วงสุดท้ายของการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้บอกกล่าวความรู้สึกที่
มีต่อกัน มีการให้และรับข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกัน บรรยากาศกลุ่มดำเนินไปด้วยความรู้สึกสนิท
สนมและรู้สึกดีต่อกัน สมาชิกบางคนกล่าวแสดงความชื่นชมและประทับใจในตัวผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม
ได้บอกกล่าวถึงความรู้สึกและความห่วงใยที่มีต่อสมาชิกแต่ละคน กล่าวแสดงความขอบคุณในความ
ร่วมมือที่ได้รับ พร้อมทั้งกล่าวลาและปิดกลุ่ม สมาชิกค่อย ๆ ทยอยออกจากกลุ่ม สมาชิกคนหนึ่ง
ทำหน้าละห้อยถามผู้นำกลุ่มว่า "พรุ่งนี้ คุณแดง (ผู้นำกลุ่ม) ไม่มาแล้วจริง ๆ หรือคะ มาเถอะมา
คุยกัน ถ้าคุณแดงไม่มาแล้วหนูจะไปคุยกับใคร" สมาชิกอื่น ๆ กล่าวสมทบ "นั่นซี! คุณแดงไม่มา
แล้วเราจะคุยกับใคร คนอื่น ๆ (พยาบาล) เราก็ไม่สนิท เราก็ไม่กล้าถาม ไม่กล้าคุย" สมาชิก
อีกคนกล่าวว่า "คุณแดงจัดกลุ่มไปจนหนูกลับบ้านเลยไม่ได้เหรออ" ผู้นำกลุ่มให้ความใส่ใจในสิ่งที่
สมาชิกกล่าว และชี้แจงถึงความจำเป็นที่ต้องยุติกลุ่ม พร้อมทั้งบอกกำหนดเวลาที่ผู้นำกลุ่มจะขึ้นมา
ปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยในวันต่อไป สมาชิกจึงค่อย ๆ ทยอยออกไปจากห้อง มีสมาชิกบางคนกล่าว
กับเพื่อน ๆ ว่า "ถ้าเราได้อีกกลับบ้านก่อน เราจะแวะมาเยี่ยมนะ" หรือ "ถ้าเราได้ตลอดพร้อม ๆ
กันก็ดีซี"