


วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง



นางสาวพลอยลลดา ไชยบุญเรืองสิน

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต


สาขาวิชาศึกษาศาสตร์พัฒนาการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์

คณะศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2553

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

COMMUNICATION METHOD OF HOSTS OF CLUB FRIDAY RADIO PROGRAM AND
USES AND GRATIFICATIONS OF AUDIENCE



Miss Ploylalada Chaiboonruangsin

ศูนย์วิทยุกระจายเสียง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree of Master of Arts (Communication Arts) Program in Development Communication

Department of Public Relations

Faculty of Communication Arts

Chulalongkorn University

Academic Year 2010

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้
ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง

โดย

นางสาว พลอยลลดา ไชยบุญเรืองสิน

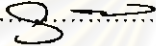
สาขาวิชา

นิเทศศาสตร์พัฒนาการ

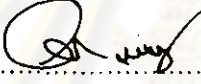
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก


รองศาสตราจารย์ พัชนี เที่ยจรรยา


คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

 คณบดีคณะนิเทศศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร. ยุธ เบญจรงค์กิจ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

 ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ อวยพร พานิช)

 อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ พัชนี เที่ยจรรยา)

 กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(อาจารย์ ดร. ศรีณัยธร ศศิณกรแก้ว)

ศูนย์บริการทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พลอยชลดา ไชยบุญเรืองสิน : วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday
การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง. (COMMUNICATION METHOD OF
HOSTS OF CLUB FRIDAY RADIO PROGRAM AND USES AND
GRATIFICATIONS OF AUDIENCE) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : รศ. พัทธนี เชน
จรรยา, 246 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการ พหุติกรรมกรับฟัง
รายการ การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง การวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ 1.การวิจัยคุณภาพ โดยใช้
วิธีการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม ในการเก็บข้อมูลฟังบันทึกของรายการย้อนหลังตั้งแต่เดือนกันยายนถึงเดือน
พฤศจิกายน 2553 รวมทั้งใช้วิธีการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการแบบเจาะลึก โดยแบ่งการศึกษาออกเป็น รูปแบบการ
สื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอ 2.การวิจัยเชิงปริมาณ สัมภาษณ์ผู้ฟังรายการโดยใช้
แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลจำนวนทั้งหมด 420 คน

ผลการวิจัย มีดังนี้

1. รูปแบบการสื่อสาร จำแนกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ 1) จำแนกตามทิศทางการใช้ ได้แก่ การสื่อสารสองทาง
และการสื่อสารทางเดียว 2) จำแนกตามลักษณะการใช้ ได้แก่ ลักษณะที่เป็นกึ่งทางการ และลักษณะที่ไม่เป็นทางการ
2. ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร แบ่งออกเป็น 1) เรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน มีจุดประสงค์ในการเล่าเรื่องได้แก่
เพื่อแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อต้องการคำปรึกษา เพื่อต้องการระบาย เพื่อต้องการกำลังใจ ซึ่งมีรูปแบบของปัญหา
ได้แก่ ปัญหารักต่างเพศ ปัญหารักเพศเดียวกัน ปัญหารักตัวเอง ปัญหารักคนในครอบครัว 2) การให้คำปรึกษาของผู้
ดำเนินรายการ ซึ่งมีขั้นตอนและเทคนิคในการให้คำปรึกษาได้แก่ การเตรียมความพร้อม รับฟังปัญหา ทำความเข้าใจ
วิเคราะห์ปัญหา และหาวิธีแก้ไขปัญหา โดยให้ลักษณะวิธีคิดได้แก่ ยอมรับความจริง แก้ปัญหาให้ถูกจุด ชัดเจนกับ
ตัวเอง มองหลายมุม ลองปฏิบัติ การยกตัวอย่าง ชี้ให้เห็นข้อบกพร่อง เห็นคุณค่าของตัวเอง ยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม
และใช้หลักสัจธรรมของความรัก
3. ความน่าสนใจในการนำเสนอ ได้แก่ ความน่าเชื่อถือและความไว้วางใจ เทคนิคการใช้ภาษาพูด บุคลิก
ของผู้ดำเนินรายการ การให้สารประโยชน์ และองค์ประกอบอื่นๆ
4. กลุ่มตัวอย่างที่ฟังรายการ Club Friday รับการปรึกษาปัญหาชีวิตจากสื่อวิทยุมากที่สุด และเปิดรับฟัง
รายการ Club Friday ก็เพื่อที่จะนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องมากที่สุด รวมทั้งผู้ฟังมีความ
เห็นชอบลักษณะการนำเสนอของรายการจากลีลาการพูดและน้ำเสียงของดีเจมากที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่ม
ตัวอย่างมีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจในด้านที่ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่าง
ในการปรับใช้ชีวิตของตน และมีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนได้มากที่สุด และการใช้ประโยชน์มีความสัมพันธ์
การความพึงพอใจที่ผู้ฟังได้รับ

ภาควิชา.....การประชาสัมพันธ์.....ลายมือชื่อนิติศ.....พลอยชลดา.....ไชยบุญเรืองสิน.....
สาขาวิชา.....นิเทศศาสตร์พัฒนาการ.....ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....
ปีการศึกษา.....2553.....

5284707528 : MAJOR DEVELOPMENT COMMUNICATION

KEYWORDS : COMMUNICATION METHOD / LOVE STORIES / SUGGESTION GIVEN
/ USES AND GRATIFICATIONS

PLOYLALADA CHAIBOONRUANGSIN : COMMUNICATION METHOD OF
HOSTS OF CLUB FRIDAY RADIO PROGRAM AND USES AND
GRATIFICATIONS OF AUDIENCE. ADVISOR : ASSOC. PROF. PATCHANEE
CHEYJUNYA, 246 pp.

The objectives of this research are to study communication methods of the hosts of "Club Friday" radio program as well as listening habit, satisfaction of listeners and how listeners apply what they've learnt from the show. The research is twofold; (1) a qualitative approach that data would have been retrospectively collected since September 2010 till November 2010 by both using non-participant observation technique and performing an in-depth interview with the hosts, and (2) a quantitative method which was carried out by conducting a listener survey to 420 people in total.

The results are as follows:

- *Patterns of communication* can be sorted out to: (1) directions of communication including both one-way and two-way communication, and (2) types of communication which are semi-formal and casual communication.
- *The communication styles* are divided into: (1) love stories of straight people, homosexuals, and so forth recounted by audiences who participate in the program at home. The purposes are to share an experience they have with those who were listening to the show, to ask for a good piece of advice from the show hosts, to somehow release their problems by telling others, and to receive moral support. (2) Suggestions given by the hosts which steps and techniques such as preparing for upcoming stories, listening to audience's problems, digesting the problems, and figuring out a solution have been used by the hosts. The general perspectives they provide are to accept reality, to solve problems straight to the point, to be clear to one-self, to abide by morality and ethics, etc.
- *The attractiveness of presentation*, i.e., respectability, reliability, speech personality of the show hosts, and any other characteristics.
- Those who listened to Club Friday take advices regarding their married lives from a show on radio the most, and with presentation styles and tones of the hosts, the show "Club Friday" has made the most-listened-to radio program to listeners. In addition, the listeners are very satisfied with attitudes acquired and viewpoints gained by listening to life's problems of other Club Friday's fans who participated in the show during broadcasting which enables them to apply some of which to their lives most beneficially and develop solutions to overcome their life issues most efficiently as well. Besides, it is also found that the application as mentioned is somehow related to the gratification of radio program listeners.

Department : Public Relations

Student's Signature Ploylalada Chaiboonruangsin

Field of Study : Development Communication

Advisor's Signature Patchanee Cheyjunya

Academic Year : 2010

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยน้ำใจและความกรุณาของบุคคลหลายฝ่าย โดยเฉพาะ รองศาสตราจารย์พัชณี เขยจรรยา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ให้ความกรุณาเป็นที่ปรึกษา ให้ความสะดวกในการส่งงาน ให้คำแนะนำที่ดีให้ผู้วิจัยสามารถเข้าใจได้ง่าย รวมทั้งรองศาสตราจารย์ อวยพร พาณิช ประธานกรรมการสอบ และอาจารย์ ดร.ศรัณย์ธร ศศิธนากรแก้ว กรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ที่ให้ความเมตตาและช่วยแนะแนวทางให้วิทยานิพนธ์สำเร็จได้จนถึงวันนี้

ขอขอบคุณคุณพ่อ คุณแม่ พี่อีฟ พี่โอม ครอบครัวที่ให้โอกาสในการเรียนต่อปริญญาโท รวมทั้งช่วยเป็นแรงสนับสนุนทั้งกำลังใจและกำลังใจ และมีส่วนร่วมในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ขอขอบคุณเพื่อนๆ ป.โท Dev comm. 32 ที่คอยช่วยเหลือเรื่องเรียนตลอดที่ผ่านมา และช่วยเหลือให้คำปรึกษาในการทำวิทยานิพนธ์ ขั้นตอนและเอกสารต่างๆ โดยเฉพาะขอบคุณเจ้แยมที่เป็นคนจุดประกายให้คิดทำวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ และเป็นผู้ร่วมชะตากรรมตั้งแต่ได้เริ่มเข้าเรียนที่นิเทศ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ขอขอบคุณเพื่อนที่เกษตรศาสตร์ เพื่อนที่ระยองวิทย์ ที่คอยช่วยให้กำลังใจในวันที่ท้อแท้ ในวันที่หมดแรง หมดความหวัง ช่วยกระตุ้นให้ชีวิตต้องสู้ต่อไป เมื่อเราต้องเจอกับปัญหาต่างๆ ที่หนักหนาแสนสาหัส ขอขอบคุณเหตุการณ์ต่างๆ ทุกอย่างที่ผ่านมาที่ช่วยให้เรามีประสบการณ์ ได้ข้อคิดชีวิต มีมุมมองที่หลากหลาย และผู้วิจัยได้ใช้ประโยชน์จากการทำวิทยานิพนธ์นี้มาช่วยในชีวิตจริง

ขอบคุณภาพยนตร์ กวน มึน โฮ ที่ทำให้รู้จักพี่อ้อยพี่ฉอด ขอขอบคุณทีมงาน Club Friday ที่ผลิตรายการออกมาให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม ขอขอบคุณพี่แอม พี่อาร์ a-time ที่ช่วยดำเนินเรื่องติดต่อสัมภาษณ์พี่อ้อยให้ รวมทั้งหนังสือ Club Friday อื่นๆ เล่ม ที่ทำให้ผู้วิจัยได้นำมาใช้วิเคราะห์ในการทำวิทยานิพนธ์ และช่วยให้ตัวเองได้ประโยชน์ข้อคิดดีๆ ทั้งจากการทำวิทยานิพนธ์ รวมทั้งเรื่องส่วนตัวด้วย และสุดท้ายนี้วิทยานิพนธ์จะไม่สมบูรณ์หากขาดผู้ฟังรายการ Club Friday ที่กรุณาช่วยตอบแบบสอบถามให้ในครั้งนี้

ผู้วิจัยหวังว่าคุณค่าประโยชน์ใดๆ ของวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขอมอบให้แก่ผู้มีพระคุณทุกท่านที่ผู้วิจัยได้กล่าวมา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่างานวิจัยครั้งนี้จะเป็นแนวทางสำหรับผู้วิจัยท่านอื่นๆ ต่อไปด้วย

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
1. บทนำ.....	1
1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย.....	6
1.3 ปัญหาในการวิจัย.....	6
1.4 สมมติฐานการวิจัย.....	6
1.5 ขอบเขตการวิจัย.....	7
1.6 นิยามศัพท์.....	7
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	9
2. แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร.....	10
2.2 แนวคิดความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร.....	25
2.3 แนวคิดวิธีการนำเสนอรายการวิทยุ.....	27
2.4 แนวคิดเกี่ยวกับการให้การปรึกษา.....	31
2.5 แนวคิดเกี่ยวกับความคิด.....	44
2.6 แนวคิดพฤติกรรมกรรมการเปิดรับสาร.....	51
2.7 แนวคิดเกี่ยวกับการคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสาร.....	58
2.8 ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ.....	61
2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	68

บทที่	หน้า
3. ระเบียบวิธีวิจัย.....	72
3.1 รูปแบบการวิจัย.....	72
3.2 ส่วนที่ 1 ศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday.....	72
3.2.1 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	73
3.2.2 ขั้นตอนในการเก็บข้อมูล.....	73
3.2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล.....	74
3.2.4 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	74
3.2.5 การนำเสนอข้อมูล.....	75
3.3 ส่วนที่ 2 ศึกษาพฤติกรรมการฟัง การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ.....	75
3.3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	75
3.3.2 วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	76
3.3.3 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	76
3.3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	76
3.3.5 เกณฑ์การให้คะแนน.....	77
3.3.6 เกณฑ์การวัดระดับความสัมพันธ์ของตัวแปร.....	78
3.3.7 การทดสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ.....	79
3.3.8 การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล.....	80
3.3.9 การประมวลผลข้อมูล.....	80
4. วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ.....	81
4.1 ความเป็นมาของรายการ.....	81
4.2 รูปแบบการสื่อสาร.....	87
4.3 ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร.....	95
4.4 ความน่าสนใจในการนำเสนอ.....	162
5. การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง.....	171
5.1 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา.....	172
5.2 ลักษณะทางประชากรศาสตร์.....	172
5.3 พฤติกรรมการฟังของผู้ฟัง.....	175

บทที่	หน้า
5.4 การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday.....	180
5.5 ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday.....	182
5.6 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน.....	184
6. สรุป อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ.....	185
6.1 สรุปผลการวิเคราะห์วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ Club Friday.....	186
6.2 สรุปผลการสำรวจความคิดเห็นของผู้ฟังรายการ Club Friday.....	191
6.3 อภิปรายผลการวิจัย.....	192
6.4 ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	218
6.5 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต.....	219
รายการอ้างอิง.....	221
ภาคผนวก.....	225
ภาคผนวก ก.....	226
ภาคผนวก ข.....	241
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	246

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญญัตินำ

ตารางที่		หน้า
1	แสดงจำนวนผู้เล่าเรื่องที่ออกอากาศโดยแบ่งตามสถานภาพ.....	104
2	แสดงจำนวนประเภทเรื่องเล่าของผู้เล่าโดยแบ่งตามเพศ.....	105
3	แสดงจำนวนลักษณะของปัญหาที่พบโดยแบ่งตามรูปแบบของปัญหา.....	107
4	แสดงสรุปขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ.....	117
5	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ.....	172
6	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ.....	172
7	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ.....	173
8	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา.....	173
9	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ.....	174
10	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้ต่อเดือน.....	174
11	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกสื่อที่เคยรับการปรึกษา ปัญหาชีวิต.....	175
12	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความยาวนาน ในการรับฟังรายการ.....	175
13	แสดงความถี่และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความบ่อยครั้ง ในการฟังรายการ.....	176
14	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการใช้เวลา ในการรับฟังในแต่ละครั้ง.....	176
15	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามช่องทางในการฟัง.....	177
16	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกมีส่วนร่วมต่างๆในรายการ.....	177
17	แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกตอบเหตุผลในการฟังรายการ....	178
18	แสดงจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความชอบของ ผู้ฟังจำแนกตามลักษณะการนำเสนอของรายการ.....	179
19	แสดงจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเห็นของผู้ฟัง จำแนกตามการใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ.....	180

ตารางที่		หน้า
20	แสดงจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเห็นของผู้ฟัง จำแนกตามความพึงพอใจของผู้ฟังรายการ.....	182
21	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างการใช้ประโยชน์ กับ ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday.....	184



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	แสดงแผนภาพระบบการสื่อสารของแต่ละบุคคล.....	12
2	แสดงแผนภาพการสื่อสารระหว่างบุคคล.....	13
3	แสดงแผนผังโดยสรุปของรูปแบบการสื่อสาร.....	186
4	แสดงแผนผังโดยสรุปของลักษณะที่ใช้ในสื่อสาร.....	188
5	แสดงแบบจำลองผู้เฝ้าประตูของไวท์.....	194
6	สรุปวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday.....	212

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันในสังคมไทยทุกวันนี้สถิติการหย่าร้างจากปัญหาของคู่สมรสซึ่งเกิดจากความรักมีเพิ่มสูงขึ้นทุกๆ ปี ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาสังคมตามมา สาเหตุหลักๆ ของการหย่าร้างเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ตั้งแต่ความสัมพันธ์ของสามีภรรยา จนถึงความสัมพันธ์ระหว่างลูกกับพ่อแม่ ซึ่งประเด็นหลักๆ มักเกิดจากพฤติกรรมของคนในครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไป

ไม่เพียงแต่ความรักในช่วงชีวิตสมรสเท่านั้น มนุษย์ทุกคนย่อมมีความรักไม่ว่าจะเป็นเพศใดหรือวัยใดก็ตาม ความรักที่เกิดขึ้นกับมนุษย์มีหลายรูปแบบ หลายประเภท เช่น ในวัยทารกถึงวัยเด็ก เด็กก็ต้องการความรักความอบอุ่นจากพ่อแม่ เมื่อโตขึ้นเข้าสู่วัยรุ่น มนุษย์ก็เริ่มที่จะสนใจเพศตรงข้าม เริ่มมีความรักความรู้สึกชอบหรือความต้องการที่แสดงออกถึงความใส่ใจ ห่วงใยต่อเพศตรงข้ามมากขึ้น การสนใจเพศตรงข้ามเป็นเรื่องธรรมชาติของวัยรุ่น การที่วัยรุ่นจะคบเพื่อนต่างเพศไม่ใช่เรื่องที่ผิดปกติในสังคมปัจจุบัน ซึ่งลักษณะของการคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่นมีทั้งคบแบบเป็นเพื่อน และคบแบบคู่ควงหรือคนรัก แต่ด้วยธรรมชาติของเพศชายและเพศหญิงที่สร้างให้มีความแตกต่างกันทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้มีอารมณ์ที่แสดงออกแตกต่างกัน และอาจเป็นสาเหตุที่อาจทำให้เกิดปัญหาตามมาได้โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ได้ จนกระทั่งมนุษย์เติบโตเป็นผู้ใหญ่ ความรักที่เกิดจากวัยนี้จะเริ่มมีเหตุมีผลมากขึ้นมากกว่าใช้อารมณ์เพียงอย่างเดียว บางคนมีความรักที่เข้าใจจนแต่งงาน มีครอบครัว แต่เมื่อหลังจากใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันแล้วก็มีปัญหา เช่น ปัญหาความขัดแย้ง ความไม่เข้าใจหรือยอมรับนิสัยของคนที่เราชอบอย่างแท้จริง บางรายแก้ปัญหาด้วยการหย่าร้าง บางรายหาทางออกด้วยวิธีผิดๆ ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาสังคมได้

เมื่อเกิดปัญหาขึ้นจากความรักที่ไม่ลงตัว ความเศร้า ความผิดหวัง ความเสียใจ อารมณ์เหล่านี้ก็จะตามมา และบางรายถึงกับแสดงออกถึงพฤติกรรมในทางที่ไม่ถูกต้อง เช่น ทำร้ายร่างกายตัวเองเพื่อประชดคนรัก หรือแม้กระทั่งยอมสละชีวิตของตนดังจะเห็นได้จากข่าวหนังสือพิมพ์ที่ยังคงมีอยู่ในทุกวันนี้ มีคู่สมรสเป็นจำนวนมากที่หาทางออกด้วยวิธีการหย่าร้าง บาง

พยายามค้นหาคำตอบเพื่อที่จะช่วยเยียวยาแก้ไข โดยการปรึกษาไม่ว่าจะเป็นเพื่อนที่ใกล้ชิดหรือปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านแก้ปัญหาสังคมและครอบครัว หรือไม่ก็ถามตัวเอง ซึ่งคำตอบที่สรุปได้ก็เป็นคำตอบที่กระจายมุมมองไม่ลงลึกไปถึงจุดที่แท้จริง เปรียบเสมือนแพทย์ที่ให้ยาแก้ปวดหัวในการรักษากับคนไข้โรคมะเร็ง

ทุกวันนี้มีหลาย ๆ คนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการแก้ปัญหาเป็นอย่างมาก โดยจะเห็นได้จากการที่ทุกประเทศ รัฐบาลจะจัดตั้งให้มีหน่วยงานของรัฐช่วยเหลือให้คำแนะนำเพื่อแก้ปัญหา และในด้านเอกชนก็มีการจัดตั้งองค์กรให้คำปรึกษาเช่นกัน โดยไม่เว้นแม้แต่ตามหนังสือ นิตยสาร รายการวิทยุโทรทัศน์ ก็จะมีหน้าและรายการของการให้คำตอบและคำแนะนำอยู่ทั่วไป

สื่อมวลชนก็เป็นทางเลือกหนึ่งให้กับผู้ที่มีปัญหาชีวิตความรักและต้องการคำปรึกษา คำแนะนำ ในสมัยก่อนจะมีคอลัมน์ใหญ่โตในหนังสือพิมพ์ไทยรัฐและนิตยสารขวัญเรือน เป็นคอลัมน์ที่ปรึกษาเรื่องเกี่ยวกับความรัก เอาไว้สำหรับตอบปัญหาหัวใจให้กับทุกคนที่มีปัญหา และผู้ตอบก็มีชื่อเสียงโด่งดังจนถึงปัจจุบันนี้เมื่อได้เอ่ยชื่อไม่ว่าใครก็ตามก็ต้องรู้จัก “ศิริภาณี” โดยมีชื่อคอลัมน์ว่า “ศิริภาณีคือคลายปัญหารัก” ศิริภาณี เป็นเจ้าของคอลัมน์ตอบจดหมายที่มีชื่อเสียงและได้รับความนิยมจากผู้อ่านมากทั่วประเทศ คนที่มีปัญหาอะไรก็จะเขียนถามศิริภาณีให้ศิริภาณีช่วยตอบ โดยเฉพาะปัญหาหัวใจ ซึ่งส่วนใหญ่ก็จะเป็นปัญหาความรักสามเส้า รักเขาข้างเดียว เขารักเราหรือเปล่า เป็นต้น

ในสมัยนี้การตอบปัญหาหัวใจได้สูญหายไปจากสังคม ชีวิตของแต่ละคนยุ่งยากมากขึ้นจนไม่มีใครอยากฟังปัญหาชีวิตของใคร โดยเฉพาะปัญหาหัวใจที่อาจจะเห็นเป็นเรื่องไร้สาระ และที่เป็นสาระสำหรับคนสมัยปัจจุบันก็คือ ที่ปรึกษาปัญหาการลงทุน ตลาดหุ้น ความอยากเอาชนะอยากเป็นหนึ่ง ซึ่งสามารถเห็นได้ตลอดเวลาตามหน้าหนังสือพิมพ์ โทรทัศน์

นอกจากนี้ ยังมีอีกสื่อหนึ่งที่ให้คำปรึกษาที่เป็นที่นิยมก็คือ สื่อวิทยุ เนื่องด้วยธรรมชาติของสื่อวิทยุที่ผู้คนสามารถเข้าถึงได้ง่าย เสียค่าใช้จ่ายน้อย เป็นการสื่อสารสองทางที่สามารถรับฟังปฏิกิริยาตอบสนองจากคู่สนทนาได้ทันที และเป็นสื่อที่คู่สนทนาไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ ทำให้ผู้คนนิยมเลือกใช้สื่อนี้เพื่อขอคำแนะนำกับปัญหาชีวิตของตนเอง เพราะบางคนไม่กล้าขอคำปรึกษาปัญหาชีวิตความรักจากคนใกล้ชิด จากพ่อแม่ จากเพื่อน หรือบุคคลที่รู้จัก เพราะอาย

กลัวเสียภาพลักษณ์ หรือกลัวว่าคนอื่นจะไม่ยอมรับ ทำให้บุคคลนั้นเก็บไว้ในใจ จนกลายเป็นคนคิดมาก เก็บกด และหาทางออกหรือแก้ปัญหาไปในทางที่ไม่ควร

ปัจจุบัน มีรายการวิทยุที่ได้ให้คำแนะนำและปรึกษาปัญหาชีวิตความรักที่เป็นที่นิยมในขณะนี้คือ รายการ Club Friday ทางคลื่นวิทยุกรีนเวฟ 106.5 Mhz ซึ่งออกอากาศครั้งแรกในวันที่ 4 พฤศจิกายน 2548 เป็นรายการที่เปิดโอกาสให้ประชาชนที่ได้ฟังสามารถเข้ามามีส่วนร่วมในรายการได้ โดยการให้ประชาชนทั่วไปมาร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวกับความรัก เรื่องราวต่างๆ ทั้งที่ประสบความสำเร็จ และเหตุการณ์ที่ผิดหวังของตนเอง และมีดีเจผู้ดำเนินรายการซึ่งก็คือ นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล หรือดีเจพี่อ้อย และสายทิพย์ มนตรีกุล ณ อยุธยา หรือดีเจพี่ออด ร่วมแสดงความคิดเห็น ให้คำปรึกษา และคำแนะนำ ให้กับผู้ที่ต้องการหาทางออกให้กับชีวิต มีผลการวิจัยหนึ่งที่ทางบริษัทสำรวจได้จัดทำมา พบว่ากลุ่มคนฟังคลื่นกรีนเวฟเป็นกลุ่มคนที่มีลักษณะพิเศษ แตกต่างไปจากคนฟังคลื่นวิทยุอื่นก็คือ เป็นคนที่คิดถึงตัวเอง และสามารถคิดถึงคนอื่นในสังคมไปด้วยพร้อมๆ กัน (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล และสายทิพย์ มนตรีกุล ณ อยุธยา, 2552 : 18)

ความนิยมของรายการ Club Friday ไม่เพียงแต่ออกอากาศผ่านสื่อวิทยุเท่านั้น ยังมีสื่อสิ่งพิมพ์อื่นโดยการออกหนังสือเป็นพ็อคเก็ตบุ๊ก ซึ่งภายในเป็นประสบการณ์เรื่องเล่าจริงจากผู้ที่ติดตามรายการส่งเรื่องราวมาให้ทางรายการ Club Friday ได้ออกอากาศ แต่เนื่องจากมีผู้ฟังเป็นจำนวนมากได้ส่งเรื่องราวเข้ามา และเนื่องด้วยเวลาที่จำกัดในการออกอากาศของรายการจึงไม่สามารถมาแบ่งปันประสบการณ์ให้ได้หมดทุกคน ทางรายการ Club Friday จึงรวบรวมจัดทำเป็นหนังสือออกมา ซึ่งในขณะนี้ทั้งหมด 5 เล่ม ได้แก่

- เล่มแรก เรื่องเล่าจาก Club Friday
- เล่มที่ 2 มีคนเศร้ากว่าเราตั้งเยอะ
- เล่มที่ 3 รักดีที่สร้างได้ใน 6 วัน
- เล่มที่ 4 ขอเพลงให้ตัวเองหน่อย
- และเล่มที่ 5 รักที่ไม่ได้ออกอากาศ

นอกจากนี้ ความนิยมของรายการ Club Friday อาจจะทำให้คนฟังรายการนี้มากขึ้นจากอิทธิพลที่ถูกกล่าวถึงในภาพยนตร์เรื่อง กวน มึน โฮ ซึ่งเป็นภาพยนตร์ของค่ายจีทีเอช โดยหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับวันพุธที่ 22 กันยายน 2553 ได้กล่าวว่า เป็นหนังรักที่ประสบความสำเร็จในประเทศไทย สามารถทำรายได้ไปกว่า 120 ล้านบาท และยังสร้างชื่อเสียงอันโด่งดังไปถึงต่างประเทศ โดยล่าสุดติดอันดับ 3 บ็อกซ์ออฟฟิศ ในสัปดาห์แรกที่ประเทศอินโดนีเซีย และจะฉายต่อที่สิงคโปร์ และมาเลเซีย ฯลฯ ซึ่งในภาพยนตร์เรื่องนี้ได้มีการกล่าวถึงรายการ Club Friday โดยมีการเลียนแบบคำพูดและน้ำเสียงของดีเจพีอ้อยและพีชอด ซึ่งเรียกเสียงหัวเราะจากผู้ชมเรื่องนี้เป็นอย่างดี จนอาจสร้างกระแสให้คนที่ชมภาพยนตร์เรื่องนี้แล้ว และมาฟังรายการ Club Friday ของพีอ้อยและพีชอด มากขึ้น เห็นได้จากกระทู้ในเว็บไซต์ Pantip มีคนตั้งหัวข้อหนึ่งกล่าวว่า “มีใครที่ดู กวน มึน โฮ จบแล้วมาฟัง Club Friday ไหมคะ?” และมีผู้ให้ความคิดเห็นเป็นจำนวนมาก ยกตัวอย่างเช่น (<http://www.pantip.com/cafe/chalermthai/topic/A9629300/A9629300.html>)

“ปรกติผมเป็นคนไม่ฟังวิทยุ แต่เดี๋ยวคงต้องลองฟังพีอ้อยพีชอดบ้างแล้ว”

“เคยเปิดผ่านๆ ครับ พอดูหนังเลยฟังเลย ทุกอาทิตย์ 555”

“หรือว่านี่เป็นแผนโปรโมตรายการ ทำได้ดีทีเดียวเลย เนียนมาก ทำให้ได้แฟนรายการอีกแน่เลย รักพีอ้อย กับพีชอดมากมายครับ”

“บอกรายละเอียด คลื่นอะไร วันไหน เวลาตอนไหนให้ได้ใหม่ครับ ผมอยากฟังครับ”

เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า รายการ Club Friday ได้รับความนิยมจากประชาชนมากขึ้น และกลุ่มเป้าหมายของผู้ฟังรายการมีขอบเขตที่กว้างขวาง เพราะรายการนี้เน้นให้คำปรึกษาปัญหาความรัก และมนุษย์ทุกเพศทุกวัยก็ย่อมมีความรักความต้องการด้วยกันทั้งนั้น ประกอบกับกลยุทธ์การให้คำแนะนำ ความน่าเชื่อถือและความเป็นกันเองจากลีลาการพูดและน้ำเสียงของผู้ดำเนินรายการ จึงทำให้รายการ Club Friday สามารถเรียกเสียงตอบรับจากประชาชนทั่วไปได้เป็นอย่างดี

ชีวิตความรักของมนุษย์ทุกคนไม่ได้สมบูรณ์แบบเสมอไป ความผิดหวัง ความเศร้า ความเสียใจ เกิดขึ้นได้เสมอ แต่ทุกคนจะมีวิธีการแก้ปัญหาของตนเองที่แตกต่างกันไป การได้รับคำแนะนำ คำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญและคนที่น่าเชื่อถือได้ก็เป็นทางออกที่ช่วยให้คนคนนั้นได้ตระหนักต่อตนเองมากขึ้น รายการ Club Friday ได้แบ่งปันประสบการณ์ชีวิตจริงของหลายๆ คนที่มีปัญหา

ความผิดหวัง ความเศร้า และทั้งที่มีความสุข การได้ฟังเรื่องราวของคนอื่นๆ ที่ไม่เคยรู้จักทำให้ได้เรียนรู้ประสบการณ์ความรักจากคนอื่นๆ ผู้มีประสบการณ์หลากหลาย และการแบ่งปันประสบการณ์ของตนเองก็ยิ่งเป็นประโยชน์ต่อชาว Club Friday คนอื่นๆ ด้วยเช่นกัน คนที่ได้ฟังจะมีมุมมอง หรือทัศนคติต่อคนที่ดีขึ้น ช่วยทำให้คนฟังรู้สึกมีแรงบันดาลใจ จากการได้ฟังชีวิตของคนอื่นที่เห็นว่าเป็นเรื่องที่หนักและแยกว่าตน คนฟังสามารถนำไปใช้ประโยชน์ โดยการนำไปคิด แก้ไขปรับปรุง หรือช่วยตอบบางเรื่องในสิ่งที่ชีวิตของตนกำลังค้นหาอยู่ หรือที่เรียกกันว่า ใช้ประสบการณ์สอนประสบการณ์

บางคนพูดคุยปรึกษาปัญหาชีวิตความรักทางรายการ Club Friday อาจไม่ได้มีเป้าหมายเพื่อต้องการขอคำแนะนำเพื่อช่วยหาทางออกแก่ปัญหาชีวิตของตนเพียงเท่านั้น แต่เพียงเพื่อต้องการได้ระบายความอัดอั้นใจที่ไม่สามารถปรึกษาคณรอบข้างหรือคนใกล้ชิดได้ หรือเพียงเพื่อต้องการหาความเห็นที่สนับสนุนกับสิ่งที่บุคคลนั้นมีคำตอบของทางออกปัญหาเป็นข้อสรุปอยู่ในใจแล้ว บางคนที่มีปัญหาแต่ก็ไม่เลือกที่จะเข้าพบจิตแพทย์ เลือกที่จะฟังและปรึกษากับรายการ Club Friday เพียงเพราะมีความบันเทิงจากการพูดด้วยลีลาและน้ำเสียงของผู้ดำเนินรายการประกอบกับเสียงเพลงที่ทำให้คลายความเครียดร่วมอยู่ด้วย

จากความสำคัญของปัญหาชีวิตความรักของคนหลายๆ คนที่อาจจะก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมา และรายการ Club Friday ที่ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญนี้ เพื่อให้คำปรึกษา คำแนะนำในการแก้ไขปัญหาวิตที่เหมาะสม โดยการเปิดโอกาสให้ประชาชนทั่วไปได้แบ่งปันประสบการณ์เรื่องราวจากชีวิตจริงของตนเอง ให้เป็นอุทาหรณ์ คติสอนใจ กับคนอื่นๆ ที่ได้ฟังรายการ ช่วยเป็นที่ระบายหรือที่ฟังฟังทางใจทางหนึ่งให้กับคนที่ไม่สามารถปรึกษากับคนรอบข้างได้ ช่วยให้เห็นมุมมองของประสบการณ์ที่หลากหลายของคนอื่นๆ แล้วนำไปปรับใช้กับตนเองในทางที่ถูกต้องและดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะในวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่ประสบการณ์ในชีวิตยังมีไม่มาก หากได้ฟังประสบการณ์ของคนอื่นๆ มากขึ้นจะช่วยให้เขาเรียนรู้ได้ทางหนึ่ง และเมื่อวัยรุ่นมีปัญหาวิตความรักมักจะไม่กล้าปรึกษาพ่อแม่ การได้รับคำปรึกษาจากคนอื่นที่เป็นมิตรกับเขา และทำให้เขารู้สึกเชื่อถือและไว้วางใจได้ จะช่วยให้เขาหาทางออกให้กับตัวเองได้อย่างเหมาะสม การคิดไปเองคนเดียว ไม่มีคนที่ผ่านประสบการณ์มาก่อนคอยช่วยให้คำแนะนำ อาจทำให้เขามีมุมมองที่แคบ ประกอบกับเป็นวัยที่ยังควบคุมอารมณ์ได้ไม่ตึง ขาดความยับยั้งชั่งใจ ทำให้มีการใช้ความรุนแรง ซึ่งอาจก่อให้เกิด

ปัญหาโศกนาฏกรรมขึ้นได้ เพราะชีวิตของเยาวชนยังมีอนาคตที่สดใสอีกยาวไกล และไม่ควรรบชีวิตด้วยจากปัญหาความรัก

รายการ Club Friday นี้มีส่วนช่วยให้สังคมเปิดกว้างมากขึ้น เข้าใจธรรมชาติของความรัก ธรรมชาติของมนุษย์มากขึ้น ช่วยปรับทัศนคติในการใช้ชีวิตของบุคคลที่ดีขึ้น ช่วยให้คนมองเห็นคุณค่าของชีวิตของตัวเอง และช่วยลดการประพาดที่ไม่เหมาะสมที่อาจก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรมตามมาจนกลายเป็นปัญหาสังคมได้ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาวิธีการสื่อสารทั้งรูปแบบการสื่อสารและลักษณะในการให้คำแนะนำของผู้ดำเนินรายการหรือดีเจจากเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้านผ่านสื่อวิทยุรายการ Club Friday รวมทั้งการนำไปใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการ Club Friday ด้วย

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการรับฟังรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์ของผู้ฟัง และความพึงพอใจที่ผู้ฟังได้รับ
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง

ปัญหานำวิจัย

1. วิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday มีลักษณะอย่างไร
2. ผู้ฟังมีพฤติกรรมการรับฟังรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับอย่างไร
3. การใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจของผู้ฟัง หรือไม่อย่างไร

สมมติฐานการวิจัย

การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday และ การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง” ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการศึกษาออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ศึกษาผู้ส่งสาร โดยศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาผู้ที่ดำเนินรายการ หรือดีเจของรายการ Club Friday ทางคลื่นวิทยุ 106.5 Mhz ในประเด็นเนื้อหาแต่ละตอนของรายการ ซึ่งเกี่ยวกับชีวิตความรักจากเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน โดยจะเก็บข้อมูลจากการฟังรายการสดหรือฟังจากเทปบันทึกตั้งแต่ออกอากาศจนถึงเดือนพฤศจิกายน เป็นเวลาทั้งหมด 11 สัปดาห์ หรือข้อมูลทั้งหมด 11 ตอน เพราะเป็นช่วงเวลาที่ภาพยนตร์เรื่องกวน มึน โฮ ฉายเสร็จ จึงคาดว่าจะได้รับความนิยมจากประชาชนมากขึ้น ในช่วงนี้ รวมทั้งเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกกับผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday ควบคู่ไปด้วย

ส่วนที่ 2 ศึกษาผู้รับสาร โดยศึกษาผู้ฟังถึงพฤติกรรมกรฟังรายการ Club Friday การนำไปใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจที่ได้รับ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยจะมุ่งศึกษากับผู้ที่เคยฟังรายการ Club Friday ตั้งแต่อายุ 16 – 50 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยใช้วิธีการแจกแบบสอบถาม

นิยามศัพท์

ผู้ดำเนินรายการ หมายถึง บุคคลที่ทำหน้าที่เป็นผู้ส่งสารในรายการ Club Friday ของคลื่นวิทยุ ความถี่ 106.5 Mhz ซึ่งออกอากาศทุกวันศุกร์ เวลา 21.00 – 23.00 น. โดยเป็นผู้ให้คำปรึกษา คำแนะนำ และแสดงความคิดเห็น จากเรื่องเล่าของผู้ฟังที่ส่งมาทางรายการ

รายการวิทยุ Club Friday หมายถึง รายการที่แพร่สัญญาณเสียงออกอากาศโดยใช้คลื่นวิทยุ โดยมีเนื้อหาหลักคือ การนำเสนอเหตุการณ์ ข้อเท็จจริง ประสบการณ์เรื่องราวชีวิตที่

เกี่ยวกับความรัก ซึ่งแบ่งเป็นตอนๆ ในแต่ละสัปดาห์ มีผู้ดำเนินรายการหรือดีเจทำหน้าที่เป็นผู้พูด ให้คำปรึกษา คำแนะนำ และแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องเล่าของผู้ฟังที่ส่งเรื่องราวเข้ามาในรายการ โดยจัดออกอากาศเป็นประจำทุกวันศุกร์ เวลา 21.00 – 23.00 น. ทางคลื่นวิทยุความถี่ 106.5 Mhz

วิธีการสื่อสาร หมายถึง วิธีการนำเสนอสารที่ผู้ส่งสารใช้ในการจัดรายการ ซึ่งประกอบด้วย รูปแบบการสื่อสาร ได้แก่ ทิศทางการสื่อสาร และความเป็นทางการหรือไม่เป็นทางการในการสื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอ

รูปแบบการสื่อสาร หมายถึง การสื่อสารในหลายลักษณะที่ใช้ในการพิจารณา ซึ่งได้แก่ ทิศทางการสื่อสาร และความเป็นทางการหรือไม่ทางการในการสื่อสาร

ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสารในที่นี้ หมายถึง การพูดของผู้ดำเนินรายการที่สื่อสารตอบผู้ฟัง เช่น การให้คำปรึกษา การแนะนำ การแสดงความคิดเห็น เป็นต้น

ความน่าสนใจการนำเสนอ หมายถึง เทคนิคที่ผู้ดำเนินรายการใช้หรือคุณสมบัติที่ผู้ดำเนินรายการมีที่ทำให้ผู้ฟังสนใจ

ผู้ฟังรายการในที่นี้ หมายถึง ประชาชนผู้เปิดรับฟังรายการ Club Friday ทางคลื่นวิทยุความถี่ เอฟ เอ็ม 106.5 Mhz ทั้งที่ฟังออกอากาศสดและเทปบันทึกย้อนหลัง และเคยฟังมาเป็นเวลามากกว่า 1 เดือน หรือ 4 ครั้งเป็นต้นไป

พฤติกรรมการฟัง หมายถึง การกระทำใดๆ ในขณะที่ฟังรายการ Club Friday ได้แก่ ความบ่อยครั้งในการฟัง ระยะเวลาที่ฟัง ช่องทางในการฟัง รวมทั้งลักษณะของผู้ฟังที่ก่อให้เกิดการฟัง อาทิ ส่วนต่างๆ ของรายการที่ชอบฟัง เหตุจูงใจในการฟัง เป็นต้น

การใช้ประโยชน์ หมายถึง การนำประสบการณ์เรื่องราวชีวิตของบุคคลอื่นที่ได้ฟังจากรายการ Club Friday ไปใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ ตามความต้องการของแต่ละบุคคล โดยผู้วิจัยประยุกต์มาจากทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของ McQuail ดังต่อไปนี้

1. ด้านข่าวสาร ได้แก่
 - ทำให้รู้สึกทันสมัย

- ทำให้ได้ทราบประสบการณ์เรื่องราวชีวิตเกี่ยวกับความรักของบุคคลอื่น
2. ด้านเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว ได้แก่
 - สร้างแรงบันดาลใจและกำลังใจให้กับตนเอง
 - ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากรีวิวคนอื่น
 - เป็นแบบอย่างและแนวทางในการปฏิบัติ
 - กระตุ้นให้เกิดการพัฒนาตนเอง
 - ใช้เสริมความคิดเห็นและการตัดสินใจของตน
 3. ด้านสังคม ได้แก่
 - ใช้เป็นเพื่อนแก้เหงา
 - ทำให้เกิดการยอมรับผู้อื่น
 - เป็นหัวข้อในการสนทนา
 - ลดปัญหาสังคม เช่น อาชญากรรม โศกนาฏกรรม
 4. ด้านบันเทิง ได้แก่
 - ความสนุกสนาน
 - ปลดปล่อยอารมณ์
 - ฆ่าเวลา

ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกที่ได้รับการตอบสนองในด้านต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับการนำไปใช้ประโยชน์ แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อพัฒนาการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุในแง่ของการให้คำปรึกษา คำแนะนำ การเสนอความคิดเห็นต่างๆ ให้ดียิ่งขึ้น
2. เพื่อช่วยผู้จัดรายการวิทยุนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการสื่อสารให้ตอบสนองความต้องการของผู้ฟังมากยิ่งขึ้น
3. ผลการวิจัยที่ได้สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานหรืออ้างอิงให้กับผู้ที่ต้องการจะศึกษาในเรื่องที่เกี่ยวข้องนี้ได้

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจของผู้ฟัง” ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางในการศึกษาดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร
2. แนวคิดความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร
3. แนวคิดวิธีการนำเสนอรายการวิทยุ
4. แนวคิดเกี่ยวกับการให้การปรึกษา
5. แนวคิดเกี่ยวกับความคิด
6. แนวคิดพฤติกรรมกรรมการเปิดรับสาร
7. แนวคิดเกี่ยวกับการคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสาร
8. ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร

โดยปกติแล้วความหมายของการสื่อสารก็คือการเชื่อมโยงความรู้สึกต่างๆ ของบุคคลที่ทำการสื่อสารเข้าด้วยกัน ถ้าบุคคลสองคนพยายามพูดและฟังซึ่งกันและกันอย่างตั้งใจแล้ว การสื่อสารนั้นก็อาจจะประสบผลดีโดยไม่เกิดช่องว่างขึ้นแต่อย่างใด ส่วนการเอาแต่พูดอย่างเดียวโดยไม่พยายามสื่อความเข้าใจกันให้แจ่มแจ้ง ย่อมไม่เกิดประโยชน์เท่าที่ควร เช่นผู้บังคับบัญชาพูดกับผู้ใต้บังคับบัญชาโดยไม่ยอมฟังเสียงผู้ใต้บังคับบัญชาเลย ปล่อยให้เป็นการสื่อสารทางเดียว และผู้ใต้บังคับบัญชาก็หาได้ตั้งใจฟัง เช่นนี้ย่อมไม่อาจประสบความสำเร็จในการสื่อสารได้เลย (ทิตนันท อนุวัชศิริวงศ์, 2533: 15)

การสื่อสารที่ไม่ได้ผลหรือประสบความล้มเหลว (communication breakdown) มักจะเห็นได้ในการสื่อสารที่ยอมให้ช่องว่างระหว่างกรอบอ้างอิงเข้ามา มีอิทธิพลเหนือการสื่อสารระหว่าง

บุคคล เช่น พ่อแม่ที่พูดกับลูกไม่รู้เรื่องก็จะถูกลูกลองว่าเป็นคนเซย ไม่ทันโลก ไม่เห็นความสำคัญของตน ส่วนพ่อแม่ก็จะมองว่าลูกไม่เอาถ่าน ไม่รักดี ฐึ้นอย เนื่องจากมีกรอบอ้างอิงแตกต่างกันนั่นเอง (ถิรนนท์ อนวัชศิริวงค์, 2533: 16)

การสื่อสารเป็นกระบวนการที่จะต้องมีปฏิสัมพันธ์ การสื่อสารของบุคคลเป็นการนำเอาประสบการณ์มารวมกันเข้า การส่งและแปลความหมายไม่อาจสร้างความเข้าใจให้เกิดขึ้นได้ ถ้าไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างภายในและภายนอกของแต่ละบุคคล (ถิรนนท์ อนวัชศิริวงค์, 2533: 18) ดังนี้

1. ปฏิสัมพันธ์ภายในตัวบุคคล (Intrapersonal Interaction) เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างภายนอกกับภายในของแต่ละบุคคลเฉพาะตัว เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเสริมสร้างประสบการณ์ บุคคลจะตีความสิ่งรอบตัวที่เกิดขึ้นเหมือนหรือแตกต่างไปจากบุคคลอื่น ก็เนื่องมาจากปฏิสัมพันธ์ภายในตัวบุคคล

2. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Interaction) เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2 คน หรือมากกว่านั้น เป็นกระบวนการที่มีความสลับซับซ้อนมากขึ้น เพราะแต่ละคนย่อมต้องการปรับปฏิสัมพันธ์ภายในตัวบุคคลของตนให้สามารถสื่อสารกับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี

พฤติกรรมสื่อสารของบุคคลอาจจะเป็นพฤติกรรมที่ใช้ถ้อยคำ ได้แก่ คำพูด ข้อความที่เขียน เรียกว่า การสื่อสารเชิงวัจนะ (Verbal Communication) หรือเป็นพฤติกรรมที่ไม่ใช้ถ้อยคำ เช่น สายตา ท่าทาง หรือแสดงออกทางสีหน้า เรียกว่า การสื่อสารเชิงอวัจนะ (Non-Verbal Communication) โดยปกติแล้วพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งเป็นองค์ประกอบของเนื้อหาหรือข่าวสาร จะต้องเป็นพฤติกรรมที่ผู้รับสารสามารถตีความได้ (ถิรนนท์ อนวัชศิริวงค์, 2533: 20)

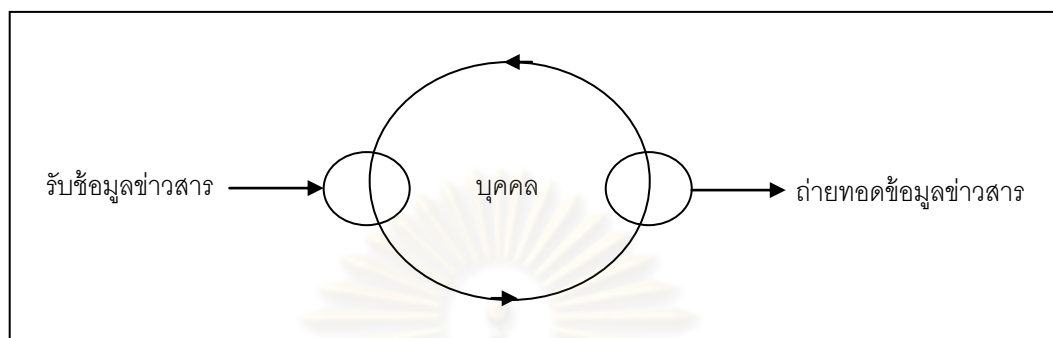
ระบบพื้นฐานของการสื่อสาร

การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมสื่อสารย่อมต้องมีความเข้าใจในระบบพื้นฐานของการสื่อสารซึ่งแบ่งออกได้เป็น 3 ระบบด้วยกันคือ

1. ระบบการสื่อสารภายในตัวบุคคล (Intrapersonal Communication System)
2. ระบบการสื่อสารระหว่างบุคคล (Interpersonal Communication System)
3. ระบบการสื่อสารในวัฒนธรรมสังคม (Sociocultural Communication)

ระบบทั้งสามนี้จะอธิบายให้เห็นชัดโดยแผนภาพ (ถิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์, 2533: 21) ดังนี้

แผนภาพที่ 1 แสดงแผนภาพระบบการสื่อสารของแต่ละบุคคล



แต่ละบุคคลจะมีระบบการรับและถ่ายทอดข้อมูลข่าวสารดังในรูป ลูกศรแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงในกระบวนการรับและส่งสาร การรับสารนั้นเราจะได้รับจากบุคคลที่เรากระทำการสื่อสารด้วย ในทำนองเดียวกันก็จะส่งสารให้บุคคลอื่นเช่นกัน เพราะมนุษย์ไม่อาจดำรงชีวิตอยู่ได้โดยไม่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ความต้องการมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นนี้เป็นที่มาของการสื่อสารระหว่างบุคคล

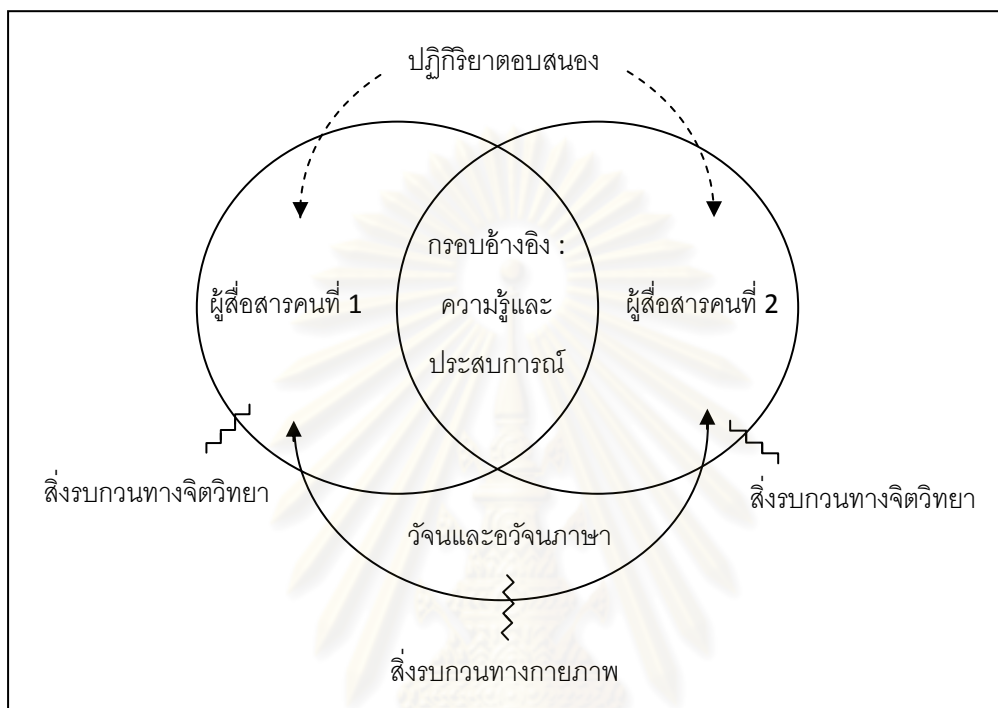
การสื่อสารระหว่างบุคคล หมายถึง การถ่ายทอดความรู้ ความคิด ความรู้สึก และความ ต้องการของผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร และเกิดปฏิกิริยาตอบสนอง โดยปกติแล้วจะเป็นการสื่อสารโดยการพูดที่ผู้พูดและผู้ฟังปรากฏตัวต่อหน้ากัน สารที่สื่อกันนั้นประกอบด้วยวจนสารและอวจนสาร และเป็นการสื่อสารแบบสองทาง ด้วยเหตุนี้จึงทำให้จำนวนผู้ร่วมในการสื่อสารมีจำนวนน้อย อาจจะมีจำนวน 2 คน 3 คน หรือ 6 คน จำนวนสูงสุดจะเป็นเท่าใดนั้นขึ้นอยู่กับว่าการสื่อสารนั้นยังคงอยู่ในหลักเกณฑ์ 3 ประการของการสื่อสารระหว่างบุคคลหรือไม่ หลักเกณฑ์ 3 ประการดังกล่าว ได้แก่

1. ทุกคนที่ร่วมในการสื่อสารจะต้องอยู่ใกล้ชิดกัน
2. ทุกคนที่ร่วมในการสื่อสารมีบทบาทเป็นทั้งผู้ส่งและผู้รับสาร
3. โครงสร้างของการสื่อสารมีความยืดหยุ่นสูงทั้งในด้านรูปแบบและเนื้อหา

องค์ประกอบสำคัญจะแสดงด้วยแผนภาพการสื่อสารระหว่างบุคคล ซึ่งแสดงให้เห็นถึง ปฏิกริยาต่อเนื่องของบุคคล 2 คน กับทั้งมีสิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงเสมอ ได้แก่ กรอบอ้างอิงหรือ ความรู้ และประสบการณ์ร่วม และสิ่งรบกวนซึ่งมีทั้งสิ่งรบกวนทางกายภาพ เช่น เสียงรบกวน เสียง

ค่อยจนได้ยืนไม่ขัด ฯลฯ และสิ่งรบกวนทางจิตวิทยา เช่น ความวิตกกังวล ความกลัว ฯลฯ (ถิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์, 2533: 23)

แผนภาพที่ 2 แสดงแผนภาพการสื่อสารระหว่างบุคคล



การที่เราเห็นความสำคัญของการสื่อสารและทำความเข้าใจในกระบวนการสื่อสาร ว่าการสื่อสารดำเนินไปได้ได้อย่างไร ทำไมคนเราจึงสื่อสารกันในแบบนั้นๆ ทำไมบางครั้งการสื่อสารจึงประสบความสำเร็จ และบางครั้งก็ประสบความสำเร็จ เหล่านี้จะทำให้เราเข้าใจและยอมรับว่าทุกคนสามารถพัฒนาทักษะของการสื่อสารได้ ทั้งในฐานะผู้ส่งสารและผู้รับสาร อันเป็นแนวทางช่วยให้การสื่อสารกับบุคคลอื่นของเราเกิดผลที่น่าพอใจ และเป็นผลดีแก่ตัวเราเองกับผู้ที่เราสื่อสารด้วย (ถิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์, 2533: 25)

องค์ประกอบของการสื่อสาร : ตัวกำหนดประสิทธิผลของการสื่อสาร

องค์ประกอบต่างๆ ของกระบวนการสื่อสารเป็นตัวกำหนดประสิทธิผลของการสื่อสาร หากองค์ประกอบมีประสิทธิภาพสูงการสื่อสารก็จะมีประสิทธิผลมาก หากองค์ประกอบมีประสิทธิภาพต่ำการสื่อสารก็จะมีประสิทธิผลน้อย องค์ประกอบจึงเป็นตัวการในการที่จะเพิ่มหรือลดประสิทธิผลของการสื่อสาร ในกระบวนการสื่อสารนั้นนอกจากองค์ประกอบแต่ละองค์ประกอบจะมีความสัมพันธ์กัน มีผลกระทบซึ่งกันและกันแล้ว ยังมีผลต่อการสื่อสารด้วย ดังนั้นหากผู้ส่งสารมี

ประสิทธิภาพ แต่สื่อและผู้รับสารด้วยประสิทธิภาพก็จะทำให้ประสิทธิผลของการสื่อสารด้อยลงไป ในทำนองเดียวกันหากผู้ส่งสารด้วยประสิทธิภาพ หากสารไม่ชัดเจนแม้จะมีสื่อและผู้รับสารที่มี ประสิทธิภาพ การสื่อสารก็ยังคงด้อยประสิทธิผลเช่นกัน ฉะนั้นการสื่อสารจะมีประสิทธิผลมากที่สุดก็ ต่อเมื่อองค์ประกอบทุกองค์ประกอบมีประสิทธิภาพสูงที่สุด (ปรมะ สตะเวทิน, 2546: 61)

องค์ประกอบของการสื่อสารมี 4 ประการ ได้แก่ (ชวรัตน์ เชิดชัย, 2535 : 144-150) 1. ผู้ส่ง สาร (Sender) 2. สาร (Message) 3. ช่องทางหรือสื่อ (Channel or medium) 4. ผู้รับสาร (Receiver)

1. ผู้ส่งสาร

ผู้ส่งสารก็คือ บุคคลซึ่งเป็นผู้เริ่มต้นสร้างและส่งสารไปยังผู้อื่น ซึ่งก็หมายถึงว่า ผู้ส่งสารก็คือ ผู้เริ่มต้นการสื่อสารนั่นเอง ในการสื่อสารครั้งหนึ่งๆ นั้น ผู้ส่งสารจะทำหน้าที่เข้ารหัส (Encoding) อันเป็นการแปลสารให้อยู่ในรูปของสัญลักษณ์ที่มนุษย์คิดสร้างขึ้นแทนความคิดได้แก่ ภาษา และอากัปกริยาท่าทางต่างๆ สารที่ถูกเข้ารหัสแล้วนี้จะถูกผู้ส่งสารส่งไปยังผู้รับสารโดยผ่าน ทางติดต่อทางใดทางหนึ่ง เช่น ถ้าผู้ส่งสารต้องการส่งสารอย่างหนึ่งไปถึงผู้รับสารที่อยู่ห่างไกลกับ ตนอย่างรวดเร็ว ผู้ส่งสารก็อาจเลือกใช้วิธีการอย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ โทรเลข โทรศัพท์ จดหมาย อันจะเป็นวิธีที่เหมาะสมและเป็นไปได้ที่สุดเพื่อจะให้อ่านนั้นไปถึงยังผู้รับสาร ดังนั้นโดยทั่วไปแล้ว ในสถานการณ์การสื่อสารหนึ่งๆ นั้น ผู้ส่งสารจะเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญในการที่จะเป็นผู้ เริ่มต้นสื่อสาร เป็นบุคคลแรกที่จะทำให้กระบวนการในการสื่อสารเกิดขึ้น

ปัจจัยของผู้ส่งสาร

ก. ทักษะในการสื่อสาร

ทักษะในการสื่อสารหมายความถึง ความสามารถ ความชำนาญในการสื่อสาร ทักษะในการสื่อสารเชิงวัจนะ แบ่งออกได้เป็น 5 ประการ คือ ทักษะในการเขียนและพูด ซึ่งเป็นทักษะในการเข้ารหัส ทักษะอีก 2 ชนิดคือ การอ่านและการฟัง ซึ่งเป็นทักษะในการถอดรหัส ทักษะชนิดที่ 5 คือ ความคิดหรือการใช้เหตุผล ส่วนทักษะในการสื่อสารเชิงอวัจนะ ได้แก่ อากัปกริยา การเขียนภาพ การวาดภาพ ซึ่งเป็นทักษะในการเข้ารหัส การดู ซึ่งเป็นทักษะการถอดรหัส เป็นต้น (ปรมะ สตะเวทิน, 2538 : 62-66)

ในฐานะของผู้ส่งสารทักษะในการสื่อสารมีอิทธิพลต่อผู้ส่งสาร 2 ประการ คือ

1. ทักษะในการสื่อสารมีอิทธิพลต่อความสามารถของผู้ส่งสาร ในการวิเคราะห์ วัตถุประสงค์ และเจตนารมณ์ของตน กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ ทักษะในการสื่อสารมีอิทธิพลต่อความคิดของผู้ส่งสาร

สิ่งที่มีอิทธิพลต่อความคิดของผู้ส่งสารก็คือ ภาษา ทักษะในการเขียน ทักษะในการพูด ทักษะในการอ่าน และทักษะในการฟัง ก็คือ ทักษะด้านภาษานั้นเอง ภาษามีอิทธิพลต่อผู้ส่งสาร 3 ประการ คือ 1. คิดเรื่องอะไร 2. คิดอย่างไร และ 3. คิดหรือไม่

2. ทักษะในการสื่อสารมีอิทธิพลต่อความสามารถในการเข้ารหัสสารซึ่งแสดงเจตนารมณ์หรือความคิดของผู้ส่งสาร ในการเข้ารหัสสารซึ่งแสดงเจตนารมณ์ของตนนั้น ผู้ส่งสารจำเป็นต้องมีทักษะที่จำเป็นในการเข้ารหัส เช่น ในการเข้าเรียน ผู้ส่งสารจำเป็นต้องมีทักษะที่จำเป็นในการเข้ารหัสที่ดี จะมีศัพท์เพียงพอที่แสดงความคิดของตนเองได้ ในการใช้คำแทนที่จะใช้คำยากๆ ก็จะเลือกใช้คำง่ายๆ ที่สามารถแสดงความหมายได้ชัดเจนที่สุด

ข. ทักษะคนดี

ทักษะคนดีคือความมีใจโน้มเอียงที่จะมีปฏิกริยาอย่างใดอย่างหนึ่งต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง กล่าวอีกนัยหนึ่ง ทักษะคนดีก็คือท่าที หรือความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่งที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ในการสื่อสารของมนุษย์นั้น ทักษะคนดีของผู้ส่งสาร เป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถเพิ่มหรือลดประสิทธิผลของการสื่อสาร ทักษะคนดีของผู้ส่งสารสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ประการคือ

1. ทักษะคนดีต่อตนเอง (Attitude toward self)

ผู้ส่งสารจะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารมากน้อยเพียงใดนั้นส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับทัศนคติที่ผู้ส่งสารมีต่อตนเอง เป็นการประเมินตนเอง ก่อนทำการสื่อสารหากผู้ส่งสารมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง มีความมั่นใจในตัวเอง เชื่อว่าตนเองมีความสามารถ โอกาสที่ผู้ส่งสารจะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารก็มีมาก ในทางตรงกันข้ามหากผู้ส่งสารมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อตนเอง ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่คิดว่าตนเองจะมีความสามารถโอกาสที่จะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารก็จะมีน้อย

2. ทักษะคนดีต่อเรื่องที่จะสื่อสาร (Attitude toward subject Matter)

นอกจากทัศนคติต่อตนเองแล้ว ทัศนคติที่ผู้ส่งสารมีต่อเรื่องที่จะทำการสื่อสารก็จะเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่มีผลต่อประสิทธิภาพต่อการสื่อสาร ในการสื่อสารนั้นหากผู้ส่งสารไม่มีความเชื่อ ไม่เลื่อมใส ไม่พอใจ หรือมีทัศนคติที่ติดต่อเรื่องที่จะทำการสื่อสารแล้ว ผู้ส่งสารก็จะขาดความมั่นใจ ไม่อยากที่จะทำการสื่อสาร และทำการสื่อสารไม่ได้ดี ยกตัวอย่างเช่น เซลส์แมนไม่มีความเลื่อมใสในสินค้าที่เสนอขาย ก็คงจะรู้สึกลำบากใจในการที่จะเสนอขายสินค้าแก่ลูกค้า ในทางตรงกันข้าม หากเขามีความมั่นใจในคุณภาพของสินค้าที่จะเสนอขาย เขาก็คงสบายใจและสามารถที่จะอธิบายสรรพคุณของสินค้าได้เป็นอย่างดี โอกาสที่จะประสบผลสำเร็จในการขายก็จะมีมาก

3. ทัศนคติต่อผู้รับสาร (Attitude toward receiver)

ทัศนคติประการที่สามของผู้ส่งสารที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิภาพของผู้ส่งสารและประสิทธิผลของการสื่อสารก็คือ ทัศนคติของผู้ส่งสารต่อผู้รับสาร ทัศนคติของผู้รับสารจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในการสื่อสารของผู้ส่งสาร ต่อสารของผู้ส่งสาร และต่อปฏิกิริยาของผู้รับสาร เช่น ผู้ส่งสารมีความรู้สึกที่ดี มีความพอใจในตัวผู้รับสาร ก็อยากจะทำกรสื่อสารด้วย และหาคำพูดที่เหมาะสม เป็นที่น่าพอใจของผู้รับสาร โอกาสที่จะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารก็จะมีมาก ในทางตรงกันข้ามหากผู้ส่งสารไม่ชอบผู้รับสาร ก็ไม่อยากจะทำการสื่อสารด้วย เป็นการพูดแบบขอไปที โดยไม่คำนึงว่าผู้รับสารจะรู้สึกอย่างไร โอกาสที่จะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารก็จะมีน้อย เรื่องทัศนคติของผู้ส่งสารต่อผู้รับสารมีปฏิกิริยาต่อผู้รับสารนั้น ก็เหมือนกับคำกลอนในเรื่องพระอภัยมณีที่ว่า “แม้ใครรักก็รักมั่งซังซังตอบ” นั่นเอง เป็นจิตวิทยาของมนุษย์หากใครชอบเรารักเรา ก็พอใจและชอบคนนั้นเหมือนกัน

ค. ความรู้

ปัจจัยประการที่สามที่มีผลต่อประสิทธิภาพในการสื่อสารของผู้ส่งสารก็คือความรู้ คนที่ไม่มีความรู้ย่อมไม่สามารถที่จะพูดหรือเขียนได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามในการสื่อสารนั้นความถูกต้อง และประสิทธิผลของการสื่อสารขึ้นอยู่กับความรู้ 2 ประเภท คือ

1. ความรู้เรื่องที่จะสื่อสาร หมายถึงความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาสาระของเรื่องที่จะทำการสื่อสาร เช่น จะพูดเรื่องประชาธิปไตย ผู้พูดก็ต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องประชาธิปไตยดีพอถึงจะสามารถพูดให้คนอื่นรู้และเข้าใจได้ จะขายสินค้าก็ต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณภาพ ประโยชน์และกลไกการทำงานของสินค้านั้น เป็นต้น หากผู้ส่งสารมีความรู้เรื่องที่จะ

สื่อสารดี โอกาสที่การสื่อสารจะประสบผลสำเร็จก็จะมีมาก ในทางตรงกันข้ามหากผู้ส่งสารไม่มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนั้นๆ ดีพอประสิทธิภาพของการสื่อสารก็จะด้อยลงไป

2. ความรู้เรื่องกระบวนการสื่อสาร นอกจากจะมีความรู้เรื่องที่จะทำการสื่อสารแล้ว ผู้ส่งสารยังจะต้องมีความรู้เรื่องกระบวนการการสื่อสารด้วย ทั้งนี้เพราะกระบวนการในการสื่อสารนั้น มีองค์ประกอบหลายองค์ประกอบแต่ละองค์ประกอบมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน แต่ละองค์ประกอบล้วนมีความสำคัญต่อผลของการสื่อสารทั้งสิ้น เรามักจะมีประสบการณ์อยู่เสมอว่าคนบางคนมีความรู้ดีแต่ทำการสื่อสารไม่ได้ดี ที่เป็นเช่นนี้เพราะบุคคลนั้นมีแต่ความรู้ในสิ่งที่ตนจะพูด แต่ไม่มีความรู้ในเรื่องกระบวนการการสื่อสาร ไม่รู้ว่าตนเองถนัดพูดหรือถนัดเขียน ไม่รู้ว่าจะพูดกับคนประเภทหนึ่งอย่างไร จะพูดกับคนอีกประเภทหนึ่งอย่างไร ไม่รู้ว่า จะทำการสื่อสารด้วยการพูดหรือการเขียนกับคนบางประเภท ไม่รู้ว่าจะใช้สื่อชนิดใดในการสื่อสาร

ดังนั้นผู้ส่งสารที่มีประสิทธิภาพจึงต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่จะพูดเป็นอย่างดีและมีความรู้ความสามารถในการที่จะวิเคราะห์ตนเอง สาร สื่อ และผู้รับสารเป็นอย่างดีด้วย

ง. สถานภาพในสังคมและวัฒนธรรม

คนเป็นสมาชิกของสังคม และมีสถานภาพของตนในสังคม และวัฒนธรรมของสังคมที่ตนเป็นสมาชิก สถานภาพต่างๆ ของผู้ส่งสารจึงมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมการสื่อสารของผู้ส่งสาร ตำแหน่ง บทบาท หน้าที่ ศักดิ์ศรี ความเชื่อ และค่านิยมทางวัฒนธรรม พฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับหรือไม่ยอมรับในสังคม พฤติกรรมที่ต้องกระทำตามวัฒนธรรม ล้วนแล้วแต่มีอิทธิพลต่อความคิดและพฤติกรรมในการสื่อสารของผู้ส่งสาร และเป็นสิ่งที่คนอื่นในสังคมคาดหวังว่า ผู้ส่งสารควรจะทำปฏิบัติอย่างไรในการสื่อสาร เช่นนายร้อยอาจจะพูดกับนายพลในลักษณะหนึ่ง พูดกับพลทหารอีกลักษณะหนึ่ง ผู้จัดการอาจพูดลักษณะหนึ่งกับเลขานุการของตนและพูดอีกลักษณะหนึ่งกับประธานบริษัท สถานภาพในสังคมและวัฒนธรรมจะมีอิทธิพลต่อการกำหนดวัตถุประสงค์ การเข้ารหัส และการสร้างสาร ความหมาย การเลือกใช้สื่อและการรับสารของผู้ส่งสาร

คนที่อยู่ในสังคมเดียวกันแต่มีสถานภาพในสังคมต่างกัน ย่อมทำการสื่อสารต่างกันคนที่มีความรู้วัฒนธรรมต่างกันก็ทำการสื่อสารต่างกันด้วย ปัญหาที่สำคัญของการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม ก็คือ ความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรมของผู้ทำการสื่อสาร ทั้งนี้เพราะวัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อความคิดและพฤติกรรมในการสื่อสารของคน

มณฑล ไบบัว (อ้างถึงใน ศิริพันธ์ ลิ้มปนชัยพรกุล, 2545 : 11) ได้เสนอความคิดว่าผู้ส่งสารที่ดีควรมีคุณสมบัติขั้นพื้นฐานคือ

1. เป็นผู้มีความเจตนาแน่วแน่ที่จะให้ผู้อื่นรับรู้ความประสงค์ของตน
2. เป็นผู้มีความเข้าใจเพียงพอในเนื้อหาเรื่องราวที่ตนมีความประสงค์จะสื่อสารกับผู้อื่น ผู้ส่งสารจะต้องพัฒนาตนเองให้มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนั้นอย่างถ่องแท้
3. เป็นผู้มีความพยายามที่จะเข้าใจความสามารถและความพร้อม ในการรับสารของผู้ที่ตนจะสื่อสารด้วย
4. เป็นผู้ที่ใช้วิธีการที่เหมาะสมในการนำเสนอต่อผู้รับสาร

ผู้ดำเนินรายการในฐานะผู้ส่งสาร

ผู้ประกาศและผู้ดำเนินรายการที่ดี มิใช่ว่าจะดีแต่เสียงหรืออ่านเก่งพูดเก่งแต่อย่างเดียวเท่านั้น หากแต่ต้องระลึกลักษณะที่หน้าของผู้ประกาศและผู้ดำเนินรายการวิทยุกระจายเสียงนั้น เป็นหน้าที่พิเศษ และสำคัญยิ่งต่อประชาชนและต่อประเทศชาติ ยิ่งถ้าเป็นผู้ประกาศหรือผู้ดำเนินรายการที่ชนะเลิศใจได้คะแนนนิยมจากประชาชนแล้ว ยิ่งต้องเอาใจใส่ในข้อนี้ยิ่งขึ้น เพราะผู้ประกาศหรือผู้ดำเนินรายการมีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดของประชาชนนั่นเอง ความเป็นพลเมืองดีจะสะท้อนให้เห็นในการปฏิบัติหน้าที่ทางวิทยุกระจายเสียง และจะชักจูงให้ผู้ฟังรายการเป็นพลเมืองดีตามไปด้วย หน้าที่ของผู้ประกาศและผู้ดำเนินรายการวิทยุกระจายเสียงจึงต้องมีทั้งหน้าที่หลักในการปฏิบัติงาน และหน้าที่พิเศษต่อประเทศชาติและประชาชน (เฉลิมศรี หุนเจริญ, 2531 : 460-461)

คุณสมบัติของผู้ดำเนินรายการทางวิทยุกระจายเสียง

1. ต้องเป็นผู้ที่มีเสียงดีชัดเจน เป็นเสียงที่สามารถส่งบุคลิกของตนได้อย่างเด่นชัด
2. มีความเชื่อมั่นในตนเอง อันเป็นคุณสมบัติที่จะทำให้เสียงที่เปล่งออกมานั้น มีความมั่นใจ มั่นคง ไม่ลังเล อันเป็นลักษณะเสียงที่จะเอาชนะใจคนฟังให้เกิดความเลื่อมใสได้
3. สนใจเอาใจใส่ผู้ฟังทั้งในเวลาปฏิบัติหน้าที่และนอกเวลา แบบเอาใจเขามาใส่ใจเรา และคิดหาเหตุผลเสมอว่าปฏิกริยาที่ผู้ฟังมีต่อการปฏิบัติหน้าที่ของเรานั้นเพราะเหตุใด ควรจะมีวิธีการปรับปรุงแก้ไขอย่างไร
4. เป็นคนตรงต่อเวลา

5. ใจเย็นไม่ตื่นเต้นตกใจง่ายเกินไปสามารถควบคุมอารมณ์และรู้จักแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้ มีการตัดสินใจที่ดี
6. ต้องทำตัวเป็นคนของประชาชน คือ ปรับตัวให้เข้าได้กับคนทุกชั้นทุกประเภท ทั้งในเวลาทำงานและนอกเวลา
7. มีอารมณ์ขัน ใบหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส และรื่นเริงเบิกบานอยู่เสมอ โดยเฉพาะในขณะที่กำลังปฏิบัติหน้าที่ เพราะอารมณ์แจ่มใสเบิกบานจะทำให้เสียงที่พูดหรืออ่านฟังรื่นหู พาให้ผู้ฟังติดตามฟังไปได้อย่างเพลิดเพลินตลอดรายการ
8. เป็นผู้ใฝ่ใจค้นหาความรู้ ไม่ย่อมนหยุดนิ่งอยู่กับที่ โดยเฉพาะในเรื่องของภาษาและการออกเสียง การเปลี่ยนแปลงไปและวิวัฒนาการของภาษาต้องพยายามติดตามให้ทัน และหมั่นฝึกฝนอยู่เสมอ
9. กระตือรือร้นสนใจต่อปัญหาต่างๆ ขำครวญความเคลื่อนไหวของสิ่งแวดล้อม และเหตุการณ์รอบตัวอยู่เสมอ
10. เป็นคนมีเหตุผล มีรสนิยมดี มีความจริงใจ
11. เป็นผู้มีความกระตือรือร้นและเป็นพลเมืองดี และที่สำคัญคือ ต้องเป็นผู้มีใจรักงานนี้อย่างแท้จริง

2. สาร

สารเป็นองค์ประกอบสำคัญขององค์ประกอบหนึ่งของกระบวนการสื่อสาร อาจกล่าวได้ว่าสารก็คือ เรื่องราวอันมีความหมายและแสดงออกมาโดยอาศัยภาษาหรือสัญลักษณ์ใดๆ ก็ตามที่สามารถทำให้เกิดการรับรู้ร่วมกันได้ สารจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อผู้ส่งสารเกิดความคิดขึ้นและต้องการจะส่งหรือถ่ายทอดความคิดนั้นไปสู่การรับรู้ของผู้อื่น (ผู้รับสาร) การส่งสารนั้นก็โดยการที่ผู้ส่งสารแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างเพื่อแทนความคิดที่เกิดขึ้น เช่น พูด เขียน วาด แสดงอาการหรือกิริยาอย่างใดอย่างหนึ่ง ฯลฯ การแสดงพฤติกรรมในการแสดงออกซึ่งความคิดนี้ไม่ว่าจะด้วยวิธีการใดๆ ก็ตาม ย่อมขึ้นอยู่กับทักษะของผู้กระทำทั้งสิ้น

ความสำคัญของสารที่ถูกส่งมาจากผู้ส่งสารก็คือ การทำหน้าที่เร้าให้ผู้รับสารเกิดการรับรู้ความหมาย และมีปฏิกิริยาตอบสนอง การที่ผู้รับจะรับสารที่ถูกส่งมาในรูปของสัญลักษณ์ได้หรือไม่ นั้น ก็ขึ้นอยู่กับว่า ผู้รับมีทักษะในการรับสารมากหรือน้อย ซึ่งผู้รับจะแสดงการรับสารอย่างใดอย่างหนึ่งอันเป็นพฤติกรรมการรับสารที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้ส่งได้แก่ฟัง อ่าน ดู สังเกต ฯลฯ ผู้รับสาร

ซึ่งมีทักษะในการรับสารได้แก่ ความสามารถในการคิด พิจารณา ความเข้าใจภาษาทั้งพูดและเขียน ย่อมจะช่วยให้พฤติกรรมการรับสารเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

โดยทั่วไปแล้ว สารประกอบด้วยส่วนประกอบสำคัญ 3 ประการด้วยกันคือ

- 2.1 รหัสของสาร (Message codes)
- 2.2 เนื้อหาของสาร (Message content)
- 2.3 การจัดสาร (Message Treatment)

2.1 รหัสของสาร รหัสของสารก็คือ ภาษา (Language) หรือสัญลักษณ์ (Symbol) หรือสัญญาณ (Signal) ที่มนุษย์คิดขึ้นเพื่อใช้แสดงออกแทนความคิดเกี่ยวกับบุคคลและสรรพสิ่งต่างๆ

2.2 เนื้อหาของสาร เนื้อหาสารที่มนุษย์สื่อสารกันนั้นครอบคลุมมวลความรู้และประสบการณ์ของมนุษย์ที่มนุษย์ต้องการที่จะถ่ายทอดแลกเปลี่ยนเพื่อความเข้าใจร่วมกัน ดังนั้นเมื่อพูดถึงเนื้อหาของสารแล้วก็จะมีขอบเขตกว้างขวางไม่มีที่สิ้นสุด เราอาจแบ่งเนื้อหาของสารได้เป็น 2 ประเภทคือ

2.2.1 สารประเภทข้อเท็จจริง ได้แก่สารที่รายงานให้ทราบถึงความจริงต่างๆ ที่มีอยู่ในโลกกายภาพ อันอยู่ในวิสัยที่มนุษย์จะตรวจสอบได้ถึงความแน่นอนถูกต้องของสารนั้น ถ้าพิสูจน์ตรวจสอบแล้วสารนั้นเป็นจริง สารนั้นก็จัดได้ว่าเป็นสารที่มีคุณภาพควรแก่การเชื่อถือ

2.2.2 สารประเภทข้อคิดเห็น ได้แก่ สารซึ่งเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในจิตใจจากการประเมินของผู้ส่งสาร อาจเป็นความรู้สึก แนวคิด ความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเอง ต่อบุคคลอื่น ต่อวัตถุหรือต่อเหตุการณ์ใดๆ ก็ตาม สารประเภทนี้เป็นสารที่ไม่อยู่ในวิสัยที่จะถูกตรวจสอบได้ว่าเป็นจริงหรือไม่ อาจทำได้เพียงแค่การประเมินการนำรับฟัง ความสมเหตุสมผล ตลอดจนความเป็นไปได้ของสารนั้นเท่านั้น สารประเภทข้อคิดเห็นนี้ยังสามารถแบ่งได้เป็น

1. ข้อคิดเห็นในเชิงประเมินค่า ได้แก่ สารที่บ่งชี้ลงไปว่าจะอะไรดีหรือไม่ดี ควรหรือไม่ควร ถูกหรือผิด มีประโยชน์หรือโทษ ฯลฯ

2. ข้อคิดเห็นเชิงแนะนำ ได้แก่ สารที่บอกกล่าวให้ผู้รับสารทราบว่าควรทำอะไร ด้วยขั้นตอนอย่างไร จึงจะได้ผลสมความมุ่งหมาย

3. ข้อคิดเห็นเชิงตั้งข้อสังเกต ได้แก่ สารที่ชี้ให้เห็นลักษณะที่แฝงอยู่ของบุคคล วัตถุประสงค์ เหตุการณ์ และพฤติกรรมต่างๆ เพื่อให้ผู้รับสารพิจารณาอย่างถ่องแท้ นำระมัดระวัง

4. ข้อคิดเห็นเชิงตัดสินใจ หมายถึง สารที่เป็นข้อเสนอ หลักการ ทางเลือก เพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ

ข้อคิดเห็นเชิงแสดงอารมณ์ ได้แก่ สารซึ่งแสดงสภาพอารมณ์ ความรู้สึก นิสัยใจคอทัศนคติ ความกระตือรือร้นของผู้ส่งสาร สารประเภทนี้อาจกินความกว้างมาก ตั้งแต่คำทักทายไปจนถึงภาพเขียนและกวีนิพนธ์ที่เขียนขึ้นแสดงบรรยายความรู้สึกและอารมณ์อันลึกซึ้งต่อสิ่งต่างๆ

2.3 การจัดสาร การจัดสารเป็นองค์ประกอบย่อยที่สำคัญอย่างหนึ่งของสาร สารที่ถูกจัดเตรียมมาอย่างดี ทั้งในเรื่องของการเรียบเรียง ลำดับความระดับยากง่าย รูปแบบการใช้ภาษา จะทำให้สารนั้นมีคุณสมบัติในการสื่อสารได้ ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดในเรื่องของการจัดสารนี้ก็คือ การจัดสารในการโฆษณา ซึ่งผู้ส่งสารได้ให้ความประณีตพิถีพิถันในการจัดสารเพื่อให้สารนั้นดึงดูดความสนใจของผู้รับสาร สามารถที่จะให้ความเข้าใจ และข้อคิดเห็นต่างๆ ได้ตามที่ผู้ส่งสารต้องการ

3. ช่องทางการสื่อสาร

ช่องทางการสื่อสาร คือ ตัวกลางที่ช่วยในการนำส่งสารจากผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร ช่องทางเปรียบเหมือนทางหรือพาหนะระหว่างผู้ร่วมสื่อสาร (พัชณี เที่ยจรรยา และคณะ, 2541 : 29-31)

ราว (Rao) กล่าวว่าช่องทางการสื่อสารมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. ช่องทางเป็นหน่วยพลังงานมวลสาร (Matter-energy unit) ประเภทหนึ่งที่เราเรียกว่าสื่อ (Medium)
2. ช่องทางเป็นตัวนำส่งหน่วยพลังงานมวลสาร ซึ่งมีการจัดเป็นระเบียบแบบแผนที่เราเรียกว่า สารสนเทศ (Information)

3. ช่องทางเป็นตัวเชื่อมระหว่างบุคคลที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง

นอกจากนี้ บริชาติ สถาปิตานนท์ (2549) ยังอธิบายการเข้าถึงสื่อ (Media Accessibility) ของการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมที่ให้ความสำคัญกับโอกาสของบุคคลในการเข้าถึงสื่อหรือช่องทางการสื่อสารต่างๆ โดยแนวคิดนี้พัฒนามาจากทฤษฎี Democratic Participatory Media ซึ่งย้ำให้เห็นว่า บุคคลมีสิทธิเสรีภาพอย่างเท่าเทียมกันในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและสื่อประเภทต่างๆ

ตลอดจนบ่งชี้ให้เห็นว่า บุคคลมีสิทธิในการสื่อสารและการแสดงความคิดเห็นของตนเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ และการมีสิทธิในการใช้ประโยชน์จากสื่อสาธารณะ

การเข้าถึงสื่อ ประกอบด้วย การเข้าถึงสื่อในฐานะผู้บริโภค ผู้ผลิต และผู้บริหารสื่อ ดังนี้

- **การเข้าถึงสื่อในฐานะผู้บริโภค** หมายถึง บุคคลมีโอกาสในการใช้สื่อในฐานะผู้ฟัง กล่าวคือ บุคคลสามารถเลือกบริโภคสื่อได้จากรูปแบบของรายการที่หลากหลาย และมีช่องทางในการสะท้อนปฏิกิริยาของตนสู่ผู้ผลิต

- **การเข้าถึงสื่อในฐานะผู้ผลิต** หมายถึง การที่บุคคลมีโอกาสร่วมในเชิงกระบวนการผลิต เช่น การเข้าร่วมเป็นแขกในรายการ การเข้าร่วมเป็นแหล่งข่าว การมีส่วนร่วมในการเลือกประเด็นในการนำเสนอ เป็นต้น

- **การเข้าถึงสื่อในฐานะผู้บริหารสื่อ** หมายถึง การที่บุคคลได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับระบบการตัดสินใจต่างๆ ในองค์กรด้านสื่อ เช่น การกำหนดเนื้อหาและรูปแบบที่เหมาะสม การกำหนดช่วงเวลา การวางระบบบริหารงาน/ระบบงบประมาณ การมีส่วนร่วมในการพัฒนาแผนงาน และนโยบายต่างๆ การกำหนดแนวทางในการจัดการและวิธีการแสวงหาแหล่งทุน ตลอดจนการกำหนดแผนการสื่อสารต่างๆ ทั้งในระดับชุมชน ภูมิภาค และระดับชาติ

4. ผู้รับสาร

ผู้รับสารเป็นองค์ประกอบประการสุดท้ายในกระบวนการสื่อสาร และเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งหย่อนกว่าองค์ประกอบประการอื่นๆ ทั้งนี้เพราะการสื่อสารใดๆ ก็ตามจะไม่ประสบผลสำเร็จเลย หรืออาจประสบผลสำเร็จไม่เต็มที่ถ้าผู้รับสารไม่เข้าใจหน้าที่และบทบาทของตนเองที่มีต่อการสื่อสาร

ในกระบวนการสื่อสารนั้น ผู้รับสารมีบทบาทขั้นพื้นฐานอยู่ 2 ประการ คือ

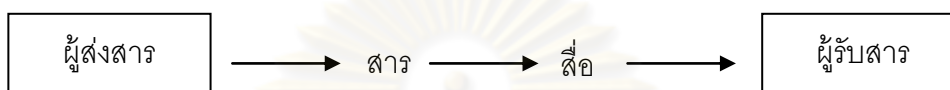
1. การกำหนดรู้ความหมายตามเรื่องราวที่ผู้ส่งสารผ่านสื่ออย่างใดอย่างหนึ่งมาถึงตน
2. การแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อผู้ส่งสาร

รูปแบบการสื่อสาร

ได้มีการจำแนกรูปแบบของการสื่อสารในหลายลักษณะตามหลักเกณฑ์ที่ใช้ในการพิจารณาที่แตกต่างกันไป ในการวิจัยในครั้งนี้จะกล่าวถึงรูปแบบการสื่อสาร 2 ลักษณะ คือ (อ้างใน นพรัตน์ มณีรัตน์, 2541 : 30-34) จำแนกตามทิศทางการสื่อสาร และจำแนกตามลักษณะการใช้

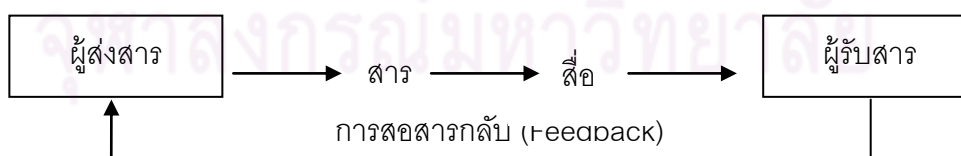
1. จำแนกตามทิศทางการสื่อสาร แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ

1.1 การสื่อสารแบบทางเดียว (One –way communication) หมายถึงการสื่อสารที่ผู้ส่งสารถ่ายทอดสารไปยังผู้รับสารแต่เพียงฝ่ายเดียวโดยไม่เปิดโอกาสให้ผู้รับสารได้ซักถามข้อสงสัยหรือแสดงความคิดเห็น จึงไม่มีปฏิกิริยาย้อนกลับจากผู้รับสารโดยตรง ปรากฏจากการคำนึงถึงปฏิกิริยาโต้กลับจากผู้รับสาร ทำให้ปริมาณของข้อมูลสะท้อนกลับ (Feedback) จากผู้รับสารมีน้อยหรือไม่มีเลย ซึ่งแสดงเป็นแบบแผนจำลองได้ดังนี้



การสื่อสารในลักษณะนี้จะออกมาในรูปของนโยบาย แผนงานคำสั่งต่างๆ ของผู้บริหารหรือผู้นำ โดยผ่านสื่อชนิดต่างๆ เช่น เสียงตามสาย เอกสารสิ่งพิมพ์ต่างๆ โดยส่วนใหญ่แล้วการสื่อสารแบบทางเดียวมักจะเกิดขึ้นกับสื่อมวลชน เช่น วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ที่มีการเสนอข่าวสารสู่ประชาชนแต่เพียงฝ่ายเดียว

1.2 การสื่อสารแบบสองทาง (Two – way communication) หมายถึงการสื่อสารที่ผู้ส่งสารส่งข้อมูลข่าวสารไปยังผู้รับสารทางหนึ่ง ในขณะที่เดียวกันเมื่อผู้รับสารได้รับข้อมูลแล้วก็ส่งข้อมูลข่าวสารตอบกลับมายังผู้ส่งสารด้วยอีกทางหนึ่ง จึงเป็นการสื่อสารที่ทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสารต่างก็สามารถรับและส่งข่าวสารซึ่งกันและกัน มีการเปิดโอกาสให้ผู้รับสารได้ซักถามข้อข้องใจหรือข้อสงสัยต่างๆ มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน มีการโต้ตอบกัน ทำให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารสามารถที่จะตอบสนองต่อกันเพื่อสร้างความเข้าใจได้อย่างชัดเจน การสื่อสารแบบนี้ผู้ส่งสารจะให้ความสำคัญกับปฏิกิริยาโต้กลับ (Feedback) ของผู้รับสาร ดังแผนภาพจำลอง



ทั้งนี้การสื่อสารแบบสองทางมีผลทำให้การสื่อสารที่เกิดขึ้นมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะการให้ความสำคัญต่อการสื่อสารกลับ (Feedback) นั้นเป็นวิธีการที่ทำให้ผู้รับสารและผู้ส่งสารมี

ความเสมอภาคกันในการติดต่อสื่อสาร โดยไม่มีฝ่ายมีอิทธิพลเหนืออีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งจะก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานได้เป็นอย่างดี

การสื่อสารกลับ (feedback)

การสื่อสารกลับคือ ปฏิกริยา (reaction) ของผู้รับสารที่แสดงตอบสนองต่อสารของผู้ส่งสาร ประเภทของการสื่อสารกลับแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ตามความเร็วหรือช้าของการรับทราบการสื่อสารกลับนั้น

1. การสื่อสารกลับทันทีทันใด (Intermediate feedback) คือการสื่อสารกลับที่ผู้ส่งสารสามารถทราบปฏิกริยาของผู้รับสารได้รวดเร็ว เช่นในการพูดคุยที่เห็นหน้าค่าตากันระหว่าง 2 คน ผู้ส่งสารสามารถรับทราบการสื่อสารกลับได้ทันทีทั้งจากคำพูดโต้ตอบและกิริยาท่าทางของผู้รับสาร

2. การสื่อสารกลับที่ล่าช้า (Delayed Feedback) คือการสื่อสารกลับที่ผู้ส่งสารสามารถทราบปฏิกริยาของผู้รับสารได้ช้า เช่น จดหมายจากผู้อ่านถึงบรรณาธิการหนังสือพิมพ์ จดหมายถึงผู้จัดรายการวิทยุและโทรทัศน์ ความคิดเห็นของประชาชนในการสำรวจประชามติ เป็นต้น

ลักษณะของการสื่อสารกลับ

วิธีการในการสื่อสารกลับก็อาศัยวิธีการในการสื่อสารทั่วไป กล่าวคือ การสื่อสารเชิงวัจนะ และการสื่อสารเชิงอวัจนะ

1. การสื่อสารกลับเชิงวัจนะ (Verbal feedback) คือการสื่อสารกลับที่กระทำโดยใช้ภาษาพูดหรือภาษาเขียน

การสื่อสารกลับเชิงอวัจนะ (Nonverbal feedback) คือการสื่อสารกลับที่กระทำโดยไม่ใช้ภาษาพูดหรือภาษาเขียน หากแต่ใช้กิริยาอาการ (action) บริภาษ (paralanguage) เช่น ความค่อนความดังของเสียง การกระแอม ฯลฯ ตลอดจนวิธีการอื่นๆ ในการสื่อสารเชิงอวัจนะ (nonverbal communication)

2. จำแนกตามลักษณะการใช้ แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ คือ

2.1 การสื่อสารแบบเป็นทางการ (Formal communication) หมายถึง การติดต่อสื่อสารที่ค่านึงถึงบทบาทหน้าที่และตำแหน่งระหว่างผู้รับสารและผู้ส่งสารเป็นสำคัญ ตาม

ระเบียบแบบแผนที่กำหนดไว้ โดยส่วนใหญ่จะเป็นการสื่อสารที่เป็นลายลักษณ์อักษร เช่น การประกาศแจ้งนโยบาย คำสั่งปฏิบัติงาน เป็นต้น

2.2 การสื่อสารแบบไม่เป็นทางการ (Informal Communication) หมายถึงการสื่อสารกับบุคคลอื่นโดยไม่พิจารณาถึงตำแหน่งหน้าที่และไม่ได้ดำเนินไปตามระเบียบแบบแผนที่กำหนดไว้ แต่เป็นการสื่อสารที่เกิดขึ้นจากความสนิทสนมคุ้นเคยและจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในทางส่วนตัวมากกว่า การติดต่อสื่อสารในลักษณะนี้ส่วนใหญ่จะเป็นการสื่อสารโดยใช้คำพูดได้แก่ การพบปะพูดคุยสนทนากัน

แนวคิดการสื่อสารนี้ ได้อธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับองค์ประกอบของการสื่อสารซึ่งได้แก่ ผู้ส่งสาร สาร ช่องทางการสื่อสาร และผู้รับสาร ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาถึงปัจจัยสื่อสารที่มีผลต่อผู้ฟัง หรือเพื่อศึกษาถึงองค์ประกอบทางการสื่อสารว่ามีผลอย่างไรบ้างที่ทำให้ผู้ฟังเปิดรับฟังรายการ Club Friday ซึ่งผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการสื่อสารนี้มาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นกรอบในการวิจัย อีกทั้งยังได้กล่าวถึงรูปแบบการสื่อสารซึ่งผู้วิจัยสามารถนำมาใช้เป็นข้อมูลในการวิเคราะห์ และสามารถอธิบายรูปแบบการนำเสนอเนื้อหาของรายการ Club Friday อีกด้วย

แนวคิดความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร

โดยทั่วไปแล้ว ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร คือการศึกษาปัจจัยและองค์ประกอบต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อความน่าเชื่อถือ ซึ่งมีการใช้คำเรียกที่หลากหลาย เช่น ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร (Source Credibility) การวิจัยความแตกต่างของสถานะ (Status Differential Research) ผู้นำความเห็น (Opinion leadership) และเรื่องของบารมี (charisma) เป็นต้น (Bettinghaus, 1973 : 124 อ้างถึงใน ธวัชชัย กิจรัตน์กุล, 2540) โดยมุ่งชี้ให้เห็นว่า คุณลักษณะของผู้ส่งสารนั้นเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ (Persuasive Communication) อย่างไร

อริสโตเติลได้กล่าวไว้ว่า บุคลิกของผู้พูดเป็นสาเหตุของการโน้มน้าวที่สำคัญของการพูด โดยอธิบายว่า เมื่อผู้ฟังไม่รู้จักจริงในเรื่องที่ฟัง เมื่อความเห็นถูกแบ่งแยก เมื่อนั้นผู้พูดมีความหมายมาก การโน้มน้าวใจด้วยบุคลิกมาจาก 3 ประการ คือ

Good Knowledge เป็นผู้มีสติปัญญาลึกซึ้ง มีไหวพริบและเชี่ยวชาญ

Good Will แสดงให้เห็นความปรารถนาดีต่อผู้ฟัง มีความตั้งใจจริง

Good Character แสดงให้เห็นว่าเป็นผู้มีนิสัยดี มั่นอยู่ในศีลธรรม

Hoveland ได้ทำการศึกษาของเขาพร้อมกับ Janis และ Kelly (1953 : 19-53) โดยสรุปว่า ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารขึ้นอยู่กับปัจจัย 2 ประการ คือ ความสามารถหรือความเป็นผู้ชำนาญ (Competence of Expertness) และความน่าไว้วางใจ (Trustworthiness)

ความสามารถหรือความเป็นผู้ชำนาญ (Competence of Expertness) หมายถึง ขอบเขตที่แหล่งสารถูกประเมินเรื่องความสามารถในการให้ข้อมูลที่ถูกต้อง กล่าวให้ชัดเจนขึ้นก็คือ เป็นสิ่งที่ประเมินจากคุณสมบัติที่แหล่งสารหรือผู้ส่งสารมีในเรื่องของความรู้เกี่ยวกับสิ่งที่เขาอ้างถึงหรือกำลังพูดอยู่

ส่วนความน่าไว้วางใจ (Trustworthiness) หมายถึง ระดับความเชื่อมั่นของผู้รับสารที่ประเมินเจตนาของผู้ส่งสาร ในการที่จะส่งข่าวสารหรือทำการสื่อสาร ข้อความที่ถูกต้องตรงตามความเป็นจริงที่เห็นได้ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ เจตนาที่ผู้ส่งสารจะพูดความจริงอย่างจริงใจ เพื่อประโยชน์ของผู้ฟังส่วนรวมมิได้เคลือบแฝงความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน หรืออีกนัยหนึ่งคือ ความรู้สึกมั่นใจว่าพฤติกรรมของคนอื่นที่มีต่อเรานั้นจะเป็นไปในทางบวก

ปัจจัยสองประการนี้ ผู้รับสารต้องมองเห็นว่ามีอยู่ในตัวผู้ส่งสาร ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารนี้ไม่ใช่สิ่งที่ผู้ส่งสารจะประกาศให้ทุกคนทราบและได้รับการยอมรับ ความน่าเชื่อถือไม่ได้มีลักษณะโดดๆ เหมือนอย่างอายุ เพศ แต่ต้องเป็นสิ่งที่ผู้รับสารมองเห็น รับรู้ และเชื่อเช่นนั้น ซึ่งความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารจะแตกต่างกันไปตามหัวข้อของสารแต่ละเรื่องและแตกต่างกันในแต่ละสถานการณ์

McGuire (1973) ได้อธิบายว่า ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารนั้น จะเกิดขึ้นจากการที่ผู้รับสารยอมรับในเนื้อหา ซึ่งสอดคล้องกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ดังนั้น ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารจะขึ้นอยู่กับ การรับรู้ของผู้รับสารว่า สิ่งใดถูกต้อง และอะไรเป็นปัจจัยโน้มน้าวให้รับรู้ อาจกล่าวได้ว่า ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารขึ้นอยู่กับ การยอมรับในความเชี่ยวชาญ (Expertise) และสิ่งที่ประจักษ์ (Objectivity)

Applbaum (1973 : 123-124 อ้างถึงใน ธวัชชัย กิจรัตนกุล, 2540 : 15) อธิบายเพิ่มเติมว่า ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร หมายถึงคุณลักษณะ หรือบุคลิกลักษณะ (Characteristics) ของผู้ส่งสาร ที่จะทำให้ผู้รับสารยอมรับ หรือไม่ยอมรับในเนื้อสารที่ได้รับ

การวิจัยด้านความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารได้พัฒนาโดย Berlo, Lemert และ Mertz (1966) ซึ่งวิเคราะห์ห้ข้อสรุปว่า มีปัจจัย 3 ประการที่ผู้รับสารมักจะใช้ในการตัดสินใจความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร

1. ปัจจัยที่สร้างความอบอุ่นใจและไว้วางใจได้ของผู้ส่งสาร (Safety Factor) ผู้ส่งสารที่จะมีคุณลักษณะด้านนี้ได้ต้องมีคุณสมบัติต่อไปนี้ ใจดี เข้ากับคนอื่นได้ง่าย มีความเป็นเพื่อน ไม่ขัดคอใคร น่าคบ สุภาพ ไม่เห็นแก่ตัว ยุติธรรม รู้จักให้อภัย เชื่อเพื่อ ร่าเริง มีศีลธรรม อุดม
2. ปัจจัยที่เป็นคุณสมบัติของผู้ส่งสาร (Qualification Factor) ส่วนใหญ่ปัจจัยนี้จะเน้นความรู้ ความชำนาญ ประสบการณ์ของผู้ส่งสาร คุณสมบัติเหล่านี้ได้แก่ มีประสบการณ์ด้านใดด้านหนึ่ง ได้รับการฝึกฝนที่ดี มีความชำนาญ มีอำนาจในหน้าที่ มีความสามารถ มีเซอร์ปัญญา
3. ปัจจัยด้านพลวัตของผู้ส่งสาร (Dynamism Factor) ปัจจัยนี้คือ ปัจจัยที่แสดงความคล่องแคล่ว กระตือรือร้น ความไม่เฉื่อยชาของผู้ส่งสาร ได้แก่ มีพลัง เข้มแข็ง รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ตรงไปตรงมา กล้า กระตือรือร้น รวดเร็ว คล่องแคล่ว

จากปัจจัยทั้ง 3 ประการดังกล่าว หากผู้รับสารพิจารณาว่า ผู้ส่งสารมีคุณสมบัติดังกล่าวแล้ว ก็กล่าวได้ว่าผู้ส่งสารมีความสามารถในการโน้มน้าวใจได้ เชื่อกันว่า เรื่องที่ผู้ส่งสารพูดจะมีความสำคัญน้อยกว่าบุคลิกภาพของตัวผู้ส่งสารเอง ซึ่งจะมีพลังสำคัญในการเปลี่ยนทัศนคติผู้รับสารได้มากกว่า หรืออีกนัยหนึ่งถ้าผู้ฟังเห็นว่า ผู้พูดเป็นผู้ที่ไม่น่าเชื่อถือแล้ว ไม่ว่าจะเรื่องที่จะพูดเป็นเรื่องอะไรก็ย่อมจะไม่น่าเชื่อถือไปด้วย (อรวรรณ ปิณฑนนโอบาท, 2546 : 120-123)

ความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสารนี้ สามารถช่วยอธิบายถึงคุณลักษณะของผู้จัดรายการวิทยุ (ดีเจ) ที่ทำให้คนเปิดรับฟังรายการ Club Friday นี้ได้ เป็นการศึกษาลักษณะของผู้ส่งสารซึ่งสามารถนำมาใช้อ้างอิงเป็นเหตุผลในตอนสรุปผลและการอภิปรายผลของการวิจัยในครั้งนี้ต่อไป

แนวคิดวิธีการนำเสนอรายการวิทยุ

การจัดรายการวิทยุกระจายเสียงให้มีประสิทธิภาพ เป็นที่สนใจของผู้ฟังและสามารถตรึงผู้ฟังไว้ได้นานที่สุด นอกจากจะอยู่ที่การเสนอเนื้อหาของรายการให้เหมาะสมกับกลุ่มผู้ฟังแล้วยังต้องคำนึงถึง ศิลปะ หรือเทคนิควิธีการเสนอรายการ (technique of programme presentation) ให้เหมาะสมด้วย

วิธีการเสนอรายการ คือศิลปะอย่างหนึ่งที่จะชวนผู้ฟังให้ตั้งใจฟังรายการด้วยความพอใจ และเรียกร้องอยากฟังต่อไป ถ้าสถานีใดจัดรายการแล้วได้รับคำบอกกล่าวว่า รายการนั้นดี น่าสนใจ น่าติดตามฟัง แสดงว่ารายการนั้นมีความดีผสมกลมกลืนกันทั้งด้านเนื้อหา และวิธีการเสนอรายการ แต่ถ้ารายการใดผู้ฟังฟังแล้วเกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากฟังอีก สิ่งแรกที่ฟังสังวร คือวิธีการเสนอรายการที่ไม่มีประสิทธิภาพดึงดูดผู้ฟังไว้ได้ อาจจะเป็นเพราะใช้วิธีเสนอรายการที่ไม่เหมาะสมกับเนื้อหา หรือองค์ประกอบในการเสนอรายการไม่ดีพอก็ได้ ทั้งๆ ที่เนื้อหาของรายการนั้นอาจจะมีประเด็นน่าสนใจ แต่วิธีเสนอไม่ดีไม่สอดคล้องไม่น่าสนใจก็ทำให้รายการนั้นไม่เป็นที่ประทับใจน่าเบื่อหน่าย (คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2545: 349 – 352)

องค์ประกอบของวิธีการเสนอรายการ

วิธีการเสนอรายการวิทยุกระจายเสียง มีองค์ประกอบในการนำเสนอรายการที่สำคัญ คือ การนำเอาเสียงพูด เสียงดนตรี และเสียงประกอบมาผสมผสานกันอย่างเหมาะสม ทั้งนี้ต้องคำนึงถึงกลุ่มผู้ฟังเป้าหมาย และเนื้อหาสาระ นอกจากนี้แล้วยังต้องอาศัยองค์ประกอบอื่นในการเสนอรายการให้สอดคล้องเหมาะสมกันดังนี้ คือ

1. เสนอรูปแบบของรายการให้สอดคล้องกับเนื้อหา เนื้อหาของแต่ละรายการนั้น ผู้จัดรายการสามารถนำมาผลิตรายการได้หลายรูปแบบตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ให้สอดคล้องกับความเหมาะสมกับกลุ่มผู้ฟังเป้าหมาย เช่น ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ว่าจะจัดรายการประเภทความรู้ เนื้อหาของรายการจะเสนอเรื่องเกี่ยวกับการรณรงค์เรื่องยาเสพติด กลุ่มผู้ฟัง คือ กลุ่มผู้ฟังทั่วไป ใครฟังก็ได้ เงื่อนไขเวลาของรายการ ถ้าจัดเวลาให้เสนอรายการประเภทความรู้ ผู้ผลิตรายการอาจเสนอรายการในรูปแบบของละครต่อต้านยาเสพติด โดยผูกเรื่องให้เห็นโทษของยาเสพติด โดยตัวละครสามารถจะแสดงความรู้ลึกถึงอันตรายที่ได้รับจากยาเสพติด ความทุกข์ทรมานที่ได้รับของคนติดยาเสพติด และมีข้อเตือนใจมิให้คนหลงผิดคิดเสพยาเสพติดก็ได้

ถ้าเงื่อนไขเวลาของรายการที่จัดให้เสนอรายการมีน้อยกว่า 30 นาที อาจจัดเสนอในรูปแบบของสารคดีที่ให้ความรู้เรื่องยาเสพติด อันตรายจากยาเสพติด ด้วยวิธีการสัมภาษณ์ นายแพทย์ผู้รักษาผู้ติดยาเสพติด เพื่อให้เล่าถึงอาการของคนติดยาเสพติดบ้าง นำชีวิตของผู้ที่ติดยาเสพติดมาให้ผู้ฟังฟังว่ามีผลต่อครอบครัว งานอาชีพและต่อสังคมอย่างไร และอาจจะปิดท้ายรายการด้วยเพลงที่ต่อต้านยาเสพติดก็ได้ภายในเวลาที่กำหนดให้

ถ้าหากเงื่อนไขเวลาจัดไว้ให้น้อยกว่านี้คือเพียง 15 นาที ก็อาจเสนอด้วยรูปแบบการสนทนากันระหว่างนายแพทย์ 2 คน คู่กันด้วยเรื่องประสบการณ์การรักษาคนไข้ที่ติดยาเสพติดว่ามีอาการร้ายแรง และบั่นทอนชีวิตเพียงใด ภายในเวลาที่กำหนดให้ก็ได้ หรือหากเงื่อนไขเวลาน้อยกว่านั้น เช่น มีเวลาให้เพียง 5 นาที ก็อาจจะเสนอในรูปแบบพูดคุยกับผู้ฟังโดยตรงเป็นการ “เล่าสู่กันฟัง” ของผู้พูดเล่าให้ผู้ฟังฟังเรื่องภัยร้ายแรงของการติดยาเสพติด อย่างไม่อย่างหนึ่งก็ได้

จากตัวอย่างข้างต้นนี้แสดงให้เห็นว่า เนื้อหาและประเด็นของรายการเรื่องเดียวกัน อาจมีวิธีเสนอรายการด้วยรูปแบบต่างๆ กันได้ ตามเงื่อนไขเวลาที่จัดไว้เหมาะสม และทุกรูปแบบที่เสนอเป็นการให้ความรู้ได้ตามวัตถุประสงค์ทั้งสิ้น ดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของผู้ผลิตรายการจะพิจารณาว่าเนื้อหาใดสมควรจะเสนอรายการในรูปแบบใดจึงจะเหมาะสมที่สุดและได้สรรพผลดีที่สุด เหมาะกับกลุ่มผู้ฟังเป้าหมายกลุ่มใดมากที่สุด

2. เวลาในการเสนอรายการ การเสนอรายการให้เหมาะสมกับเวลาเป็นสิ่งสำคัญอีกสิ่งหนึ่งที่ผู้จัดรายการต้องตระหนักถึง หลักสำคัญที่ควรยึดถือในการเสนอรายการนั้น ควรยึดหลักการว่า “ถ้าเนื้อหาดีแต่มีเวลาน้อยจงอย่ารวบรัดเนื้อหาหรือตัดทอนออกจนขาดความสำคัญ และขาดรายละเอียดบางประการของรายการไป ทำให้ขาดความเข้มข้น และในทำนองเดียวกัน ถ้ามีเนื้อหาน้อย แต่มีเวลาจัดไว้มาก ก็จงอย่าพยายามยืดหรือขยายเนื้อหาเสียจนยืดขาดหมดรสขาดความกระชับ ดังที่มีคำกล่าวไว้ว่า มีแต่น้ำท่วมทุ่ง”

วิทยุกระจายเสียงเป็นสื่อที่ผู้ฟังต้องใช้หูฟังเพียงอย่างเดียว และคนเรามีสมาธิในการฟังที่จำกัด ต่างเพศ ต่างวัย ต่างประสบการณ์กันก็มีสมาธิในการฟังที่ต่างกันออกไปด้วย ดังนั้น ถ้าจะเสนอรายการอะไรที่รวบรัดและรวดเร็วเกินไป ผู้ฟังอาจจับความไม่ทัน ฟังแล้วไม่เข้าใจรายการนั้น จะไม่เกิดประโยชน์และขาดความน่าสนใจ ในทำนองเดียวกันถ้ารายการใดที่เสนอรายการยืดขาด

ล่าช้านานเกินสมควร ผู้ฟังก็จะเบื่อหน่ายไม่ยากฟัง เนื่องจากคนเรามีสมาธิในการรับฟังอะไรได้ไม่นานนัก โดยเฉพาะเด็กจะมีสมาธิในการฟังที่จำกัดมาก ดังนั้นรายการเด็กจึงไม่ควรจัดเวลารายการไว้นานเกินไป รูปแบบของรายการก็ต้องเสนอในรูปแบบที่ตื่นเต้นเร้าความสนใจให้มากเป็นพิเศษด้วย เป็นต้น

3. มีความหลากหลายและเอกภาพในรายการ วิธีการเสนอรายการที่ดี ควรจะมีทั้งความหลากหลายและความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเอกภาพอยู่ในรายการเดียวกัน

“ความหลากหลาย” และ “เอกภาพ” คำสองคำนี้เป็นคำที่มีความหมายตรงกันข้าม จึงนับเป็นการยากที่จะนำสิ่งที่มีความแตกต่างในทางตรงข้ามกันนี้มารวมไว้ในรายการเดียวกันอย่างกลมกลืน

3.1 ความสำคัญของ “ความหลากหลาย” ในรายการวิทยุกระจายเสียง ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า รายการทางวิทยุกระจายเสียงเป็นรายการที่ผู้ฟังใช้หูฟัง เป็นธรรมชาติของคนเราอยู่ประการหนึ่งว่า ถ้าคนเราได้ฟังอะไรอย่างเดียวกันนานๆ เช่น ฟังเสียงอยู่เพียงเสียงเดียว ฟังรูปแบบรายการรูปแบบเดียว หรือระดับเสียงทำนองเดียวกันตลอด (monotone) หรืออะไรก็ตามที่เป็นอย่างเดียวกัน ผู้ฟังจะรู้สึกเบื่อหน่ายจำเจไม่น่าฟัง ดังนั้นการเร้าใจดึงดูดความสนใจ จึงจำเป็นต้องหาวิธีที่มีความหลากหลายต่างๆ กันมาไว้ในรายการเดียว เพื่อเปลี่ยนอารมณ์ผู้ฟัง เพื่อเร้าและกระตุ้นความสนใจไม่ให้น่าเบื่อ เช่น ความหลากหลายในเสียง สีลาและรูปแบบ เป็นต้น

3.2 ความสำคัญของ “เอกภาพ” ถ้ารายการวิทยุกระจายเสียงมีแต่ความหลากหลายหลายแต่ขาด “ความเป็นหนึ่ง” หรือ “เอกภาพ” ผู้ฟังจะรู้สึกสับสน ยุ่งเหยิง หา “จุดยืน” หรือ “เกาะกลุ่ม” ไม่ได้ จะมีแต่ความรู้สึกที่กระจัดกระจาย และจะกลายเป็นความกระเจิดกระเจิงไปในที่สุด จึงจำเป็นต้องมีหลักยึดเป็นแกนไว้ให้รายการดำเนินไปอย่างมีแบบแผนมีจุดรวม ฟังแล้วไม่เลอะเลือนไม่กระจัดกระจาย แต่จะมีลักษณะที่บ่งบอกได้ว่าเป็นรายการหนึ่งรายการเดียวกันตลอด

ความหลากหลายและเอกภาพในการเสนอรายการวิทยุกระจายเสียงนั้นย่อมทำได้ทุกรายการ แต่รายการใดจะมีมากน้อยเท่าใดนั้นไม่มีข้อกำหนดหรือกฎเกณฑ์ตายตัวกำกับไว้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับศิลปะในการจัดเสนอรายการของแต่ละคนที่จะพิจารณาตามความเหมาะสมเป็นสำคัญ

กล่าวโดยสรุป หลักการจัดรายการวิทยุกระจายเสียงให้มีประสิทธิภาพที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การคำนึงถึงวิธีการนำเสนอรายการ ซึ่งมีปัจจัยหลายประการมาเกี่ยวข้องนั่นคือ เนื้อหาที่นำเสนอ เวลาในการเสนอรายการ ความยาวของรายการ กลุ่มผู้ฟังเป้าหมาย ความหลากหลายและเอกภาพในรายการ ซึ่งต้องสอดคล้องกับรูปแบบรายการ และวิธีการนำเสนอรายการอันจะทำให้ผู้ฟังสนใจและติดตามฟังรายการของสถานีต่อไป

แนวคิดเกี่ยวกับการให้การปรึกษา

ไอเวีย (Ivey, 1987) ให้คำนิยามของการให้คำปรึกษาว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลปกติให้สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาหรือสามารถพัฒนาตนเองได้

การให้การปรึกษา คือ สัมพันธภาพระหว่างบุคคลสองคน ซึ่งดำเนินไปเพื่อช่วยเหลือฝ่ายหนึ่งที่กำลังประสบปัญหา ให้สามารถแก้ไขปัญหาและพัฒนาตนเองให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ในการให้การปรึกษา บทบาทของผู้ให้การศึกษาคือ ศึกษากายภาพและความสามารถของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ กระบวนการของการให้การปรึกษาสรุปได้เป็น 5 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่หนึ่ง เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา ขั้นตอนที่สอง ผู้ให้การปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจตนเองและปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เขาได้เห็นสาเหตุของปัญหา ขั้นตอนที่สาม ผู้รับการปรึกษาจะเกิดความชัดเจนในตนเองและเข้าใจถึงปัญหามานานาประการที่กำลังเผชิญอยู่ เห็นสิ่งที่เป็นสาเหตุ และความต้องการต่างๆ ซึ่งจะต้องพัฒนาต่อไป ขั้นตอนที่สี่ เป็นการวางแผนแก้ปัญหา โดยผู้ให้การปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาพิจารณาหาทางออก หรือวิธีแก้ไขปัญหาของตนเองและตัดสินใจเลือกสิ่งที่จะต้องปฏิบัติต่อไป ในขั้นตอนสุดท้าย เป็นการสรุปและยุติการปรึกษา เพื่อย้ำถึงความรู้ความเข้าใจที่เกิดขึ้นระหว่างการปรึกษา และให้ผู้รับการปรึกษาได้มีแรงจูงใจและกำลังใจที่จะพัฒนาตนเองต่อไป (ชาคริต สูดสายเนตร, 2539 : 13 – 19)

ขั้นตอนของกระบวนการให้การปรึกษา

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพและตกลงบริการ

ผู้ที่มารับการศึกษาจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการให้การศึกษา ซึ่งการมีส่วนร่วมนั้นหมายความว่า จะต้องเข้าใจถึงกระบวนการ มีความพร้อมในด้านจิตใจ มีความต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเอง ผู้ให้การศึกษาไม่สามารถบังคับผู้รับการศึกษาให้เข้ามามีส่วนร่วมโดยไม่สมัครใจที่จะรับความช่วยเหลือ บทบาทของผู้ให้การศึกษาในขั้นตอนนี้จึงเป็นการเชื้ออำนวยการให้บุคคลที่มาพบบอ่ยๆ รู้สึกสมัครใจอย่างเต็มที่และเกิดความตั้งใจที่จะมีส่วนร่วมในกระบวนการ ผู้ให้การศึกษาควรจะเจียบแสดงความเป็นมิตร ให้ความอบอุ่น ใส่ใจด้วยท่าทางกิริยาและใช้คำพูดที่ทำให้กำลังใจแก่ผู้รับการศึกษา

ในเวลาเดียวกัน ผู้ให้การศึกษาจะต้องตั้งใจอยู่ในบทบาทของตนเอง แสดงความสนใจและใส่ใจต่อความต้องการของผู้รับการศึกษา และพยายามส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน สิ่งทีควรปฏิบัติ คือ

1. การต้อนรับอย่างจริงใจและอบอุ่น
2. การแสดงท่าทางเป็นมิตร
3. สื่อความตั้งใจที่จะช่วยเหลือ
4. รับฟังสิ่งที่ผู้รับการศึกษาเล่า
5. สังเกตสิ่งที่ผู้รับการศึกษาแสดงออกทั้งคำพูดและกิริยาท่าทาง
6. สังเกตสิ่งที่ผู้รับการศึกษายังไม่พร้อมที่จะเล่า
7. ยอมรับผู้รับการศึกษาโดยไม่มีเงื่อนไข
8. ถามคำถามที่เชื้อให้ผู้รับการศึกษาสามารถเล่าเรื่องตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 การสำรวจและทำความเข้าใจปัญหา

การที่คนเราจะแก้ปัญหของตนเองได้ ก็ต้องเข้าใจในสิ่งที่ปัญหาอย่างชัดเจน บทบาทของผู้ให้การศึกษาคือช่วยให้ผู้รับการศึกษาเกิดความเข้าใจในปัญหา โดยผู้ให้การศึกษาจะต้องปฏิบัติตนเหมือนเป็นผู้ร่วมการเดินทางของผู้รับการศึกษาในช่วงระยะหนึ่ง เพื่อช่วยให้เขาสามารถพิจารณาตนเอง มองประสบการณ์ที่ผ่านมาและความรู้สึกต่างๆ ทำให้เข้าใจถึงสิ่งที่เป็เหตุหรือเป็นผล บทบาทของผู้ให้การศึกษาไม่ได้อยู่ที่การวินิจฉัยปัญหานั้นชนิดของผู้รับการศึกษาหรือวิเคราะห์สติปัญญา บุคลิก และนิสัยของเขา แต่อยู่ที่การเชื้ออำนวยการให้ผู้รับการศึกษาใช้ความพยายาม ในการพิจารณาชีวิตและปัญหาที่เกิดขึ้น ผู้ให้การศึกษาไม่ควรรีบให้คำแนะนำหรือแก้ปัญหานั้น จะต้องเป็นผู้ที่ไวต่อความรู้สึกของผู้ที่มาปรึกษา และสามารถรับรู้ได้ในระดับที่ลึก

กว่าที่เขาเล่าออกมา โดยการสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของเขา บางครั้งผู้รับการปรึกษาอาจจะมองไม่เห็นสิ่งที่ เป็นสาเหตุของปัญหา หรืออาจจะสับสน เนื่องจากเขาอยู่ใกล้กับสิ่งที่ เป็นปัญหามากเกินไป จึงจำเป็นที่จะต้อง มีบุคคลที่สามารถไว้วางใจ ช่วยสะท้อนถึงความรู้สึกของเขาและอธิบายให้เขาเข้าใจอย่างกระจ่างมากขึ้น ในขั้นตอนนี้มีประเด็นสำคัญๆ ที่ผู้ให้การปรึกษาควรคำนึงถึงดังนี้

การระบายถึงสิ่งที่ เป็นปัญหาเป็นการบำบัด ผู้ที่แสวงหาความช่วยเหลือนั้น เขามีความต้องการลึกๆ ที่จะบอกเล่าถึงสิ่งที่ทำให้เขาวิตกกังวล ยิ่งให้โอกาสเขาได้พูดในระหว่างการปรึกษา เขาก็จะยิ่งรู้สึกดีขึ้น เขาต้องการใช้เวลาเพื่อระบายสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในใจของเขา การให้โอกาสผู้รับการปรึกษาเล่าถึงปัญหาจะช่วยให้เกิดความเข้าใจมากขึ้น บางครั้งคนเราก็มีบางสิ่งบางอย่างอยู่ในใจ แต่ถ้าได้มีโอกาสพูดคุยกับผู้อื่นก็จะได้เห็นแง่มุมต่างๆ อย่างชัดเจนขึ้น การเล่านั้นช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ (Insight) ในสิ่งที่เราไม่สามารถเข้าใจได้จากการคิดวิเคราะห์โดยลำพัง การเล่าเรื่องของตนเองจะช่วยให้ค่อยๆ เห็นและเข้าใจถึงปัญหานั้นๆ

การโทษผู้อื่น บางครั้งผู้ที่มารับปรึกษาอาจจะโทษผู้อื่นที่ทำให้เกิดปัญหาขึ้นในชีวิตของตนเอง และใช้เวลาพูดในทำนองกล่าวหาผู้อื่นมากกว่าจะเข้าใจว่าตนเองเป็นสาเหตุของปัญหานั้นบ่อยครั้งที่จำเป็นต้องให้เขาได้ผ่านความคิดเช่นนี้มาจนกระทั่งสุดท้ายได้เข้าใจถึงสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง

ปัญหาส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับเรื่องสัมพันธ์ภาพ การขัดแย้งระหว่างมนุษย์ เป็นปัญหาที่แก้ไขยากที่สุด สิ่งสำคัญในการรับฟังปัญหา คือ การที่จะไม่เข้าข้างฝ่ายใด แม้ว่าผู้รับการปรึกษาจะเป็นฝ่ายที่มีความผิดบ้าง (ซึ่งโดยทั่วไปแล้ว เมื่อมีความขัดแย้งก็ต้องเกี่ยวข้องกับทั้งสองฝ่าย) เขาจะต้องใช้เวลาส่วนหนึ่งจนกระทั่งมองเห็นและยอมรับตนเอง โดยเฉพาะในส่วนที่เขาต้องรับผิดชอบ ในขั้นตอนนี้ผู้ให้การปรึกษาควรปฏิบัติ ดังนี้

1. รับฟังและอดทน
2. ยอมรับและไม่ตัดสิน
3. ตั้งคำถามที่เหมาะสมและเลือกใช้ในเวลาอันสมควร
4. เน้นที่ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา
5. วางตนเป็นกลาง พยายามมองสภาพความเป็นจริง

ขั้นตอนที่ 3 การกำหนดปัญหา

ในระหว่างที่ผู้รับการปรึกษาพิจารณาปัญหาและความรู้สึกของตนเอง เขาจะค่อยๆ เข้าใจว่าสาเหตุของปัญหาอยู่ที่ไหน และเริ่มมองเห็นว่าตนเองต้องการเป็นคนแบบไหน สามารถยอมรับในส่วนที่ตนเองจะต้องรับผิดชอบ มองเห็นพฤติกรรมที่เป็นต้นเหตุของปัญหา และเข้าใจว่าการแก้ปัญหาที่ขึ้นอยู่กับตัวเขาเอง และเกิดแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นสาเหตุส่วนหนึ่งของปัญหา

โดยปกติแล้วการที่จะเข้าใจถึงปัญหาของตนเองนั้น ไม่ใช่เรื่องที่จะเกิดขึ้นโดยทันที แต่เป็นกระบวนการที่อาศัยระยะเวลา มักจะเริ่มต้นในขั้นที่ 2 ของกระบวนการให้การปรึกษา และพัฒนาขึ้นจนกระทั่งเกิดความเข้าใจอย่างชัดเจนในสิ่งที่ปัญหา แม้ว่าในบางครั้งก็อาจเป็นไปได้ที่จะเกิดความเข้าใจขึ้นมาในทันทีเหมือนแสงสว่างวูบขึ้นในใจ แต่โดยทั่วไปแล้ว ก็มักจะเป็นเรื่องอาศัยเวลาและค่อยๆ เกิดขึ้นตามลำดับ ในบางกรณีก็อาจจะต้องมีการปรึกษาหลายๆ ครั้ง จึงจะเกิดความเข้าใจในปัญหาของตนเองอย่างเต็มที่ และก็มีหลายกรณีที่อาจเกิดความเข้าใจขึ้นมาในจังหวะหรือสถานการณ์ที่คาดไม่ถึงนอกช่วงเวลาของการปรึกษา

การสรุปสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาได้เข้าใจจะช่วยให้เกิดพลังขึ้นในใจเขา เป็นการส่งเสริมและช่วยให้เขาสามารถเข้าสู่ขั้นตอนที่ 4 เพื่อวางแผนแก้ปัญหา และการสรุปความเข้าใจในปัญหา ทั้งยังเป็นการแสดงการร่วมรับรู้และเข้าใจของผู้ให้การปรึกษาที่ได้ผล

บทบาทของผู้ให้การปรึกษา มีดังนี้

1. สรุปสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาได้เล่าและได้เข้าใจสิ่งที่เป็นปัญหา
2. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจว่า การแก้ปัญหานั้นขึ้นอยู่กับตัวเขาเอง
3. ให้กำลังใจที่จะยอมรับบางสิ่งบางอย่างที่อาจทำให้เขารู้สึกเจ็บปวดหรือเสียใจ
4. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้ตั้งเป้าหมายที่เหมาะสมและเป็นไปได้

ขั้นตอนที่ 4 การวางแผนและกำหนดวิธีแก้ไขปัญหา

ในขั้นตอนนี้ ผู้รับการปรึกษาจะต้องกำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่ต้องการกำหนดทางเลือกและกลวิธีต่างๆ และเรียนรู้ที่จะเลือกและตัดสินใจ บทบาทของผู้ให้การปรึกษา คือ ให้ออกาสผู้รับการปรึกษาเพื่อพิจารณาข้อดีและข้อเสียของแต่ละวิธีการ และเลือก (กำหนด) วิธีการที่จะทำให้บรรลุถึงวัตถุประสงค์ที่ต้องการ โดยผู้ให้การปรึกษาอาจจะให้ข้อมูลหรือข้อเสนอแนะ แต่

จะต้องมั่นใจว่าการตัดสินใจและการเลือกวิธีการต่างๆ นั้น เป็นทางเลือกของผู้รับการศึกษาเอง ในขั้นตอนนี้มีประเด็นที่ควรคำนึงถึงดังต่อไปนี้

หาทางเลือกไว้หลายๆ ทาง บ่อยครั้งที่ผู้ให้การศึกษาอาจจะเสนอทางเลือกที่ผู้รับการศึกษาอาจจะนึกไม่ถึง เพราะในการแก้ปัญหาอาจจะมีวิธีการมากมายเกินกว่าที่ผู้รับการศึกษาจะนึกได้ทั้งหมด

พิจารณาเปรียบเทียบข้อดีและข้อเสียของทางเลือก การพิจารณาข้อดีและข้อเสียของทางเลือกต่างๆ นั้นเป็นเรื่องที่ค่อนข้างยุ่งยาก และใช้เวลานานพอสมควร ผู้ให้การศึกษาจะต้องช่วยให้ผู้รับการศึกษาได้เริ่มคิดและพิจารณาดูว่า เขามีปฏิริยาต่อทางเลือกต่างๆ อย่างไรก็ตามบ้างผู้รับการศึกษาบางคนอาจจะคิดเองได้ แต่บางคนก็อาจจะต้องการความช่วยเหลือให้เห็นชัดเจนขึ้น

การคัดเลือกวิธีแก้ปัญหา ผู้ให้การศึกษาจะต้องระมัดระวังที่จะไม่ทำให้ผู้รับการศึกษาด่วนตัดสินใจถึงทางเลือกใดไป แต่ถ้าทางเลือกใดพิจารณาแล้วไม่เหมาะสมก็ควรตัดออกไปโดยไม่ต้องเสียเวลา โดยทั่วไปแล้วถ้าทางเลือกนี้มีน้อยก็อาจทำให้การพิจารณาและการเลือกเป็นไปได้ง่ายขึ้น

การตัดสินใจ ในระหว่างที่ผู้ให้การศึกษาฟังและสังเกตพฤติกรรมของผู้รับการศึกษา คงจะได้เห็นบางสิ่งบางอย่างที่ช่วยให้รู้ว่าวิธีการ หรือทางเลือกใดที่เหมาะสมกับผู้รับการศึกษา อาศัยการสังเกตเหล่านี้และความเข้าใจในปัญหาของผู้รับการศึกษา คงสามารถช่วยให้มีการตัดสินใจที่ดีที่สุดในสถานการณ์นั้นๆ แต่ควรจะคำนึงอยู่เสมอว่า การตัดสินใจควรเป็นเรื่องของผู้รับการศึกษา ไม่ใช่ผู้ให้การศึกษา และไม่ควรรีบร้อนให้มีการตัดสินใจ

ทักษะต่างๆ ที่ผู้ให้การศึกษาควรใช้ มีดังต่อไปนี้

1. การให้ข้อมูล
2. การเสนอ
3. การสรุป
4. การให้กำลังใจ

ขั้นตอนที่ 5 การสิ้นสุดการให้การปรึกษา

ในการให้การปรึกษา ซึ่งอาจเป็นการปรึกษาเพียงครั้งเดียวหรือการปรึกษาหลายๆ ครั้งอย่างต่อเนื่อง และผู้รับการปรึกษาสามารถค้นหาวิธีการแก้ปัญหาและพัฒนาความมั่นใจที่จะเลือกวิธีที่ดีที่สุด และตัดสินใจปฏิบัติ ปัญหาของผู้รับการปรึกษาก็คลี่คลาย และมักจะมองเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น ถึงจุดที่ผู้รับการปรึกษาที่มีความตั้งใจที่จะลงมือปฏิบัติ ตามที่ได้ตัดสินใจ

ผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้ตัดสินใจยุติการปรึกษาแต่ละครั้ง หรือในครั้งสุดท้าย โดยมีขั้นตอนปฏิบัติดังนี้

1. ให้สัญญาให้ผู้รับการปรึกษาว่าใกล้หมดเวลาของการปรึกษาแล้ว
2. ให้ผู้รับการปรึกษาทบทวนการตัดสินใจของตนเอง และสรุปสิ่งที่ได้เข้าใจในระหว่างการศึกษา ซึ่งจะช่วยเหลือเสริมแรงให้ผู้รับการปรึกษารับไปปฏิบัติต่อไป บางครั้งผู้ให้การปรึกษาอาจจะช่วยสรุปให้ ทักษะที่ใช้คือ การทวนซ้ำและการสรุป
3. ส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง ไม่ว่าผู้รับการปรึกษาจะสามารถแก้ไขปัญหาก็ได้ รียบร้อยหรือไม่ก็ตาม หรือบางครั้งอาจจะใช้เวลาไปหลายชั่วโมง หรือการปรึกษายังไม่ถึงจุดที่จะตัดสินใจ แต่ถึงเวลาที่ต้องยุติการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาจะต้องช่วยให้การยุติการปรึกษาเป็นไปด้วยความสบายใจทั้งสองฝ่าย และช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีความรู้สึกดีขึ้น การชมเชยผู้รับการปรึกษาเมื่อเขาพยายามสำรวจตนเองและทำความเข้าใจในสิ่งที่ปัญหา จะทำให้เขารู้สึกดี ๆ กับตัวเอง ทักษะที่ใช้คือ การให้กำลังใจและการมองโลกในแง่ดี
4. พิจารณาริธีนำไปปฏิบัติ บางครั้งผู้ให้การปรึกษาอาจจะเสนอวิธีต่างๆ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษานำไปปฏิบัติ ซึ่งควรจะเสนอสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ไม่ควรเสนอสิ่งที่หนักเกินไป ทักษะที่ใช้คือ การให้กำลังใจ และเสริมความมั่นใจในตนเอง
5. การนัดหมายครั้งต่อไป ผู้ให้การปรึกษาควรให้โอกาสผู้รับการปรึกษาเลือกว่าจะมาพบครั้งต่อไปหรือไม่ บางครั้งการพูดคุยกันเพียงครั้งเดียวก็ช่วยแก้ปัญหาได้ บางครั้งอาจจะต้องมีการนัดต่อ ในกรณีนี้จะต้องมีการตกลงกันอย่างชัดเจนถึงวันและเวลาที่จะพบ ในกรณีที่ผู้รับการปรึกษาไม่ต้องการพบต่อ ผู้ให้การปรึกษาจะต้องให้เขารู้ว่ายินดีเสมอที่จะให้ความช่วยเหลือถ้าต้องการการปรึกษา ทักษะที่ใช้คือการยอมรับ และการให้กำลังใจ

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้มาขอคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง(Client-Centered Theory)

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้มาขอคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เป็นทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เน้นอารมณ์และความรู้สึกของผู้มาขอคำปรึกษา ทฤษฎีนี้รู้จักกันในชื่อของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง (Non-Directive Counseling Theory) กำเนิดขึ้นโดย Carl Ransom Rogers ซึ่งได้เขียนตำราที่ชื่อว่า "Counseling and Psychotherapy" ได้กล่าวถึงวิธีให้คำปรึกษาโดยเน้นความรู้สึกนึกคิด ประสบการณ์ และการมองโลกของผู้มาขอคำปรึกษา ซึ่งในสมัยนั้นถือว่าเป็นวิธีการที่แปลกใหม่ เขามีความเห็นว่างบเทาของผู้ให้คำปรึกษา คือ ผู้เอื้ออำนวยหรือจัดสภาพการณ์ต่างๆ ที่จะส่งเสริมพัฒนาการของผู้มาขอคำปรึกษา (ศรีวรรณ จันทรวงศ์, 2543: 86)

จุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบผู้มาขอคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง การที่บุคคลจะเข้ามาขอคำปรึกษา บุคคลนั้นจะต้องมีคำถามและข้อสงสัยเกี่ยวกับตัวเขาเอง อยู่ในใจของเขา ฉันเป็นใคร ความสามารถแท้จริงของฉันเป็นอย่างไร ตัวของฉันเองแท้จริงเป็นอย่างไร ฉันจะรู้ตัวเองได้อย่างไร ดังนั้นจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษา คือ

1. เพื่อให้ผู้มาขอคำปรึกษา มีความรู้สึกต่อตนเองที่สอดคล้องกับข้อเท็จจริงเพิ่มขึ้น ลดการบิดเบือนหรือเก็บกด ประสบการณ์ของตน สามารถประเมินตนเองให้ตรงต่อความเป็นจริง
2. เพื่อให้ผู้มาขอคำปรึกษา มีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้น ลดความรู้สึกท้อถอย มีกำลังใจต่อชีวิตใหม่ และพร้อมที่จะเลือกดำเนินการกับชีวิตของตนเอง
3. เพื่อให้ผู้มาขอคำปรึกษา รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเพิ่มขึ้น
4. เพื่อให้ผู้มาขอคำปรึกษา ความเป็นตัวของตัวเอง สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหา อีกทั้งสามารถปฏิบัติภารกิจในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งรวมทั้งด้านการเรียน การทำงาน และส่วนตัว
5. เพื่อให้ผู้มาขอคำปรึกษาเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ สามารถยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในชีวิต มีความพยายามที่จะพัฒนาตนเอง

มีความเชื่อกันโดยทั่วไปว่า บุคคลมีลักษณะไร้เหตุผล ไม่ได้รับการขัดเกลา และชอบทำลาย ซึ่งขณะนั้นรอเจอร์ส (Rogers) กำลังพัฒนาทฤษฎีของเขาอยู่ เขาจึงคัดค้านความเชื่อเหล่านี้ โดยมีความเชื่อว่า มนุษย์เป็นผู้ถูกสังคมนับประกิต (Socialized) ได้รับการอบรมสั่งสอน ขัดเกลา สามารถก้าวไปข้างหน้า กล้าเผชิญความจริง และเป็นผู้มีเหตุผล รอเจอร์ส (Rogers, 1974: 29) เชื่อว่า ถ้าบุคคลยอมรับว่าตัวเองเท่านั้นต้องเป็นผู้รับผิดชอบชีวิตของเขา บุคคลนั้นจะเริ่มรู้สึกว่าเขาเหมือนเกิดใหม่ เป็นบุคคลที่สามารถกำหนดวิถีชีวิตของตนเอง สามารถมองตนเองได้แจ่มชัดขึ้น รอเจอร์ส (Rogers) มีความเชื่อเกี่ยวกับมนุษย์ ดังนี้

1. มนุษย์มีศักดิ์ศรี มีคุณค่า และมีความสามารถ รอเจอร์ส (Rogers) เชื่อว่ามนุษย์มีความสามารถที่จะตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ฉะนั้นทุกคนควรมีเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น และการกระทำ โดยที่การกระทำนั้นไม่ก้าวท้าวสิทธิของบุคคลอื่น ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาพึงสนับสนุนให้ผู้มาขอคำปรึกษาเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจได้ด้วยตนเอง พึ่งตนเองได้

2. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองอย่างสมบูรณ์ ธรรมชาติของมนุษย์ มีความสามารถจะพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ตามศักยภาพและความสามารถ ในวิถีทางดำเนินชีวิตของมนุษย์ อาจกล่าวได้ตั้งแต่การเจริญเติบโต การพัฒนาการสุขภาพ การปรับตัว การพึ่งตนเอง และการเป็นตัวของตัวเอง โดยที่ความสามารถเหล่านี้จะแสดงออกมาอย่างเหมาะสมเท่านั้น ฉะนั้นการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาจึงเป็นโอกาสให้บุคคลได้ใช้ความสามารถของเขา เพื่อการพัฒนาอย่างเต็มที่

3. มนุษย์เป็นคนดี น่าเชื่อถือ และไว้วางใจได้ รอเจอร์ส (Rogers) มีความเห็นว่า โดยพื้นฐานด้านมนุษย์เป็นคนดี และน่าเชื่อถือ แต่มีบางครั้งทำสิ่งที่ไม่เหมาะสม เช่น คดโกง เห็นแก่ตัว โหดร้ายนั้น เนื่องมาจากความไม่สอดคล้องกันระหว่างความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองกับสภาพความเป็นจริง ซึ่งทำให้บุคคลนั้นใช้กลวิธีป้องกันจิตใจตนเอง (Defense Mechanism) ต่างๆ ซึ่งรอเจอร์ส (Rogers) เชื่อว่าถ้าผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยให้ผู้รับบริการลดการใช้กลวิธีป้องกันจิตใจตนเอง จะทำให้เขาเปิดรับประสบการณ์เพิ่มขึ้น พิจารณาตนเองและสามารถพัฒนาให้เป็นคนดี น่าเชื่อถือและไว้วางใจได้

4. มนุษย์จะตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมในลักษณะที่เคยรับรู้และมีประสบการณ์มาก่อน ดังนั้นบุคคลจะถือว่า สิ่งแวดล้อมที่บุคคลรับรู้คือความจริงสำหรับเขา

5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่ และการยอมรับจากผู้อื่น

นอกจากนี้รอเจอร์ส (Rogers) เน้นว่าสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพ ขึ้นอยู่กับลักษณะที่สำคัญ 3 ประการ และทัศนคติของผู้ให้คำปรึกษาได้แก่ (Gerald Corey, 1991: 212-214 อ้างถึงใน ศรีวรรณ จันทรวงศ์, 2543: 95-96)

1. **ความจริงใจ (Congruence หรือ genuineness)** เป็นลักษณะที่มีความสำคัญเป็นอันดับแรก ถ้าในสัมพันธภาพผู้ให้คำปรึกษาขาดความจริงใจ การยอมรับและมีความเข้าใจอย่างร่วมรู้สึกในผู้มาขอคำปรึกษา จะดูเหมือนว่าไม่ได้เกิดขึ้นอย่างแท้จริงและย่อมจะมีผลเสียต่อการสร้างสัมพันธภาพ ในระหว่างการสัมภาษณ์ ผู้ให้คำปรึกษารับรู้ประสบการณ์ของอินทรีย์ของตน

อย่างรู้ตัวได้ทั้งหมด มีความนึกคิดเกี่ยวกับตน สอดคล้องกับประสบการณ์เป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง หรือกล่าวได้ว่าเป็นผู้ที่มีบุรณภาพและความสมดุลในตน เป็นตัวจริงของตัวเองได้อย่างเต็มที่ ไม่มีการปิดบัง ไม่มีการสวมหน้ากาก ไม่มีการแสดงบทบาท ไม่มีการคิดอย่างหนึ่งแต่ทำอีกอย่างหนึ่ง รับรู้และแสดงออกทั้งความรู้สึกชื่นชมพอใจ และความรู้สึกสะเทือนใจ ถ้ามีความรู้สึกในทางลบเกิดขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องใช้ความรู้สึกเช่นนี้อย่างสร้างสรรค์ แสดงออกทางภาษาพูดหรือในรูปพฤติกรรมกรรมการแสดงออกอื่นๆ อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้ามีความรู้สึกนั้นอย่างรุนแรงและจะเป็นอุปสรรคต่อการยอมรับ และการเข้าใจผู้มาขอคำปรึกษาอย่างร่วมรู้สึก

2. การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard) คือ ผู้ให้คำปรึกษามีความห่วงใยในผู้มาขอคำปรึกษาอย่างลึกซึ้งและจริงใจ ยอมรับประสบการณ์ต่างๆ ที่สัมพันธ์กับตนของผู้มาขอคำปรึกษา โดยไม่มีการประเมินว่ามีคุณค่ามากหรือน้อยต่อการเป็นที่ยอมรับ ไม่มีการประเมินความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมของผู้มาขอคำปรึกษาว่าดีหรือเลว ถูกหรือผิด รู้สึกว่าผู้มาขอคำปรึกษามีคุณค่า ไม่ว่าจะมีความแข็งแรงใจ ความรู้สึกหรือพฤติกรรมอย่างไร การยอมรับคุณค่าของบุคคลไม่ได้หมายถึงการเห็นด้วยกับพฤติกรรมทุกอย่างของบุคคล ยอมรับในตัวจริงของบุคคล ซึ่งย่อมหมายถึงการไม่ประเมินและตัดสินว่าพฤติกรรมใดถูกต้องเห็นด้วยหรือพฤติกรรมใดไม่ถูกต้องไม่เห็นด้วย ไม่มีการประเมินหรือตัดสินผู้มาขอคำปรึกษาไม่ว่าในด้านบวกหรือลบ การยอมรับ สนใจ และห่วงใย เป็นการยอมรับในตัวจริง ในลักษณะเฉพาะตัวของบุคคล โดยไม่มีความรู้สึกที่จะต้องเข้าไปควบคุม ครอบครองเสมือนสมบัติที่หวงแหน (possessive caring) การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขเช่นนี้ ย่อมมีพื้นฐานมาจากทัศนคติในการเคารพและยอมรับในคุณค่า และศักดิ์ศรีของบุคคลอย่างลึกซึ้ง มองเห็นคุณค่าของชีวิตทุกชีวิตอย่างแท้จริง

3. การเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (Accurate understanding) การทำความเข้าใจอย่างถูกต้องในประสบการณ์และความรู้สึกของผู้มาขอคำปรึกษา และความหมายที่ผู้มาขอคำปรึกษาได้จากสิ่งเหล่านี้ ซึ่งแสดงออกในการปะทะสัมพันธ์ในกระบวนการให้คำปรึกษาทุกขณะ ผู้ให้คำปรึกษาพยายามรับรู้ประสบการณ์ส่วนตัวที่เป็นอัตนัยของบุคคลอย่างถูกต้องและอย่างเต็มที่ เสมือนการรับรู้ของผู้มาขอคำปรึกษาเอง เน้นที่ความรู้ในปัจจุบันที่แสดงออก การร่วมรู้สึกอย่างถูกต้องในระดับสูง หมายถึงการสามารถรับรู้ความรู้สึกและประสบการณ์ที่ผู้มาขอคำปรึกษายังรับรู้และสื่อสารได้อย่างชัดเจน โดยบอกแนะที่ซ่อนเร้น ช่วยผู้มาขอคำปรึกษาให้เข้าใจ ประสบการณ์ที่ยังไม่ได้มีการรับรู้อย่างเต็มที่ และยากที่จะเข้าใจและแสดงออก การเข้าใจอย่างถูกต้องในโลก

ส่วนตัวของผู้มาขอคำปรึกษาเช่นนี้ ช่วยทำให้ผู้มาขอคำปรึกษาสำรวจตนเองอย่างลึกซึ้ง และอย่างเป็นอิสระ ซึ่งทำให้สามารถเข้าใจตนเองได้ดีขึ้น และกลายมาเป็นบุคคลที่เขาเลือกจะเป็น

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่แบบพฤติกรรม (Behavioral Counseling)

การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมจะเน้นการเปลี่ยนพฤติกรรม แต่ก็ไม่ได้ละเลยความรู้สึกและความคิดของผู้มาขอคำปรึกษาเสียทีเดียว ผู้ให้คำปรึกษาวิธีนี้ เน้นการเปลี่ยนพฤติกรรมซึ่งชี้เฉพาะเจาะจงว่าเป็นพฤติกรรมใด วิธีให้คำปรึกษาแบบนี้เป็นวิธีการที่มีระบบและมีอยู่ด้วยกันหลายวิธี ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะเลือกใช้ให้เหมาะกับผู้มาขอคำปรึกษาแต่ละคน (วัชรินทร์พรมมี, 2551: 216)

ক্রัมโบลท์ (John D. Krumboltz, 1964) ได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้นำของวิธีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ได้พิจารณามนุษย์และมีหลักการของทฤษฎีนี้ ดังต่อไปนี้ (วัชรินทร์พรมมี, 2551: 218)

1. มนุษย์สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเอง หรือเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้ แม้ว่าสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก็ตาม
2. นักพฤติกรรมนิยมเชื่อว่าบุคคลเกิดมาโดยไม่ได้มีความดี หรือความเลวติดตัวมา พฤติกรรมของบุคคลได้มาจากการเรียนรู้ ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเข้าใจที่มาของพฤติกรรม และใช้หลักการเรียนรู้เป็นวิธีเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล

การให้คำปรึกษาเป็นการสร้างประสบการณ์ให้ผู้มาขอคำปรึกษา ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้สร้างหรือจัดสภาพการณ์ต่างๆ ให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้ การที่ผู้ให้คำปรึกษาเพียงแต่เข้าใจผู้มาขอคำปรึกษา ให้ความอบอุ่น ยอมรับ และช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาเข้าใจตนเองนั้น ไม่แน่ว่าจะทำให้ผู้มาขอคำปรึกษาแก้ปัญหาด้วยตนเองได้

3. การให้คำปรึกษาไม่ได้จัดทำเฉพาะในห้องให้คำปรึกษาเท่านั้น แต่จัดในสิ่งแวดล้อมอื่นด้วย ยิ่งถ้าปัญหาของผู้มาขอคำปรึกษาเกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลยิ่งจำเป็นต้องมีการดำเนินการนอกห้องให้คำปรึกษา

4. กระบวนการให้คำปรึกษาประกอบด้วย การช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษามองเห็นปัญหา และเห็นพลังในพฤติกรรมที่จะต้องปรับปรุงแก้ไข ตั้งเป้าหมายที่สามารถวัดความก้าวหน้าได้ ผู้ให้

คำปรึกษาจะจัดกลวิธีที่เหมาะสมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมผู้มาขอคำปรึกษา และปรับปรุงเปลี่ยนแปลงวิธีเมื่อพบว่ากลวิธีที่เลือกใช้นั้นไร้ผล

5. พฤติกรรมของบุคคลเป็นผลเนื่องจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก่อน ดังนั้นเราจึงสามารถคาดคะเนพฤติกรรมของบุคคลได้ และถ้าเราสามารถควบคุมเหตุการณ์เหล่านั้นได้ เราก็จะสามารถควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ได้

6. พฤติกรรมที่นำความชื่นชมมาให้ หรือลดความไม่พอใจลงได้ มีแนวโน้มจะเกิดขึ้นซ้ำอีก

7. นักพฤติกรรมนิยมถือว่าความกลัวหรือความวิตกกังวลเป็นสิ่งที่ได้มาจากการเรียนรู้ เนื่องมาจากสิ่งเร้านั้นสัมพันธ์กับภาวะที่ทำให้เกิดประสบการณ์ไม่ดีซ้ำๆ กันหลายครั้ง เช่น กลัวความล้มเหลว วิตกกังวลเกี่ยวกับการตัดสินใจ การสอบ ซึ่งล้วนแต่ได้มาจากการเรียนรู้ทั้งสิ้น

การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม มีกลวิธีการให้คำปรึกษาแตกต่างกันไป ในที่นี้ขอเสนอกลวิธีเรียนรู้จากตัวแบบ (Social Modeling Technique) ซึ่งมีหลักดังนี้ (วัชร ทรัพย์มี, 2551: 229)

1. การให้ผู้มาขอคำปรึกษา ได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่จากการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบ จะช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้เรียนรู้ทักษะในการก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่

2. ผู้มาขอคำปรึกษาอาจจะรู้มาก่อนแล้วถึงวิธีการที่จะไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา แต่ยังไม่ได้ทำหรือคาดว่าจะทำไม่ได้ จากการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบจะช่วยกระตุ้นให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้แสดงพฤติกรรมที่เรียนรู้แล้วนั้น

3. ตัวแบบจะต้องมีลักษณะที่น่าสนใจ เป็นแรงจูงใจหรือส่งเสริมให้ผู้มาขอคำปรึกษาเลียนแบบ

4. หลังจากผู้มาขอคำปรึกษาได้สังเกตพฤติกรรมของตัวแบบแล้ว ผู้มาขอคำปรึกษาจะจดจำพฤติกรรมของตัวแบบไว้ในความทรงจำ เพื่อนำไปแสดงพฤติกรรมตามที่ได้จดจำไว้ในวันในอนาคต

5. หลังจากผู้มาขอคำปรึกษาได้สังเกตพฤติกรรมของตัวแบบแล้วและได้มีโอกาสฝึกฝนพฤติกรรมนั้นแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ให้ผลป้อนกลับ (feedback) แก่ผู้มาขอคำปรึกษาด้วยการฝึกนั้นอาจกระทำในสภาพการณ์สมมติก่อน

การใช้กลวิธีเรียนรู้จากตัวแบบ อาจทำได้หลายรูปแบบ เป็นต้นว่า ได้สังเกตพฤติกรรมของบุคคลจริงๆ ได้สังเกตพฤติกรรมของบุคคลทางภาพยนตร์ ได้ฟังจากแถบบันทึกเสียงหรือจากภาพนิ่งประกอบเสียง

เทคนิคการให้คำปรึกษาเฉพาะอย่าง

เทคนิคการให้คำปรึกษาของผู้ให้คำปรึกษา ได้แก่ (ศรีวรรณ จันทวงศ์, 2543: 129-140)

1. การเริ่มต้นสนทนา (Opening) ควรเป็นบรรยากาศอบอุ่นเป็นกันเอง และมีความสบายใจ ในกระบวนการให้คำปรึกษาทุกๆ ไป ถ้าผู้มาขอคำปรึกษาตื่นเต้นหรืออึดอัดใจ ผู้ให้คำปรึกษาควรกล่าวต้อนรับ

2. การตั้งคำถาม (Questioning) ผู้ให้คำปรึกษาควรตั้งคำถามเพื่อหาข้อสนเทศในเรื่องภูมิหลัง ความสนใจ จุดดี จุดอ่อน ของผู้มาขอคำปรึกษา เพื่อจะได้เข้าใจตัวผู้มาขอคำปรึกษามากขึ้น หรืออาจใช้คำถามเพื่อช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง และเป็นแรงจูงใจให้เขาเกิดความรู้สึกกระฉ่างแจ่มในปัญหาของเขา

3. การเสนอแนะ (Suggestion) เป็นการเสนอความคิดแก่ผู้มาขอคำปรึกษาโดยทางอ้อม โดยมีจุดประสงค์จูงใจผู้มาขอคำปรึกษาไปสู่การคิดแก้ปัญหา หรือเสนอแนะวิธีการแก้ปัญหา เพื่อให้เขารับเอาไปใช้ ซึ่งการเสนอแนะของผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมให้ผู้มาขอคำปรึกษาเพิ่มพูนการรู้จักนำ และมีวินัยในตนเองมากกว่าเสนอแนะ เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหา โดยเฉพาะการเสนอแนะที่ดีจะทำให้ผู้มาขอคำปรึกษาเกิดความรู้สึกเป็นอิสระที่จะสำรวจและตัดสินใจ โดยไม่รู้สึกขัดเคือง

4. การตีความหมาย (Interpreting) เป็นขบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายความหมายของเหตุการณ์ให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้เข้าใจปัญหาของตนเองในด้านอื่นที่อาจยังไม่ได้มองมาก่อน ให้เกิดความแจ่มแจ้งเร็วขึ้น โดยทุกๆ ไปบุคคลมักจะสับสนในข้อสนเทศต่างๆ โดยเฉพาะเกี่ยวกับความต้องการ ความสนใจ และความสามารถของตัวเอง ผู้ให้คำปรึกษาที่เชี่ยวชาญจะพยายามให้ผู้มาขอคำปรึกษามีบทบาทในเทคนิคนี้ ซึ่งจะช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาเกิดทักษะในการรับรู้และสามารถเข้าใจความหมายที่บุคคลอื่นสื่อสารด้วย เทคนิคตีความหมายจะต้องเป็นประสบการณ์ที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้มาขอคำปรึกษาต้องร่วมมือซึ่งกันและกัน

5. การเงียบและการฟัง (Silence and Listening) เป็นเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษาส่งเสริมผู้มาขอคำปรึกษาพูดหรือเล่า ผู้ให้คำปรึกษาใช้ความเงียบเพื่อคอยฟังผู้มาขอคำปรึกษาเล่าต่อไป

โดยมีท่าทางที่แสดงให้ผู้มาขอคำปรึกษาว่ากำลังสนใจฟัง เข้าใจ และยอมรับสิ่งที่ผู้มาขอคำปรึกษาพูดอยู่ หรือผู้ให้คำปรึกษาอาจจะกำลังทบทวนถึงการสนทนาบางตอนที่เพิ่งผ่านไป และความเจียบของผู้มาขอคำปรึกษานั้นอาจจะกำลังรวบรวมคำพูดหรือความคิดอยู่ ผู้ให้คำปรึกษามีทักษะ ต้องรู้จักเลือกเทคนิคที่เหมาะสมกับกาลเทศะ รู้ว่าเมื่อไหร่ควรพูด เมื่อควรเจียบและฟัง

6. การทำให้เกิดความกระจ่างแจ้ง (Clarifying) เป็นเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษาเรียบเรียงคำพูดของผู้มาขอคำปรึกษา โดยไม่เปลี่ยนเนื้อหาของคำพูดนั้นๆ แต่ควรใช้ในตอนที่ทายของกระบวนการให้คำปรึกษา เพราะโดยมากบุคคลที่ประสบปัญหากำลังคับข้องใจ มักจะไม่สามารถกล่าวเรียบเรียงเรื่องราวของตนได้ชัดเจน ซึ่งอาจเกิดจากการขาดความเข้าใจในปัญหาอย่างแท้จริง และปฏิเสธไม่ยอมรับปัญหานั้นๆ หรือมีความรู้สึกผิดปะปนอยู่ มิฉะนั้นก็เนื่องมาจากสาเหตุอื่นๆ ทางด้านความคิดหรือทางอารมณ์ ผู้ให้คำปรึกษาควรใช้เทคนิคนี้หลังจากกระบวนการให้คำปรึกษาได้พูดกันมาพอสมควร และควรระวังความผิดพลาดในเรื่องเรื่อง และความรู้สึกของผู้มาขอคำปรึกษา

7. การแสดงความเห็นชอบ (Approval) เป็นเทคนิคที่ส่งเสริมหรือให้กำลังใจแก่ผู้มาขอคำปรึกษา อาจแสดงออกด้วยคำพูด หรืออากัปกริยา น้ำเสียงและท่าทางของผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะทำให้ผู้ที่กำลังจะแก้ปัญหาหรือแก้ข้อบกพร่องของตน เพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง และส่งเสริมกระบวนการให้คำปรึกษา เทคนิคนี้จะใช้ได้ผลดีถ้าผู้ให้คำปรึกษามีประสบการณ์และทักษะ แต่ถ้าใช้บ่อยเกินไปและไม่ระมัดระวังแล้ว ทำให้เกิดอันตรายได้ ในกรณีที่ผู้ให้คำปรึกษาไม่สามารถเห็นชอบกับทัศนคติหรือการกระทำของผู้มาขอคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาควรใช้เทคนิคอื่น เช่นการเสนอแนะหรือการตีความหมายในด้านที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ที่ไม่น่าเห็นชอบด้วย ควรพยายามใช้วิธีนี้เป็นกลาง

8. การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) เป็นการตีความหมายของคำพูดที่ผู้มาขอคำปรึกษาพูดมาแล้วในเชิงความรู้สึกของผู้มาขอคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะถอดข้อความและคำพูดนั้นใหม่ โดยเน้นในด้านที่แสดงความรู้สึกของผู้มาขอคำปรึกษามากกว่าที่จะเพ่งเล็งที่สาระคำพูดเป็นการช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้เข้าใจถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองโดยไม่ต้องวิตกกังวล ประสิทธิภาพในการสะท้อนความรู้สึกขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้ให้คำปรึกษาในการที่จะบอกหรือแยกแยะถึงความรู้สึกหรือแนวทางของความรู้สึกนั้น เช่น ภาษา ท่าทาง และความหมายที่แฝงอยู่ในเนื้อหาคำพูด

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาถึงรายการ Club Friday เป็นรายการที่เปิดโอกาสให้ผู้ฟังทางบ้านสามารถเข้ามามีส่วนร่วมในรายการโดยการแบ่งปันประสบการณ์เรื่องราวชีวิตที่เกี่ยวกับความรัก ในบางรายมีชีวิตที่ผิดหวัง พบแต่ความทุกข์ ความเศร้า ต่างๆ นานา ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินรายการจะต้องรับฟังและสื่อสารต่อบุคคลนั้นๆ ซึ่งเป็นการให้คำปรึกษา คำแนะนำ ความคิดเห็น ทางใดทางหนึ่ง แนวคิดนี้จะช่วยให้ผู้วิจัยได้ตอบวัตถุประสงค์ถึงวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการได้เป็นอย่างดี และสามารถนำแนวคิดนี้ไปอ้างอิงในการอภิปรายผลให้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

แนวคิดเกี่ยวกับการคิด

คำกล่าวของเดส์คาร์ต (Descartes) ที่ว่า ฉันคิด ดังนั้นฉันจึงมีอยู่ เป็นคำกล่าวที่แสดงให้เห็นลักษณะสำคัญของมนุษย์ คือ มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่สามารถ คิด ได้ และความสามารถนี้เองที่ทำให้มนุษย์มีอำนาจเหนือสิ่งอื่นๆ ได้ ทั้งในด้านที่ดีและไม่ดี แต่ที่สำคัญที่สุดมนุษย์ใช้ การคิด เป็นเครื่องมือในการพิจารณาสิ่งต่างๆ ที่เป็นปัญหาสำหรับการดำรงชีวิตของตน และใช้ความคิดที่เป็นผลได้จากการคิดมาเป็นข้อมูลในการพิจารณาเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวมนุษย์ให้เกิดเป็นระบบที่มนุษย์สามารถเข้าใจ และมั่นใจได้ว่าสภาวะการณ์ต่างๆ ที่เป็นอยู่ไม่อาจเป็นอันตรายต่อการดำรงชีวิตของตนเอง ซึ่งที่สำคัญคือ มนุษย์สามารถคิดดัดแปลงสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวให้มีสภาวะตามที่ตนเองต้องการได้ ด้วยเหตุนี้เมื่อเราพบเห็นวิธีการดำรงชีวิตของมนุษย์คนหนึ่ง ในสภาพแวดล้อมลักษณะหนึ่ง เราก็สามารถเข้าใจได้ว่าเขามีระบบและวิธีการคิดที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตของเขาได้ทันที เพราะวิธีการคิดจะเป็นตัวพื้นฐานที่รองรับรูปแบบการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลนั่นเอง (รามิล กาญจนดา, 2542: 9)

การคิด (Thinking) คือ การที่มนุษย์พยายามที่จะจัดข้อมูลที่ได้รับมา (ทั้งจากประสบการณ์โดยตรงและโดยอ้อม) ให้เป็นระบบและมีระเบียบ โดยทั้งนี้เพื่อให้ตนเองได้รับประโยชน์ คือ การมีความรู้ ความเข้าใจ ความมั่นใจ และสามารถนำไปใช้ประกอบการดำรงชีวิตได้ ซึ่งที่สำคัญ การคิดจะทำให้มนุษย์สามารถมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ ได้อย่างมั่นใจ กล่าวคือมนุษย์สามารถที่จะ ควบคุม การกระทำและการดำเนินชีวิตของตนเองให้ สอดคล้อง กับเหตุการณ์หรือสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะได้ การที่จะทำความเข้าใจต่อวิธีการดำเนินชีวิตของมนุษย์คนหนึ่ง เราจึงจำเป็นที่จะต้องรู้และเข้าใจต่อระบบความคิดพื้นฐานของคนๆ นั้นอย่างถ่องแท้ เพื่อที่ว่าเราจะสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับเขาได้อย่างสอดคล้องและราบรื่น (รามิล กาญจนดา, 2542: 9)

การใช้ภาษาแสดงความคิด เราสามารถรู้ความคิดของผู้อื่นได้ก็ต่อเมื่อเขาแสดงออกมาเป็นภาษา (ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบหรือสัญลักษณ์ใดก็ตาม) เพราะภาษาเป็น เครื่องมือ ที่มนุษย์เราใช้แสดง ความรู้สึก ความคิด ของตนต่อผู้อื่น โดยในทางกลับกัน เราก็ใช้ภาษาเป็นเครื่องมือในการทำความเข้าใจความรู้สึก ความคิด ของผู้อื่นเช่นเดียวกัน การศึกษาเพื่อทำความเข้าใจว่ามนุษย์ใช้ภาษาอย่างไรจะทำให้เราสามารถรับรู้และเข้าใจความคิดของมนุษย์ได้อย่างถูกต้อง และที่สำคัญจะทำให้เราสามารถติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เมื่อเราเข้าใจความคิดของเขาทั้งหมด (รามิล กาญจนดา, 2542: 9)

ทักษะการคิดสร้างสรรค์แบบใหม่

ในปัจจุบันทักษะการคิดที่เน้นการริเริ่มสร้างสรรค์นั้นเป็นวิธีการคิดที่ได้รับความนิยมแพร่หลายทั่วโลก เพราะสามารถให้ประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับสังคม จนถึงระดับชาติได้ดีมากกว่าวิธีคิดแบบเดิมๆ ที่อาศัยเพียงเหตุผลเท่านั้น เดอ โบโน ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญด้านอายุรศาสตร์ ที่มีชื่อเสียงได้รับการยกย่องให้เป็นผู้นำระดับโลก ในการพัฒนาการสอนทักษะความคิดเชิงสร้างสรรค์ เขาเป็นผู้สร้าง คำว่า ความคิดแนวข้าง (Lateral Thinking) ขึ้นมาจนเป็นที่ยอมรับกันทั่วไป (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 35)

ด้วยเหตุผลที่ว่า แนวความคิดเดิมที่ยึดถือกันมานั้น ไม่เพียงพอที่จะรับมือกับการแก้ปัญหาในปัจจุบันได้ เดอ โบโน จึงเสนอแนวการคิดแบบใหม่ เพื่อเป็นการเสริมกระบวนการคิดที่มีอยู่ให้สมบูรณ์ แข็งแรง และมีประสิทธิภาพมากขึ้นจนพอที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในโลกยุคแห่งการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ แนวการคิดแบบใหม่ที่ เดอ โบโน เสนอนั้น ที่สำคัญก็คือ ความคิดคู่ขนาน (Parallel) พร้อมกับวิธีปฏิบัติจริง ที่เรียกว่า หมวกของความคิดหกใบ (Six Thinking Hats) และความคิดแนวข้าง (Lateral Thinking) อันเป็นแนวคิดที่ชื่อเสียงมาสู่ เดอ โบโน เป็นอย่างมากในฐานะเป็นปรมาจารย์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับการสอนทักษะความคิดสร้างสรรค์ เพราะแนวการคิดแบบใหม่ที่ เดอ โบโน เสนอนั้นล้วนเป็นแนวการคิดที่มีลักษณะสร้างสรรค์และใช้งานได้จริงๆ ในทุกขั้นตอนของชีวิตทั้งสิ้น (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 37)

ในที่นี้ผู้วิจัยขอเสนอ หมวกของความคิดหกใบ (Six Thinking Hats) ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ซึ่งวิธีการคิดมี 2 แบบ คือ วิธีการคิดแบบรับมือหรือตั้งรับ (Coping Thinking) กับวิธีคิดแบบตั้งใจใจคิด (Deliberate Thinking) ดังนี้ (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 45)

1. วิธีการคิดแบบรับมือหรือตั้งรับ เป็นการตอบโต้หรือตอบสนองต่อสัญลักษณ์และสิ่งต่างๆ รอบตัว เหมือนกับการที่เราขับรถไปตามถนน แล้วเห็นสัญญาณจราจรแบบต่างๆ เราก็ปฏิบัติตามนั้น หรือตัวอย่างจากการโต้เถียงปัญหาเรื่องหนึ่ง เราต้องการเอาชนะ เราเสนอความคิดเห็นของเรา พร้อมกับอ้างเหตุผลหรือหลักฐานทั้งหมดเพื่อสนับสนุนความคิดของเรา ถึงแม้ว่าเราจะฟังความคิดเห็นของคู่แข่งของเรา เราก็ทำเพื่อที่จะตอบโต้กลับ หรือเพื่อที่จะจับผิด หาข้อบกพร่องในความคิดเห็นนั้นๆ ในทุกๆ ขณะเราจะโจมตีคู่แข่งหรือปกป้องตัวเราจากคำกล่าวหาของคู่แข่ง ทั้งเราและคู่แข่งต่างตอบโต้กันไปมาอย่างเอาเป็นเอาตาย

2. วิธีการคิดแบบตั้งใจงใจคิด เป็นการคิดแบบสร้างสรรค์ ไม่ใช่การตอบโต้ เพราะในวิธีการคิดแบบนี้ มีการสร้างแผนที่ (Map Making) ซึ่งเป็นการสำรวจตรวจสอบประเด็นเรื่องนั้นๆ แล้วก็ลงมือตัดสินใจด้วยใจ ที่เป็นกลางและด้วยใจที่เปิดกว้าง ตัวอย่างเช่น แทนที่เราจะทำการรับมือหรือตอบโต้กับปัญหาที่เกิดขึ้น เราจะทำแผนที่ง่ายๆ ขึ้นมา โดยการสำรวจข้อมูลต่างๆ ของปัญหาเรื่องนั้นๆ ตอนแรกเราจะดูที่ด้านดีหรือด้านบวกของเรื่องนั้นๆ ก่อน แล้วจดสิ่งต่างๆ ที่สังเกตลงไว้ จากนั้นก็ดูด้านไม่ดีหรือด้านลบ แล้วจดสิ่งต่างๆ ลงไว้ และท้ายสุดก็พิจารณาดูด้านที่เป็นกลางๆ โดยใส่ไว้ในด้านที่น่าสนใจ เมื่อทำแผนที่หรือสำรวจข้อมูลในด้านต่างๆ เสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว เราก็สามารถจะตัดสินใจเลือกหนทางที่ดีที่สุด ในการแก้ปัญหาเรื่องนั้นๆ ได้

เดอ โบ โน (1985) ผู้แนะนำทักษะหมวดความคิดหกใบนี้ได้กล่าวถึงอุปสรรคของการคิดแก้ปัญหาด้วยวิธีแบบเดิมๆ และจุดประสงค์ของหมวดความคิดหกใบที่ต้องการจะแก้ปัญหานี้ว่า อุปสรรคของการคิดก็คือความสับสน เพราะเราพยายามทำหลายๆ อย่าง พร้อมๆ กันมากเกินไป เรามีทั้งอารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ข้อมูลข่าวสาร หลักตรรกะของการคิด ความหวัง และการคิดสร้างสรรค์ มันเหมือนกับการที่เราพยายามเลี้ยงลูกบอลหลายๆ ลูกไปพร้อมๆ กัน (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 46)

จุดประสงค์ของหมวดความคิดหกใบ ก็คือ การแก้ไขความสับสน ในความคิด เพราะผู้คิดจะสามารถใช้ความคิดทีละด้านได้ที่ละครั้ง แทนที่จะพยายามคิดทุกด้านไปพร้อมๆ กันในเวลาเดียวกัน เปรียบได้กับการพิมพ์ที่มีสี ในตอนแรกสีแต่ละสีจะถูกพิมพ์แยกออกจากกัน แต่ในตอนสุดท้าย ก็จะได้สีต่างๆ เหล่านี้เข้ามารวมกันเป็นภาพๆ เดียว

วิธีการคิดแบบหมวกหกใบนี้ได้รับการออกแบบให้เปลี่ยนจากการถกเถียง อ้างเหตุผลมาเป็นการสำรวจตรวจสอบข้อมูล วิธีการแบบนี้จะมีกระบวนการสองขั้นตอน คือ ขั้นแรก คือการทำแผนที่หรือการสำรวจตรวจสอบข้อมูลต่างๆ ของเรื่องนั้นๆ ในหลายแง่มุมอย่างกว้างขวาง และจดข้อสังเกตลงไว้ ขั้นที่สองจะเป็นการตัดสินใจเลือกทางแก้ไขที่ดีที่สุดที่ปรากฏอยู่ในการสำรวจตรวจสอบข้อมูลต่างๆ ที่ทำขึ้นนั้น ถ้าการตรวจสอบข้อมูลทำได้ละเอียดทุกแง่มุมเป็นอย่างดี ทางออกนี้ที่ดีก็จะปรากฏขึ้นมาให้เห็นอย่างเด่นชัด (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 46)

วิธีการคิดหมวกหกใบนั้น เริ่มต้นด้วยการสมมติหมวกสีต่างๆ กันหกใบ สีนั้นเป็นสัญลักษณ์แทนความคิดด้านใดด้านหนึ่ง ผู้คิดจะใช้หมวกแต่ละใบที่ละหน และดำเนินไปตามแบบของความคิดที่หมวกสีนั้นเป็นตัวแทนอยู่ ผู้คิดอาจเลือกหมวกสีใดสีหนึ่งขึ้นมาใส่ หรืออาจถูกขอร้องให้ใส่หมวกสีใดสีหนึ่ง หรืออาจถูกขอร้องให้ถอดหมวกที่ใส่อยู่ออกได้ ทุกคนในที่ประชุมสามารถใส่หมวกหรือแสดงความคิดเห็นในด้านต่างๆ ที่ถูกกำหนดให้ หมวกความคิดหกใบนี้จะครอบคลุมเฉพาะลักษณะสำคัญๆ ของความคิด แต่ไม่ได้ครอบคลุมทุกแง่มุมที่เป็นไปได้ต่างๆ ทั้งหมด สารัตถะของหมวกจะมีสีต่างๆ กันไป สีหมวกแต่ละใบจะเป็นตัวแทนของความคิดแต่ละด้าน ดังนี้ (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 46)

1. หมวกขาว : ข้อเท็จจริงและตัวเลข

ขาวดังกระดาษ กระดาษมีความเป็นกลางและใช้บรรจุข้อมูล หมวกขาวจะเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารต่างๆ อย่างเป็นกลาง โดยไม่ใช้อารมณ์ เมื่อเราใช้หมวกขาว ทุกๆ คนในที่ประชุมจะพุ่งความสนใจไปในการให้ข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องนั้นๆ ข้อมูลใดมีอยู่แล้ว ข้อมูลใดจำเป็นแต่ขาดอยู่ เราได้ข้อมูลที่ต้องการมาได้อย่างไร และมีการจัดคุณภาพของข้อมูล ตั้งแต่ข้อมูลที่หนักแน่น ข้อมูลที่ตรวจสอบได้ ลงไปจนถึงข่าวลือและความคิดเห็นต่างๆ ถ้าข้อมูลใดมีข้อขัดแย้งกันเกิดขึ้น ก็เอาข้อมูลนั้นมาวางเรียงไว้ด้วยกัน แล้วทำการตรวจสอบข้อมูลเหล่านั้นอีกที

2. หมวกแดง : อารมณ์และความรู้สึก

ให้เสรีภาพแก่ผู้ใช้หมวกสีนี้ได้แสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาอย่างเต็มที่ รวมทั้งกลางสังหรณ์ สัญชาตญาณ การหยั่งรู้ ธรรมเนียม ก็สามารถแสดงออกมาในช่วงนี้ได้ถูกต้อง เพราะความรู้สึกเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทรงพลังและมีอยู่จริง ในการแสดงออกซึ่งอารมณ์ความรู้สึก

สัญชาติญาณเหล่านี้ เราไม่จำเป็นต้องหาเหตุผลมาอธิบายสนับสนุน โดยผู้แสดงความรู้สึกนั้นไม่ต้องกล่าวคำขอโทษหรือไม่ต้องรู้สึกผิด

3. หมวกดำ : คอยเตือนภัยและให้ระวังตัว

เป็นหมวกที่ใช้กันมากที่สุด และอาจจะมีคุณค่ามากที่สุดด้วย สีดำเป็นสีเสียผู้พิพากษา ผู้ทำการประเมินสิ่งต่างๆ อย่างสุขุมรอบคอบระมัดระวัง และไม่เพ้อฝัน สีดำแสดงถึงความมืดครึ้ม และด้านลบ หมวกดำจึงหมายถึง ข้อเสีย ด้านลบ และเหตุผล ในการปฏิเสธหมวกดำเป็นเรื่องของการระมัดระวัง การจัดการเกี่ยวกับความเสี่ยง และการวิพากษ์วิจารณ์ ซึ่งเป็นหัวใจของการคิด ถ้าเราไม่ต้องการทำสิ่งที่ผิดพลาด และไม่ต้องการทำอะไรก็ตามที่จะทำให้ตัวเองหรือผู้อื่นเดือดร้อน เราจะใช้หมวกดำเพื่อตรวจตราสิ่งๆ นั้นว่าเหมาะสมกับข้อมูล ประสบการณ์ วัตถุประสงค์ คุณค่า และจริยธรรมที่เรามีอยู่หรือไม่

4. หมวกเหลือง : การคาดการณ์ในทางบวก

หมวกเหลือง หมายถึง ความสว่างไสว และด้านบวก หมวกเหลืองจึงเป็นการมองโลกในแง่ดี ในแง่บวกแสดงถึงความเป็นไปได้ ความหวัง ความมั่นใจว่าทำได้ นอกจากนี้ยังหมายถึงเหตุผลในการยอมรับ เนื่องจากหมวกเหลือง เป็นการอ้างเหตุผลด้านบวก และสีเหลืองเป็นสัญลักษณ์ของแสงแดดและการคิดมองโลกในแง่ดี เมื่อสวมหมวกเหลือง คนทุกคนก็จะคิดไปในแนวเดียวกันนั่นก็คือ คิดในแนวของประโยชน์และคุณค่า นอกจากนี้ หมวกเหลืองยังจะแสดงถึงความพยายามที่จะจัดการหรือทำสิ่งหนึ่งให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

5. หมวกเขียว : ความคิดริเริ่ม

หมวกเขียวเป็นสัญลักษณ์ของความพยายามสร้างสรรค์ ความเขียวก็คือ หญ้า พืช ต้นไม้ ความอุดมสมบูรณ์ ความเจริญเติบโต หมวกเขียวจึงหมายถึงความคิดสร้างสรรค์ ความคิดใหม่ๆ หมวกเขียวจะเป็นตัวเตรียมโอกาสให้กับความพยายามสร้างสรรค์อย่างเต็มที่ ในขอบเขตของหมวกสีเขียวจะมีการแสวงหาความคิดใหม่ๆ และแนวทางการเลือกใหม่ๆ หมวกเขียวจะไปพร้อมกับการกระตุ้นให้คิดริเริ่มแปลกๆ ใหม่ๆ และการเคลื่อนไหวไปข้างหน้าของความคิดต่างๆ ที่สำคัญที่สุดก็คือ หมวกเขียวจะเป็นตัวให้เกิดความเป็นไปได้ต่างๆ ความเป็นไปได้ต่างๆ นี่เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการคิด เพราะพลังของความเป็นไปได้ต่างๆ ไม่ใช่การอ้างเหตุผลนี้เอง ที่ก่อให้เกิดความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีของตะวันตก ความเป็นไปได้ต่างๆ นี้ จะครอบคลุม

ถึง การคิดสร้างสมมติฐานในวิทยาศาสตร์ จะให้กรอบสำหรับมุมมองการรับรู้ และการจัดระเบียบความคิดและข้อมูลต่างๆ จะก่อให้เกิดคิดใคร่ครวญ คาดคะเน (Speculation) ความจริงต่างๆ นอกจากนี้ความเป็นไปได้ต่างๆ ยังก่อให้เกิดการหยั่งเห็นภายใน (Insight) อีกด้วย

6. หมวกฟ้า : ควบคุมกระบวนการคิด

หมวกฟ้า คือหมวกใบสุดท้าย สีฟ้านั้นเยือกเย็น และยังเป็นสีแห่งท้องฟ้า ซึ่งอยู่เหนือสรรพสิ่งทั้งหลายอีกด้วย หมวกสีฟ้าจึงเป็นการมองภาพรวมของสิ่งต่างๆ หมวกสีฟ้าจะเกี่ยวข้องกับการควบคุม และการจัดระเบียบของกระบวนการคิด และขั้นตอนของการใช้หมวกสีอื่นๆ หมวกฟ้า เป็นสัญลักษณ์ของการคิดเหมือนนาทยกษัตริย์ที่พยายามควบคุมวงดนตรีของเขาให้ดีที่สุด ดังนั้นหมวกฟ้าจึงเป็นตัวแทนของการควบคุมกระบวนการความคิดให้ประสานกลมเกลียวกันเป็นอย่างดี ตามธรรมเนียมแล้วผู้ใช้หมวกฟ้า คือประธานผู้ช่วย แต่พวกเราทุกคนก็สามารถที่จะให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับกระบวนการคิดได้ภายใต้หมวกสีฟ้า นอกจากนี้หมวกฟ้ายังหาคำจำกัดความให้แก่เรื่องหรือประเด็นปัญหา โดยตั้งคำถามให้ถูกต้อง พร้อมทั้งตีกรอบประเด็นคำถามให้ถูกต้องด้วย ต่อจากนั้นหมวกฟ้ามีหน้าที่ทำข้อสรุป มองภาพรวมและหาข้อยุติ เมื่อการประชุมสิ้นสุดลง

ประโยชน์ของวิธีการคิดหมวกความคิดหกใบ

แนวความคิดหมวกหกใบประโยชน์ดังต่อไปนี้ (ม.ล.นิพาดา เทวกุล, 2542: 50-51)

- 1) เป็นการคิดแบบคู่ขนาน คือจะไม่มีการทำทลายการไม่เห็นด้วย หรือการโต้แย้ง ถ้อยคำ และความคิดต่างๆ ถูกนำมาเรียงขนานควบคู่กันไป คนทุกคนฟังความสนใจไปในทิศทางเดียวกัน และร่วมมือกันคิดไปพร้อมๆ กัน
- 2) ไม่มีการเมืองและเกมอำนาจ ในหมวกความคิดหกใบนี้จะไม่สามารถมีการโจมตีกันเป็นส่วนตัว หรือการเล่นเกมอำนาจได้ เพราะคนแต่ละคนไม่ใช่คิดเพียงด้านลบของประเด็นเรื่องนั้นๆ เท่านั้น ยังต้องคิดถึงด้านบวกหรือด้านสร้างสรรค์ใหม่ๆ ด้วย
- 3) มีที่และมีเวลาให้กับความคิดสร้างสรรค์ ทุกๆ คนจำเป็นต้องสร้างความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และมีเวลาให้กับทุกคน
- 4) ทำให้มีการระมัดระวังในความคิด เพราะไม่สามารถจะด่วนสรุปได้ ความคิดทุกอย่างต้องผ่านการพินิจพิเคราะห์เป็นอย่างดี ในเวลาที่เหมาะสม ไม่สามารถจะนั่งคิดด้านลบของทุกอย่างได้อย่างได้อีกต่อไป

5) สามารถแสดงความรู้สึก และการหยั่งรู้ เช่น ลางสังหรณ์มาได้อย่างเปิดเผย ซึ่งผิดกับการคิดแบบเก่าที่ไม่สามารถทำเช่นนั้นได้

6) เป็นการแสวงหาคคุณค่า แทนที่ความคิดนั้นจะถูกทิ้งออกไป เพราะค่านึงแต่ด้านเสียเพียงอย่างเดียว หมวกความคิดหกใบมีด้านการคิดแสวงหาคคุณค่าและประโยชน์ในสิ่งๆ นั้นด้วย

7) เป็นการคิดเกี่ยวกับการคิดกำหนดกลไกของการคิด เกี่ยวกับการคิด และวางโครงสร้างของกระบวนการคิด แทนที่จะคิดเรื่อยๆ ไปอย่างเลื่อนลอยไร้จุดหมาย

8) กำจัดความคิดเรื่อง “ตัวเรา ของเรา” ออกไป เพราะเป็นธรรมดาที่คนย่อมไม่คิดด้านดีเกี่ยวกับสิ่งที่ตัวไม่ชอบ หรือไม่พยายามหาข้อเสียของสิ่งที่ตนชอบ แต่หมวกความคิดหกใบกำหนดให้คนแต่ละคนต้องแสดงความคิดเห็นตามแง่มุมที่ได้รับการกำหนด แม้ว่าคนๆ นั้นจะไม่ชอบสิ่งนั้นๆ แต่เมื่อสวมหมวกสีที่กำหนดให้หาคคุณค่าข้อดีของสิ่งนั้นๆ เขาก็จำต้องคิดตาม

9) ทำให้ได้ใช้ภูมิปัญญาอย่างเต็มที่ เพราะในการอ้างเหตุผลแบบเดิมนั้น พลังภูมิปัญญาได้ไปเพียงครึ่งหนึ่งในการมองหาข้อเสียหรือข้อดี แต่วิธีการคิดหมวกความคิดหกใบนี้ พลังภูมิปัญญาทั้งหมดจะถูกนำมาใช้ในความคิดทุกๆ ด้าน ตามข้อกำหนด

10) ทำให้ได้ใช้ความคิดทีละอย่าง ตามธรรมดาในการคิด เราพยายามคิดทุกอย่างไปพร้อมๆ กัน เราคิดสร้างสรรควิพากษ์วิจารณ์หาข้อผิดพลาดทุกอย่างไปพร้อมๆ กัน วิธีการคิดแบบหมวกหกใบจะช่วยทำให้เราพุ่งความสนใจอย่างเต็มที่ไปที่ความคิดแต่ละอย่าง อย่างเหมาะสม เหมือนกับการพิมพ์ภาพสีที่จะพิมพ์สีแต่ละสีแยกกันโดยพิมพ์ทับลงไปบนสีอื่น ๆ

11) เปิดโอกาสให้มีการแสดงความคิดเห็นได้ในหลายแง่หลายมุม การถูกกำหนดให้เปลี่ยนสีหมวกที่ใช้ความคิดแบบต่างๆ ทำให้คนไม่ต้องคิดแต่ในแง่ต้องจับผิดอยู่อย่างเดียว แต่ยังคงต้องสามารถคิดถึงแง่มุมที่สร้างสรรค์ของเรื่องๆ นั้นไปพร้อมๆ กันด้วย

12) วิธีหมวกความคิด ทำให้สามารถจัดระเบียบการคิด พร้อมทั้งมีเครื่องมือในการที่จะพูดถึงเกี่ยวกับการคิดด้วย แทนที่จะปล่อยให้มืออิสระเหลือเฟือในการที่จะคิดอะไรเรื่อยๆ ไป ก็เป็นไปได้ที่จะออกแบบลำดับการคิดที่ให้ผลดีที่สุด ซึ่งจะแตกต่างกันไปแต่ละเรื่อง

13) เสรีภาพ คนในที่ประชุมจะรู้สึกเป็นอิสระในการที่จะต้องสนับสนุนหรือโจมตีความคิดใดความคิดหนึ่งอยู่ทุกๆ ขณะ โดยที่พวกเขาไม่เสรีภาพมากขึ้นในการสำรวจตรวจสอบเรื่องนั้นๆ

แนวคิดเกี่ยวกับการคิดที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถอธิบายเป็นเหตุผลสนับสนุนของวิธีการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการที่สื่อสารไปยังผู้ที่มีปัญหาได้ ซึ่งผู้วิจัยจะนำแนวคิดนี้มาใช้ในการอภิปรายผลของการวิจัยในครั้งนี้

แนวคิดพฤติกรรมกรเปิดรับสารของผู้ฟัง

พฤติกรรมกรเปิดรับสื่อมวลชนของผู้รับสารแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันและเหตุผลก็ย่อมแตกต่างกัน ซึ่ง Merrill และ Lowenstein (1971) ได้สรุปแรงผลักดันให้บุคคลเลือกรับสื่อไว้ว่าเกิดจากปัจจัยพื้นฐาน 4 ประการ คือ

1. ความเหงา

เมื่อบุคคลต้องอยู่ตามลำพัง ไม่สามารถที่จะติดต่อสงสรรค์กับบุคคลอื่นๆ ในสังคมได้ สิ่งที่ดีที่สุดก็คือ การอยู่กับสื่อ ดังนั้น สื่อมวลชนจึงเป็นเพื่อนแก้เหงาได้ และในบางครั้งบางคนก็พอใจที่จะอยู่กับสื่อมวลชนมากกว่าที่จะอยู่กับบุคคล เนื่องจากสื่อมวลชนไม่สร้างแรงกดดันในการสนทนาหรือแรงกดดันทางสังคมให้แก่ตนเอง

2. ความอยากรู้อยากเห็น

ตามธรรมชาติ มนุษย์ทุกคนอยากรู้อยากเห็น โดยเริ่มจากสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวที่สุดไปจนถึงสิ่งที่อยู่ห่างตัวเองมากที่สุดเป็นลำดับ ดังนั้น สื่อมวลชนจึงถือเอาจุดนี้เป็นหลักสำคัญในการเสนอข่าวสาร เพราะสามารถที่จะตอบสนองในสิ่งเหล่านี้ได้

3. ประโยชน์ใช้สอยของตนเอง (Self-aggrandizement)

มนุษย์ทุกคนจะแสวงหาข่าวสารและใช้ข่าวสารให้เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง เป็นการช่วยให้ความคิดของตนบรรลุ เพื่อใช้ข่าวสารที่ได้มาเสริมสร้างบารมี การช่วยให้ตนเองสะดวกสบาย หรือสนุกสนานบันเทิง ซึ่งสื่อมวลชนสามารถให้ในสิ่งเหล่านี้ได้ วิลเบอร์ แชรรมม์ (Wilbur Schramm 1954 : 3-26) ได้ให้หลักทั่วไปอันเป็นเหตุผลของการเลือกว่า คนย่อมจะเลือกสื่อที่ใช้ความพยายามน้อยที่สุด (Least effort) และได้ประโยชน์ตอบแทนที่ดีที่สุด (Promise of reward)

4. ลักษณะเฉพาะ

ลักษณะเฉพาะของสื่อแต่ละอย่าง มีส่วนทำให้ผู้รับสารแสวงหาและได้ประโยชน์ไม่เหมือนกัน ผู้รับสารแต่ละคนย่อมจะเข้าใจในลักษณะเฉพาะบางอย่างจากสื่อที่จะสนองความต้องการและทำให้ตนเองเกิดความพึงพอใจ

ในการที่สื่อมวลชนจะมีอิทธิพลเหนือผู้รับสาร มีสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่ต้องคำนึงถึง คือ ความมีพลัง เบตติงฮาส (Erwin P. Bettinghaus 1980 : 100) ได้สรุปถึงพลังผู้ส่งสารจาก แนวความคิดของจาคอบสัน (Jacobson) ว่า

1. ผู้ส่งสารที่สามารถครอบครองการสื่อสารได้มากจะมีพลังมาก และมีอิทธิพลเหนือผู้อื่นได้มาก
2. ผู้ส่งสารที่มีข้อมูลมากที่สุดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งจะเป็นผู้ส่งสารที่มีพลัง
3. ผู้ส่งสารที่ให้สัญญาณกับผู้รับสารได้ในการเสนอข่าวสารตามที่ผู้รับสารต้องการจะมีอิทธิพลสูง
4. ในกรณีที่ผู้ส่งสารเป็นผู้ที่ประสบผลสำเร็จในชีวิต และเป็นที่ยอมรับหรือนิยมจากผู้อื่น จะเป็นผู้ส่งสารที่มีพลัง

นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้รับสารหลายประการ ซึ่งทำให้ผู้รับสารแต่ละคนมีพฤติกรรมในการเปิดรับสารแตกต่างกัน ได้แก่

1. ความต้องการของผู้รับสาร โดยทั่วไปแล้ว ในการรับข่าวสารของแต่ละบุคคลนั้น จะเป็นไปเพื่อตอบสนองความต้องการของตน ประกอบด้วย
 - 1.1 ต้องการข่าวสารที่เป็นประโยชน์กับตน
 - 1.2 ต้องการข่าวสารที่สอดคล้องกับความเชื่อ ทัศนคติ และค่านิยมของตนเอง
 - 1.3 ต้องการประสบการณ์ใหม่
 - 1.4 ต้องการความสะดวกและรวดเร็วในการรับสาร
2. ความแตกต่างของผู้รับสาร ผู้รับข่าวสารแต่ละคน จะมีลักษณะที่แตกต่างกันในหลาย ๆ ด้าน ได้แก่ อายุ เพศ การศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม
 - 2.1 อายุ อายุหรือวัยเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คนมีความแตกต่างในเรื่องความคิดและพฤติกรรม บุคคลที่มีอายุมากจะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อการติดต่อสื่อสารต่างจากบุคคลที่มีอายุน้อย และบุคคลที่มีอายุน้อยจะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อการติดต่อสื่อสารเปลี่ยนไป เมื่อมีอายุมากขึ้น (Tolela and Myers, 1982 : 5)

โดยทั่วไปแล้ว คนที่มีอายุน้อยมักจะมีความคิดเสรีนิยม (Liberal) ยึดถืออุดมการณ์ (Idealistic) ใจร้อน (Impatient) และมองโลกในแง่ดี (Optimistic) มากกว่าคนที่มีอายุมาก สำหรับคนที่มีอายุมากมักจะมีความคิดอนุรักษนิยม (Conservative) ยึดถือการปฏิบัติ (Pracmatic) ระมัดระวัง (Cautions) และมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic) มากกว่าคนที่มีอายุน้อย สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เนื่องมาจาก คนที่มีอายุมาก มักมีประสบการณ์ในชีวิตซึ่งเคยผ่านยุคปัญหาต่างๆ ตลอดจนความผูกพันที่ยาวนาน และมีผลประโยชน์ในสังคมมากกว่าคนที่มีอายุน้อย นอกจากนั้น โดยปกติแล้วคนที่วัยต่างกันมักมีความต้องการในสิ่งต่างๆ แตกต่างกันไป และมีความสนใจข่าวสารที่แตกต่างกันด้วย (ปรมะ สตะเวทิน, 2533 : 113) ดังนั้น อายุจึงเป็นตัวกำหนดทัศนคติพฤติกรรมการเลือกเปิดรับข่าวสาร และความพึงพอใจในการติดต่อสื่อสารที่แตกต่างกัน

2.2 เพศ ความแตกต่างทางเพศ ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมของการติดต่อสื่อสารที่แตกต่างกัน กล่าวคือ เพศหญิงมีแนวโน้มและมีความต้องการที่จะส่งและรับข่าวสารมากกว่าเพศชาย ในขณะที่เพศชายไม่ได้มีความต้องการที่จะส่งและรับข่าวสารเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่มีความต้องการที่จะสร้างความสัมพันธ์อันดีให้เกิดขึ้นจากการรับและส่งข่าวสารนั้นด้วย (Wilo, goldhabors and Yates, 1980 : 87)

การวิจัยทางจิตวิทยาหลายเรื่องได้แสดงให้เห็นว่า ผู้หญิงกับผู้ชายมีความแตกต่างกันอย่างมาก ในเรื่องความคิด ค่านิยม และทัศนคติ ทั้งนี้เพราะวัฒนธรรมและสังคมกำหนดบทบาทและกิจกรรมของคนทั้ง 2 เพศไว้แตกต่างกัน ผู้หญิงมักจะเป็นคนที่มีจิตใจอ่อนไหว หรือเจ้าอารมณ์ ถูกชักจูงได้ง่าย และหยิ่งถึงจิตใจของคนได้ดีกว่าผู้ชาย ในขณะที่ผู้ชายใช้เหตุผลและจดจำข่าวสารได้มากกว่าผู้หญิง (ปรมะ สตะเวทิน, 2533 : 114)

2.3 สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ หมายถึง อาชีพ (occupation) รายได้ (income) เชื้อชาติและชาติพันธุ์ (race and ethnic group) ตลอดจนภูมิหลังของครอบครัว (family background) ทำให้คนมีวัฒนธรรมที่ต่างกัน มีประสบการณ์ต่างกัน มีทัศนคติ ค่านิยม และเป้าหมายที่ต่างกัน (ปรมะ สตะเวทิน, 2533 : 115) ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมนั้น มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของผู้รับสาร

2.4 การศึกษา เป็นลักษณะอีกประการหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อผู้รับสาร ดังนั้น คนที่ได้รับการศึกษาในระดับที่ต่างกัน ในยุคสมัยที่ต่างกัน ในระบบการศึกษาที่ต่างกัน ในสาขาวิชาที่ต่างกัน ย่อมมีความรู้สึกนึกคิด อุดมการณ์ และความต้องการที่แตกต่างกันไป คนที่มีการศึกษาสูง หรือมีความรู้ดี จะได้เปรียบอย่างมาก ในการที่จะเป็นผู้รับสารที่ดี ทั้งนี้เพราะคนเหล่านี้มีความรู้กว้างขวางในหลายเรื่อง สามารถเข้าใจสารได้ดี แต่คนเหล่านี้มักจะเป็นคนที่ไม่เชื่ออะไรง่ายๆ สารที่ไม่มีหลักฐานหรือเหตุผลสนับสนุนเพียงพอ มักจะถูกโต้แย้งจากคนเหล่านี้ (ปรมะ สตะเวทิน, 2533 : 116) ดังนั้น ผู้ส่งสารจึงต้องตระหนักและระมัดระวังว่าในการให้ข่าวสารนั้น ผู้รับสารมีการศึกษาอยู่ในระดับใด เพื่อจะได้เสนอข่าวสาร คำแนะนำ และบริการ ให้เหมาะสมกับผู้รับสาร

3. ความตั้งใจและประสบการณ์เดิม ในขณะที่มีความตั้งใจจะช่วยให้บุคคลรับรู้ข่าวสารได้ ดีกว่า ดังคำกล่าวที่ว่า เราเห็นในสิ่งที่อยากเห็น และได้ยินในสิ่งที่ต้องการได้ยิน ดังนั้น ความตั้งใจ และประสบการณ์เดิมของผู้รับสาร จึงมีความสำคัญต่อการรับข่าวสารเช่นกัน

4. ความคาดหวังและความพึงพอใจ ความคาดหวังเป็นความรู้สึกที่สะท้อนให้เห็น ถึงความต้องการของคน ในการที่จะดีต่อสภาพแวดล้อม เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการ ส่วนความพึงพอใจในการติดต่อสื่อสาร คือ ความพึงพอใจในข่าวสารที่ได้รับ (information satisfaction) เพราะข่าวสารต่างๆ ที่ได้รับนั้น ผู้รับสารสามารถนำไปใช้ในการตัดสินใจ และการปฏิบัติงานต่างๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ (Evans, 1962 : 772-782)

มนุษย์จะเลือกเปิดรับข่าวสาร จดจำ และนำเสนอหาสาระไปใช้ประโยชน์ในสิ่งที่มีความสอดคล้อง และตอบสนองของความพึงพอใจของตนเอง ตามแนวของทฤษฎีความสอดคล้อง (Congruity Consistency Theory)

ทฤษฎีความสอดคล้อง

ตามแนวความคิดของ Osgood (อ้างใน พัทธนี วรภิน : 2526) กล่าวว่า บุคคลจะมีทัศนคติต่อสิ่งเดียวกันไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการให้ข่าวสารนั้นว่า เขามีทัศนคติต่อผู้ให้สารเช่นไร ถ้ามีทัศนคติที่ดีต่อผู้ให้ข่าวสารนั้น ก็จะทำให้มีทัศนคติที่ดีต่อสารนั้นด้วย จึงจะมีผลต่อการยอมรับ โดยการประเมินค่าจากแหล่งสาร

แนวคิดเกี่ยวกับความสอดคล้องนั้น อาจมีชื่อเรียกต่างๆ กันไป ดังที่ Festinger (อ้างใน พัทธี วรกวิน : 2526) เรียกว่า ทฤษฎีความไม่ลงรอยทางความคิด (Cognitive Dissonance Theory) กล่าวว่า เมื่อมีการตัดสินใจในการเลือก เกิดภาวะความไม่ลงรอยที่จะเลือกเอาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังนั้นจะพยายามลดความไม่ลงรอย โดยพยายามหาข่าวสารสนับสนุนสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือกไว้ และลดความน่าสนใจสิ่งที่ไม่เลือก

จากแนวคิดของ Orgood และ Festinger ชี้ให้เห็นว่า คนที่มีความแตกต่างกันจะมีการเลือกเปิดรับข่าวสาร จดจำ และนำเสนอหาสาระไปใช้ประโยชน์แตกต่างกัน สำหรับองค์ประกอบด้านต่างๆ ในการเลือกรับข่าวสารของผู้รับสารที่แตกต่างกันนั้น Schramm (1973) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. ประสบการณ์ มีผลทำให้ผู้รับสารแสวงหาข่าวสารแตกต่างกัน
2. การประเมินสาระประโยชน์ของข่าวสาร ผู้รับสารแสวงหาข่าวสารเพื่อสนองจุดประสงค์ของตนอย่างใดอย่างหนึ่ง
3. ภูมิหลังแตกต่างกัน ทำให้มีความสนใจต่างกัน
4. การศึกษาและสภาพแวดล้อม ทำให้มีความแตกต่างในพฤติกรรมการเลือกรับสื่อ และเนื้อหาข่าวสาร
5. ความสามารถในการรับสาร เกี่ยวกับสภาพร่างกายและจิตใจที่ทำให้พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสารต่างกัน
6. บุคลิกภาพ ทำให้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ การโน้มน้าวจิตใจ และพฤติกรรมของผู้รับสาร
7. อารมณ์ สภาพทางอารมณ์ของผู้รับสาร จะทำให้ผู้รับสารเข้าใจความหมาย หรืออาจเป็นอุปสรรคของความเข้าใจความหมายของข่าวสารก็ได้
8. ทัศนคติ เป็นตัวกำหนดท่าทีของการรับและตอบสนองต่อสิ่งเร้า หรือข่าวสารที่ได้พบ

Dominick (1990) ได้จำแนกเหตุผลในการเลือกเปิดรับสื่อเพื่อการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ไว้อย่างชัดเจน ดังนี้

1. เพื่อการรับรู้ (Cognitive)

หมายถึง มนุษย์มีความต้องการพื้นฐานในด้านความอยากรู้ และความต้องการได้รับการยอมรับว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ดังนั้น มนุษย์จึงจำเป็นที่จะต้องเข้าใจส่วนประกอบของสังคม โดยกรรับรู้ข่าวสารผ่านสื่อมวลชนในรูปแบบหลัก คือ ข่าว ความรู้ และความบันเทิง

2. เพื่อความหลากหลาย (Diversions)

หมายถึง การเปิดรับสื่อมวลชนเพื่อใช้ตอบสนองความต้องการของมนุษย์ในรูปแบบต่างๆ กันออกไป เช่น

- การกระตุ้นทางอารมณ์ (Stimulation) เป็นการเปิดรับสื่อเพื่อแสวงหาความเข้าใจ ความสนุกสนาน ความตื่นเต้น เพื่อลดความเบื่อหน่ายในชีวิตจริง
- การพักผ่อน (Relaxation) เป็นการเปิดรับสื่อเพื่อผ่อนคลายความเครียดที่เกิดขึ้นหรือลดความเร่งรีบในชีวิตประจำวัน

3. เพื่อประโยชน์ทางสังคม (Social Utility)

หมายถึง ความจำเป็นของบุคคลที่ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ดังนั้น การเปิดรับสื่ออาจแสดงถึงการยอมรับการสมาคมในสังคม (Prosocial) และความผูกพันต่อผู้อื่น ซึ่งอาจแสดงออกได้ดังนี้

- การใช้ภาษาร่วมสมัย (Conversation Currency) ผู้รับสารอาจเปิดรับสื่อเพื่อความต้องการความทันสมัย ต้องการแสดงออกถึงการใช้ภาษา เช่น คำพูดและความเข้าใจต่อค่านิยมใหม่ๆ เพื่อแสดงความเป็นกลุ่มเดียวกัน เป็นพวกเดียวกัน โดยสื่อมวลชนจะเป็นพยานเชื่อมคนกลุ่มเหล่านั้น

- สื่อมวลชนสัมพันธ์ (Parasocial Relationship) มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องการสังคม แต่ในปัจจุบัน การสมาคมกับมนุษย์ด้วยกันนั้น ถูกจำกัดลงด้วยสังคมที่ก้าวหน้าแบบอุตสาหกรรม มนุษย์จึงมักมีสื่อมวลชนเป็นเพื่อน หรืออาศัยสื่อมวลชนในการแสวงหามิตร เช่น สังคมในชุมชนเมือง อย่างเช่นในกรุงเทพฯ ประชาชนส่วนใหญ่อาศัยสิ่งพิมพ์ วิทยุ และโทรทัศน์เป็นเพื่อน มากกว่าการคบกับเพื่อนบ้านด้วยกัน

4. การผลัดจากสังคม (Withdrawal)

มีลักษณะตรงกันข้ามกับเพื่อประโยชน์ทางสังคม เป็นการเปิดรับสื่อเพื่อหลีกเลี่ยงสังคม เช่น การเร่งทำงานให้เสร็จเพื่อจะได้รับชมโทรทัศน์

พิจารณาโดยภาพรวมแล้ว จะเห็นได้ว่า แรงผลักดันที่ทำให้บุคคลเลือกรับสื่อของ Merrill และ Lowenstein และแนวคิดเกี่ยวกับเหตุผลการเลือกเปิดรับสื่อของ Dominick ชี้ให้เห็นว่า แรงผลักดันและเหตุผลเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั่นเอง

ส่วนนักวิชาการสื่อสารมวลชน เช่น McCombs และ Brecker (1979) ได้กล่าวว่า บุคคลใช้สื่อเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง ดังนี้

1. เพื่อต้องการรู้เหตุการณ์ (surveillance) โดยการติดตามและสังเกตความเคลื่อนไหวต่างๆ จากสื่อมวลชน เพื่อให้รู้เท่าทันต่อเหตุการณ์ ให้ทันสมัย และรู้ว่าอะไรเป็นสิ่งสำคัญที่ควรรู้
2. เพื่อช่วยในการตัดสินใจ (decision) ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน โดยการเปิดรับสื่อมวลชน ทำให้บุคคลสามารถกำหนดความเห็นของตนต่อสภาวะหรือเหตุการณ์รอบๆ ตัวได้
3. เพื่อต้องการข้อมูลในการพูดคุยหรือสนทนา (discussions) การเปิดรับสื่อมวลชนทำให้บุคคลมีข้อมูลในการนำไปใช้พูดคุยหรือสนทนากับผู้อื่นในชีวิตประจำวัน
4. เพื่อต้องการมีส่วนร่วม (participating) ในเหตุการณ์และความเป็นไปต่างๆ ที่เกิดขึ้น
5. เพื่อต้องการข่าวสารมาเสริมความคิดเห็น หรือสนับสนุนการตัดสินใจที่ได้กระทำไปแล้ว (reinforcement)
6. เพื่อความบันเทิง (entertainment) เพื่อความเพลิดเพลิน รวมทั้งการผ่อนคลายอารมณ์ (relaxing)

จากแนวคิดที่ได้กล่าวมาข้างต้น เป็นแนวคิดที่แสดงถึงพฤติกรรมพื้นฐานของมนุษย์ เหตุผลที่ทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมการเปิดรับสารที่แตกต่างกัน ซึ่งมาจากความต้องการแตกต่างกัน และหรือลักษณะทางประชากรที่แตกต่างกัน ด้วยเหตุผลนี้ทำให้นักจัดรายการวิทยุต่างๆ จึงจัดรายการโดยคำนึงถึงผู้รับสารหรือผู้ฟังมากขึ้น เพื่อให้ตอบสนองความต้องการของผู้ฟัง และทำให้รายการเป็นที่น่าสนใจยิ่งขึ้น

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการเปิดรับสารมาใช้เป็นแนวทางในการวิจัย เพื่อศึกษาถึงพฤติกรรมการฟังของผู้ฟังรายการ Club Friday และเหตุจูงใจที่

ทำให้เกิดพฤติกรรมการฟังขึ้น โดยศึกษาว่า ผู้ฟังรายการ Club Friday มีลักษณะอย่างไร มีพฤติกรรมการฟังอย่างไรบ้าง เพราะเหตุใดถึงต้องฟังรายการนี้ ผู้ฟังมีความต้องการอะไรบ้าง ด้วยเหตุผลต่างๆ เหล่านี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีนี้มาช่วยในการออกแบบสอบถามในการเก็บข้อมูล ใช้เป็นแหล่งอ้างอิง และใช้เป็นเกณฑ์เพื่อกำหนดตัวแปรต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ให้เหมาะสมกับการศึกษาในครั้งนี้

แนวคิดเกี่ยวกับการคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสาร

การคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสารของเราย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในการสื่อสารของเราทั้งในฐานะผู้ส่งสารและผู้รับสาร เพราะเป็นเครื่องกำหนดว่าเราควรจะสร้างและจัดสารอย่างไรในฐานะผู้ส่งสาร เราควรจะเลือกรับสารของใคร ชนิดใดในฐานะผู้รับสาร การคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสารจะช่วยให้เราเข้าใจคู่สื่อสารได้ดีขึ้น สามารถเตรียมการและปรับการสื่อสารให้เหมาะสมกับคู่สื่อสารได้ ซึ่งจะช่วยทำให้เพิ่มประสิทธิผลของการสื่อสารได้ ทั้งนี้เพราะการสื่อสารจะเกิดขึ้นได้และมีประสิทธิผลมากหรือน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความร่วมมือกัน (commonness) ระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร การคาดคะเนคู่สื่อสารทำให้เราสามารถปรับการสื่อสารของเรา อุดช่องโหว่ในเรื่องความแตกต่างระหว่างเรากับคู่สื่อสาร ทำให้เกิดความร่วมกันมากที่สุด เพื่อให้มีความหมายร่วมกันมากที่สุด (ปรมะ สตะเวทิน, 2546: 102)

การคาดคะเน (expectation) หรือการทำนาย (prediction) ความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสารสามารถกระทำได้ 2 วิธี วิธีแรกคือ การเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่น (empathy) วิธีที่สองคือ การมีความรู้เกี่ยวกับสังคมและวัฒนธรรมของคนอื่น (ปรมะ สตะเวทิน, 2546: 103) ดังนี้

1. การคาดคะเนโดยการเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่น (empathy) คือ

ความสามารถในการเอาตัวเองเข้าไปอยู่ในบุคลิกของคนอื่น (Berlo, 1960: 119) เป็นการมองคนอื่นเหมือนกับว่าเราเป็นตัวคนๆ นั้นเอง จนสามารถเข้าใจถึงสภาพจิตใจภายในของคนๆ นั้น จนกระทั่งสามารถรู้ว่าเขาคิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร จะมีปฏิกิริยาอย่างไร จะมีพฤติกรรมอย่างไร อย่างที่สำนวนไทยเรียกว่า “เอาใจเขามาใส่ใจเรา”

ในเรื่องของการคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคนอื่น โดยเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่นนั้นมีทฤษฎีที่ใช้อธิบายอยู่ 2 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีการวินิจฉัยคนอื่นจากตัวเราเอง (Inference Theory) และทฤษฎีการสวมบทบาทของคนอื่น (Role-Taking Theory) ทั้งสองทฤษฎีเห็นพ้องต้องกันว่า ข้อมูลเบื้องต้นที่ใช้ในการคาดคะเนก็คือ พฤติกรรมของคนที่แสดงออกมาให้ปรากฏ การทำนายสภาพจิตใจภายในของคนอื่นกระทำได้โดยอาศัยพฤติกรรมที่ปรากฏเห็นได้นี้ แต่ทฤษฎีทั้งสองมีความเห็นแตกต่างกันในเรื่องวิธีการทำนาย

1.1 ทฤษฎีการวินิจฉัยคนอื่นจากตัวเราเอง (Inference Theory)

ทฤษฎีนี้อ้างว่าคนสามารถสังเกตพฤติกรรมภายนอกของตนได้โดยตรง และสามารถโยงพฤติกรรมให้เข้ากับสภาพจิตใจภายในของตนได้ เช่น ความรู้สึก ความคิด อารมณ์ เป็นต้น ด้วยกระบวนการเช่นนี้ คนจึงมีความหมาย (ตีความหมาย) สำหรับพฤติกรรมภายนอกของตนได้ และรู้จักตัวเอง (self) ว่าเป็นใคร มีความรู้สึกนึกคิดอย่างไร เมื่อแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วมีความหมายว่าอย่างไร ดังนั้นเมื่อทำการสื่อสารกับคนอื่น ก็จะสังเกตพฤติกรรมภายนอกของคนอื่น แล้วตีความหมายพฤติกรรมนั้น โดยยึดตัวเองเป็นหลักว่าเมื่อเราแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น เรามีความรู้สึกในจิตใจอย่างไร หมายความว่าอย่างไร จากนั้นก็วินิจฉัยความรู้สึกของคนอื่นที่แสดงพฤติกรรมเช่นนั้นว่าเขามีความรู้สึกอย่างไร มีความหมายอย่างไร เมื่อคนนั้นแสดงพฤติกรรมอย่างเดียวกับเรา เขาก็ควรจะมีความรู้สึกและมีความหมายเช่นเดียวกับเรา เป็นการทำนายจิตใจของคนอื่นโดยอาศัยความเหมือนกันระหว่างพฤติกรรมของคนอื่นกับพฤติกรรมของเรา เช่น เมื่อเราทุบโต๊ะ เราแสดงความรู้สึกโกรธ เมื่อเราเห็นใครทุบโต๊ะ เราก็ตัดสินว่าเขาโกรธเช่นกัน

1.2 ทฤษฎีการสวมบทบาทของคนอื่น (Role-Taking Theory)

ทฤษฎีนี้เริ่มต้นด้วยการอธิบายความคิดเรื่องตัวเอง หรือการรู้จักตัวเอง (self) ของคน โดยเริ่มจากทารก ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ทารกที่เกิดใหม่ไม่สามารถแยกความแตกต่างของคนได้ ทารกไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างตัวเองกับคนอื่น ไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างคนหนึ่งกับอีกคนหนึ่งได้ ในการที่จะรู้จักตัวเองทารกต้องมองตัวเองประหนึ่งว่าตัวเองเป็นสิ่งของอย่างหนึ่ง ต้องกระทำต่อตนเองเสมือนกระทำต่อสิ่งของอื่นๆ หรือต่อคนอื่นๆ เป็นการมองตัวเองจากภายนอกเหมือนคนอื่นมองตัวทารก การมองตัวเองว่าเป็นสิ่งของอย่างหนึ่ง และการรู้จักตัวเองนั้นเกิดจากการที่ทารกได้ทำการสื่อสารกับคนอื่น

การสื่อสารกับคนอื่นจึงเริ่มจากการเลียนแบบพฤติกรรมของคนอื่น เมื่อโตขึ้นก็เพิ่มพฤติกรรมในการสวมบทบาทของคนอื่นมากขึ้น เพิ่มการกระทำต่อตนเองเหมือนกับที่คนอื่นกระทำต่อตนมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็เรียนรู้การสร้างและการใช้ significant symbols ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ที่ตนเองและคนอื่นมีความหมาย ด้วยความสามารถในการสร้างและการใช้ เด็กเริ่มเข้าใจบทบาทที่ตนสวม เริ่มเข้าใจความหมายว่าทำไมคนอื่นจึงกระทำต่อตนเช่นนั้น เริ่มเอาตัวเองเข้าไปใส่ในตัวคนอื่น มองตัวเองจากสายตาของคนอื่น

เมื่อเติบโตขึ้นมาอีกก็ได้เข้าร่วมในกิจกรรมกลุ่มต่อไปในชีวิต ได้สวมบทบาทของคนต่างๆ มากมาย ในการสวมบทบาทของคนอื่นๆ นี้เรามองตัวเองเหมือนกับที่คนอื่นฯ มองเขา เขามองตัวเองเหมือนมองสิ่งของอย่างหนึ่ง จากการสวมบทบาทของคนอื่นๆ อยู่ตลอดเวลาที่ละน้อย คนเราก็เริ่มกำหนดลักษณะโดยทั่วไปของบทบาทของคนอื่น เริ่มเข้าใจว่าคนอื่นปฏิบัติอย่างไร ตีความหมายของพฤติกรรมอย่างไร กระทำต่อตนอย่างไร เกิดความคิดเรื่องคนโดยทั่วไป เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับบทบาทของคนอื่นที่ปฏิบัติกันโดยทั่วไป หรือปฏิบัติเหมือนๆ กันในกลุ่มเดียวกัน

คนแต่ละคนได้พัฒนาความคิดเรื่องคนโดยทั่วไป โดยอาศัยจากประสบการณ์ของเราที่ได้ประสบในสังคมและการสวมบทบาทของคนอื่น ความคิดเรื่องคนโดยทั่วไปทำให้เราสามารถกำหนดพฤติกรรมของเราได้ว่า เราควรจะทำปฏิบัติอย่างไรในสถานการณ์ต่างๆ สิ่งนี้ทำให้เกิดความคิดเรื่องตัวเอง (self-concept) ทำให้เรารู้จักตัวเอง ความคิดเรื่องตัวเอง หรือการรู้จักตัวเอง จึงเกิดจากการสื่อสารกับคนอื่น การสวมบทบาทของคนอื่น การปฏิบัติต่อตนเองเสมือนว่าตนเองเป็นสิ่งของอย่างหนึ่ง และการเรียนรู้ว่าคนโดยทั่วไปเขาปฏิบัติกันอย่างไร

ดังนั้นความแตกต่างระหว่างทฤษฎีทั้งสอง จึงอยู่ที่ว่า ในทฤษฎีการสวมบทบาทของคนอื่น (Role-Taking Theory) นั้น การรู้จักตัวเอง (self) เกิดจากการสื่อสารกับคนอื่น โดยการสวมบทบาทของคนอื่น จึงทำให้เราสามารถเอาตัวเราเข้าไปใส่ในตัวคนอื่น เอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่น (empathy) ได้ ในขณะที่ทฤษฎีการวินิจฉัยคนอื่นจากตัวเราเอง (Inference Theory) ถือว่าเรารู้จักตัวเอง (self) ก่อน ในการเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่น (empathy) นั้นกระทำโดยการเอาตัวเข้าไปวินิจฉัยความรู้สึกภายในคนอื่น

2. **ความรู้เกี่ยวกับสังคมและวัฒนธรรมของคนอื่น** การทำนายหรือการคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคนอื่นโดยการเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่น (empathy) นั้น สามารถใช้ได้กับการสื่อสารบางสถานการณ์ เช่น การสื่อสารกับคนที่เราค้นเคย เคยทำการสื่อสารกันมาก่อน เป็นการสื่อสารกับคนไม่มากนักในเวลาเดียวกัน เป็นต้น สำหรับในสถานการณ์อื่นๆ ซึ่งไม่เหมาะสมที่จะใช้การทำนาย หรือคาดคะเนโดยการเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่น (empathy) นั้น เราสามารถทำนาย หรือคาดคะเนความรู้สึกและพฤติกรรมของคนอื่นได้ โดยอาศัยความรู้เกี่ยวกับสังคมและวัฒนธรรมของคนนั้นๆ (Social of social-cultural system) ความรู้ของเราเกี่ยวกับสังคมและวัฒนธรรมของคู่สื่อสาร ช่วยให้เราสามารถทำนาย ความเชื่อ ความรู้ และพฤติกรรมของคู่สื่อสารได้

การที่เรามีความรู้เกี่ยวกับสังคมของบุคคล ทำให้เราได้ทราบว่าวัฒนธรรมของสังคมจะทำให้คนมีพฤติกรรมอย่างไร มีค่านิยมอย่างไร มีการแสดงออกอย่างไร มีความคิดอย่างไร ทำให้เราทราบว่า เมื่อคนผู้นั้นมีบทบาท ตำแหน่ง ชั้น หน้าที่ความรับผิดชอบ ศักดิ์ศรีหรือความนิยมนับถือที่สังคมกำหนดและสมาชิกคนอื่นของสังคมมอบหมายให้แล้ว เขาจะมีพฤติกรรมและทัศนคติอย่างไร มีความรู้อย่างไร จะทำการสื่อสารอย่างไร จะตีความหมายสารอย่างไร จะจัดสารอย่างไร

แม้เราไม่รู้จักเขาเป็นการส่วนตัว ไม่เคยทำการสื่อสารกับเขามาก่อน ไม่รู้ทัศนคติ ความรู้ทักษะในการสื่อสารของเขามาก่อน เรายังสามารถทำนายหรือคาดคะเนคนอื่นได้ค่อนข้างถูกต้อง โดยอาศัยความรู้เกี่ยวกับสถานภาพทางสังคมของบุคคล

ในการทำการสื่อสารซึ่งเราจำเป็นต้องอาศัยการคาดคะเน หรือทำนายความรู้สึกและพฤติกรรมของคู่สื่อสารนั้น การคาดคะเนหรือการทำนายของเราควรจะต้องอาศัยทุกสิ่งทุกอย่างที่เราเกี่ยวข้องกับคู่สื่อสารของเรา เพื่อให้การทำนายหรือคาดคะเนของเรามีความถูกต้องมากที่สุด แต่พึงระลึกไว้เสมอว่า สิ่งที่เรารู้เกี่ยวกับคู่สื่อสารของเรานั้น เราไม่รู้หมด ดังนั้น เราจึงไม่มีทางที่จะคาดคะเนหรือทำนายคู่สื่อสารของเราได้อย่างตรงเผง (complete accuracy) (ปรมะ สตะเวทิน, 2546: 110)

ทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ (The Uses and Gratifications Theory)

ทฤษฎีการใช้สื่อเพื่อประโยชน์และความพึงพอใจ เป็นทฤษฎีที่ให้ความสำคัญกับผู้รับสาร ในฐานะเป็นผู้ใช้สื่อประเภทต่างๆ และเลือกรับเนื้อหาเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง

การเลือกเปิดรับสื่อของบุคคลขึ้นอยู่กับลักษณะความต้องการ และสภาพแวดล้อมทาง เศรษฐกิจและสังคม ความกดดันของปัญหาต่างๆ จะเป็นแรงจูงใจให้เลือกเปิดรับสื่อที่สนองความ ต้องการและความพึงพอใจของตน Palmgreen, Wenner และ Rosengren (1985) ได้สรุป ลักษณะที่สำคัญของทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจไว้ดังนี้

1. ผู้รับสารเป็นผู้แสวงหาข่าวสาร และมีความกระตือรือร้น
2. ผู้รับสารเลือกใช้สื่ออย่างมีเป้าหมาย
3. สื่อแต่ละชนิดมีการแข่งขันในการตอบสนองความพึงพอใจ
4. สภาพแวดล้อมของผู้รับสารจะเป็นตัวกำหนดความต้องการและโอกาสในการ เปิดรับสื่อ
5. การเปิดรับสื่อสามารถตอบสนองความพึงพอใจในระดับต่างๆ
6. เนื้อหาของสื่อจะไม่สามารถตอบสนองความพึงพอใจของผู้รับสารได้คงที่ หรือ ถูกต้องสมบูรณ์เสมอไป
7. ลักษณะโครงสร้างพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมของสื่ออาจจะสนองความ ต้องการและความพึงพอใจแตกต่างกันในแต่ละช่วงของเหตุการณ์และเวลา
8. ความพึงพอใจของผู้รับสารจากการเปิดรับสื่อ เนื้อหาของสื่อ ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์ และเวลาขณะที่เปิดรับสื่อ

การศึกษาเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจต่อสื่อที่ได้รับการพัฒนาขึ้น เป็นอีก แนวทางหนึ่งของการวิจัยสื่อสารมวลชน ผู้รับสารในทางการสื่อสารมวลชนจะหมายถึง กลุ่มผู้รับ สารทั่วไป (audience) ซึ่งเป็นใครก็ได้ที่สามารถเข้าถึงสื่อวิทยุกระจายเสียง หนังสือพิมพ์ สิ่งพิมพ์ ซึ่งแต่เดิมงานวิจัยจะมุ่งศึกษาผู้รับสารในฐานะที่เป็นฝ่ายถูกป้อนข่าวสารฝ่ายเดียว แต่ต่อมาพบว่า ผู้รับสารไม่ใช่ผู้ถูกกระทำ (passive person) หรือถูกป้อนฝ่ายเดียว ที่ต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือทัศนคติไปตามผลที่ได้รับจากสื่อ แต่เป็นบุคคลผู้กระทำ (active person) หรือมีบทบาทใน ลักษณะการเลือกสรรและได้ตอบข่าวสาร ที่มีความปรารถนาจะเลือกใช้สื่อเพื่อสนองความพอใจ ส่วนตัว

การศึกษาในด้านนี้มีผู้ที่สนใจศึกษากันมากขึ้น โดยเริ่มจาก คาทซ์ (Katz) เป็นคนแรกที่มีความเห็นว่า งานวิจัยเกี่ยวกับ “ผล” หรืออิทธิพลของสื่อที่มีต่อบุคคลนั้น ควรให้ความสนใจลดน้อยลง แต่ควรให้ความสนใจต่องานวิจัยเกี่ยวกับ “การใช้สื่อ” ของบุคคลให้มากขึ้น โดย คาทซ์ชี้ให้เห็นว่าสื่อจะไม่มีอิทธิพลต่อบุคคลที่ไม่เลือกใช้สื่ออย่างแน่นอน และการเลือกใช้นั้นก็สืบเนื่องมาจากเหตุผลทางจิตวิทยาและความต้องการทางสังคมของแต่ละบุคคลนั้นๆ

เดวิสสัน (Davison) เป็นอีกผู้หนึ่งที่ทำให้การสนับสนุนแนวคิดของคาทซ์ โดยให้ข้อคิดว่าบุคคลต่างๆ คนมีความเกี่ยวพันอย่างยิ่งต่อสังคมและสภาพแวดล้อมรอบๆ ตัว ซึ่งสภาพแวดล้อมดังกล่าวเป็นสาเหตุให้แต่ละบุคคลมีความต้องการเลือกใช้สื่อ หรือเลือกรับข่าวสาร เพื่อสนองความพอใจ และสอดคล้องกับความต้องการของสังคม (เมตตา กฤตวิทย์, พัทณี เขยจรรยา, และถิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์ 2530 : 123)

การวิจัยการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจจากสื่อในยุคเริ่มแรกที่น่าสนใจ มีงานวิจัยของคาทซ์ (Katz) และคณะ (1973) ศึกษาข้อมูลจากผู้ใช้สื่อในประเทศอิสราเอล โดย คาทซ์ (Katz) และคณะ (1973) ได้สร้างมาตรวัดความต้องการทางด้านจิตใจและสังคมมนุษย์ขึ้น โดยนำเอาองค์ประกอบ 3 อย่าง มารวมกันเข้าเป็นความต้องการในแง่ต่างๆ องค์ประกอบนี้ ได้แก่

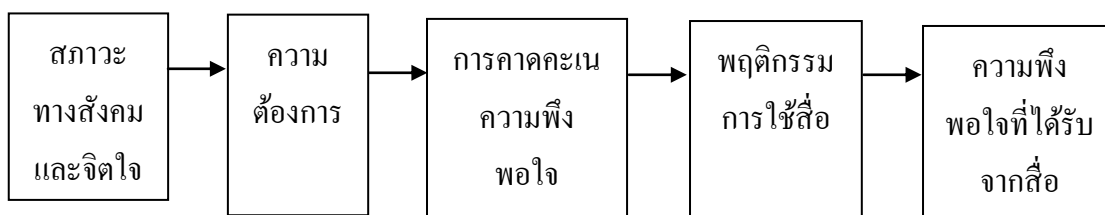
1. Mode คือ ลักษณะของความต้องการ เช่น
 - 1.1 ต้องการให้เพิ่มมากขึ้น
 - 1.2 ต้องการให้ลดน้อยลง
 - 1.3 ต้องการให้ได้มา
2. Connection คือ จุดประสงค์ของการติดต่อของบุคคลต่อสิ่งภายนอก
 - 2.1 การติดต่อเพื่อรับข่าวสาร ความรู้
 - 2.2 การติดต่อเพื่อความพอใจ เพื่อประสบการณ์ทางอารมณ์
 - 2.3 การติดต่อเพื่อความเชื่อถือ ความมั่นใจ ความมั่นคง และสถานภาพ
 - 2.4 การติดต่อเพื่อเชื่อมโยงความสัมพันธ์
3. Referent คือ บุคคลหรือสิ่งภายนอกที่มนุษย์โยงการติดต่อไปสู่ ได้แก่
 - 3.1 ตนเอง
 - 3.2 ครอบครัว
 - 3.3 เพื่อนฝูง

- 3.4 สังคม รัฐบาล
- 3.5 ขนบประเพณี วัฒนธรรม
- 3.6 โลก
- 3.7 สิ่งภายนอกอื่นๆ ที่มีความหมายน้อยลง

จากองค์ประกอบทั้งสามนี้ คาทซ์ (Katz) และคณะ (1973) ได้สร้างข้อความแสดงความต้องการ (Needs) ของบุคคลขึ้นจำนวนหนึ่ง เพื่อชี้ให้เห็นถึงความต้องการของบุคคล ซึ่งสามารถใช้สื่อต่างๆ ตอบสนองให้ความพึงพอใจ (Gratifications) และได้้นำข้อความชี้ความต้องการของบุคคลเหล่านี้มาสร้างมาตรวัด (Rating Scale) ระดับของการตระหนักในความสำคัญของความต้องการแต่ละอย่างของบุคคล (Individual's Need Salience) โดยใช้มาตรวัด 4 ระดับ คือ สำคัญมาก สำคัญพอใช้ ไม่ค่อยสำคัญนัก ไม่สำคัญเลย

นอกจากนี้ คาทซ์ และคณะ ยังได้วัดระดับของความพอใจ (Gratifications) ที่ผู้รับสารได้รับจากสื่อประเภทต่างๆ โดยสร้างมาตรวัดความพอใจที่สื่อมวลชนให้กับผู้รับสาร เช่น มาตรวัดความพอใจของผู้ฟังรายการวิทยุจะตั้งคำถามว่า รายการวิทยุสามารถช่วยในการตอบสนองความต้องการของผู้ฟังได้มากน้อยเพียงใด (1) ช่วยได้มาก (2) ช่วยได้พอควร (3) ไม่ค่อยช่วยนัก (4) ไม่ได้ช่วยเลย และยังถามประกอบด้วยว่า ถ้าสื่อเหล่านี้ไม่ได้ความพอใจตามที่ต้องการแล้ว มีอะไรบ้างที่สนองความต้องการเหล่านั้นได้

ต่อมา คาทซ์ และคณะ ได้อธิบายการใช้สื่อเพื่อตอบสนองความพึงพอใจไว้ว่า สภาวะสังคมและจิตใจที่แตกต่างกันนั้น ทำให้บุคคลมีความต้องการแตกต่างกันไป และความต้องการที่แตกต่างกันนี้เอง ก็ส่งผลไปยังความคาดหวังในสื่อเพื่อการตอบสนองความพอใจแตกต่างกัน ดังนั้น ลักษณะการใช้สื่อของบุคคลที่มีความต้องการไม่เหมือนกัน ก็จะมี ความแตกต่างกันด้วย สุดท้ายความพึงพอใจที่ได้รับจากการใช้สื่อก็จะต่างกันไป ซึ่งสามารถแสดงให้เห็นในรูปแบบจำลองดังนี้



McCombs (1979) กล่าวถึง ความพึงพอใจ (Gratifications) ว่า คนเรามีเหตุผลในการเลือกใช้สื่อหรือเปิดรับสื่อมวลชนแตกต่างกันไป และเหตุผลนั้นทำให้คนเลือกที่จะใช้สื่อมวลชนต่างประเภทกัน คำว่าเหตุผลในที่นี้ หมายถึง อะไรบางอย่างที่สื่อมวลชนนั้นๆ สามารถตอบสนองและสร้างความพอใจให้แก่บุคคลนั้นได้ ซึ่งก็เป็นเรื่องเฉพาะบุคคล และนี่คือสิ่งที่เรียกว่า ความพึงพอใจ (Gratifications)

Rosengren (1985) ได้กล่าวว่า ประโยชน์ (Uses) มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจ (Gratifications) ในแง่ที่ประโยชน์สามารถนำไปสู่ความพึงพอใจ และความพึงพอใจเองก็อาจได้รับประโยชน์ เพราะฉะนั้นในการวิจัยอาจจะศึกษาเฉพาะตัวใดตัวหนึ่ง โดยมีเป้าหมายถึงทั้งสองตัวก็ได้

การใช้สื่อเพื่อความพึงพอใจอาจจะขึ้นอยู่กับการใช้ประโยชน์ในการตอบสนองความต้องการ ซึ่ง Berger (1982) ได้แบ่งการตอบสนองความต้องการไว้ดังนี้

1. เพื่อความสนุกสนาน
2. สื่อจะสอนลักษณะการวางท่าทางและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ ซึ่งแสดงถึงอำนาจ
3. สอนประสบการณ์ที่งดงาม
4. สอนถึงการอยู่ร่วมกันของสมาชิกในชุมชน
5. สนองความพึงพอใจในการอยากรู้ อยากเห็นในข่าวสารต่างๆ
6. ทำให้รู้จักการปฏิบัติตนตามหน้าที่ และมีการวางแผนงาน
7. เพื่อความเพลิดเพลิน
8. ทำให้รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
9. สร้างอารมณ์ต่างๆ
10. ทำให้เกิดการเลียนแบบ
11. สร้างบุคลิกภาพและลีลาของตัวเอง
12. ได้รับข่าวสารต่างๆ ส่วนของโลก
13. เป็นแรงเสริมย้ำความเชื่อด้านยุติธรรม
14. เป็นแรงเสริมย้ำความเชื่อด้านความรัก
15. ทำให้เกิดการเรียนรู้ความผิดพลาดของผู้อื่น
16. สอนให้เกิดความภาคภูมิใจในประวัติศาสตร์

17. แสดงจินตนาการความสัมพันธ์ทางเพศของหนุ่มสาว

18. เพื่อความตื่นตัว

คาร์ทซ์, บลัมเมอร์ และกรูวิทซ์ (Katz, Blumler and Gurevitch, 1974) ได้ให้แนวความคิดเกี่ยวกับสังคมที่มีบทบาทในการกำหนดความต้องการและความพึงพอใจของบุคคลไว้ดังนี้

1. บุคคลได้รับแรงกดดัน ความตึงเครียด ความขัดแย้งทางสังคม ทำให้บุคคลต้องการผ่อนคลายแรงกดดันต่างๆ โดยการบริโภคสื่อมวลชน

2. สถานการณ์ทางสังคมเป็นตัวสร้างให้ปัจเจกบุคคลต้องตระหนักในปัญหา จึงมีความต้องการที่จะแสวงหาข่าวสารจากสื่อ

3. โอกาสที่ปัจเจกบุคคลจะได้รับการตอบสนองความพึงพอใจตามความต้องการจากสถานการณ์ทางสังคมมีน้อยมาก ดังนั้นสื่อมวลชนจะเป็นตัวเสริมหรือทดแทนบริการต่างๆ ที่ขาดหายไปจากสังคม

4. การบริโภคข่าวสารจากสื่อทำให้สอดคล้องกับค่านิยม การเป็นสมาชิกและการเสริมสร้างความเชื่อของสังคม

5. สถานการณ์ทางสังคมจัดขอบเขตของความคาดหวัง ความคล้ายคลึงกัน ดังนั้นการเปิดรับสื่อมวลชนจะเป็นตัวสนับสนุนการเป็นส่วนหนึ่งของค่านิยมของกลุ่มในสังคม

การศึกษาเรื่องเกี่ยวกับการใช้สื่อเพื่อประโยชน์และความพึงพอใจ ได้มีผู้ที่ให้แนวความคิดเอาไว้มากมาย ซึ่ง Wenner (1982) ได้รวบรวมผลงานวิจัยเหล่านั้นออกมา และแบ่งความพึงพอใจออกเป็นกลุ่ม ดังนี้

1. การใช้ข่าวสารเพื่อประโยชน์ทางด้านข้อมูล (Orientational Gratification)

เป็นการใช้ข่าวสารเพื่ออ้างอิง และเพื่อเป็นแรงเสริมย้ำในความสัมพันธ์ระหว่างปัจเจกบุคคลกับสังคม รูปแบบของความต้องการที่แสดงออกมา ได้แก่ การติดตามข่าวสาร (Surveillance) การได้มาซึ่งข้อมูลเพื่อช่วยในการตัดสินใจ (Decisional Utility) หรือเพื่อช่วยในการลงคะแนนเสียง เลือกตั้ง (Vote Guidance)

2. การใช้ข่าวสารเพื่อเชื่อมโยงระหว่างข้อมูลเกี่ยวกับสังคม (Social Gratification)

เป็นการนำข่าวสารที่รับรู้ไปเข้าเครือข่ายส่วนบุคคลของปัจเจกชน เช่น การนำข้อมูลไปใช้ในการสนทนากับผู้อื่นเพื่อการชักจูงใจ เป็นต้น

3. การใช้ข่าวสารเพื่อดำรงเอกลักษณ์ของบุคคล (Para – Social Gratifications)

เป็นการใช้ข่าวสารเพื่อการอ้างอิงผ่านตัวบุคคลเกี่ยวข้องกับสื่อ หรือปรากฏในเนื้อหาของสื่อ เช่น การยึดถือ หรือความชื่นชมผู้อ่านข่าวเป็นแบบอย่างในทางพฤติกรรม

4. การใช้ข่าวสารเพื่อประโยชน์ในการลดหรือผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์ (Para – Oriemtational Gratifications)

เป็นการใช้ข่าวสารในการปกป้องตนเอง เช่น การใช้เวลาหมดไป เพื่อความเพลิดเพลิน สนุกสนาน เพื่อหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ไม่พึงพอใจอย่างอื่น เป็นต้น

สำหรับในประเทศไทย ศิริชัย ศิริกายะ และกาญจนา แก้วเทพ (2531) ได้ศึกษาชุดตัวแปรความต้องการที่ผู้รับสารต้องการจากสื่อมวลชนที่ McQuail และคณะได้สร้างไว้ และนำมาปรับปรุงใหม่เพื่อให้สอดคล้องกับการใช้สื่อมวลชนโดยผู้รับสาร ดังนี้

1. ความต้องการสารสนเทศ

1.1 เพื่อทราบถึงเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง สภาพปัจจุบันที่อยู่รอบตัว และสภาพปัจจุบันของสังคมและโลก

1.2 เป็นเครื่องมือในการแสวงหาข้อแนะนำในการปฏิบัติ หรือความคิดเห็นและการตัดสินใจ

1.3 สนองความอยากรู้อยากเห็น และสนองความสนใจ

1.4 ให้การเรียนรู้ เป็นการศึกษาด้วยตนเอง

1.5 สร้างความรู้สึกที่มั่นคง โดยใช้ความรู้ที่ได้มาจากสื่อมวลชน

2. ความต้องการสร้างควมมีเอกลักษณ์ให้แก่บุคคล

2.1 ให้แรงเสริมแก่ค่านิยมส่วนบุคคล

2.2 ให้ตัวแบบทางพฤติกรรม

2.3 แสดงออกร่วมกับค่านิยมของคนอื่นๆ (ในสื่อมวลชน)

2.4 มองทะลุลึกเข้าไปภายในตนเอง

3. ความต้องการรวมตัวและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

- 3.1 มองทะลุเข้าไปในสภาพแวดล้อมของผู้อื่น
 - 3.2 แสดงออกร่วมกับผู้อื่น และเกิดความรู้สึกในลักษณะที่เป็นเจ้าของ
 - 3.3 นำไปใช้ในการสนทนาและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
 - 3.4 ใช้แทนเพื่อน
 - 3.5 ช่วยในการดำเนินตามบทบาททางสังคม
 - 3.6 สร้างสายสัมพันธ์กับครอบครัว เพื่อน และสังคม
4. ความต้องการความบันเทิง
 - 4.1 การหลีกเลี่ยง หรือหลีกเลี่ยงจากปัญหาต่างๆ
 - 4.2 การผ่อนคลาย
 - 4.3 ได้วัฒนธรรมที่เป็นของแท้ ได้รับความสนุกสนานทางสุนทรีย์
 - 4.4 ได้มีอะไรทำเพื่อใช้เวลาให้หมดไป
 - 4.5 ปลดปล่อยอารมณ์
 - 4.6 เป็นการกระตุ้นทางเพศ

จากทฤษฎีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจ จะเห็นได้ว่าผู้รับสารเป็นบุคคลที่กระทำ ไม่ใช่ผู้ถูกกระทำ ในการเลือกใช้สื่อต่างๆ ที่ตนมีความต้องการและตนมีความพึงพอใจ เพื่อตอบสนองในด้านต่างๆ ของผู้รับสาร ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีนี้มาใช้เป็นแนวทางในการศึกษา มาเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาถึงการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการวิทยุ Club Friday เพื่อต้องการศึกษาว่าผู้ฟังมีความต้องการ มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจอย่างไรในการฟังรายการ Club Friday ซึ่งทฤษฎีนี้สามารถอธิบายและให้คำตอบต่อการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยต่างประเทศ

โจเซฟ แคลปเปอร์ (Joseph Klapper, 1960) ได้ศึกษาถึงความพึงพอใจในการใช้สื่อของแม่บ้านชาวอเมริกัน ถึงการเลือกรับฟังรายการละครวิทยุ พบว่า การฟังรายการละครวิทยุตอบสนองความต้องการโดยการระบายอารมณ์ และทำให้ได้เรียนรู้ชีวิต และวิธีการที่จะจัดการกับปัญหาชีวิตของตน

งานวิจัยในประเทศ

ชาคริต สุดสายเนตร (2539) ได้ทำการศึกษาวิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวลต่อความตายของผู้ป่วยโรคเอดส์ ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาวิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวลต่อความตาย ในรูปแบบของการให้การปรึกษา ซึ่งใช้แนวทางวิธีการสื่อสารโดยผู้ให้การปรึกษานับสนุนให้ผู้ป่วยมีกำลังใจ และส่งเสริมให้ผู้ป่วยเกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง เมื่อติดตามผู้ป่วยไประยะหนึ่งหลังจากให้การปรึกษาพบว่าผู้ป่วยสามารถผ่อนคลายความวิตกกังวล โดยเงื่อนไขบุคลิกภาพของผู้ป่วย การเปิดเผยสภาพ การได้รับการยอมรับ และความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับบุคคลในครอบครัว ก็เป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งในการช่วยให้ผู้ป่วยผ่อนคลายความวิตกกังวลด้วย

จุมพล ผ่องนัยเลิศ (2545) ศึกษาเรื่องทักษะการสื่อสารและกลวิธีการสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจของผู้นำเยาวชนชนด้านการป้องกันยาเสพติด ผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 ทักษะการสื่อสารแบ่งได้เป็น 2 แบบใหญ่ๆ คือ ทักษะการสื่อสารแบบวัจนภาษาซึ่งได้แก่ รูปแบบการสนทนาเป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร รูปแบบการบรรยาย รูปแบบการตอบปัญหา รูปแบบการวางกฎบังคับ รูปแบบกิจกรรม และทักษะการสื่อสารแบบอวัจนภาษาซึ่งได้แก่ แบบแสดงภาษากาย กับแบบการนิ่งเงียบ ส่วนที่ 2 กลวิธีการสื่อสารเพื่อโน้มน้าวใจของผู้นำเยาวชนชนด้านการป้องกันยาเสพติด พบว่าผู้นำเยาวชนชุดอบรมมีการใช้กลวิธีในการอบรม 10 วิธี ได้แก่ การยกอุทาหรณ์ การอุปมาอุปไมย การใช้อุปกรณ์การสอน การทำเป็นตัวอย่าง การเล่นภาษา อุบายเลือกคน การรู้จักจังหวะและโอกาส ความยืดหยุ่นในการใช้วิธีการ การลงโทษและการให้รางวัล และกลวิธีแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

พิมพรรณ อินทรพิมล (2548) ศึกษาถึงวิธีการสื่อสารของสถานีวิทยุชุมชนบ้านจำรุง และการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมของประชาชนเพื่อการพัฒนาชุมชนบ้านจำรุง อำเภอแกลง จังหวัดระยอง ผลการวิจัยพบว่า วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ ประกอบด้วย 1.รูปแบบการสื่อสาร ซึ่งได้แก่ การสื่อสารสองทาง และลักษณะการใช้ภาษาแบบกึ่งทางการ 2.ภาษาที่ใช้ ได้แก่ ภาษาระยอง ภาษากลาง และภาษาอีสาน 3.ความน่าสนใจของการนำเสนอ ได้แก่ การพูดไปเรื่อยๆ เพลงพื้นบ้าน กลอน สปอตประกอบการรายการ การสัมภาษณ์ผู้ร่วมรายการ และความตกลงขบขัน ส่วนการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมของผู้ฟังรายการพบว่า 1.ผู้ฟังมีส่วนร่วมในฐานะผู้รับสาร ได้แก่ การใช้โทรศัพท์ การเข้าไปพูดคุยในขณะออกอากาศ และการบอกผ่านผู้ดำเนินรายการ 2.ผู้ฟังในฐานะผู้ส่ง/ผู้ผลิต/ผู้ร่วมผลิต ได้แก่ ผู้ฟังเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะเป็นผู้ส่งสาร ผู้ฟังเข้ามามีส่วนร่วมใน

ฐานะเป็นผู้ผลิตหรือผู้ดำเนินรายการ ผู้ฟังเข้ามีส่วนร่วมในฐานะเป็นผู้ร่วมผลิตรายการ 3.การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ได้รับการเผยแพร่ผ่านทางวิทยุชุมชนบ้านจำรุง ได้แก่ การมีส่วนร่วมในชั้นช่วยงานทั่วไป และการมีส่วนร่วมในชั้นวางแผนกำหนดรูปแบบกิจกรรม

อุษา จันทรประภาส (2535) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการวิทยุกระจายเสียงชุมชน ของสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย จังหวัดนนทบุรี เพื่อศึกษาเกี่ยวกับลักษณะการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการวิทยุกระจายเสียง และผลการวิจัยพบว่า ผู้ฟังมีพฤติกรรมการเปิดรับฟังรายการ คือ ฟังรายการค่อนข้างบ่อย สาเหตุที่ฟังเพราะ รูปแบบรายการมีความน่าสนใจ และผู้ฟังมีความสนใจฟังเนื้อหาเกี่ยวกับการเกษตรมากที่สุด ในส่วนของการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจพบว่า ผู้ฟังมีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจในระดับมาก เฉพาะเรื่องที่เป็นเนื้อหาสาระของรายการ เรียงตามลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ดังนี้ 1. หลักการที่เป็นรายการของประชาชน บริหารรายการโดยตัวแทนของประชาชน 2. ความรู้ 3. ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงานอาชีพและการดำเนินชีวิตประจำวัน 4. รายการที่เป็นกระบอกเสียงแทนประชาชน 5. วิธีการแก้ปัญหาต่างๆ 6. ข่าวสาร 7. ข้อมูลเพื่อใช้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น

อรพินท์ ศักดิ์เยี่ยม (2536) ศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่เด็กได้รับจากการชมรายการโทรทัศน์สำหรับเด็ก ผลการวิจัยพบว่า เหตุผลที่ทำให้เด็กเปิดรับชมรายการโทรทัศน์สำหรับเด็กมากที่สุดคือ ทำให้เกิดความรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน ความพึงพอใจที่เด็กได้รับพบว่า มีความพึงพอใจในระดับปานกลาง ส่วนในด้านการใช้ประโยชน์พบว่า เด็กนำสิ่งที่ได้รับจากการชมรายการโทรทัศน์สำหรับเด็กไปใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ ในระดับปานกลาง โดยนำไปใช้ประโยชน์ในด้านการพัฒนาสติปัญญาและความสามารถพื้นฐานมากที่สุด

ชูศักดิ์ รวงสวัสดิ์ (2537) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบเนื้อหาของรายการมอต่างมุม กับทัศนคติ ความพึงพอใจและการใช้ประโยชน์ของผู้ชมรายการมอต่างมุม ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทย ช่อง 11 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมชมรายการมอต่างมุม จะมีพฤติกรรมเจาะจงในการแสวงหาข่าวสาร และการใช้สื่อตามความพอใจ และความต้องการ ทั้งนี้เพื่อตอบสนองความต้องการในการรับรู้เหตุการณ์ ความเคลื่อนไหวของข่าวสารต่างๆ รวมทั้งต้องการนำข้อมูลข่าวสารไปใช้ในการเสริมความคิด และตัดสินใจในข้อมูลข่าวสารที่สนใจนั้นๆ

ปัทมาวดี หล่อวิจิตร (2539) ได้ศึกษาถึง ทักษะการใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจ “รายการสนทนา 45 นาที ปัญหาบ้านเมือง” ของผู้ชม พบว่า ลักษณะทางประชากร ได้แก่ ระดับการศึกษา และอาชีพมีความสัมพันธ์กับทัศนคติในการรับชม และลักษณะทางประชากร รวมทั้งพฤติกรรมการเปิดรับชม มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในด้านรูปแบบ เนื้อหา และระยะเวลาการออกอากาศ

จากแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งได้กล่าวมาแล้วข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการสื่อสารผ่านสื่อไปยังผู้ฟัง ผู้ส่งสารจะต้องมีคุณสมบัติที่ดี มีการใช้ทักษะและเทคนิคในการสื่อสาร เพื่อให้ตรงความต้องการของผู้ฟังให้ได้มากที่สุด และในส่วนของผู้ฟังก็มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจจากการฟังในลักษณะที่แตกต่างกันไปซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ ตามแต่ละบุคคล ผู้วิจัยจึงนำแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจของผู้ฟัง ในครั้งนี้



ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง "วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจของผู้ฟัง" ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการ เงื่อนไข และการดำเนินงานต่างๆ โดยมีขั้นตอนและรายละเอียดต่างๆ ดังต่อไปนี้

รูปแบบการวิจัย

แบ่งการวิจัยเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Method) แบ่งออกเป็น รูปแบบการสื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอของผู้ดำเนินรายการ ซึ่งจะใช้วิธีการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non - participation Observation) จากการฟังรายการ Club Friday ทางคลื่นวิทยุ 106.5 Mhz หรือศึกษาจากเทปบันทึกของรายการย้อนหลัง ควบคู่ไปกับวิธีสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In - depth Interview) กับผู้ดำเนินรายการ Club Friday รวมทั้งค้นคว้าวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการประมวลสำหรับการวิเคราะห์ และอธิบายปรากฏการณ์ที่จะศึกษา

ส่วนที่ 2 ศึกษาพฤติกรรมกรรมการฟัง การนำไปใช้ประโยชน์และความพึงพอใจจากการฟังของผู้ฟังรายการ Club Friday เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative Method) โดยใช้การวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) และใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตอบปัญหาการวิจัย โดยมีขั้นตอนและระเบียบวิธีวิจัยดังนี้

ส่วนที่ 1 ศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday
แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยทำการศึกษาจากรายการ Club Friday คลื่นวิทยุกรีนเวฟ 106.5 Mhz ทุกวันศุกร์ เวลา 21.00 – 23.00 น. ที่ออกอากาศตั้งแต่เดือนกันยายนจนถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 เป็นเวลาทั้งหมด 11 ตอน

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยจะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิเคราะห์ข้อมูลเป็น รูปแบบการสื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอของผู้ดำเนินรายการ ใช้วิธีการบันทึกการสังเกต และวิเคราะห์จากการฟังรายการ Club Friday ทุกวันศุกร์ 21.00 – 23.00 น. ทางสถานีวิทยุกรีนเวฟ 106.5 Mhz หรือฟังจากเทปบันทึกย้อนหลัง ตั้งแต่เดือนกันยายนจนถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 และเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกกับผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday รวมทั้งเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้องของผู้วิจัยก็จะนำมาใช้วิเคราะห์ร่วมด้วย

ขั้นตอนในการเก็บข้อมูล

วิธีการบันทึกการสังเกตและวิเคราะห์จากการฟังรายการ Club Friday

ในทุกวันศุกร์จะมีตอนของรายการแต่ละสัปดาห์ ซึ่งเป็นการกล่าวถึงแนวคิดของแต่ละสัปดาห์ว่า สัปดาห์นั้นเนื้อหาของรายการจะเป็นลักษณะใด โดยในตอนของรายการก็จะมีเรื่องเล่าหลายๆ กรณี ซึ่งผู้วิจัยจะบันทึกข้อมูลเรื่องเล่าทุกกรณีในตอนนั้นๆ ของแต่ละสัปดาห์ ตั้งแต่เดือนกันยายนจนถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 เป็นเวลาทั้งหมด 11 สัปดาห์

1. ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดของแต่ละเรื่องเล่าทุกกรณีของแต่ละตอน ที่ได้เก็บมาเป็นเวลา 11 สัปดาห์นั้น และจะวิเคราะห์การสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ เพื่อพิจารณาถึงวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ

2. หลังจากวิเคราะห์การสื่อสารของผู้ดำเนินรายการแล้วแล้ว ผู้วิจัยจะสำรวจวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ โดยกำหนดเกณฑ์ซึ่งจำแนกเป็นรูปแบบของการสื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอ

วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกกับผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday

1. ผู้วิจัยนัดสัมภาษณ์กับ คุณณภาพร ไตรวิทย์วารีกุล ผู้ดำเนินรายการ Club Friday โดยชี้แจงวัน เวลา และสถานที่ รวมทั้งรายละเอียดของข้อมูลที่จะสัมภาษณ์
2. ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการ โดยใช้คำถามแบบปลายเปิดที่เตรียมไว้รวมทั้งมีการบันทึกเทปประกอบการสัมภาษณ์ด้วย
3. ภายหลังจากการสัมภาษณ์เสร็จ ผู้วิจัยนำเทปบันทึกเสียงสัมภาษณ์มาถอดความ เพื่อนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

1. วิธีการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ผู้วิจัยใช้อาศัยจากการฟังออกอากาศทางวิทยุคลื่นความถี่ 106.5 Mhz หรือฟังจากเทปบันทึกย้อนหลังทางอินเทอร์เน็ต และบันทึกการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ
2. วิธีการสัมภาษณ์ เครื่องมือที่ใช้ผู้วิจัยใช้เทปบันทึกในการอัดเสียงขณะสัมภาษณ์ พร้อมกับประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง ตั้งคำถามเป็นแนวคำถามปลายเปิด (Open – ended Question) กำหนดประเด็นคำถามกว้างๆ มีความยืดหยุ่นสูง เพื่อให้ผู้สัมภาษณ์ตอบคำถามได้อย่างเต็มที่ ซึ่งมีประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์ดังนี้

ประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday

1. จุดเริ่มต้นของการเข้ามาจัดรายการ
2. จุดประสงค์ แนวคิด และกลุ่มเป้าหมายของรายการ
3. ลักษณะของเนื้อหาหรือข้อมูลที่ใช้ในการสื่อสารกันในการจัดรายการ
4. ลักษณะเทคนิคและวิธีการพูดในการจัดรายการ
5. การใช้คำหรือภาษาที่ใช้ในการจัดรายการ
6. ลักษณะการตอบสนองของผู้รับสาร (Feedback)
7. ผลลัพธ์ของการสื่อสารในการจัดรายการ
8. ประโยชน์ที่ผู้ฟังได้รับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่เก็บรวบรวมมาผู้วิจัยจะนำข้อมูลทั้งหมดมาพรรณนาเชิงวิเคราะห์ (Analytical Descriptive Research) โดยพิจารณาจากเรื่องเล่าในรายการ โดยใช้หน่วยในการวิเคราะห์ตามประเภทของชิ้นงานหรือรายเรื่อง และประเด็นหลักที่นำเสนอ ซึ่งประเด็นที่จะพิจารณาวិธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการได้แก่

- การวิเคราะห์รูปแบบของการสื่อสาร
- การวิเคราะห์ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสารทั้งผู้เล่าเรื่องจากที่บ้านและผู้ดำเนินรายการ
- การวิเคราะห์ความน่าสนใจในการนำเสนอ

การนำเสนอข้อมูล

การนำเสนอข้อมูลในส่วนของวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบพรรณนาวิเคราะห์ โดยนำเสนอข้อมูลใน 3 ประเด็นดังนี้

1. รูปแบบการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ
2. ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสารของผู้เล่าเรื่องจากที่บ้านและผู้ดำเนินรายการ
3. ความน่าสนใจในการนำเสนอของผู้ดำเนินรายการ

ส่วนที่ 2 ศึกษาพฤติกรรมการฟัง การนำไปใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการ Club Friday

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ฟังรายการ Club Friday ทางคลื่นวิทยุความถี่ 106.5 Mhz และทางเคเบิลทีวีช่อง Green Channel ซึ่งจำนวนประชากรของผู้ที่ฟังรายการ Club Friday ไม่สามารถระบุเป็นตัวเลขได้อย่างชัดเจน แต่จากเรตติ้งของรายการมีผู้ฟังประมาณมากกว่า 100,000 คน ผู้วิจัยเลือกจำนวนของกลุ่มตัวอย่างจากประชากรทั้งหมดมา 420 คน ที่มีอายุ 16 - 50 ปี เพราะเรื่องเกี่ยวกับชีวิตความรัก เป็นเรื่องที่สามารถรับฟังกันได้ทุกวัย ทั้งเพศชายและเพศหญิง ซึ่งขนาดกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการเทียบตารางสำเร็จรูปของ Taro Yamane (วิเชียร เกตุสิงห์, 2543) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ความผิดพลาดไม่เกิน 5%

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ขั้นตอนที่ 1 ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือ ผู้วิจัยเลือกศึกษาเฉพาะกับผู้ที่เคยฟังรายการ Club Friday และมีคุณสมบัติตรงตามกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยทำการเก็บข้อมูลจากประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 16 – 50 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง โดย จนครบจำนวน 420 คน

ขั้นตอนที่ 2 การเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจะสร้างแบบสอบถามออนไลน์ เพื่อความสะดวกในการเก็บข้อมูล และเข้าถึงกลุ่มตัวอย่างมากขึ้น ซึ่งแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมาจากเว็บไซต์ www.spreadsheets.com ซึ่งเป็นเว็บไซต์ที่ให้บริการแก่ผู้ใช้บริการที่ต้องการแจกแบบสอบถาม (Online Survey) โดยเฉพาะ หลังจากนั้น ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามไปประกาศไว้ในเว็บบอร์ดของเว็บไซต์กรีนเวฟ <http://webboard.atimemedia.com/webboard/index.php?board=5.0> เพราะรายการ Club Friday จัดรายการอยู่ที่สถานีกรีนเวฟ และคาดว่าจะมีกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา นอกจากนี้ผู้วิจัยยังแจกแบบสอบถามโดยการแสดงความคิดเห็นไว้ใน www.facebook.com ซึ่งเป็นเว็บไซต์ที่มีคนนิยมมากที่สุดขณะนี้ โดยจะแสดงความคิดเห็นไว้ในหน้าที่เป็นแฟนคลับของรายการ Club Friday และ Green wave เพราะคาดว่าจะได้กลุ่มตัวอย่างอีกจำนวนหนึ่ง รวมทั้งแจกให้กับคนที่รู้จักและให้คนที่รู้จักแนะนำเพื่อนที่รู้จักต่อไปเรื่อยๆ อีกทั้งผู้วิจัยก็จะแจกแบบสอบถามด้วยตนเองตามสถานที่ต่างๆ ที่คาดว่าจะมีกลุ่มตัวอย่าง และจะทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจนครบจำนวน 420 คนตามที่กำหนดไว้

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

สามารถจำแนกตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังนี้

สมมติฐาน การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง

ตัวแปรอิสระ คือ การใช้ประโยชน์ของผู้ฟัง

ตัวแปรตาม คือ ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถามชนิดปลายปิด (Closed – Ended Questionnaire) และคำถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) โดยแบ่งโครงสร้างแบบสอบถามเป็น 3 ตอน ซึ่งแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 คำถามทั่วไปเกี่ยวกับลักษณะทางประชากร ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ต่อเดือน

ตอนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมกาฟังรายการ Club Friday ได้แก่ ความบ่อยครั้งที่ได้ฟัง ระยะเวลาที่เคยฟัง (ปี) ระยะเวลาในการฟังต่อครั้ง ช่องทางที่ฟัง เหตุผลที่ฟัง และความเห็นชอบในการนำเสนอของรายการ

ตอนที่ 3 คำถามเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการ Club Friday

เกณฑ์การให้คะแนน

ในการให้คะแนนเกี่ยวกับพฤติกรรมกาฟังรายการ Club Friday และการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง ผู้วิจัยได้กำหนดคะแนนเพื่อการวัดค่าตัวแปรต่างๆ ในการคำนวณหาค่าทางสถิติโดยกำหนดเกณฑ์ในการให้คะแนนเพื่อการวิเคราะห์ ดังนี้

1. พฤติกรรมกาฟังรายการ Club Friday ประกอบไปด้วยความเห็นชอบในการนำเสนอของรายการ โดยมีการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนตามแบบของ Likert ดังนี้

ชอบมากที่สุด	5	คะแนน
ชอบมาก	4	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
ชอบน้อย	2	คะแนน
ชอบน้อยที่สุด	1	คะแนน

หลังจากนั้น ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย แล้วแปลความหมายของค่าเฉลี่ย ดังนี้

คะแนนระดับ	1.00-1.49	หมายถึง	มีความชอบรายการในระดับต่ำมาก
คะแนนระดับ	1.50-2.49	หมายถึง	มีความชอบรายการในระดับต่ำ
คะแนนระดับ	2.50-3.49	หมายถึง	มีความชอบรายการในระดับกลาง
คะแนนระดับ	3.50-4.49	หมายถึง	มีความชอบรายการในระดับสูง
คะแนนระดับ	4.50-5.00	หมายถึง	มีความชอบรายการในระดับสูงมาก

2. การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการ Club Friday มีการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ การฟังรายการ Club Friday ไปใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ ตามความต้องการของแต่ละบุคคล และการวัดตัวแปรความพึงพอใจ ทำการวัดเป็นระดับโดยวัดระดับความรู้สึกรู้สึกที่ได้รับการตอบสนองของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งมีการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนตามแบบของ Likert ดังนี้

มากที่สุด	5	คะแนน
มาก	4	คะแนน
ปานกลาง	3	คะแนน
น้อย	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

หลังจากนั้น ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย แล้วแปลความหมายของค่าเฉลี่ย ดังนี้

คะแนนระดับ	1.00-1.49	หมายถึง	มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจมีระดับต่ำมาก
คะแนนระดับ	1.50-2.49	หมายถึง	มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจมีระดับต่ำ
คะแนนระดับ	2.50-3.49	หมายถึง	มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจมีระดับปานกลาง
คะแนนระดับ	3.50-4.49	หมายถึง	มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจมีระดับสูง
คะแนนระดับ	4.50-5.00	หมายถึง	มีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจมีระดับสูงมาก

เกณฑ์การวัดระดับความสัมพันธ์ของตัวแปร

ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์การวัดระดับความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆ ในการคำนวณหาค่าทางสถิติ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2545) โดยใช้เกณฑ์ในการวิเคราะห์ ดังต่อไปนี้

คะแนนระหว่าง 0.01 – 0.20 ถือว่ามีความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก

คะแนนระหว่าง 0.21 – 0.40	ถือว่ามีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ
คะแนนระหว่าง 0.41 – 0.60	ถือว่ามีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง
คะแนนระหว่าง 0.61 – 0.80	ถือว่ามีความสัมพันธ์ในระดับสูง
คะแนนระหว่าง 0.81 – 1.00	ถือว่ามีความสัมพันธ์ในระดับสูงมาก

การทดสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยจะตรวจสอบคุณภาพจากแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเรียบร้อยแล้ว โดยตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) และความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยขั้นตอนในการตรวจสอบเครื่องมือ มี 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. การตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) โดยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรง โดยให้อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ตรวจสอบความเที่ยงตรง ตามเนื้อหา (Content Validity) และความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ เพื่อขอคำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้คำถามในแบบสอบถามครอบคลุม และสามารถถ่ายทอดเนื้อหาที่ผู้วิจัยต้องการสื่อไปยังผู้ตอบแบบสอบถามได้อย่างเที่ยงตรงมากที่สุด

2. การตรวจสอบความเชื่อถือได้ (Reliability) ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาจริงไปทดสอบ (Pre-test) กับผู้ฟังรายการ Club Friday ที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวน 40 ชุด เพื่อตรวจสอบว่าคำถามในแต่ละขั้นตอนของแบบสอบถามมีความเหมาะสมหรือไม่ และมีความยากง่ายมากน้อยเพียงใด หลังจากนั้นนำคำตอบที่ได้มาหาค่าความน่าเชื่อถือ โดยการคำนวณหาค่าความเชื่อถือของแบบสอบถาม จะคำนวณเฉพาะส่วนที่สามารถวัดได้เป็นคะแนน โดยผู้วิจัยได้ทำการคำนวณหาค่าความเชื่อถือได้ของคำถามในส่วนต่างๆ มีดังนี้

$$\text{การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday} = 0.915$$

$$\text{ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday} = 0.941$$

จากผลการคำนวณหาค่าความเชื่อถือได้ของคำถามข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้อยู่ในเกณฑ์ที่มีความเชื่อถือได้ดี

การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล

เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้แบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ประเด็น คือ

1. การวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) ผู้วิจัยจะทำการแจกแจงความถี่ แสดงตารางแบบร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่ออธิบายข้อมูล
2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงอนุมาน (Inferential Analysis) ทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติการคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม

การประมวลผลข้อมูล

หลังจากเก็บข้อมูลจริงทั้ง 420 ชุดแล้ว ผู้วิจัยได้นำข้อมูลดังกล่าวมากำหนดรหัส ถอดรหัส และลงรหัสของคำตอบในแบบสอบถาม จากนั้นจึงนำไปประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ เพื่อนำไปวิเคราะห์คำนวณค่าทางสถิติที่ต้องการใช้ในการวิจัยต่อไป

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 4

วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ

การวิจัยเรื่อง “วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง” ในส่วนที่ 1 เป็นผลการศึกษาถึงวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ Club Friday ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลได้มาจากการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการแบบเจาะลึก การเก็บข้อมูลจากการฟังรายการย้อนหลังโดยใช้วิธีสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม รวมทั้งวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารต่างๆที่เกี่ยวข้อง ซึ่งแบ่งการนำเสนอออกเป็นดังนี้

- ตอนที่ 1 ความเป็นมาของรายการ
- ตอนที่ 2 รูปแบบการสื่อสาร
- ตอนที่ 3 ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร
- ตอนที่ 4 ความน่าสนใจในการนำเสนอ

ตอนที่ 1 ความเป็นมาของรายการ Club Friday

รายการ Club Friday เกิดขึ้นเมื่อประมาณ 5 ปีที่แล้ว เริ่มต้นมาจากในช่วงนั้น วงการวิทยุมีการแข่งขันกันสูง ในกระแสของการนำเสนอรายการวิทยุจะมีลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ มีการเปิดเพลงเพียงอย่างเดียว หรือบางครั้งไม่มีโฆษณา ทำให้ผู้บริหาร A-Time Media คือ คุณสายทิพย์ มนตรีกุล ณ อยุธยา จึงอยากสร้างรายการที่แตกต่างจากรายการวิทยุเดิมๆ จึงจุดประกายขึ้นมาได้ว่า รายการวิทยุนอกจากจะเปิดเพลงให้ผู้ฟังอย่างเดียวแล้ว รายการวิทยุน่าจะมีการสนทนากันด้วย เพราะคนฟังอาจจะไม่ได้อยากฟังแต่เพลงอย่างเดียว และการสนทนาคุยกันมันสามารถให้ประโยชน์กับคนฟังในแง่ต่างๆได้เช่นกัน

“กระแสตอนนั้นทุกคนออกมาประกาศตัวว่า ฉันมีแต่เพลง ฉันไม่มีโฆษณา ฉันเปิดแต่เพลง ซึ่งพี่ขอตอบว่า จริงๆ แล้วรายการวิทยุอะ คนเราไม่อยากฟังคนคุยกันจริงๆ เหมอ จริงๆ การฟังคนคุยกันก็เป็นประโยชน์อย่างหนึ่งเหมือนกันนะ”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

หลังจากที่สนใจว่าจะทำรายการวิทยุแบบสนทนาคุยกัน ต่อมาก็มาปรึกษากันกับทางทีมงานกรีนเวฟถึงแนวเรื่องที่จะสนทนากัน และมีความเห็นกันว่าน่าจะสนทนากันในเรื่องของความรัก เพราะผู้ฟังที่โทรเข้ามาขอเพลงส่วนใหญ่มักจะขอเพลงที่ตัวเองมีความรู้สึกผูกพันกับเนื้อหาในเพลงนั้นๆ และในเวลาที่คุณฟังเพลงก็จะบอกเหตุผลที่อยากฟังเพลงนี้ ทำให้เริ่มมีการเล่าเรื่องราวต่างๆ ของตัวเองขึ้นมา จนกลายเป็นความคิดได้ว่า การสนทนาในเรื่องของความรัก น่าจะเป็นเรื่องที่สนทนากันได้ไม่ยาก

“เราน่าจะ talk กันเรื่องความรัก เพราะไหนๆ แล้ว คนฟังที่ขอเพลงซ้ำๆ เพลง easy listening ในการฟัง ส่วนใหญ่ก็เอาตัวเองเข้าไปผูกพันกับเนื้อเพลงอยู่แล้ว เราจะชอบขอเพลงที่ตรงกับความรู้สึกของตัวเอง เพราะฉะนั้น มันก็เลยปฏิเสธไม่ได้ว่า พอคนเราบอกว่า เพลงนี้ตรงกับชีวิตหนู มันก็ต้องมีการคุยกันว่า ตรงยังไงคะ อ้อหนูแอบรักคนคนหนึ่งอยู่ค่ะ มันก็จะเริ่มเล่าเรื่องราวต่างๆ ของตัวเอง เพราะฉะนั้นถ้าจะคุยกันเรื่องความรัก น่าจะเป็นเรื่องที่คุยกันง่ายที่สุด”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

และเนื่องจากว่า คลื่นกรีนเวฟ เป็นคลื่นที่มีลักษณะการเปิดเพลงแบบ easy listening คือเปิดเพลงซ้ำๆ ฟังสบายๆ และเน้นการให้ความรู้สึกหรือเข้าถึงอารมณ์ได้มากกว่าคลื่นอื่นๆ ฉะนั้น การสนทนาในเรื่องของความรักจึงสามารถเรียกอารมณ์ของผู้ฟังได้มากกว่าคลื่นอื่นๆ และทำให้ผู้ฟังอยากจะมีส่วนร่วมในรายการได้ ซึ่งสามารถทำให้รายการมีความโดดเด่นและแตกต่างจากรายการอื่นๆ

“ในเมื่อคลื่นอื่นๆบอกว่า คลื่นฉันเปิดแต่เพลง แต่พี่บอกว่า แต่คลื่นฉันอยากให้ผู้ฟังมีส่วนร่วม คนฟังอยากจะมีความรู้สึก กับคลื่นอย่างกรีนเวฟนี่ มันเป็นคลื่นความรู้สึกจริงๆนะ ต่อให้เราเอา easy listening มา 5-6 คลื่น ให้เอามาวางรวมกันเลย พี่เชื่อว่าคนจะสัมผัสได้ทันทีเลยว่า กรีนเวฟดู emotional อะ คือดูมีเรื่องของอารมณ์และความรู้สึกเยอะมาก ถ้ามองว่ามาจากอะไร เพราะว่าคนฟัง คนฟังรู้สึกว่าคุณเล่าเรื่องนี้ให้ฟัง ขนาดไม่ใช่ช่วง Club Friday เป็นช่วงปกติ มันก็ยังไม่รอดพ้นอาการเหล่านี้จนได้อยู่ดี”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

นอกจากนี้ ทีมงานของกรีนเวฟ ก็สังเกตพฤติกรรมของผู้ฟังได้ว่า ธรรมชาติของผู้ฟังรายการวิทยุ มักจะถ่ายทอดอารมณ์ผ่านเพลง และอยากที่จะเข้ามาพูดคุยกับดีเจ จึงทำให้คิดว่า

รายการ Club Friday จะสามารถอยู่รอดได้ เพราะคนฟังเป็นส่วนใหญ่ โดยการเปิดโอกาสให้คนฟังเข้ามามีส่วนร่วมในการสนทนากันออกอากาศสด เพื่อแบ่งปันประสบการณ์ตัวเองให้ผู้ดำเนินรายการ และผู้ฟังคนอื่นๆ ด้วย

“เขาเรียกว่าเป็นลักษณะธรรมชาติของคนฟัง ต่อให้ไม่คุยหน้าไมค์ หลังไมค์คนฟังก็โทรมาคุยกันอยู่แล้ว โทรมาร้องให้อยู่แล้ว เพียงแต่อารมณ์มันไม่ได้ออกอากาศเท่านั้นเอง”

การเลือกผู้ดำเนินรายการ

เมื่อคิดรูปแบบรายการว่าเป็นรายการสนทนาในเรื่องของความรักแล้ว ต่อมาจึงวางหาคนเข้ามาเป็นผู้ดำเนินรายการ ซึ่งคุณสายทิพย์ มนตรีกุล ณ อยุธยา มีภาระหน้าที่การงานมาก ไม่สามารถเป็นผู้ดำเนินรายการได้เพียงคนเดียว จึงหาผู้ดำเนินรายการอีกคนมาช่วยในการสนทนา และด้วยเหตุผลที่ว่า คุณณภาพร ไตรวิทย์วารีกุล ก็มีความสนใจในเรื่องของความสัมพันธ์ของคนและสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเสมอ ชอบสังเกตเช่นเดียวกัน ความที่สนใจในเรื่องที่ทำ จะทำให้มีความตั้งใจในการจัดรายการเพราะทำแล้วตัวเองมีความสุข เพราะหากเป็นคนที่ไม่ค่อยสนใจ ก็จะสื่อสารออกมาได้ไม่ดี เปรียบเสมือนคุยกันในเรื่องของตัวเองไม่อยากจะคุย ก็สามารถส่งผลต่อผู้ฟัง ส่งผลต่อรายการได้อีกเช่นกัน อีกทั้งการจัดรายการเพียงคนเดียว การสนทนาในเรื่องของความรัก อาจจะทำให้ได้มุมมองที่ไม่กว้างมากนัก การมีผู้ดำเนินรายการ 2 คน เป็นการวางแผนคนที่กำลังดี เพราะจะได้ช่วยกันสนทนา และให้มุมมองที่หลากหลายขึ้น แต่การมีผู้ดำเนินรายการมากเกินไปก็จะทำให้จัดรายการได้ยากเพราะเสียงพูดจะต้องมีจังหวะที่ลงตัวในการสนทนากัน (ณภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) ฉะนั้นผู้ดำเนินรายการประจำหลักก็คือ คุณสายทิพย์ มนตรีกุล ณ อยุธยา (ดีเจพีชอค) และคุณณภาพร ไตรวิทย์วารีกุล (ดีเจพีช้อย) เป็นผู้ดำเนินรายการประจำ

แต่สำหรับบางครั้งที่คุณสายทิพย์ มนตรีกุล ณ อยุธยา ไม่ว่างเป็นผู้ดำเนินรายการ ก็จะมีแขกรับเชิญมาจัดรายการร่วมกับคุณณภาพร ไตรวิทย์วารีกุล แทน โดยการเลือกผู้ดำเนินรายการมาแทนก็จะดูก่อนว่ามีดีเจคนไหนที่ว่าง และก็จะเลือกดีเจ ที่ให้มุมมองที่ต่างกันไปเช่น คุณณภูวนาท คุณผดลิน (ดีเจอัน) ซึ่งเป็นผู้ชายเพื่อจะได้มีมุมมองแบบของผู้ชายในเรื่องของความรักว่าผู้ชายเขาคิดกันอย่างไร คุณเสาวลักษณ์ ลีละบุตร (ดีเจแอม) ซึ่งเป็นคนเขียนเพลงรักก็น่าจะมีมุมมองในเรื่องของความรัก และเป็นคนที่มองโลกในแง่ดี เป็นผู้หญิงที่เข้มแข็ง ก็น่าจะสามารถให้คำปรึกษาคนอื่นได้ เป็นต้น (ณภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

การกำหนดช่วงวันเวลาของรายการที่ออกอากาศ

เมื่อกำหนดรูปแบบของรายการและผู้ดำเนินรายการได้แล้ว ต่อมาจึงวางแผนวันเวลาที่ออกอากาศ และมีความเห็นกันว่าวันศุกร์น่าจะเป็นวันที่ผู้ฟังมีโอกาสได้รับฟังมากกว่าวันอื่นๆ เนื่องจากว่าเป็นวันสุดท้ายของสัปดาห์ในการทำงาน และวันถัดไปเป็นวันพักผ่อน ฉะนั้นน่าจะจะมีเวลาในการฟังตอนกลางคืนมากกว่าวันอื่นๆ และช่วงเวลาที่ออกอากาศกำหนดโดยยึดวิถีชีวิตของคนเมืองส่วนมากมาเป็นมาตรฐานในการกำหนดเวลาออกอากาศ จึงเป็นช่วงเวลา 21.00 – 23.00 น. จึงเป็นที่มาของ Club Friday

“มองว่าวันศุกร์น่าจะโอเคกว่า เนื่องจากว่า วันเสาร์-อาทิตย์ ทุกคนได้หยุดพักผ่อน วันศุกร์อาจจะได้ฟังดีมากกว่าวันอื่นๆ”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

สรุปความเป็นมาของรายการ Club Friday ที่เริ่มต้นมาจากความคิดที่อยากจะสร้างความแตกต่างจากรายการอื่น และมองเห็นความโดดเด่นหรือจุดแข็งของคลื่นกรีนเวฟที่มี คือ การเปิดเพลงที่เข้าถึงความรู้สึกและอารมณ์ของผู้ฟังได้มาก จึงทำให้เกิดรูปแบบของรายการสนทนาในเรื่องของความรักขึ้นมา การเลือกผู้ดำเนินรายการที่มีความสนใจในเรื่องของความสัมพันธ์อยู่แล้ว และการหาโอกาสวันและเวลาในการนำเสนอรายการจึงทำให้กลายมาเป็นรายการ Club Friday ขึ้นมา

จุดประสงค์หลักของรายการ Club Friday คือเพื่อให้ผู้ฟังอยากแบ่งปันประสบการณ์เรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตความรักในทุกรูปแบบซึ่งกันและกัน ให้ผู้ฟังมีส่วนร่วมในรายการมากขึ้น และกลุ่มเป้าหมายหลักของรายการ Club Friday ตั้งเป็นกลุ่มเป้าหมายเดียวกับของกรีนเวฟ คือ กลุ่มผู้ใหญ่วัยทำงาน ส่วนกลุ่มเป้าหมายรองก็คือ กลุ่มนักเรียน นักศึกษา

การตั้งชื่อตอนในแต่ละสัปดาห์

การตั้งชื่อตอนหรือประเด็นเรื่องที่จะสนทนาเกี่ยวกับความรักนั้นจะไม่ใช้ชื่อเพลงเสมอไป ชื่อตอนเกิดจาก ทีมงานจะต้องนั่งประชุมกัน และแสดงความคิดเห็นของตนในแง่ต่างๆ เช่น เอาประสบการณ์ส่วนตัวมาออกความเห็น หรือดีใจที่ใกล้ชิดกับผู้ฟังก็จะรับรู้ถึงความรู้สึกของผู้ฟังและเรื่องราวต่างๆ ของผู้ฟังได้ ก็จะเอาประสบการณ์จากการทำงานมาออกความเห็น หรือดูจากกระแส

ของเพลงในตอนนั้นว่ามีประโยคหรือคำวลีใดที่รู้สึกโดนหรือไม่ ประโยคเหล่านั้นสามารถนำมาต่อยอดเป็นเรื่องราวของ Club Friday ได้ หรือแม้กระทั่งกระแสสังคม สิ่งต่างๆ รอบตัว สามารถมาคิดเป็นหลายๆ หัวข้อ และนำมาเสนอในที่ประชุม ฉะนั้นการตั้งชื่อตอนส่วนใหญ่จึงตั้งตามประสบการณ์ชีวิตรักของบุคคลที่เคยเจอมาในรูปแบบต่างๆ และจะเก๋ๆ หัวข้อให้มีความหมายที่หลากหลายกันไปในแต่ละสัปดาห์เพื่อให้คนฟังรู้สึกไม่ซ้ำกับเรื่องเดิมๆ

จุดเริ่มต้นของรายการ Club Friday

ย้อนเวลาไปเมื่อประมาณ 5 ปีที่แล้ว การจัดรายการ Club Friday ในตอนแรกมีชื่อตอนว่า เพลงไหนที่ตรงกับชีวิตเราที่สุด ทีมงานรวมทั้งผู้ดำเนินรายการก็ยังคงมีความกังวลในการจัดรายการครั้งแรก เพราะรายการนี้ต้องอาศัยผู้ฟังเข้ามามีส่วนร่วมเป็นอย่างมาก และกังวลว่าจะมีคนอยากที่จะเล่าเรื่องส่วนตัวให้คนอื่นฟังหรือเปล่า ในการจัดรายการครั้งแรกจึงใช้ความระมัดระวังโดยพยายามใช้ชื่อตอนที่เป็นตัวช่วยในการเรียกผู้ฟัง คือใช้ชื่อตอนที่กล่าวถึงเพลงที่ตรงกับความรู้สึกของผู้ฟัง เพราะผู้ฟังน่าจะมาสนทนากันในเรื่องของความรักที่มาจากเพลงที่ตรงกับความรู้สึก ซึ่งใช้แนวคิดของความเป็นที่มาของการจัดรายการ Club Friday เป็นตัวช่วย

“ยังจำได้เลยว่าตอนแรกของ Club Friday คือชื่อตอนว่า เพลงไหนที่ตรงกับชีวิตเราที่สุด ซึ่งตอนนั้นคนก็จะเล่าถึงเพลง เล่าถึงเรื่องนั้นเรื่องนี้ของตัวเอง และก็จะมีเพลงเป็นตัวช่วยเรา เพราะการทำหนแรก เราต้องระมัดระวังนิดหนึ่งว่า เขาจะกล้าเล่าเรื่องส่วนตัวเขาให้เราฟังจริงเปล่า”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

จนในที่สุดรายการ Club Friday ก็มีผู้ฟังโทรเข้ามาเล่าเรื่องราวต่างๆ ทั้งที่เจอเหตุการณ์ที่อยากจะแบ่งปันประสบการณ์ หรือเจอปัญหาแต่หาทางออกไม่เจอ ไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไร เพราะคนที่เจอปัญหามาสิ่งหนึ่งที่เขาอยากได้คือ คนรับฟัง ผู้ดำเนินรายการก็จะพยายามจับประเด็น คุยกับความรู้สึกของคนเล่าจนจบเรื่องราว ฉะนั้นรายการ Club Friday จึงเป็นผู้ฟังที่คอยรับฟังปัญหา และช่วยหาวิธีคิดที่ให้กับคนที่มีความสามารถรับมือกับปัญหาของตัวเองได้อย่างเหมาะสมใจน้อยที่สุด

“คนที่ฟังกรีนเวฟ เป็นคนที่เล่าเรื่องสนุกมาก คือบางที่เราฟังแล้วจะแบบ โอ้โฮ อย่างนี้เลยหรอ จับประเด็น เล่าให้ฟัง คุยกับความรู้สึกของเขา คุยถึงจุดจบของเรื่อง เพราะฉะนั้นสิ่งหนึ่งซึ่ง

หลายๆคนอาจจะเข้าใจผิดว่า Club Friday คือ รายการตอบปัญหา จริงๆรายการ Club Friday ไม่ใช่ตอบปัญหา ในที่สุดแล้ว เราเป็นผู้ฟังออก ฟังเขาเล่าให้ฟัง และช่วยกันหาวิธีคิดที่จะทำให้คนที่ มีปัญหารับมือกับปัญหาของตัวเองได้อย่างทรมานใจน้อยสุด Club Friday มันจะเป็นแค่จุดหนึ่ง ซึ่งเอามาแชร์กัน พี่ว่าคนเราเจอปัญหา สิ่งหนึ่งที่เรายากได้ที่สุดคือ คนรับฟัง ว่าตอนนี้เขากำลัง เจออะไรอยู่”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

นอกจากนี้ Club Friday จึงเปรียบเสมือนเพื่อน เป็นบ้านหรือเป็นที่พักพิง ให้คนที่มีปัญหา ไม่กล้าปรึกษาคนใกล้ชิดหรือคนรู้จัก ให้คนที่มีปัญหาได้มาระบายความทุกข์ ได้มาปรึกษาหา ทางแก้ไข จึงเป็นเสมือนจุดๆ หนึ่งซึ่งมาแบ่งปันประสบการณ์กัน เพราะด้วยธรรมชาติของรายการ วิทยุ ที่ไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ อีกทั้งผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังก็ไม่ใช่ที่รู้จักกัน จึงทำให้เกิดความรู้สึกถึงช่องว่างหรือระยะห่างที่ไม่ไกลเกินไป และผู้ดำเนินรายการก็เป็นดีเจที่เป็นที่รู้จัก เพราะจัดรายการประจำ ผู้ฟังก็จะคุ้นเคยกับดีเจในการจัดรายการบ่อยๆ ซึ่งเหมือนกับระยะใกล้ชิด ระยะเวลาห่างความใกล้ไกลนี้ เป็นระยะที่กำลังพอดี หรือที่เรียกว่า ระยะปลอดภัย จึงทำให้ผู้ฟังหลายๆ คนไว้ใจ และอยากที่จะแบ่งปันประสบการณ์ส่วนตัวของตัวเองให้ฟังในรายการ Club Friday

“ปัจจุบันนี้ บางทีเล่าเรื่องให้เพื่อนฟัง ก็กลัวว่าเพื่อนจะเอาไปบอกต่อ เล่าให้คนใน ครอบครัวฟัง ก็กลัวว่าครอบครัวจะกังวลเกินเหตุ เพราะฉะนั้นน่าจะเล่าให้ใครสักคนหนึ่งฟัง ที่มี ระยะห่างกำลังดี พี่ว่าดีเจหรือว่ารายการวิทยุ มันมีระยะห่างกำลังดี คืออย่างน้อยพี่คงไม่ได้เข้าไป ยุ่งวุ่นวายกับครอบครัวเขา แต่อย่างไรก็ตามที่เปิดรายการ Club Friday หรือสี่โมงเย็นทุกวันต้องได้ เจอพี่อ้อย ก็เลยไม่ได้หายกันจนห่างเหิน เพราะได้ยินกันทุกวัน แต่พี่ก็ไม่สามารถจะไปยุ่งครอบครัว เขาได้อยู่ดี เพราะฉะนั้นความที่เป็นระยะปลอดภัยตรงนี้แหละ เลยทำให้หลายๆคนไว้ใจ และก็ อยากเล่าเรื่องของตัวเองให้ฟัง ในคลับฟรายเดย์”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ปัจจุบันนี้ รายการ Club Friday มีมาประมาณ 5 ปี และเป็นรายการหนึ่งของคลื่นกรีนเวฟ ซึ่งเป็นคลื่นที่มีมานานถึง 20 ปี ในช่วง 15 ปีก่อนที่จะมีรายการ Club Friday ผู้ฟังก็จะมี ความคุ้นเคยกับดีเจอยู่แล้วพอสมควร ทำให้การเริ่มต้นในการจัดรายการ จึงค่อนข้างมั่นใจว่า จะมี ผู้ฟังให้ความสนใจกับรายการ Club Friday ที่เป็นรายการใหม่ในตอนนั้นอยู่บ้าง เพราะผู้ดำเนิน รายการ ก็เป็นดีเจของคลื่นกรีนเวฟเดิมอยู่ และก็ยังคงใช้แนวคิดเดิมคือเปิดเพลงซ้ำลักษณะแบบ

easy listening ฉะนั้น Club Friday จึงเป็นรายการที่มีรูปแบบใหม่ แต่แนวคิดหรือสไตล์ของคลื่นยังคงความเดิมอยู่ และเป็นรายการที่ได้รับความนิยม ประสบความสำเร็จเรื่อยมาจนถึงทุกวันนี้

“พี่ค่อนข้างมั่นใจว่า กรีนเวฟเองถึงวันนี้ 20 ปีนะ ก่อนหน้าจะมี Club Friday คือ 15 ปีละ แต่ว่า 15 ปีนั้น คนฟังจะค่อนข้างสนิทชิดเชื้อกับดีเจอยู่พอสมควร เพราะฉะนั้น ถ้าวันนี้เราบอกว่าอยากคุยเรื่องนี้ ใครเจเหตุการ์ณไหนโทรเข้ามาเล่าหน่อยสิ และก็ตั้งแต่วันแรกที่ทำ Club Friday จนถึงวันนี้ ไม่มีวันไหนที่ไม่มีคนโทรอะ ทุกคนอยากโทร ทุกคนอยากเล่า”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ตอนที่ 2 รูปแบบการสื่อสาร

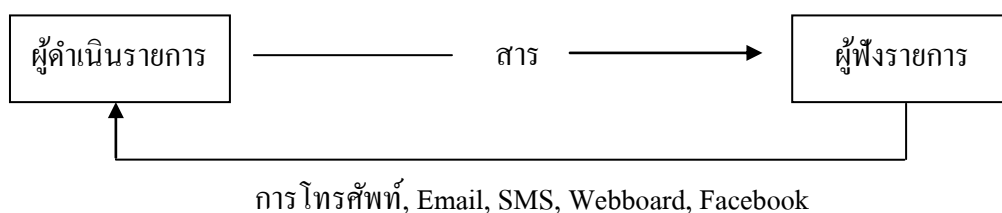
รายการ Club Friday ได้เปิดโอกาสให้คนที่มีความรัก ไม่ว่าจะสมหวังหรือผิดหวัง มีความสุขหรือทุกข์ ได้เข้ามาแบ่งปันประสบการณ์กันผ่านช่องทางต่างๆ ซึ่งรูปแบบการสื่อสารที่ผู้วิจัยพบในการสื่อสารระหว่างผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟัง สามารถแบ่งออกได้ดังนี้คือ จำแนกตามทิศทางการใช้ และจำแนกตามลักษณะการใช้

จำแนกตามทิศทางการใช้

จากการสัมภาษณ์และการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วมพบว่าทิศทางการสื่อสารนั้นมีการสื่อสารทั้งที่เป็นการสื่อสารสองทางและการสื่อสารทางเดียวดังนี้

1. การสื่อสารสองทาง

การสื่อสารสองทางคือ การสื่อสารที่ผู้ดำเนินรายการได้สื่อสารไปยังผู้ฟัง และผู้ฟังมีการสื่อสารกลับมาทางรายการ ซึ่งมีลักษณะให้เห็นดังรูปภาพดังนี้



ผู้วิจัยพบว่า ในแต่ละสัปดาห์ผู้ดำเนินรายการจะบอกผู้ฟังทางบ้านให้ทราบถึงชื่อตอนหรือประเด็นเรื่องราวที่จะคุยกันในวันนั้น เพื่อให้ผู้ฟังที่มีอารมณ์และความรู้สึกที่ตรงหรือเหตุการณ์ที่คล้ายๆกับประเด็นที่ตั้งไว้ ได้มาบอกเล่าเรื่องราวเข้ามาในรายการ ซึ่งผู้วิจัยพบว่า ผู้ฟังมีการสื่อสารตอบกลับมาทางรายการโดยแบ่งเป็นประเภทของการสื่อสารกลับ ได้แก่ การสื่อสารกลับทันทีทันใด และการสื่อสารกลับที่ล่าช้า

1.1 การสื่อสารกลับทันทีทันใด การสื่อสารกลับทันทีทันใดสำหรับรายการวิทยุ มักจะเป็นการสื่อสารกันผ่านทางโทรศัพท์ ดังนี้

ผู้วิจัยพบว่า ผู้ฟังมีการสื่อสารเข้ามาในรายการขณะที่รายการกำลังออกอากาศอยู่ โดยอยู่ในรูปแบบของการโทรศัพท์เข้ามา เบอร์โทรศัพท์ของรายการที่ให้ผู้ฟังโทรเข้ามาคือ 02-665-8377 ถึง 81 ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นการโทรเข้ามาเล่าเรื่องราวของตนเองที่ตรงกับประเด็นหรือตอนของรายการที่กำหนดไว้วันนั้น เพื่อมาพูดคุยกับผู้ดำเนินรายการ ซึ่งแต่ละคนจะใช้เวลาในการเล่าประมาณ ครึ่งชั่วโมง หรือมากกว่านั้นขึ้นอยู่กับเรื่องราวของผู้เล่า และผู้ดำเนินรายการก็จะให้คำปรึกษา คำแนะนำ หรือแสดงความคิดเห็นกับผู้เล่าผู้หนึ่ง ซึ่งเป็นการสื่อสารที่ได้ตอบกันไปมาอย่างทันที เมื่อผู้ดำเนินรายการไม่เข้าใจ หรือสงสัยอะไร ก็สามารถถามผู้เล่าได้ในทันที

นอกจากนี้ ผู้ฟังที่ต้องการโทรศัพท์เข้ามาเล่าเรื่องราวโดยออกอากาศสดนั้น ไม่ใช่เพียงว่าทุกสายที่โทรศัพท์เข้ามาได้จะได้ออกอากาศในทันที สมมติว่ามี 10 สายที่โทรเข้ามาในรายการวันนั้นอาจจะได้ออกอากาศหรือได้คุยกับผู้ดำเนินรายการทั้งหมด 8 สายในวันนั้น เพราะต้องผ่านผู้คัดกรองสายหรือทีมงานของรายการ Club Friday ก่อน ซึ่งสิ่งที่จะคัดกรองผู้เล่าเรื่อง ได้แก่ 1. ความชัดเจนของเสียงพูดทางโทรศัพท์ ไม่มีสิ่งอื่นแทรกหรือรบกวน 2. เรื่องเล่าของผู้ฟังตรงกับหัวข้อหรือประเด็นที่รายการกำหนดไว้ในสัปดาห์นั้นหรือไม่ 3. เรื่องเล่าจะต้องเป็นเรื่องที่น่าสนใจ หมายถึง ปัญหาหรือที่คิดอาจจะซ้ำๆ แต่รายละเอียดของเรื่องจะต้องมีหลายให้คนที่ฟังได้รับรู้หลายมุมมอง

การคัดเลือกสายโทรศัพท์เป็นขั้นตอนหนึ่งของการจัดรายการวิทยุ เพราะการทำรายการ Club Friday นอกจากจะต้องคิดทั้งการทำรายการเพื่อที่จะแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกันแล้ว ต้องคิดโชว์สำหรับรายการวิทยุด้วย เพราะผู้ดำเนินรายการกำลังทำรายการวิทยุอยู่ สายโทรศัพท์ที่ตีที่ฟังไม่ได้ คุยไม่รู้เรื่อง ก็จะทำให้เคลียร์ที่หลังไมค์ก่อน จะไม่เดินท้วงฟังทำให้คนฟังทาง

บ้านคนอื่น ๆ รู้สึกรำคาญและหนีไปไม่ฟังรายการ (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

นอกจากนี้คนที่สกรีนสายหลังไมค์ยังเปรียบได้กับเป็นผู้ออกแบบแนวทางของรายการเช่นกัน ตัวอย่างเช่น กำหนดหัวข้อไว้ว่า อยากเก็บเธอไว้ทั้งสองคน เพราะฉะนั้นทุกสายที่โทรเข้ามา อาจจะมีปัญหาที่ซ้ำๆ กันคือ รักสามเศร้า แต่รายละเอียดของเรื่องในแต่ละสายจะแตกต่างกันไป ผู้สกรีนสายจะเลือกหลายๆ มุมของปัญหานี้ เช่น มุมของสายที่อยากเก็บเธอไว้ทั้งสองคน มุมของสายที่เป็นตัวเลือกของเขา เป็นต้น คือจะต้องมีหลายฝั่ง ฝั่งของคนที่ไม่ยอมเลือกใครสักคน มีสองคนอยู่แล้วและรักเท่ากันเลย กับอีกฝั่งที่รอคอยว่าเขาจะเลือกเราหรือเปล่า เพราะการทำรายการ Club Friday จะต้องทำให้คนที่ฟังอยู่แล้วไม่ได้โทรเข้ามาต้องมีความสุขกับการนำเสนอของรายการด้วย ทำให้ผู้ฟังฟังรู้เรื่องและฟังได้หลายมุม (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

1.2 การสื่อสารกลับที่ล่าช้า การสื่อสารกลับที่ล่าช้า คือการสื่อสารกลับจากผู้ฟังที่ผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังไม่ได้สื่อสารโต้ตอบกันในทันทีทันใด ซึ่งสำหรับรายการวิทยุ Club Friday การสื่อสารกลับที่ล่าช้า แบ่งเป็นการใช้สื่อหรือช่องทางที่ผู้ฟังสามารถติดต่อกับผู้ดำเนินรายการได้ ได้แก่ การตอบกลับทาง Email Webboard SMS และ Facebook ดังนี้

Email

ผู้วิจัยพบว่า นอกจากผู้ฟังมีการสื่อสารกลับในลักษณะที่พูดคุยกันผ่านรายการขณะออกอากาศแล้ว ผู้ฟังยังมีการสื่อสารกลับโดยการใช้อีเมลพิมพ์เล่าเรื่องราวของตนและส่งมาทางอีเมลของรายการ (clubfriday@atimemedia.com) ซึ่งอีเมลที่ส่งเข้ามาในรายการมีเป็นจำนวนมาก ผู้ดำเนินรายการไม่สามารถเล่าเรื่องราวจากอีเมลของผู้ฟังทางบ้านได้หมดทุกเรื่องให้ผู้ฟังท่านอื่นๆ ได้ฟัง จึงใช้วิธีสุ่มคัดเลือกเรื่องที่น่าสนใจและตรงประเด็นกับชื่อตอนที่สุด มาเล่าออกอากาศในรายการ จึงเป็นการสื่อสารกลับที่ล่าช้าในลักษณะที่ผู้ดำเนินรายการจะไม่สามารถสื่อสารโต้ตอบกันได้ทันทีที่เรื่องเล่าทางอีเมลอาจจะมีรายละเอียดที่ผู้ดำเนินรายการยังสงสัย แต่ก็ไม่สามารถถามผู้เล่าคนนั้นได้ทันที จึงเป็นการสื่อสารสองทางที่มีลักษณะการสื่อสารกลับที่ล่าช้า

อีเมลทุกฉบับในแต่ละสัปดาห์ที่ผู้ฟังทางบ้านเขียนเรื่องเล่าส่งเข้ามาในรายการ จะส่งถึงผู้ดำเนินรายการทั้งสองคน คือ ดีเจพีฉอด และดีเจพีอ้อย สำเนากันคนละฉบับ เพื่อให้ผู้

ดำเนินรายการได้กลับไปทำศึกษาเป็นการบ้านก่อน ซึ่งการสื่อสารของผู้ฟังผ่านช่องทางอีเมลนี้ ผู้ดำเนินรายการจะเป็นคนสกรีนเองทั้งหมด และอีเมลบางฉบับไม่ได้อ่านออกอากาศทั้งหมด ผู้ดำเนินรายการก็จะตอบกลับไปทางอีเมลด้วย

การคัดเลือกอีเมลก็จะคล้ายๆ กับกับการคัดเลือกสายทางโทรศัพท์ คือ เลือกรื่องเล่าที่มีรายละเอียดที่น่าสนใจ แต่การคัดเลือกอีเมลจะต้องมีความละเอียดกว่าคัดเลือกสายโทรศัพท์ตรงที่ เรื่องเล่าจากอีเมลจะต้องเป็นเรื่องเล่าที่มีความครบเครื่อง (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) หมายถึงจะต้องมีรายละเอียดพอสมควร เพราะผู้ดำเนินรายการไม่สามารถถามเขาได้ เพราะถ้าเป็นสายที่โทรศัพท์มาคุยกันผู้ดำเนินรายการยังสามารถถามรายละเอียดได้ แต่ถ้าเป็นกรณีที่น่าสนใจและเขาได้ให้เบอร์โทรศัพท์สำหรับติดต่อกลับไป ผู้ดำเนินรายการก็จะติดต่อกลับไป แต่ถ้าเรื่องน่าสนใจและเขาไม่ได้ให้เบอร์โทรศัพท์ติดต่อกลับไป ผู้ดำเนินรายการก็จะอ่านออกอากาศ เล่าให้ฟัง และตอบเพียงสั้นๆ กับอีเมลฉบับนี้ เพราะบางคนไม่ต้องการหาวิธีแก้ปัญหา บางคนอยากเล่าเฉยๆ (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

SMS

นอกจากเรื่องเล่าทางอีเมลแล้ว ผู้ฟังทางบ้านยังมีการสื่อสารกลับโดยการแสดงความคิดเห็นขณะที่ผู้ดำเนินรายการและผู้เล่าพูดคุยกันขณะที่ออกอากาศ โดยผ่านการส่งข้อความทาง SMS ที่เบอร์ 4802165 ซึ่งผู้ฟังที่ส่งข้อความมามักจะเป็นข้อความสั้นๆ หรือประโยคสั้นๆ ไม่ได้มีความยาวเท่ากับการเล่าเรื่อง

การแสดงความคิดเห็นทาง SMS ของผู้ฟัง จะมีการแสดงความคิดเห็นทุกรูปแบบ ทั้งความคิดเห็นที่เป็นทั้งด้านบวก และด้านลบ ซึ่งผู้ฟังมักจะแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องเล่าที่กำลังออกอากาศอยู่ ซึ่งทำให้ทางรายการสามารถรับรู้กระแสสังคมได้ว่า ผู้ฟังทั่วไปมีความคิดเห็นกับเรื่องนี้อย่างไร ตัวอย่างเช่น

“มีผู้ชายคนหนึ่งโทรเข้ามาชื่อน้องกระดิ่ง กระดิ่งเป็นผู้ชายที่แบบว่า ผมไม่รู้ว่าเป็นใครครับ พอผมเริ่มรักใคร่ผมก็ทิ้งเขาก่อนเสมอ ตอนแรกๆผมก็ทำให้เขารัก แล้วพอผมรู้สึกว่าเขาจะเริ่มรักผมแล้ว แต่ผมก็ไปดีกว่า พอสายกระดิ่งออกมา แน่นนอนผู้หญิงจะต้องรู้สึกว่าคุณผู้ชายคนนี้เลวมากเลย SMS ส่งข้อความเข้ามากระหน่ำว่าคุณผู้ชายคนนี้เลวมาก”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

บางครั้งผู้ฟังก็มีการเสนอแนะถึงสิ่งที่รายการต้องปรับปรุง เช่น “โหยพีร่าคาญอะ สายเมื่อกี้...” (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) แต่การอ่านข้อความ SMS ออกอากาศ ก็ต้องใช้สัญชาตญาณว่าอะไรที่ควรออกอากาศ อะไรที่ไม่ควรออกอากาศ เพราะฉะนั้น การสื่อสารของผู้ฟังช่องทางนี้จึงทำให้ผู้ดำเนินรายการและทีมงานสามารถทราบถึงความต้องการของผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ดำเนินรายการและทีมงานสามารถจัดรายการให้ผู้ฟังเกิดความพึงพอใจได้

อีกทั้ง SMS ยังเป็นช่องทางหนึ่งที่รายการ Club Friday ใช้เป็นแผนสำรองในช่วงแรกๆ ที่เริ่มต้นทำรายการ Club Friday ในกรณีที่เกิดวันที่จัดรายการไม่มีผู้ฟังทางบ้าน โทรเข้ามาในรายการ ก็สามารถส่ง SMS มากก็ได้ และเมื่อทางรายการโทรกลับไปแล้วก็จะกระตุ้นให้เขาอยากเล่าเรื่องเอง

“วันนี้ไม่มีสายโทรมา SMS ก็ได้ ใครที่รู้สึกว่าเป็นวันที่แย่ที่สุด ลอง SMS เข้ามาบอกกัน แค่ออกไปเขาก็อยากเล่าแล้วอะ วันนี้ ที่แย่ที่สุดของเขาคืออะไร มันมีวิธีแก้ปัญหา แต่ตั้งแต่มีวันแรกถึงวันนี้ พี่ไม่เคยต้องใช้วิธีการแก้ปัญหา”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

Webboard

อีกทั้งรายการ Club Friday ยังมีเว็บไซต์ของรายการซึ่งอยู่ในส่วนหนึ่งของเว็บไซต์กรีนเวฟ (<http://www.greenwave.fm>) ก็จะมีเว็บบอร์ดเพื่อให้เห็นความคิดเห็น เล่าเรื่องราวพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องราวกับผู้ฟังท่านอื่นๆ รวมทั้งเสนอแนะข้อคิดเห็นรายการ ซึ่งเป็นอิสระให้กับคนทั่วไปในการพูดคุยและการแสดงความคิดเห็นไม่ว่าจะเป็นเรื่องราวที่เป็นในแง่ลบหรือแง่บวก ซึ่งการสื่อสารของผู้ฟังทางช่องทางนี้ จะคล้ายๆ กับการแสดงความคิดเห็นทาง SMS แต่ทาง Webboard จะสามารถเล่าเรื่องราวของตนเองได้ยาวกว่าทาง SMS และผู้ฟังที่เล่าเรื่องราวผ่านทาง Webboard ผู้ฟังคนอื่นๆ ก็จะสามารถเห็นได้เช่นกัน เหมือนการเล่าเรื่องให้ผู้ฟังฟังด้วยกัน เพราะเป็นการอิสระต่อการเข้าถึงสื่ออินเทอร์เน็ต ฉะนั้นการสื่อสารทาง Webboard จะไม่ผ่านการสกรีนใดใดของผู้ดำเนินรายการและทีมงาน แต่หากเรื่องราวหรือข้อความที่มีความหยาบคายจนเกินไป ผู้ดูแล Webboard ก็อาจจะต้องลบข้อความนั้นทิ้งไป

Facebook

รายการ Club Friday ยังสร้างเว็บเพจที่เรียกว่า Facebook ซึ่งเป็นสังคมออนไลน์ที่นิยมมากที่สุดขณะนี้ (<http://www.facebook.com/?ref=home#!/GreenwaveClubFriday>) เพื่อแจ้งให้ผู้ฟังที่ติดตามรายการทราบความเคลื่อนไหวของรายการ ความเคลื่อนไหวของผู้ดำเนินรายการและรายละเอียดต่างๆ ที่จะนำเสนอรายการ มีผู้แสดงความคิดเห็นมากมาย สามารถโต้ตอบกันไปมาได้ แต่จะไม่ทันท่วงที เพราะขึ้นอยู่กับว่าใครจะเข้าไปดูหรือว่าไป log in ตอนไหน และจะมีการตอบในลักษณะที่เป็นประโยคมีความยาวไม่มากนัก เพราะข้อจำกัดของการพิมพ์ตัวอักษรไม่ให้ความยาวที่เกินกำหนด ซึ่งจะคล้ายๆ กับ SMS คือ เป็นข้อความสั้นๆ ไม่ยาวมากนัก และคล้ายๆ กับ Webboard คือ เป็นสื่ออินเทอร์เน็ตเช่นกัน ผู้ฟังคนอื่นๆ หรือคนทั่วไปก็จะสามารถเห็นในสิ่งที่เราสื่อสารออกไปได้ ซึ่งช่องทาง Facebook เป็นการเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้าถึงรายการให้ครอบคลุมในทุกๆ ด้านมากยิ่งขึ้น

ลักษณะการสื่อสารกลับของผู้ฟัง

ผู้วิจัยพบว่า การสื่อสารกลับของผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังทางบ้าน มีลักษณะการสื่อสารกลับทั้งสองแบบคือ การสื่อสารกลับเชิงวัจนะ และการสื่อสารกลับเชิงอวัจนะ

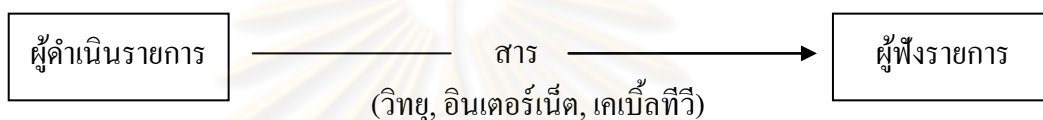
การสื่อสารกลับเชิงวัจนะ คือมีการสื่อสารกลับที่กระทำโดยใช้ทั้งภาษาพูดและภาษาเขียน ภาษาพูดก็คือมีการพูดคุยกันผ่านโทรศัพท์ในรายการ ภาษาเขียนก็คือการเขียนเรื่องเล่าทางอีเมล แสดงความคิดเห็นทาง SMS หรือทางเว็บบอร์ด และสังคมในโลกออนไลน์อย่าง Facebook

ส่วนการสื่อสารกลับเชิงอวัจนะ จะเป็นการสื่อสารกลับที่กระทำโดยไม่ใช้ภาษาพูดหรือภาษาเขียน และด้วยธรรมชาติของสื่อวิทยุที่ไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ การใช้กิริยาอาการต่างๆ จึงไม่สามารถเห็นได้ ผู้วิจัยพบว่า การสื่อสารกลับเชิงอวัจนะที่สื่อสารกันระหว่างผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังที่เล่าเรื่องออกอากาศมีการใช้ปริภาษาคือ ใช้ลักษณะความค่อนความดังของเสียง การใช้น้ำเสียงประกอบถ้อยคำ เพื่ออรรถรสในการฟังมากยิ่งขึ้น เช่น การยืดเสียงยาวให้นุ่มนวล ใช้พูดเวลาที่งอคนรัก การใช้น้ำเสียงที่เข้มและดัง แสดงถึงลักษณะการพูดที่มีอารมณ์โกรธ เป็นต้น บางครั้งกิริยาที่แสดงออก เช่น การร้องไห้ไปขณะเล่าเรื่อง ก็แสดงถึง ความเศร้าโศก เสียใจ การหัวเราะแสดงถึง ความสุข ความดีใจ เป็นต้น

รายการ Club Friday สามารถรับรู้การตอบรับของผู้ฟังรายการได้จากการสื่อสารกลับของผู้ฟัง ซึ่งสิ่งตอบรับทุกช่องทางนี้ ผู้ดำเนินรายการและทีมงานสามารถนำไปคิดเป็นหัวข้อในสัปดาห์ต่อไปได้

2. การสื่อสารแบบทางเดียว

การสื่อสารทางเดียว คือการสื่อสารที่ผู้ดำเนินรายการสื่อสารไปยังผู้ฟัง ซึ่งไม่มีการโต้ตอบกลับจากผู้ฟังมายังผู้ดำเนินรายการ ซึ่งมีลักษณะให้เห็นดังรูปภาพดังนี้



นอกจากการสื่อสารสองทางที่สามารถรับรู้ปฏิบัติการจากการสื่อสารกลับของผู้ฟังที่บ้านแล้ว ผู้วิจัยยังพบว่า ผู้ดำเนินรายการยังมีการสื่อสารแบบทางเดียว ในกรณีที่เป็นกรรณาประชาสัมพันธ์ในเรื่องต่างๆ เช่น การประชาสัมพันธ์หนังสือของ Club Friday ที่ผู้ดำเนินรายการเป็นคนเขียน ได้ออกวางจำหน่ายตามสถานที่ต่างๆแล้ว เป็นต้น การสื่อสารทางเดียวมักจะเป็นลักษณะของการแจ้งให้ผู้ฟังทราบ นอกจากนี้องค์ประกอบของรายการ Club Friday ไม่ได้มีเพียงการพูดคุยกันแบบสดๆในรายการ หรือการเล่าเรื่องราวจากอีเมลล์ของผู้ฟังที่บ้านให้ผู้ฟังท่านอื่นได้ฟังเท่านั้น ผู้ดำเนินรายการยังมีการเปิดเพลงที่เข้ากับตอนในสัปดาห์นั้นๆ ให้ผู้ฟังได้ฟัง ซึ่งก็ถือว่าการสื่อสารแบบทางเดียวเช่นกัน

ช่องทางหรือสื่อที่ผู้ดำเนินรายการสามารถสื่อสารให้กับผู้ฟังได้ ได้แก่ วิทยุ วิทยุออนไลน์ หรืออินเทอร์เน็ต และเคเบิลทีวี ซึ่งการมีทางอินเทอร์เน็ต และเคเบิลทีวีนั้น ทำให้รายการ Club Friday กว้างขึ้น หมายถึง เมื่อก่อนคนที่ฟังรายการ Club Friday ก็จะเป็นคนที่ฟังแต่วิทยุทางคลื่น 106.5 Mhz เท่านั้น แต่พอมีวิทยุออนไลน์ หรือฟังวิทยุได้ทางอินเทอร์เน็ต ก็จะทำให้คนฟังที่ไม่สามารถรับคลื่นวิทยุได้มากขึ้น และเมื่อมีเคเบิลทีวี ยิ่งทำให้กลุ่มเป้าหมายของรายการกว้างขึ้นไปอีก รายการ Club Friday ทางเคเบิลทีวี จะอยู่ในช่อง Green Channel ซึ่งเป็นสื่อโทรทัศน์ที่สามารถเห็นผู้ดำเนินรายการจัดรายการอยู่ได้ การมีเคเบิลทีวีก็มีทั้งข้อดีและข้อเสีย ข้อดีคือรายการ Club Friday เข้าถึงคนมากขึ้น เพราะคนดูสามารถดูได้ทั่วประเทศสำหรับบ้านที่ติดจานดาวเทียม เมื่อเข้าถึงคนมากขึ้น ปัญหาที่จะมากขึ้นปัญหาในที่นี้หมายถึง ปัญหาเรื่องราวของความ

รัก รายละเอียดต่างๆ ก็จะมีมากขึ้น ทำให้ได้มุมมองที่หลากหลายขึ้น ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อทางรายการในการจะนำเสนอ และส่งผลต่อผู้ดำเนินรายการในแง่ที่จะต้องตั้งสติมากขึ้นในการตอบคำถามหรือให้คำปรึกษา เพราะกลุ่มเป้าหมายที่กว้างขึ้น ก็จะส่งผลต่อความคิดเห็นของผู้ฟังที่มากขึ้นด้วย บางคนเห็นด้วยกับเรื่องนี้ บางคนไม่เห็นด้วยกับเรื่องนี้

ส่วนข้อเสียก็คือ จะเป็นสำหรับผู้ดำเนินรายการถึงความไม่สบายตัวในการจัดรายการ เพราะการออกทีวีมันไม่ใช่เพียงการสื่อสารทางเสียงเท่านั้น แต่คนที่ดูเคเบิลทีวี สามารถเห็นอิริยาบถของผู้ดำเนินรายการได้ด้วย เพราะฉะนั้น ผู้ฟังสามารถรับรู้วัจนภาษาของผู้ดำเนินรายการในการแสดงออกกิริยาท่าทางได้ เพราะฉะนั้นผู้ดำเนินรายการจึงต้องพึงระวังการแสดงออกท่าทางของตัวเองด้วย ซึ่งผิดจากธรรมชาติของดีเจที่จัดรายการวิทยุ

“มันอึดอัดขึ้นค่ะ พี่ไม่ค่อยชอบทีวี ถ้าพูดตรงๆ พี่ไม่ชอบทีวีเลย พี่ชอบการจัดรายการวิทยุอยู่แล้ว เพราะพี่รู้สึกว่ ทีวี บางทีโปรดักชั่นทีวีมันจะต้องมีภาพมีอะไร ซึ่งการแสดงออกทางสีหน้ามันจะต้องคิดเสมอว่า ตายละออกกล้องอยู่ค่ะ มันจะต้องยืม แล้วมันก็จะแบบว่าไม่ถนัดเลยอะค่ะ”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

นอกจากนี้ รายการ Club Friday ยังมีการพัฒนาปรับปรุง Website ของรายการ โดยให้คนสามารถฟังบันทึกของรายการย้อนหลังได้ เพื่อเพิ่มโอกาสให้ผู้ฟังที่ไม่สะดวกสามารถฟังได้ในเวลานั้นที่ ออกอากาศ ก็สามารถฟังย้อนหลังของรายการได้ในเว็บไซต์ <http://www.greenwave.fm/2011/clubfriday/archive.html> ซึ่งสามารถชมได้ทั้งภาพและเสียง การที่ผู้ฟังฟังย้อนหลังก็ถือได้ว่าเป็นการสื่อสารทางเดียวที่ทางรายการสื่อสารมายังผู้ฟังเช่นเดียวกัน

เพราะฉะนั้น การสื่อสารทางเดียว จากผู้ดำเนินรายการไปยังผู้ฟังทั่วไป มักจะเป็นลักษณะของการแจ้งให้ทราบ ประชาสัมพันธ์ และอาจจะให้ข้อคิดเห็นต่อเรื่องราวปัญหาความรักต่างๆ ให้ประโยชน์ในการใช้ชีวิต และจะสื่อสารผ่านช่องทางที่ผู้ดำเนินรายการสื่อสารไปยังผู้ฟัง ได้แก่ วิทยุ วิทยุออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ต และเคเบิลทีวี

จำแนกตามลักษณะการใช้

การสื่อสารระหว่างผู้ดำเนินรายการและผู้ฟัง เมื่อจำแนกตามลักษณะการใช้ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ การสื่อสารลักษณะที่เป็นกึ่งทางการ และลักษณะที่ไม่เป็นทางการ

ลักษณะที่เป็นกึ่งทางการ

ผู้วิจัยสังเกตและพบว่า การสื่อสารที่เป็นแบบกึ่งทางการ คือผู้ดำเนินรายการจะมีโครงร่างคร่าวๆ ว่าในแต่ละครั้งที่จัดรายการจะสื่อสารในประเด็นใด มีการกำหนดชื่อบทตอนในแต่ละสัปดาห์ไว้ เพื่อให้ผู้ฟังทราบว่าสัปดาห์ต่อไปจะมีเนื้อหาประมาณไหน เป็นการสร้างความเข้าใจร่วมกันระหว่างผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังรายการ เหมือนมีกฎเกณฑ์ กติกา ในแต่ละสัปดาห์ของการจัดรายการ เป็นการแจ้งให้ทราบชื่อบทตอนเหมือนเป็นทางการ แต่จะไม่ทางการก็คือ ผู้ดำเนินรายการพูดโดยไม่ใช้ภาษาที่ทางการ

ลักษณะที่ไม่เป็นทางการ

ผู้วิจัยพบว่า การสื่อสารของผู้ดำเนินรายการส่วนใหญ่มีลักษณะที่ไม่เป็นทางการ คือผู้ดำเนินรายการไม่มีแบบแผนในการจัดรายการ คือผู้ฟังจากทางบ้านที่โทรเข้ามาเล่าเรื่องออกอากาศในรายการ จะไม่ได้มีการเตรียมตัวมาก่อนว่าเป็นใคร ไม่รู้ว่าจะมีใครโทรเข้ามาบ้าง ไม่มีการเตรียมการล่วงหน้าว่าผู้เล่าจะเล่าเรื่องอะไร และการให้คำปรึกษาก็จะคิดสด ไม่มีการเตรียมคำพูดมาก่อน เพราะต้องฟังเรื่องเล่าจากผู้ฟังที่โทรเข้ามาเล่าเรื่อง ฉะนั้นต้องอาศัยจากการฟังรายละเอียดและสื่อสารโต้ตอบกันไปตามรายละเอียดนั้น

นอกจากนี้การใช้ภาษาในการสื่อสาร ก็จะเป็นภาษาพูดที่พูดคุยก่ออกอากาศเหมือนกับการคุยอยู่กับเพื่อน ผู้ดำเนินรายการจะใช้คำสุภาพ ไม่พูดจาหยาบค้าย แต่ผู้เล่าเรื่องจากทางบ้านที่ออกอากาศในบางครั้งก็มีการใช้คำไม่สุภาพบ้าง และไม่ได้ระมัดระวังคำพูดบ้างตามอรรถรสและความรู้สึกของเรื่องเล่านั้น

ตอนที่ 3 ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร

ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร ผู้วิจัยแบ่งเป็น ลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้าน และลักษณะที่ให้คำปรึกษา คำแนะนำ และการแสดงความคิดเห็นของผู้ดำเนินรายการ ซึ่งจะนำเสนอข้อมูลดังนี้

ก. ลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน ได้แก่ จุดประสงค์ของเรื่องเล่า ประเภทของเรื่องเล่า รูปแบบ และลักษณะของปัญหา

ข. การให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ ได้แก่ ขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษา และลักษณะการให้วิธีคิดแก่ผู้ฟัง

ก. ลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน

ผู้วิจัยพบว่า เรื่องเล่าจากผู้ฟังที่บ้านที่ส่งเข้ามาในรายการ รวมทั้งเรื่องเล่าที่ออกอากาศสด ล้วนแล้วแต่มีปัญหาและเรื่องราวที่แตกต่างกัน แต่ทุกคนก็มีจุดประสงค์ในการเล่าเรื่องในรูปแบบที่คล้ายกัน ซึ่งผู้วิจัยพบได้แก่ 1. เพื่อแบ่งปันประสบการณ์ 2. เพื่อปรึกษาขอความคิดเห็นและคำแนะนำ 3. เพื่อต้องการระบายความรู้สึก 4. เพื่อต้องการกำลังใจ โดยมีรายละเอียดและตัวอย่างดังนี้

จุดประสงค์ของเรื่องเล่า ได้แก่

1. เพื่อแบ่งปันประสบการณ์

เรื่องเล่าจากผู้ฟังที่บ้านได้เล่าเรื่องเพื่อแบ่งปันประสบการณ์ของตนเองให้ผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังรายการคนอื่นๆ ได้รับรู้เรื่องราวของชีวิตคนอื่นมากขึ้น บางคนมีวิธีการแก้ปัญหาไปแล้ว แต่เขาอยากแบ่งเรื่องราวนี้เป็นวิทยาทานให้กับคนอื่นๆ เพื่อถ้าหากมีใครที่เจอเหตุการณ์ในลักษณะเช่นเดียวกันแบบนี้ ก็ลองใช้วิธีการของผู้เล่าได้ (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) ได้เป็นตัวอย่าง ให้รู้ทันสังคม และระมัดระวังตัวในการใช้ชีวิตมากขึ้น เพราะฉะนั้นการแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกันถือได้ว่าเป็นการให้อย่างหนึ่งของคนในสังคมด้วยเช่นกัน

ตัวอย่าง

“สวัสดิ์ค่ะพี่อ้อยพี่ฉอด วันนี้อยากแชร์ประสบการณ์ค่ะ จริงๆข้อความนี้ไม่อยากลบทิ้งเลยก็ได้ไม่ได้มีแค่ข้อความเดียวนะคะ มีเยอะมากค่ะ ทั้งสุขทั้งเศร้า แต่วันนี้ขอเล่าแบบสุขๆดีกว่า เป็นข้อความจากคนที่เคยรัก เรื่องมีอยู่ว่าสมัยมอปลายเคยคบกับคนคนหนึ่ง เขาไม่มีอะไรที่ตรงสเปกเลย ไม่ค่อยพูด ที่สำคัญหน้าตาไม่ดี คือประมาณว่าหน้าตาแย่ที่สุดในบรรดาแฟนของหนูเลยคะ

ตอนแรกคิดจะจีบเล่นๆ แต่พอได้คบจริงๆ ได้ค้นพบว่าเขาเป็นคนที่น่ารักมากเลย เลยดูแลเทคแคร์อย่างดี แต่ไม่พูดนะคะ ใช้การแสดงออกเท่านั้น หลังจากที่คบกันไปได้ระยะหนึ่ง วันนั้นเป็นวันเกิดของเรา นัดเพื่อนๆ ไปฉลองกันกลุ่มใหญ่มาก ทุกคนให้ของขวัญเราหมดเลยคะ แต่เขาไม่มีที่ท้าวาจะให้ ก็เริ่มรู้สึกน้อยใจว่าวันนี้วันเกิดเรา แต่คนสำคัญกลับไม่ใส่ใจ งานเลี้ยงก็ดำเนินต่อไปคะ จนทุกคนแยกย้ายกลับบ้าน เขาก็ทำหน้าที่ไปส่งเรา ระหว่างทางกลับบ้าน จู่ๆ เขาก็จอดรถแล้วก็หยิบกล่องของขวัญออกมาจากเสื้อคลุม อเมซิ่งมาก กล่องของขวัญนี้กล่องไม่เล็กนะคะ แต่เขาซ่อนเอาไว้ในเสื้อเขาทั้งวันเลย เป็นความพยายามที่เลิศมาก ของขวัญก็เป็นกรอบรูปที่มีข้อความว่า จะไม่บอกหรอกนะว่ารักประมาณนั้นประมาณนี้ รู้แค่ว่าคุณรู้สึกที่มี เป็นความรู้สึกที่ดีที่ไม่เคยมีให้ใคร บอกตรงๆ ว่าอ่านข้อความนี้ครั้งแรกแล้วมีความสุขมาก แม้จะไม่ได้แต่งแต้มด้วยคำว่ารัก แต่มันก็รู้สึกอบอุ่นหัวใจอย่างประหลาด เหมือนกับว่าเราไม่ต้องพูดคำว่ารักก็ได้ เพราะว่ารักอาจจะเป็นแค่คำคำหนึ่งที่ได้รู้ความหมาย ถ้าคนพูดไม่รู้สึกลอยอย่างนั้นจริงๆ แต่การกระทำและความตั้งใจของเขา คำพูดบางคำที่ออกมาจากใจ มันมีความหมายและชัดเจนกว่านั้นมาก เลิกกันไป 10 กว่าปีแล้วคะ เราต่างแยกย้ายไปมีชีวิตของตัวเอง เขาก็ยังเป็นหนึ่งในความทรงจำที่ดีของเราที่ทำให้เรายิ้มได้ทุกครั้งเวลาที่คิดถึงกัน”

(เทปบันทึกวันที่ 22 ตุลาคม 2553 ตอน ข้อความไหนที่ทำให้ใจลบไม่ลง)

ตัวอย่าง

“มีเรื่องเล่าให้ฟังครับเป็นเรื่องราวในชีวิตผมเอง เคยมีอยู่ 1 คน คบกันได้ 11 เดือนก็ต้องเลิกกัน ผมเสียใจมากครับ ตลอดเวลา 8 เดือนที่คบกันมา เขาทำให้ผมทุกอย่าง รักผม หมาอะไรให้คอยดูแลทุกอย่างในชีวิต เขาน่ารักมาก เขาทำให้ชีวิตผมเปลี่ยนไป ตอนนั้นผมเหมือนทำอะไรไม่เป็น เขาทำให้ผมทุกอย่าง ทั้งหวานทั้งโรแมนติก ผมอาจจะทำอะไรทำให้เขาบ้าง แต่ถ้าเทียบกับที่เขาทำให้ผมแล้ว เหมือนผมไม่ได้ทำอะไรให้เขาเลย ตลอด 8 เดือนที่ผ่านมา ผมมีความสุขมากครับ เราอยู่ด้วยกันตลอดเวลา มีความสุขด้วยกันตลอดเวลา แต่วันหนึ่งเขาต้องการให้เราทำให้เขาบ้าง แต่ตอนนั้นผมเหมือนคนทำอะไรไม่เป็นไม่รู้ว่าจะต้องทำยังไง ทำแคไหน เริ่มยังไง เอาใจยังไง สุดท้ายผมก็ทำอะไรได้ไม่ดีมากเท่าที่ควร เท่าที่เธอทำให้ผม เธอก็ก้าวออกไปจากชีวิตผม 1 ครั้ง แต่ผมก็ทำให้เธอไม่เลือกคนใหม่ แล้วเธอก็กลับมาหาผม หลังจากนั้นผมก็พยายามทำอะไรให้เขาบ้าง แต่กลายเป็นว่าเราทะเลาะกันบ่อยขึ้นๆ เพราะผมทำไม่ได้เท่าที่เธอทำ ผมไม่เคยรู้เลยว่าอะไรควรทำยังไง ก่อนวันที่เราจะเลิกกัน อีก 4 วันเป็นวันครบรอบ 11 เดือน เธอเลิกกับผมด้วยเหตุผลว่าเธอเหนื่อย เหนื่อยกับผม และเธอก็ออกไปจากชีวิตผม ผมเสียใจมากครับ เธอย้ายไปอยู่กับเพื่อนของเธอ หลังจากนั้นผมทำอะไรให้เธอหลายอย่างมาก แต่ได้มาแค่คำว่า สายไปแล้ว กับนี่เป็นครั้ง

สุดท้ายแล้ว ระยะทางระหว่างที่ผมอยู่กับเขา ห่างกันประมาณ 2 กิโลเมตร ผมเดินไปหาเขาทุกวัน แต่ไม่ได้บอกเขา แค่เห็นหน้าบ้านแล้วก็เดินกลับ กลัวว่าเขาจะเกลียดผม ชื่อของไปฝากบ้าง ทำไปโดยไม่รู้ว่าจะทำไปทำไม แต่ก็มีความสุขที่ได้ทำ อีกไม่นานเราจะมีโอกาสได้ไปภูเก็ตกัน แต่ได้ไปกันหลายคน เธอไปในฐานะเพื่อนกับผม รู้ไหมครับว่าวันที่ไปภูเก็ตเป็นวันครบรอบ 1 ปีพอดี ตอนนั้นผมเริ่มทำอะไรให้เธอ ผมจึงรู้ว่าทำอะไรให้ใครอยู่ฝ่ายเดียวมันเหนื่อยแค่ไหน ท้อแค่ไหน ยิ่งเธอเริ่มไปจากผมทีละนิด ยิ่งทรมานใจ ยิ่งเหนื่อย วันนี้ผมรู้แล้วครับว่า ที่เธอทำให้ผมมันมากขนาดไหน มันเหนื่อยแค่ไหน ถ้ามีโอกาสอีกครั้งผมต้องทำได้ดีมากแน่ เพราะผมรักเธอครับ”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2)

2. เพื่อปรึกษาขอความคิดเห็นและคำแนะนำ

เรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้านที่มีปัญหาและหาทางออกกับปัญหานั้นๆไม่ได้ ก็จะเล่าเรื่องราวมาเพื่อปรึกษาผู้ดำเนินรายการ ขอความคิดเห็นและคำแนะนำ ที่สามารถรับมือกับปัญหานั้นๆได้ เช่น

ตัวอย่าง

“สวัสดิ์ค่ะ หนูชื่อฝนนะคะ หนูมีเรื่องไม่สบายใจอย่างมากเกี่ยวกับความรัก เป็นคนที่รักใคร่รักจริง จริงจังกับความรักอย่างมาก รู้จักกับผู้ชายคนหนึ่งเป็นรุ่นพี่ที่มหาลัย แต่จบมานานแล้ว รู้จักและคบกับเขามานาน 8 เดือน แล้วก็เลิกกันไป เพราะทนนิสัยความเอาแต่ใจของเขาไม่ได้ ห่างกันและไม่ติดต่อกัน 2 ปี หลังจากสองปีเขาโทรกลับมาคะ และนัดไปกินข้าว กลับมาคบกันได้อีกครั้งหนึ่ง ประมาณ 2 เดือน วันนี้อยู่รับโทรศัพท์เบอร์แปลกๆ เขาบอกว่าเป็นภรรยาของเขาเอง แล้วก็ในวันแรกที่เขาบอกว่าหนูเป็นคนที่เท่าไรของเขา หนูตกใจพูดอะไรไม่ถูก ที่สำคัญภรรยาเขามีลูกแล้วด้วย ลูกกำลังน่ารักนะคะ อายุประมาณ 2 ปี หนูรู้สึกว่่าหนูโง่มาโดยตลอด ถามพี่เขาว่าที่คบกันเขามีแฟนยัง เขาก็บอกว่าไม่มี หน้าตาแบบนี้ใครจะเอา หนูก็ทดสอบเขาหลายครั้งจนเชื่อใจว่าเขาไม่มีใครแน่ๆ แต่พอวันนี้รู้เรื่องที่เขาภรรยาแล้ว รู้สึกเสียใจมาก ถึงขนาดที่คิดอยากจะกินยานอนหลับ ไม่อยากรู้เรื่องอะไรอีก แล้ววันจันทร์นี้เขานัดหนูมาเพื่อเคลียร์กับแฟนเขา หนูไม่รู้จะทำยังไงเพราะผิดเองที่ไม่ดูให้ดีเสียก่อน หนูควรทำยังไงดีคะ อึดอัด ทำอะไรไม่ถูก ภรรยาเขาบอกว่า เขาไม่ได้คบหนูคนเดียว คบหลายคน ภรรยาเขาขู่หนูว่าห้ามเล่าเรื่องนี้ให้แฟนฟัง ไม่งั้นรู้ทั้งมหาวิทยาลัยแน่ๆ หนูเลยเครียดหนัก ไม่รู้จริงๆว่าเขามีภรรยาแล้ว ช่วยหนูด้วยคะ ไม่เคยเจอเหตุการณ์แบบนี้ หนูควรทำยังไง แฟนเขาจ้องจะทำร้ายชีวิตของหนูด้วย สุดท้ายนี้ขอบคุณพี่ทั้งสองมากๆ”

(เทปบันทึกวันที่ 19 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักใกล้หมดอายุ)

ตัวอย่าง

“มีเพื่อนอยู่คนหนึ่งเป็นเพื่อนทางเน็ตเขาระบายให้หนูฟังว่าเขาอกหัก ก็รับฟัง รู้จักกันมาเป็นปีแล้ว เคยไปเที่ยวด้วยกันอยู่ไม่กี่ครั้ง ความคิดเห็นของหนูคือ การเป็นเพื่อนกันต้องไว้ใจกัน และสามารถพูดคุยเรื่องต่างๆแก่กันได้ พอดีเขาอกหัก เขาอยากไปทะเล ก็เลยชวนหนูไป หนูก็ไม่ได้คิดอะไร เห็นเพื่อนทุกข์ใจก็เลยจะไปเป็นเพื่อน ตอนนั้นก็ไป แต่ไม่ได้ไปกัน 2 คน ก็ชวนเพื่อนๆไปด้วย แต่ประเด็นก็คือว่า หนูไปกับเขาโดยที่ไม่ได้บอกแฟนว่าเพื่อนที่ไปนั้นเป็นผู้ชาย และหนูก็ไม่ได้ชวนแฟนไป แฟนหนูรู้เข้า เขาคิดว่าเป็นการนอกใจ แต่ความคิดของหนู ณ ตอนนั้น ไม่ได้แบ่งแยกว่าเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย ก็เลยไม่ได้บอกเขาว่าไปกับผู้ชาย แต่บอกว่าไปกับเพื่อน แต่ก็ไม่ได้ไปกันสองคน ไปกันหลายๆคนกะเพื่อนๆ แฟนก็บอกว่า การที่ผู้ชายชวนผู้หญิงไปทะเล แปลว่าไม่ได้คิดแค่เป็นเพื่อน และการที่หนูคิดไปกับเขาถือว่าหนูนอกใจแฟนแล้ว เขาบอกว่า ถ้าไม่คิดจะไม่ไป ก็เลยทะเลาะกัน หนูก็เลยไม่ไปทะเล เขาก็เลยให้หนูต่อสายไปถามเพื่อนคนนั้น โดยให้เขาแอบฟัง และให้หนูถามคำถามต่างๆ หนูก็โทร แต่ตอนนั้นประชุมสายไม่ได้ ไม่รู้เป็นเพราะอะไร การที่หนูโทรไปให้เขาแอบฟังไม่ใช่ว่าหนูบริสุทธิ์ใจหรอกคะ ตั้งแต่นั้นเขาให้หนูเปลี่ยนเบอร์ เปลี่ยนเมลล์ไม่ให้บอกเพื่อนที่เป็นผู้ชาย รวมทั้งเพศที่ 3 ด้วย หนูก็ทำให้สาบาน สัญญา ทำสิ่งต่างๆ เพราะไม่ได้คิดกับเขาคนนั้นเกินเพื่อนจริงๆ ให้บอกตลอดว่ากำลังทำอะไรอยู่ ไปกับใคร ที่ไหน ไม่ให้ไปไหนแม้มีผู้ชายหรือเพศที่ 3 ไปด้วยแม้แต่คนเดียว ให้ไปโผล่บอกความรู้สึก ไม่ให้รับแอดใครนอกจากคนที่รู้จักจริงๆ แม้แต่เพื่อนของเพื่อน รุ่นพี่ รุ่นน้องก็ไม่ได้ การที่หนูทำสิ่งต่างๆ ตามที่เขาต้องการและเต็มใจ มันไม่ได้หมายความว่าหนูบริสุทธิ์ใจหรอกคะ เพื่อนหนูบอกว่ามันเป็นการกะเกณฑ์ชีวิตเกินไป แต่หนูก็เต็มใจทำ เพราะ เขาบอกว่าถ้าหนูทำเขาจะเชื่อ ยกโทษให้ และลืมเรื่องนั้น จะไม่พูดถึงอีก หลายครั้งที่หนูพูดเรื่องนี้ขึ้นมา เรื่องที่จะไปทะเลกับเพื่อนผู้ชาย ก็จะทะเลาะกันทุกครั้ง เขาบอกว่า หนูไม่ใช่สเปคเขา หนูไม่น่ารักสำหรับเขา แต่ที่เลือกคบกับหนูเพราะว่าอยู่กับหนูแล้วมีความสุข หนูก็พยายามเปลี่ยนทุกอย่างเพื่อให้เขาชอบ สิ่งไหนที่ดีขึ้นหนูก็จะเปลี่ยน แต่มันก็ยังเป็นหนู มันไม่มีวันเป็นไปได้ใช่ไหมคะที่เขาจะชอบหนูที่หนูเป็นหนู หนูเหนื่อยและท้อมาก แต่หนูตัดใจจากเขาไม่ได้ หนูรักเขามากอย่างที่ไม่มีใครรู้สึกกับใครมาก่อน และยอมเขาในเรื่องต่างๆอย่างที่ไม่เคยยอม ทำไมเขาถึงไม่มองบ้าง หนูรู้ว่าหนูผิดที่คิดจะไปทะเลกับเพื่อน ถึงแม้ว่าจะมีเพื่อนคนอื่นไปด้วยก็ตาม แต่หนูก็ยืนยันว่าไม่ได้คิดอะไรกับเพื่อนคนนั้นเลย หนูอยากให้เขามองที่หนูเป็นหนู ให้โอกาสและเข้าใจหนูบ้าง จะต้องทำยังไง และมันจะไม่เป็นการเห็นแก่ตัวเกินไปใช่ไหมคะ”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2)

3. เพื่อต้องการระบายความรู้สึก

บางกรณีผู้เล่าบางคนก็เล่าเรื่องมาเพื่อที่ต้องการระบายความรู้สึก ความอัดอั้นตันใจของตนเอง ให้กับผู้ดำเนินรายการ และผู้ฟังคนอื่นๆ ได้ฟังกัน เช่น

ตัวอย่าง

“แต่งงานกับสามีมา 4 ปี มีลูกคนหนึ่ง ปัจจุบันตัดสินใจแยกทางกันเดือนกว่าๆแล้ว สามีมีข้อดีคือ ขยันมาก ทำงานทุกอย่างที่ได้เงิน จนกระทั่งสร้างฐานะได้ มีตึก ซื้อมอเตอร์ไซด์ให้เรา โดยมาจากน้ำพักน้ำแรงของเขาล้วนๆ แต่ข้อเสียคือ ego สูงมาก ความคิดเป็นตัวของตัวเอง คือหมายถึงเอาความคิดของตัวเองเป็นใหญ่ เอาชนะ ทิฐิแรง ตัวเองถูกอยู่คนเดียว เจ้าอารมณ์ ขี้หงุดหงิด ปากร้าย พูดจาตู่ถูก ใครขัดใจก็จะเห็นเป็นศัตรู ส่วนเรื่องลูก ไม่เคยมีเวลาให้ลูก ไม่เคยพาออกไปเที่ยวที่ไหน เคยพาไปเที่ยวห้างเหมือนกัน แต่รีบร้อนกลับบ้านมาก ไม่เคยมีกิจกรรมใดใดร่วมกัน ไม่เคยอยู่ร่วมกับครอบครัวเลย ยกเว้น 1 ปีแรกที่แต่งงานกัน ข้อเสียเหล่านี้ไม่เคยมี แต่พอปีที่ 2 ข้อเสียเหล่านี้ถึงจะมีมา ตอนแรกก็เข้าใจว่าเขาคงเครียด ทำเพื่อครอบครัวเลยต้องทำงานหนัก ต้องอดหลับอดนอน แต่พอเรียกร้องเวลา ขอเวลาให้เรากับลูกบ้าง เขาก็บอกว่า ไม่จำเป็น เขาค่าเรา เขาหาว่าเราไปขัดการทำมาหากินของเขา หลังๆพูดจาแต่ละครั้งไม่เคยรักษาน้ำใจ เดินเข้าบ้านก็มองเราผ่านเลย ไม่เคยมีเราอยู่ในสายตา เหมือนรำคาญเรา เหมือนเห็นเราเป็นตัวเกะความเจริญของเขา อดทนมาตลอดค่ะ เพราะว่ารักเขามาก คิดบวกตลอดว่าเขาเป็นแบบนี้ เพราะเขาเครียด ต้องหาเงิน อยากให้ครอบครัวมีฐานะร่ำรวย ปีที่ 4 ที่ 5 หนักกว่าเดิม ทะเลาะกันทุกอาทิตย์ พูดอะไรเป็นหงุดหงิด ทั้งที่เราไม่ได้หมายความว่าแบบนั้น แต่ส่วนใหญ่เราจะป็นฝ่ายจ้อ ปรับทุกอย่างที่เขาบอกเราไม่ดี เราทำเพื่อเขา แต่เขาไม่เคยปรับอะไรเลย ทะเลาะกัน พูดจาหยาบคายตลอด ตู่ถูกสารพัด ทั้งที่ไม่เคยพูดจาหยาบคายกับเขาเลยนะคะ แค่พูดคำว่า ใต้ ยังไม่เคย วันหนึ่งทะเลาะหนัก เขาทำร้ายร่างกายเราคะ ทั้งที่ไม่เคยทำมาก่อน ตบหน้า กระชากแขน จนเลือดขาด แต่เราก็ยังอดทนนะคะ อุตส่าห์ไปร้องขอคืนดีกับเขา แถมยังโทษตัวเองอีกว่าเราพูดยั่วโมโหเขา เขาเลยทำแบบนี้ จนมาวันหนึ่งมีเรื่องทะเลาะกันอีกจากที่สะสมความเสียใจน้อยใจมาตลอด หหมดความอดทนคะ เลยขอแยกกันอยู่ ลูกอยู่กับเรา ไม่พูดไม่คุยติดต่อกับเขาเลย เงินทองพอแยกทางกัน เขาก็ไม่ได้ช่วยเหลืออะไร ก็รอดอยู่เหมือนกันว่าเขาจะเอาอย่างไร ถามว่ายังรักเขาอยู่ไหม ยังรักเขาอยู่คะ ในใจหวังอยู่ลึกๆว่า คงไม่ใช่เพราะมือที่สามที่ทำให้เขาเปลี่ยนไป แต่ถ้าไม่ใช่เราก็ขอให้เขาคิดให้ได้ว่าสักวันความสุขของเราไม่ใช่ชื่อเสียงเงินทอง อยากให้เขากลับมา ความรักความเข้าใจต่างหากที่คนในครอบครัวต้องการจากกันและกัน ขอขอบคุณพี่อ้อยพี่จ๊อดจาก Club Friday ที่เปิดโอกาสให้ได้

เล่าเรื่องราว ได้สามารถระบายความทุกข์นี้ เป็นเรื่องที่เศร้าที่สุดในชีวิต ที่พอนึกถึงทีไร ก็หมดแรงจริงๆ”

(เทปบันทึกวันที่ 24 กันยายน 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

ตัวอย่าง

“สวัสดิ์ค่ะพี่อ้อย พี่ฉอด และทีมงาน Club Friday ความรักของหนูเหมือนต้นไม้คะพี่ ต้นไม้ที่ได้รับแค่น้ำ แต่แสงแดดกับน้ำไม่เพียงพอ ต้นไม้เล็กๆพวกนี้เริ่มหมดแรงที่จะเจริญเติบโต กลัวเหลือเกินว่าวันหนึ่งจะเฉาตายในที่สุด หนูได้รับการดูแลเป็นอย่างดีทางด้านร่างกาย เหมือนได้รับปุ๋ยที่ถูกต้องชื่อหามา แต่เรื่องของความรู้สึกจิตใจ หนูได้รับไม่เคยเพียงพอ แสงแดดของความอบอุ่น น้ำหล่อเลี้ยงหัวใจให้ชุ่มชื้น ในความคิดหนู รักต้องมีทั้งห่วงใยและใส่ใจ ห่วงใยด้านร่างกาย ใส่ใจด้านความรู้สึก ถ้าหากขาดอย่างหนึ่งอย่างใดไป ความรักมันไม่สมบูรณ์ แฟนหนูดูแลในด้านอื่นเป็นอย่างดีค่ะ แต่เรื่องของความรู้สึกในใจได้รับน้อยมาก ด้วยเหตุผลที่ว่า งานยุ่ง เหนื่อย ไม่มีเวลา คนที่เป็นแฟนกันคุยกันแค่ตอนเข้านอน บางวันคุยกันไม่ถึง 5 นาทีด้วยซ้ำ เข้าใจเขาจะคะพี่ เขางานยุ่งก็ไม่อยากจะไปรบกวนเวลาเขา แต่อย่างน้อยในความคิดหนู คุยกันแค่ คำสองคำ โทรมาระหว่างวันบ้าง ดีกว่าคุยตอนก่อนนอน ซึ่งคุยได้แป๊บเดียว โทรมาบอกว่า กินข้าวยัง คิดถึงบ้าง บอกรักนิดหน่อย หนูก็ชื่นใจแล้ว แหมกระทั่งข้อความสั้นๆส่งมาหนูก็ดีใจแล้วนะคะ เคยคุยกันเรื่องนี้แต่ก็ได้รับเหตุผลเดิมๆว่า ก็เขาเหนื่อยอะ หนูเองไม่รู้ว่าจะทำยังไงเหมือนกัน เวลาเป็นแบบนี้หนูก็เศร้าแต่ก็อดทนมาตลอด ท่องมา 2 อ. เสมอ อดทน และ อภัย อาทิตยน์นี้เป็นอีกอาทิตยน์ที่หนูรู้สึกหมดแรงอยากจะหยุดความรักเพราะใจมันล้าจริงๆ ของบางอย่างใครหลายๆคนอาจชื่นชมบอกว่าดี แต่บางทีของบางอย่างอาจไม่เหมาะกับเราก็ได้ พี่อ้อยพี่ฉอดเห็นด้วยมั๊ยคะ ขอขอบคุณที่ฟังหนูระบายค่ะ”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2)

4. เพื่อต้องการกำลังใจ

ผู้เล่าได้เล่าเรื่องมา ไม่ได้มีเพียงแค่จุดประสงค์ต้องการขอคำแนะนำเท่านั้น แต่เพื่อต้องการกำลังใจกับปัญหาของตนเองที่เจอเรื่องหนักๆมา เช่น

ตัวอย่าง

“สวัสดิ์ครับพี่ฉอดพี่อ้อย และชาวกรีนเวฟ เรื่องมีอยู่ว่า อาทิตยน์ที่แล้วเล่นเฟสบุ๊คคะ และก็ดูกระดานโต้ตอบกันของคน 2 คน คนหนึ่งคือแฟนเรา อีกคนผมไม่รู้จัก ผมถามว่าใคร เขาตอบว่า ลูกค้า ไม่มีไรหรอก ทั้งที่ผมระแคะระคายมานานแล้วแต่ก็ยังไม่แสดงออกอะไรมากมาย ผมก็เลย

ย้อนกลับไปดูเรื่อยๆ มันไม่ใช่ ผมก็เลยตัดสินใจบอกเลิกเธอ เพราะมันไม่ใช่ครั้งแรกที่เธอทำอย่างนี้ จากครั้งนั้นก็คุยกันแล้วว่าอย่าทำอีก ถ้าทำอีกจะเลิกเลยนะ ไม่ต้องมาเป็นเพื่อนกันเลยด้วย และไม่ต้อง ติดต่อกันอีกเลย แต่เธอก็ยังไม่ยอมเลิก และก็ยังรักผมอยู่ เพราะยังไม่แน่ใจคนนั้น แต่ถ้าจะให้เลิก ก็จะไม่เลิกเขา ผมก็ยอมเพราะยังรักเธออยู่ ก็หวังว่ามันอาจจะเป็นความพลั้งเผลอของเธอกับเขา และที่สำคัญคือเพื่อนผมที่เรารู้จักก็รู้กันหมดแล้ว และผมได้รู้เป็นคนสุดท้าย ผมอยากจะทำอะไรต่อไปหรือหันหลังให้แล้วเลิกต่อไปดี ผมต้องออกกำลังกายหรือไม่ก็ต้องทำอย่างอื่นตลอดเวลา จะได้ไม่ต้องคิดมาก แต่ยิ่งทำเหมือนยิ่งหมดแรง ยกเวจอยู่ดีๆพอเรื่องนี้เข้ามาในสมอง ก็จะไม่มีความยกต่อ วิ่งอยู่ดีก็ขาอ่อนแรงไปซะอย่างนั้น บางครั้งคำตอบอาจจะมียอยู่แล้ว แต่ผมก็อยากพูดคุย อยากได้กำลังใจจากคนอื่นบ้าง เพราะเพื่อนที่จะคุยได้ก็ไม่มีแล้ว”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค 2)

ตัวอย่าง

“ตอนนี้อายุ 26 ปีค่ะ แต่งงานมาได้ 3 ปีแล้ว เพิ่งจะครบไปเมื่อต้นเดือนเองนะคะ ก่อนหน้านี้สามีแปลกประหลาดมาก เงียบๆ นิ่งๆ เฉยๆ ไม่ช่างคุยช่างเล่นแบบแต่ก่อน ผู้หญิงเรา นะคะ สามีเปลี่ยนไปนิดเดียวเราก็รู้ละ ก็เงียบๆเคียงๆถามดูว่าเขามีปัญหาอะไร อาจจะช่วยไม่ได้บ้าง แต่ขอแชร์ความทุกข์บ้างได้ไหม สามีบอกว่าเครียดเรื่องงาน งานยุ่ง ก็เลยถามไปว่า ไม่ได้มีเรื่องผู้หญิงนะ เขาก็หลบตาแล้วก็บอกว่าไม่มี ดิฉันก็ปล่อยไป จนผ่านไประยะหนึ่ง ก็ถามเขาอีกว่า ไม่มีจริงๆนะ ตลอดระยะเวลา 6 ปีที่ผ่านมา ไม่เคยมีเรื่องผู้หญิงนะ ไม่มีหรือจับไม่ได้ก็ไม่รู้ จนเมื่อเดือนที่แล้วสามีบอกว่าอยากขอพื้นที่ส่วนตัว ซ็อค ตกใจเลยคะ คำนี้ แล้วเขาก็ระเบิดทุกอย่างมาเลยคะว่า ไปจำกัดสิทธิ์เขา เขาอยากไปเตะบอลห้าทุ่มเที่ยงคืนก็ไม่ให้เขาไป จริงคะ ยอมรับ เพราะเป็นห่วงเรื่องการขับรถขับรา แกรมอันตรายอยู่รอบด้านไปหมด และยังบอกอีกว่าดิฉันไม่ชอบเพื่อนที่ทำงานเขา เข้ากับเพื่อนที่ทำงานเขาก็ไม่ได้ ก็จริงอีกนั่นแหละ เพราะว่าไม่เคยแสดงกิริยาอะไรที่ไม่สมควรออกไปเลยสักครั้งเดียว คือเหมือนกับว่า เวลาอยู่กับเพื่อนเขาเราก็จะแสดงอาการแปลกแยก พี่คะจะไว้ใจได้ยังไงคะ เพื่อนแต่ละคนของเขาเจ้าชู้มากแค่ไหนใครก็รู้ มีภรรยาอยู่ที่บ้าน ยังพากันไปเที่ยวต่างจังหวัดกับกลุ่มเพื่อนที่ทำงาน แล้วจะให้ดิฉันมีความยินดีชอบพอในตัวของผู้ชายของเขาหรือ ก็อ่อนวอนขอร้องไห้เขาปรับปรุง เขายืนยันว่าไม่เอาแล้ว อึดอัด ก็เลยถามดิฉันว่า มีความสุขหรือ ถ้าเขากลับมาบ้าน แล้วเขาเป็นแบบนี้ จนเมื่อประมาณต้นเดือนก่อนวันครบรอบแต่งงาน เขาบอกว่าขอแยกกันอยู่ 1 เดือน เขาเชื่อว่าอะไรต่อมิอะไรจะดีขึ้น เราก็เลยแยกกัน แต่ไม่ได้หันหลังให้กัน ยังโทรศัพท์คุยกันได้ทุกวัน มีอะไรก็คุยกันได้เหมือนเดิม แต่สำหรับตัวเองแล้วมันไม่เหมือนเดิมคะ มันเหมือนแตกสลายไปหมด ความรู้สึกที่มี ถ้าถามว่ารักไหมคิดถึงไหม ตอบ

ได้เลยว่ารักมาก คิดถึงทุกลมหายใจค่ะ แต่ความคิดถึงที่ว่าไม่สามารถจะทำให้ดิฉันกดโทรศัพท์ไปหาเขาได้เลย สามีโทรศัพท์มาค่ะ แต่ไม่ทุกวัน มีธุระก็โทรมา เมื่อเช้าสามีก็ให้โอนเงินให้เขา ก็ยังถามเขาอยู่เลยว่า นี่ถ้าไม่มีธุระคงไม่โทรมาใช่ไหม เขาก็ตอบว่าก่อนหน้านี้เขาก็โทรมานี่นา ดิฉันก็ย้อนกลับไปว่าแล้ววันอื่นล่ะไม่เห็นโทรมาเลย เขาเจิบ เรียนให้ทราบตามตรงว่า ตอนนี่เรื่องที่จะกลับมาขอคืนดีเป็นไปไม่ได้แล้วค่ะ และก็ไม่มีหวังแล้วด้วย ทุกวันนี้รอให้เขากลับมา รอคอยเรื่องจดทะเบียนหย่า คอยเรื่องทรัพย์สินและธุระบางอย่าง แอบไปดูดวงมาเขาทำนายว่า ช่วงนี้ดวงตกนะคะ และให้ระวังมือที่สาม ดิฉันร้องไห้เลยค่ะ เพราะมันตรงกับสิ่งที่หวาดหวั่นอยู่แล้ว หมดแรง เหนื่อยใจไปหมดทุกอย่าง คิดอยู่เหมือนกันว่าตัวเราก็กทำบุญ ไหว้พระ สวดมนต์ ทำงานอยู่เป็นประจำทำไมเกิดเรื่องแบบนี้กับเราได้ ขอแรงใจจากพี่ทั้งสองคนด้วย”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค 2)

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลรายการ Club Friday จากการฟังเทปบันทึกย้อนหลัง ตั้งแต่เดือนกันยายน 2553 จนถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 ซึ่งมีทั้งหมด 12 ตอน แต่ผู้วิจัยไม่สามารถเก็บข้อมูลได้ 1 ตอน เนื่องจากตอนสุดท้ายของเดือนพฤศจิกายน คือตอนเรื่องจริงที่ปวดใจ ของวันที่ 26 พฤศจิกายน 2553 ระบบการบันทึกเทปย้อนหลังของรายการไม่สามารถใช้งานได้ ทำให้ผู้วิจัยเก็บข้อมูลได้ทั้งหมด 11 ตอนเท่านั้น

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากทุกเรื่องเล่าที่ได้ออกอากาศ และสามารถจำแนกสถานภาพของผู้เล่าเรื่องตามตอนต่างๆ ดังตารางต่อไปนี้

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนผู้เล่าเรื่องที้ออกอากาศโดยแบ่งตามสถานภาพ

ตอน	สถานภาพ					
	เป็น โสด	มีแฟน	แต่งงาน	หย่า ร้าง	เป็น หม้าย	รวม
1. ฉันมีค่าแค่ไหน (3 กันยายน 2553)	1	3	2	-	-	6
2. ไม่มีอะไรที่ใช่แต่ทำไมถึงรัก (10 กันยายน 2553)	2	4	2	-	-	8
3. เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค1 (24 กันยายน 2553)	2	2	1	2	-	7
4. เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2 (1 ตุลาคม 2553)	1	11	1	-	-	13
5. รักที่ได้ออกอากาศ (8 ตุลาคม 2553)	3	4	-	-	-	7
6. คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน (15 ตุลาคม 2553)	5	4	-	-	1	10
7. ข้อความไหนที่ทำให้ใจลบไม่ลง (22 ตุลาคม 2553)	3	9	1	-	-	13
8. ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ (29 ตุลาคม 2553)	3	6	-	-	-	9
9. เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว (5 พฤศจิกายน 2553)	1	2	2	-	-	5
10. รักแค่นั้นก็เป็นได้แค่เพื่อน (12 พฤศจิกายน 2553)	4	1	-	-	-	5
11. รักใกล้หมดอายุ (19 พฤศจิกายน 2553)	1	3	-	2	-	6
รวม	26	49	9	4	1	89

จากตาราง แสดงให้เห็นว่าจากจำนวนผู้ที่เล่าเรื่องเข้ามาในรายการทั้งหมด 89 คน ส่วนมากมักจะเป็นกลุ่มบุคคลที่มีแฟนแล้ว ซึ่งพบเป็นจำนวนมากที่สุด 49 คน รองลงมาคือกลุ่มบุคคลที่เป็นโสด 26 คน และที่พบน้อยสุดคือ บุคคลที่เป็นหม้ายมีเพียง 1 คนเท่านั้น

ประเภทของเรื่องเล่า

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนประเภทเรื่องเล่าของผู้เล่าโดยแบ่งตามเพศ

ตอน	เพศ	ประเภทเรื่องเล่า		
		สมหวัง	ไม่สมหวัง	รวม
1. จันมีค่าแค่ไหน (3 กันยายน 2553)	หญิง	-	5	5
	ชาย	-	1	1
2. ไม่มีอะไรที่ใช่แต่ทำไมถึงรัก (10 กันยายน 2553)	หญิง	4	3	7
	ชาย	-	1	1
3. เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค1 (24 กันยายน 2553)	หญิง	1	6	7
	ชาย	-	-	0
4. เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2 (1 ตุลาคม 2553)	หญิง	-	8	8
	ชาย	-	5	5
5. รักที่ได้ ออกอากาศ (8 ตุลาคม 2553)	หญิง	1	5	6
	ชาย	1	-	1
6. คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน (15 ตุลาคม 2553)	หญิง	-	8	8
	ชาย	-	2	2
7. ข้อความไหนที่ทำให้ใจลบไม่ลง (22 ตุลาคม 2553)	หญิง	3	7	10
	ชาย	2	1	3
8. ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ (29 ตุลาคม 2553)	หญิง	-	7	7
	ชาย	-	2	2

ตอน (ต่อ)	เพศ	ประเภทเรื่องเล่า		
		สมหวัง	ไม่สมหวัง	รวม
9. เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว (5 พฤศจิกายน 2553)	หญิง	-	4	4
	ชาย	-	1	1
10. รักแค่ไหนก็เป็นได้แค่เพื่อน (12 พฤศจิกายน 2553)	หญิง	1	2	3
	ชาย	-	2	2
11. รักใกล้หมดอายุ (19 พฤศจิกายน 2553)	หญิง	-	3	3
	ชาย	-	3	3
รวม		13	76	89

จากตารางผู้วิจัยศึกษาจากเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้าน และวิเคราะห์ประเภทของเรื่องเล่า โดยยึดตัวผู้เล่าเป็นหลักในการวิเคราะห์ ซึ่งสามารถแบ่งออกมาได้เป็น 2 ประเภท คือ ประเภทเรื่องเล่าที่สมหวัง และประเภทเรื่องเล่าที่ไม่สมหวัง

ผลจากตาราง แสดงให้เห็นว่าเรื่องเล่าจากผู้ฟังทางบ้านส่วนมากจะเป็นเรื่องที่ไม่สมหวัง ซึ่งพบเป็นจำนวน 76 เรื่องเล่า และเรื่องที่สมหวังมีจำนวน 13 เรื่องเล่า จากเรื่องเล่าทั้งหมด 89 เรื่อง

นอกจากนี้ผู้วิจัยสังเกตพบว่า ชื่อตอนมีส่วนสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับประเภทเรื่องเล่าด้วย จะพบว่าประเภทเรื่องเล่าที่สมหวังมักจะมีชื่อตอนที่ไม่ได้เป็นแง่ลบสักทีเดียว เช่น ตอนไม่มีอะไรที่ใช่แต่ทำไมถึงรัก ตอนรักที่ได้ออกอากาศ ตอนข้อความไหนที่ทำให้ใจลบไม่ลง เป็นต้น

อีกทั้งประเภทเรื่องเล่าเมื่อแบ่งตามเพศแล้วพบว่า มีจำนวนเพศหญิงทั้งหมด 68 คน และเพศชายจำนวนทั้งหมด 21 คน และสังเกตจะพบว่า ไม่ว่าจะตอนใดก็ตามจะพบว่ามีจำนวนเพศหญิงมากกว่าเพศชายเสมอ ยกเว้นตอนรักใกล้หมดอายุ ที่มีเพศหญิงและเพศชายจำนวนเท่ากัน

ฉะนั้นสามารถสรุปได้ว่า ประเภทเรื่องเล่าจากผู้ฟังทางบ้านของรายการ Club Friday ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องเล่าที่ไม่สมหวัง และเรื่องเล่าก็มักจะเป็นเพศหญิงและเป็นบุคคลที่มีแฟนแล้วมาเล่าเรื่องในรายการ

นอกจากการเก็บข้อมูลตัวอย่างจากการฟังบันทึกย้อนหลังแล้ว ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการและพบว่า ผู้ที่โทรเข้ามาเล่าเรื่องส่วนใหญ่มักจะเป็นเพศหญิงและเกย์ ส่วนเพศชายมักจะเป็นผู้ฟังและมักจะเล่าเรื่องผ่านทางอีเมลมากกว่า จะไม่ค่อยปรากฏตัวหรือปรากฏเสียงให้รู้ เพราะสัณฐานวิทยาผู้ชายจะไม่แยงกดโทรศัพท์เข้ามา อีกทั้งประชากรโลกมีเพศหญิงมากกว่าเพศชายอยู่ประมาณล้านคนด้วย (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

จากผลข้อมูลข้างต้น ผู้วิจัยเห็นว่าส่วนใหญ่เรื่องเล่าจะเป็นเรื่องที่ไม่สมหวัง และจากการศึกษาพบว่าลักษณะของปัญหารักแต่ละคนค่อนข้างแตกต่างกันมาก ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์เป็นรูปแบบของปัญหารักจากเรื่องเล่าประเภทที่ไม่สมหวังทั้งหมดที่ทำการศึกษา และแบ่งรูปแบบของปัญหารักซึ่ง มี 4 รูปแบบ ได้แก่ 1.ปัญหารักต่างเพศ 2.ปัญหารักเพศเดียวกัน 3.ปัญหารักคนในครอบครัว เช่น พ่อแม่ พี่น้อง เป็นต้น และ 4.ปัญหารักตัวเอง และสามารถสรุปจำนวนประเด็นลักษณะของปัญหารักที่แบ่งตาม 4 รูปแบบได้ดังนี้

รูปแบบและลักษณะของปัญหารัก

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนลักษณะของปัญหารักที่พบโดยแบ่งตามรูปแบบของปัญหารัก

รูปแบบของปัญหารัก	ตัวอย่างลักษณะของปัญหารัก	จำนวนที่พบ	รวม
ปัญหารักต่างเพศ	คนรักนอกใจไปมีคนอื่น	17	69
	รักเขาข้างเดียว	15	
	เข้ากันไม่ได้ พฤติกรรมต่างกัน(ไม่ได้ทะเลาะ)	10	
	ทะเลาะกัน	9	
	รักสามเส้า	7	
	คนรักเปลี่ยนไปโดยไม่มีสาเหตุ	4	
	รักคนมีเจ้าของ	3	
	ไม่แน่ใจว่าเขารักเราหรือเปล่า	3	
	คนรักโดนทำร้าย	1	

รูปแบบของปัญหารัก (ต่อ)	ตัวอย่างลักษณะของปัญหารัก	จำนวน ที่พบ	รวม
ปัญหารักเพศ เดียวกัน	รักเขาข้างเดียว	2	4
	ทะเลาะกัน	1	
	คนรักนอกใจไปมีคนอื่น	1	
ปัญหารักตัวเอง	สับสนตัวเอง	1	2
	เครียดกับชีวิต เช่น เรื่องงาน สุขภาพ เป็นต้น	1	
ปัญหารักคนใน ครอบครัว เช่น พ่อแม่/พี่น้อง	รักที่ไม่เคยบอก	1	1

ผลจากการจำแนกลักษณะของปัญหารักโดยแบ่งตามรูปแบบปัญหารัก 4 รูปแบบแล้วพบว่าลักษณะของปัญหารักในภาพรวมนั้นจะเป็นรูปแบบปัญหารักต่างเพศเป็นจำนวนมากที่สุด 69 เรื่อง โดยส่วนมากจะเป็นลักษณะของปัญหาคนรักนอกใจไปมีคนอื่นซึ่งพบมากที่สุดเป็นจำนวน 17 เรื่อง

ส่วนรูปแบบปัญหารักเพศเดียวกันพบรองลงมาเป็นจำนวน 4 เรื่อง ซึ่งลักษณะที่พบมากที่สุดเป็นลักษณะปัญหารักเขาข้างเดียว จำนวน 2 เรื่อง

รูปแบบปัญหารักตัวเอง ซึ่งพบว่าลักษณะของปัญหามีทั้งหมด 2 แบบ คือ ลักษณะที่เครียดกับชีวิตตนเอง เช่น เรื่องงาน สุขภาพ เป็นต้น และปัญหาที่มีลักษณะสับสนในตัวเอง

และรูปแบบปัญหารักคนในครอบครัว พบเป็นจำนวนน้อยที่สุด ซึ่งมีเพียงลักษณะของปัญหารักแบบเดียวคือ มีลักษณะเป็นปัญหารักที่ไม่เคยบอก

จะเห็นได้ว่าปัญหาความรักของมนุษย์สามารถมีได้หลากหลายรูปแบบ แต่จะพบว่าลักษณะของปัญหารักต่างเพศมีพบมากที่สุด เพราะว่าคนส่วนใหญ่มักจะตีความแคบให้เป็นเรื่องของแฟน แต่จริงๆแล้ว ปัญหาความรักมีอยู่ทั่วไป ปัญหาที่ไม่รักตัวเองก็มี ทำทุกอย่างเพื่อให้เขาเห็นคุณค่า แต่ต้องทำอะไรแต่ละอย่างที่ไม่เห็นว่าจะรักตัวเองเลย หรือเป็นปัญหาของพี่กับน้องก็มี

ปัญหาของเพื่อนร่วมงาน คนที่ทำงานต่างๆ หรือแม้แต่พ่อแม่ พี่น้อง เป็นต้น เพราะฉะนั้นปัญหาของความรัก หรือแม้แต่กระทั่งวันแห่งความรัก คนเรามักจะตีความให้แคบว่าเป็นเรื่องแฟนเท่านั้น (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ลักษณะของปัญหาความรักที่ผู้เล่าส่วนใหญ่เล่าเรื่องราวชีวิตของตนเองเข้ามาในรายการ ซึ่งผู้วิจัยใช้ 4 รูปแบบตามตารางข้างต้นเป็นเกณฑ์ในการแบ่ง ทำให้ทราบว่ารูปแบบปัญหาความรักแต่ละรูปแบบมีลักษณะปัญหาแบบใดบ้าง ผลจากการศึกษาพบลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้านที่ส่งเข้ามาในรายการ Club Friday มีดังนี้

1. รูปแบบปัญหาความรักต่างเพศ จากการศึกษาผู้วิจัยพบลักษณะของปัญหาความรักที่รักต่างเพศกันทั้งหมด 69 เรื่อง ในลักษณะ 9 แบบ ดังเช่นต่อไปนี้

1.1 คนรักนอกใจไปมีคนอื่น

“เรื่องมาจากสามีที่ปกปิดมาตลอดว่า เขามีคนอื่นพร้อมกับการมีเรา เขาเลือกแต่งงานกับเรานะคะ และมีลูกด้วยกันด้วย เรื่องมาเปิดเผยวันครบรอบแต่งงาน ปีที่ 13(สุดยอดเลย) ทั้งหมดที่ทำให้เราหมดแรงมากขึ้นคือ ครอบครัวเขา พ่อ แม่ น้องชายเขา รับรู้เรื่องนี้มาตลอด แต่ไม่บอกเรา...”

(เทปบันทึกวันที่ 24 กันยายน 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค1)

1.2 รักเขาข้างเดียว

“แอบหลงรักเจ้านายระดับสูงเลยอะคะ ก็เริ่มสนิทกันมา 1 ปี ทีนี้ไปไหนก็จะชวนเราไปด้วย ส่วนมากจะชอบไปวัด ไปฟังพระ ไปทำบุญ สร้างโบสถ์ ผ่านมา 4-5 ปี มันเริ่มชัดเจน เราารู้ เพราะเราก็เคยผ่านการมีครอบครัวมาแต่เลิกกัน เริ่มรู้สึกด้วยตัวเอง ก็เลยถามเขาไปตรงๆว่า เจ้านายรู้สึกอะไรกับหนูหรือเปล่า เขาก็เงียบไป เขาก็บอกว่า อยากจะรักนะ แต่มันก็รักไม่ได้...”

(เทปบันทึกวันที่ 24 กันยายน 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค1)

2. รูปแบบปัญหาความรักเพศเดียวกัน จากการศึกษาผู้วิจัยพบลักษณะของปัญหาความรักที่รักเพศเดียวกันทั้งหมด 4 เรื่อง ในลักษณะ 3 แบบ ดังเช่นต่อไปนี้

2.1 รักเขาข้างเดียว

“เป็นเรื่องของผู้ชายกับผู้ชายด้วยกันนะครับ คือคบหากันแต่ไม่ได้เป็นแฟนครับ ก็ไม่เชิงว่าคบกันครับ ผมไม่แน่ใจว่าเขามีแฟนหรือเปล่า แต่ว่าเขาก็เป็นผู้ชาย เขาก็เคยมีแฟนเป็นผู้หญิง ผมไม่รู้ว่าเขามีแฟนอยู่หรือเปล่า แต่ผมคิดว่าเขาน่าจะมี ก็จะมีอะไรครับ เขาบอกว่าเขาก็ชอบผมเหมือนกัน รักเหมือนกัน รักมากกว่าเพื่อน รักมากกว่าแฟน แต่เป็นแฟนด้วยไม่ได้...”

(เทปบันทึกวันที่ 15 ตุลาคม 2553 ตอน คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน)

2.2 ทะเลาะกัน

“มีเพื่อนสนิทอยู่ 8 คน รักกันมาก ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันเกือบตลอดเวลา ทานข้าว เที่ยว ทำกิจกรรมด้วยกัน จนกระทั่ง 3 ปีที่แล้ว อ้วนได้ทำเรื่องเลวร้ายอย่างหนึ่ง ด้วยการอ้างชื่อเพื่อนสนิทเพื่อทำสิ่งไม่ดีในเรื่องนั้น ก็ยอมรับว่าตอนนั้นเป็นคนเลวมากค่ะ แต่ความรักเพื่อนก็ไม่ค่อยลงไปเลย ยังคงนัดเจอกันตลอดเวลา แต่เพื่อนก็ยังไม่ว่าเราไปทำอะไรไว้ เมื่อปลายปีที่แล้ว เพื่อนรู้ความจริง ทั้งด่าและสาปแช่ง แต่เราไม่เถียงนะค่ะ เพราะเข้าใจความรู้สึกของการถูกเพื่อนรักหักหลัง ณ ตอนที่เรารู้ว่าเพื่อนรู้เรื่องเลวๆ ของเราแล้ว มันบอกไม่ถูกว่าใจสั้นขนาดไหน มันสั้นไปหมด สมองหยุดคิดเรื่องรอบตัว ซ็อค เหงื่อตก มือเย็น หน้าชา น้ำตาไหล เดินไปไหนก็น้ำตาไหล ไม่มีแรงจะทำอะไร หมดแรงสุดๆ บอกไม่ถูก...”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2)

3. รูปแบบปัญหารักตัวเอง จากการศึกษาผู้วิจัยพบลักษณะของปัญหารักที่เกี่ยวกับตัวเองทั้งหมด 2 เรื่อง ในลักษณะ 2 แบบ ดังต่อไปนี้

3.1 สืบสนชีวิตตนเอง

“...แต่มันเริ่มตั้งแต่เมื่อไหร่ไม่ทราบหนูเริ่มรู้สึกมีความสุขในชีวิตโดยไม่มีสาเหตุ ไม่อยากไปทำงาน จากคนที่เคยมั่นใจในตัวเองสูง กลายเป็นคนที่ขาดความมั่นใจในตัวเองชนิดที่จากหน้ามือเป็นหลังมือ ไม่กล้าทำอะไรคนเดียว พยายามสมัครงานใหม่ เพราะคิดว่างานที่ทำอยู่อาจทำให้เราไม่มีความสุข แต่ก็ไม่ใช่ค่ะ เพราะว่าไม่ว่าสมัครงานที่ที่ก็ลาออกทุกที ในเวลา 6 เดือนหนูเข้าๆ ออกๆงานทั้งหมดประมาณ 8 ที่ หนูก็ไม่รู้ว่าเพราะอะไรทำให้หนูรู้สึกหดหู่ เป็นทุกข์ในชีวิต จนขนาดที่คิดว่าชีวิตถ้าไม่มีความสุขนักก็อย่ามีชีวิตมันอยู่เลยจะดีกว่า แต่ขอบอกนะค่ะว่าหนูเป็นคนรักตัวเอง ก็เลยทำไม่ลง เสียตายชีวิต แต่ก็รู้สึกไม่มีความสุขแม้สักวินาที...”

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง ภาค2)

4. รูปแบบปัญหารักคนในครอบครัว จากการศึกษาผู้วิจัยพบลักษณะของปัญหารักที่เป็นรักในครอบครัวทั้งหมด 1 เรื่อง ในลักษณะ 1 แบบ ดังต่อไปนี้

4.1 รักที่ไม่เคยบอก

“เรื่องของเบสก็คือว่า เรื่องที่ไม่เคยบอกรักน้องเลยอะคะ จนกระทั่งเขาเสีย บอกรักก็ไม่เท่าไรหรอกคะ แต่ว่าไม่เคยทำอะไรให้เขารู้เลยว่าเรารักเขา ไม่รู้เหมือนกันอะคะ เบสมั่นใจตัวเอง ร้อยเปอร์เซ็นต์ว่า เรานะรักน้องมาก แต่ไม่เคยแสดงออกมา... แล้วพฤติกรรมที่แสดงออกมาบางอย่างนี่คือ พ่อกับแม่ก็ยังบอกเลยว่ารักน้องบ้างไหม ทำไมไม่เคยเสียสละอะไรให้น้องบ้าง...”

(เทปบันทึกวันที่ 8 ตุลาคม 2553 ตอน รักที่เคยออกอากาศ)

สรุปลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้าน ผู้วิจัยพบว่า ผู้เล่ามีจุดประสงค์ในการเล่าเรื่องได้แก่ เพื่อแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อปรึกษาขอความคิดเห็นและคำแนะนำ เพื่อต้องการระบายความรู้สึก และเพื่อต้องการกำลังใจ ผู้เล่าส่วนใหญ่มักจะเป็นกลุ่มบุคคลที่มีแฟนแล้ว เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และประเภทของการเล่าเรื่องก็มักจะไม่สมหวัง ซึ่งรูปแบบปัญหารักที่ทำให้ไม่สมหวังได้แก่ ปัญหารักต่างเพศ ลักษณะของปัญหารูปแบบนี้ เช่น คนรักนอกใจไปมีคนอื่น ซึ่งพบปัญหานี้มากที่สุด รองลงมาคือรักเขาข้างเดียว เข้ากันไม่ได้ พฤติกรรมต่างกัน ทะเลาะกัน รักสามเศร้า คนรักเปลี่ยนไปโดยไม่มีสาเหตุ รักคนมีเจ้าของ ไม่แน่ใจว่าเขารักเราหรือเปล่า คนรักโดนทำร้าย พบปัญหานี้น้อยลงตามลำดับ ส่วนลักษณะของปัญหารักเพศเดียวกัน เช่น รักเขาข้างเดียว ซึ่งพบมากที่สุด รองลงมาคือ ทะเลาะกัน และคนรักนอกใจไปมีคนอื่น ลักษณะของปัญหารักตัวเอง เช่น สับสนตัวเอง เครียดกับชีวิต และลักษณะของปัญหารักคนในครอบครัว ก็คือรักที่ไม่เคยบอก

ข. การให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ

รายการ Club Friday เป็นรายการที่คุยกันเกี่ยวกับเรื่องความรัก คนที่มีความรัก ก็จะมีทั้งผิดหวังและสมหวัง ซึ่งเป็นเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ คนที่กำลังมีปัญหาความรักมักจะไม่ค่อยมีสติเวลาที่คิดจะทำอะไรมักจะใช้อารมณ์มาก่อนเสมอ ซึ่งผลที่ได้ก็อาจจะทำให้ทุกข์มากกว่าเดิม ฉะนั้นการได้มาพูดคุยกันให้คนอื่นฟัง หรือการมาปรึกษากับคนอื่น จะช่วยให้คนที่เป็นคนนอกซึ่งมีสติกว่า เพราะไม่ใช่เรื่องหรือปัญหาของเรา ได้มองเห็นมุมมองหรือมีความคิดที่สามารถช่วยให้คนที่ไม่มีสติหาทางพ้นทุกข์ได้ คนที่ให้คำปรึกษาไม่ใช่เพราะว่าเขาเก่งกว่าถึงให้คำแนะนำได้ เพียงแต่เรามี

สติมากกว่า ฉะนั้นคนที่ปัญหาหนักจะขึ้นอยู่กับการมีสติ ถ้าเขามีสติในการดำเนินชีวิตเขาก็จะสามารถหาทางออกของปัญหาของเขาได้เอง

“เมื่อไหร่ก็ตามที่ไม่ใช่เรื่องของเรา เราจะเก่ง ถ้าเป็นเรื่องของเราเราจะแพ้ราบคาบจ๊ะ เป็นเรื่องปกติ เพราะปัญหาของเขาเราใช้หัวใจ แต่ปัญหาของตัวเองเราใช้ใจ ทำไม่ได้หรอก ใครจะกล้าเดินออกไปจากชีวิตเขา เขาโทรมาจะไม่รับสายเขาได้ยังไง เพราะฉะนั้นปัญหาความรักต้องแบ่งกันช่วยกัน ในวันที่เธอไม่ค่อยมีสติ ก็จะใช้หัวใจอย่างเดียว ก็ต้องมีฝ่ายสติ เพราะฉะนั้นใน Club Friday มันจะไม่มีใครเก่งไปกว่าใคร เพียงแค่ว่าตอนนี้วัดแค่ ว่าใครมีสติกว่าใครเท่านั้นเอง”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ฉะนั้น การปรึกษากันในเรื่องของความรัก จะเป็นเสมือนการช่วยเหลือกันของคนที่มีสติ ช่วยให้คนที่ไม่มีสติกับปัญหาได้เห็นทางออกที่ดีกว่า การให้คำปรึกษาทางวิทยุของรายการ Club Friday ผู้ดำเนินรายการจึงต้องยิ่งใช้สติมากกว่าคนอื่น ๆ เพราะเรื่องเล่ามีจำนวนมากและหลากหลาย และรูปแบบของการจัดรายการเป็นลักษณะแบบสายต่อสาย คือจะไม่มีเพลงมาแทรก คั่นระหว่างสายโทรศัพท์จากผู้ฟังที่บ้านที่หนึ่งกับสายที่สอง ฉะนั้นผู้ดำเนินรายการ Club Friday ในการให้คำปรึกษาจึงต้องมีสมาธิและใช้สติค่อนข้างสูงมากกว่าการทำรายการอื่นๆ (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการแบบเจาะลึกเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาต่อเรื่องเล่าต่างๆ และพบว่าผู้ดำเนินรายการ มีขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษาโดยสรุปได้ดังนี้

ขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษา

1. การเตรียมความพร้อม

ผู้วิจัยพบว่า ผู้ดำเนินรายการมีความเตรียมพร้อมในการให้คำปรึกษา โดยเตรียมตัวศึกษาจากเรื่องเล่าทางอีเมลซึ่งเป็นเหมือนการบ้านทุกสัปดาห์ที่ต้องศึกษา เป็นการเตรียมตัวว่าเนื้อหาหรือเรื่องเล่าของสังคมในตอนนี้เป็นอย่างไร และนอกจากนี้ยังมีการเตรียมความพร้อมที่จะให้คำปรึกษาคนอื่นด้วย โดยผู้ดำเนินรายการจะพยายามหาข้อมูลต่างๆ เพิ่มเติม เช่น ดูหรือฟังรายการอื่นๆ หาหนังสือจิตวิทยามาอ่าน เพื่อฝึกให้มีหลากหลายมุมมองมากขึ้น ไม่ใช่เพียงแค่

มุมมองของตัวเองคนเดียว รวมทั้งศึกษาหาความรู้วิธีที่จะสามารถตอบปัญหาผู้ฟังทางบ้านได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

2. รับฟังปัญหา

การรับฟังปัญหา คือ ให้ผู้ที่มีปัญหารักหรืออยากจะแบ่งปันประสบการณ์ได้เล่าเรื่องราวต่างๆ ของตนเองออกมาก่อน โดยผู้ดำเนินรายการจะทำตัวเป็นเสมือนแก้วน้ำเปล่าๆ (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) คือ ต้องฟังเขาเล่าอย่างไม่มีอะไรใส่เข้าไปในการรับรู้ก่อน ไม่มีทัศนคติทั้งในแง่บวกและแง่ลบ ฟังเขาเล่าอย่างไม่มีอคติ เพื่อให้เขาได้เล่าเรื่องราวได้อย่างเต็มที่ และ让他ไม่รู้สึกรังเกียจว่าจะเล่าเรื่องถูกใจหรือไม่ถูกใจผู้ดำเนินรายการ และการที่เขาเล่าเรื่องราวออกมา จะทำให้เขาได้ทบทวนตัวเขาเอง ได้ทบทวนความรู้สึกของตัวเองไปด้วย

นอกจากนี้ การรับฟังปัญหา ผู้ดำเนินรายการจะฟังปัญหาที่เขาเล่าแบบอยู่ข้างเดียวกับกับเขา การอยู่ข้างเดียวกับเขาไม่ได้หมายความว่า สิ่งที่เขากระทำนั้นผู้ดำเนินรายการจะเห็นด้วยหรือชี้ว่าถูกต้อง แต่การอยู่ข้างเดียวกับเขา หมายถึง การแสดงความเข้าใจและเห็นใจในความรู้สึกของเขาที่เจอปัญหาแบบนั้นมา เพราะถ้าผู้ดำเนินรายการไม่ฟังความแบบอยู่ข้างเดียวกับเขาแล้ว จะทำให้คิดกับเขาในแง่ลบตั้งแต่เขาเล่ามาตั้งแต่ต้นเรื่อง (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

3. ทำความเข้าใจ

หลังจากได้ฟังผู้เล่าเล่าเรื่องแล้ว ผู้ดำเนินรายการก็จะทำความเข้าใจกับเรื่องราวของเขา เมื่อมีประเด็นใดที่ผู้ดำเนินรายการรู้สึกสงสัยหรือคลงแคลงใจ ก็จะถามเรื่องราวกับเขาในทุกๆ มุม ทุกๆ ด้าน เพราะธรรมชาติของคนที่เล่าเรื่องมักจะเล่าแต่ปัญหาของตัวเอง ว่าถูกกระทบจิตใจอย่างไรบ้าง มักจะไม่เล่าถึงอีกฝ่าย ซึ่งทำให้ผู้รับฟังหรือผู้ดำเนินรายการอาจจะไม่ทราบพฤติกรรมของผู้เล่าหรือสาเหตุที่แท้จริงของปัญหานั้นได้

“คนเราเวลาเล่าปัญหาของตัวเอง ไม่เล่าถึงอีกฝั่งหรอก เล่าแต่ว่าฉันเจออะไรบ้าง แต่ใครจะไปรู้ว่าคนที่โทรเข้ามาอาจจะเป็นคนที่ขี้วีน เหวี่ยง อย่างรุนแรงที่สุดก็ได้ เพราะฉะนั้นคนที่เขานั่งเจ ต้องถามให้รอบ ไม่อย่างนั้นจะเป็นการอวยกันโดยธรรมชาติ เหมือนผู้หญิงแปะมือกัน แล้วนั่งด่าผู้ชายในรายการ ซึ่งไม่ทำอยู่แล้ว”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

เพราะฉะนั้นในขั้นตอนนี้ ผู้ดำเนินรายการจะร่วมรับรู้และเริ่มเข้าใจเรื่องราวและปัญหาของผู้เล่ามากขึ้น ซึ่งนำไปสู่การวิเคราะห์ปัญหา และวิธีที่จะแก้ปัญหาให้กับเขาได้อย่างเหมาะสมที่สุด

4. วิเคราะห์ปัญหา

เมื่อผู้ดำเนินรายการเข้าใจถึงปัญหาของผู้เล่าเรื่องแล้ว ก็จะกำหนดประเด็นปัญหา โดยในการวิเคราะห์ปัญหา หลักที่ใช้ในการวิเคราะห์เพื่อให้คำปรึกษาเขาได้ ได้แก่ 1. ใช้ประสบการณ์ของตัวเอง คือ ผู้ดำเนินรายการเองก็เคยเจอเหตุการณ์หรือปัญหาที่มีลักษณะคล้ายกับเรื่องราวของผู้เล่าเองเช่นกัน 2. ใช้ประสบการณ์ของคนอื่น คือ จากการฟังเรื่องเล่าของคนอื่นหลายๆ คนทำให้ผู้ดำเนินรายการพอมองเห็นแนวทางที่จะช่วยผู้เล่าให้พ้นทุกข์ได้ 3. วิเคราะห์ผู้เล่าโดยการสมมติตัวผู้ดำเนินรายการเองเป็นผู้เล่า แล้วลองใส่ความรู้สึกและการกระทำของผู้เล่ามาที่ตัวเอง เพื่อวิเคราะห์ในการหาทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมที่สุดให้กับเขา ซึ่งหลักต่างๆ ที่กล่าวมานี้ในการให้คำปรึกษา ผู้ดำเนินรายการจะนำมาใช้ประกอบกันหมด จะไม่ใช่หลักเดียวในการให้คำปรึกษา เพราะถ้าหากใช้ประสบการณ์ตัวเองทั้งหมดในการให้คำปรึกษา ผู้ดำเนินรายการก็จะไม่สามารถให้คำปรึกษาได้ดี เพราะแต่ละเรื่องเล่าแต่ละปัญหาก็แตกต่างกันไป และแต่ละเรื่องก็เป็นปัญหาที่หนักห้านั้น การให้คำปรึกษาไม่จำเป็นจะต้องเคยมีประสบการณ์ในเรื่องนั้นๆ มาก่อน แต่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการคิดวิเคราะห์ และที่มักจะใช้เสมอคือ ประสบการณ์สอนประสบการณ์ เราไม่จำเป็นต้องมีประสบการณ์แต่สามารถรับรู้ประสบการณ์ของคนอื่นได้

นอกจากวิเคราะห์โดยใช้หลักข้างต้นแล้ว ผู้ดำเนินรายการยังวิเคราะห์ปัญหาโดยการที่ คิดแบบอยู่ฝั่งตรงกันข้ามกับผู้เล่า คือจะไม่อยู่ข้างเดียวกันกับเขาแบบการรับฟังปัญหาในตอนแรก แต่จะถอยมาอยู่ฝั่งตรงข้าม เพื่อมองเข้าไปในปัญหา เพื่อที่จะได้ให้คำปรึกษาผู้เล่าให้หลายแง่มุมมากยิ่งขึ้น

“การตอบปัญหาใคร ก็กับการเป็นที่ฟังให้ใคร ขออย่างเดียวฟังเขา ฟังเขาเล่า ฟังเขาคุย ฟังเขาแบบเราอยู่ข้างเดียวกัน แล้วพอฟังเขาอยู่แบบข้างเดียวกัน พอฟังเขาจบ ถอยมาอยู่อีกข้างหนึ่ง เพื่อมองเข้าไป เพราะบางที เขาจะให้เห็นอีกมุมหนึ่งซึ่งหนุ่มมองแต่มุมนี้แหละ และอีกมุมหนึ่งละ ง่ายสุดเลย มีคนดีดีมารัก แต่ไม่รักเขา แต่ดึงเขาไว้ก่อน เสียตายคนดีคนหนึ่ง ก็เลยถามว่า ถ้าน้องสงสารเขาที่เขาเป็นคนดี ทำไมไม่ปล่อยยให้เขาไปเจอคนที่รักเขาได้มากกว่าเราละ ซึ่งบางคนไม่มอง”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ฉะนั้นในขั้นตอนการวิเคราะห์ปัญหา ผู้ดำเนินรายการจะใช้หลากหลายวิธีซึ่งขึ้นอยู่กับปัญหาเรื่องเล่า และจะวิเคราะห์ปัญหาแบบคิดในฝั่งตรงข้ามกับเขาเพื่อให้เขามีมุมมองที่กว้างมากขึ้น

5. หาวิธีแก้ไขปัญหา

ผู้ดำเนินรายการจะให้วิธีแก้ไขปัญหากับผู้เล่าเรื่องที่มีปัญหา ในลักษณะของการให้วิธีคิดมากกว่า คือจะไม่บอกผู้ที่มีปัญหาว่าจะต้องทำอะไร แต่จะ让他ได้คิดซึ่งมันเป็นการเรียกสติของเขาขึ้นมา และความคิดที่ได้จะส่งผลต่อการกระทำต่อมาเอง คนที่มีปัญหาแล้วมีความสุขมักจะเกิดจากความคิดในแบบหนึ่ง ซึ่งคนเราไม่จำเป็นว่าการไม่ได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ หรือถูกกระทำแบบนั้นแบบนี้แล้วจะเป็นทุกข์เสมอไป บางคนที่มีไม่พร้อมก็สามารถมีความสุขได้ ซึ่งสิ่งต่างๆ เหล่านี้ คนเราจะมีความสุขหรือมีความสุขต่างกันที่วิธีคิด ในโลกนี้ไม่มีอะไรที่เป็นกฎเกณฑ์ตายตัวว่า มีของแบบนี้ได้ทำแบบนี้แล้วจะมีความสุข เพราะฉะนั้นวิธีการแก้ไขปัญหากับผู้ดำเนินรายการ Club Friday ให้คำปรึกษากับผู้เล่าเรื่องมักจะเป็นการให้วิธีคิดมากกว่า ว่าเราจะคิดแบบไหนดีกับสิ่งที่เกิดขึ้นตอนนี้ และเราจะรับมือกับสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของเราต่อไปอย่างไรมากกว่า

“พี่อ้อยว่าคนเราสุขทุกข์ต่างกันที่วิธีคิด คิดว่าอย่างไร บางทีความสุขไม่ได้อยู่ที่ว่าเรามีอะไรด้วยนะ มันอยู่ที่ว่าเรามีความสุขกับสิ่งที่มียังไงนะ บางคนไม่มีแขนเลยสองข้าง ทำไมหัวเราะได้ดังกว่าคนมีแขนนะ เพราะเขารู้สึกว่าไม่มีก็ไม่เป็นไร โอเค ฉะนั้นจะต้องใช้ข้อวิเศษส่วนอื่นขึ้นมาทดแทนให้ได้ เพราะฉะนั้นบางที มันไม่ได้อยู่หรือกว่า คนนี้สวยก็สวย จะมาร้องให้ทำไม รวยก็รวยอะ ไม่แน่ละ คนบางคนจนกว่านี้อีก สวยไม่เท่ากว่านี้ด้วย แต่มีความสุขไง ก็มีอะ แปลว่าเขารู้สึกยังไงกับสิ่งที่เขามี มันคือวิธีคิดเหมือนกัน”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

การให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ Club Friday นอกจากจะมีวิธีการพูดที่ให้ผู้เล่าได้คิดแล้ว ยังพูดเพื่อสอนผู้เล่าและผู้ฟังทางบ้านคนอื่นๆ ไปพร้อมๆ กันด้วย การพูดของผู้ดำเนินรายการจะไม่พูดตรงๆ ในกรณีที่ผู้เล่ากระทำผิด แต่จะพูดในลักษณะที่เห็นใจเขากับสิ่งที่เขาเป็นอยู่ ตัวอย่างเช่น กรณีรักคนมีเจ้าของ ผู้เล่าอาจจะรู้ว่ามันเป็นสิ่งที่ผิดศีลธรรม แต่บางทีเขาถูกหลอกมาว่าตัวเองเป็นคนแรก และเพิ่งมารู้ทีหลังว่าตัวเองมาทีหลัง ผู้ดำเนินรายการจะไม่พูดว่าเขาผิดศีลธรรมและบอกให้เขาเลิก แต่จะพูดในลักษณะที่เห็นใจเขา และเมื่อมีผู้เล่าเรื่องในลักษณะนี้เข้ามา ผู้ดำเนินรายการก็จะสอนผู้ฟังคนอื่นๆ ด้วยว่า การกระทำแบบนี้ไม่ใช่เรื่องดี ไม่เห็นด้วยกับสิ่งที่

เขาทำ อีกรั้งการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการก็มักจะให้วิธีคิดในลักษณะที่ให้ความยุติธรรมกับอีกหลายๆ ฝ่ายที่ถูกเอ่ยถึงซึ่งเขาไม่มีสิทธิ์ที่จะตอบโต้ด้วย เพราะการทำรายการ Club Friday ไม่ใช่รายการตอบคำถาม แต่เป็นรายการที่เอาเรื่องราวต่างๆ ของคนๆ หนึ่ง ที่เจอมาสอนใจคนอื่น ๆ ด้วย เป็นสิ่งที่เอาชีวิตจริงสอนชีวิตจริง(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

นอกจากนี้ การแก้ไขปัญหาลูกผู้ดำเนินรายการยังยึดหลักของธรรมะเข้ามาประยุกต์ใช้และช่วยในการคิดแก้ไขปัญหาลูกด้วย ซึ่งข้อคิดที่ได้จากธรรมะจะช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาได้รู้สึกปลงมากขึ้นจากการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการที่ได้สนทนากับพระอาจารย์มหาสมปอง และได้ให้ข้อคิดโดยยกตัวอย่างกล่าวไว้ว่า

“พระพุทธเจ้าตอบปัญหาความรักเยอะที่สุด เพราะคนเราปัญหาที่หนักที่สุดของมนุษย์คือ ปัญหาของความรัก เพราะเวลาพูดถึงความรัก เราพูดถึงเรื่องของแฟน ไม่ใช่คะ เราพูดถึงเรื่องความรักทั่วไป ที่มีในพระพุทธประวัติที่พูดว่า มีคนมาถามว่า พระพุทธเจ้า เคยเสียใจที่เสียลูกไปแล้วแย่มากแล้ว จะตายแล้ว ถามพระพุทธเจ้าว่าจะให้ทำอย่างไร พระพุทธเจ้าบอกว่า ช่วยไปเอาข้าวจากบ้านที่ไม่เคยมีใครตายมาให้ทานหน่อย มีใครไหมล่ะ ไม่มีหรอก เพราะทุกบ้านมีคนตายทั้งนั้น ทุกบ้านมีคนสูญเสียทั้งนั้น เพราะฉะนั้นนี้แหละ ไม่มีบ้านไหนไม่สูญเสีย เพราะฉะนั้นเราสูญเสีย เราก็ต้องอยู่กับสิ่งที่เราสูญเสียยังไงต่อตะหาก”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา เป็นเรื่องที่ใกล้ตัว และเป็นสิ่งหนึ่งที่หนึ่งที่สามารถสอนใจและสอนการดำรงชีวิตของมนุษย์ได้ดีทางหนึ่ง สังเกตได้จากหลายคนที่มีปัญหา ก็มักจะฟังธรรมะอยู่เสมอ เพราะธรรมะเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจคน ให้มองโลกในแง่ดี และให้ข้อคิดดีดีในการสอนใจ

การให้วิธีคิดในการแก้ไขปัญหาลูก ไม่จำเป็นว่าผู้ที่มีปัญหาจะต้องสามารถแก้ไขได้ในทันที จะต้องค่อยๆ ใช้เวลาในการทำความเข้าใจ

“แต่บางทีคนที่เจอปัญหานั้นไม่คิด เราก็แค่เรียกสติให้เขาคิดให้ได้ มันไม่ทันในเวลาเดียวกันหรอก พี่ถึงบอกไปว่าไม่ต้องรีบพี่รอได้ วันนี้ร้องไห้ น้องร้องไห้ไปเลย ตั้งไปเลยสามวันจากวันนี้ หนูจะโอเคขึ้น”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

จากขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษาที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 4 แสดงสรุปขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ

ขั้นตอน	เทคนิค
1. การเตรียมความพร้อม	หาความรู้เพิ่มเติม
2. รับฟังปัญหา	- ทำตัวเสมือนแก้วน้ำเปล่าๆ - ฟังความแบบอยู่ข้างเดียวกับเขา
3. ทำความเข้าใจ	ซักถาม
4. วิเคราะห์ปัญหา	- ใช้ประสบการณ์ตัวเอง - ใช้ประสบการณ์คนอื่น - สมมติผู้ดำเนินรายการเองเป็นผู้เล่า - คิดแบบอยู่ฝั่งตรงข้ามกับผู้เล่า
5. หาวิธีแก้ไขปัญหา	- ให้ลักษณะวิธีคิด - ใช้ธรรมชาติมาช่วยแก้ปัญหา

จากเรื่องเล่าซึ่งมีปัญหาลายรูปแบบ มีทั้งสมหวังและผิดหวัง ผู้ดำเนินรายการก็จะช่วยเป็นที่รับฟังปัญหา คอยให้คำแนะนำ คำปรึกษา และมีการแสดงความคิดเห็นในลักษณะต่างๆ เพื่อช่วยให้บุคคลที่เป็นปัญหาได้คลายความกังวล และช่วยให้ทุกคนมีความสุขกับชีวิต ได้ให้ข้อคิดดีๆ แก่มุมมองต่างๆ ซึ่งจะช่วยบรรเทาจากสิ่งที่มีดมนรู้สึกที่เกิดทางตันได้ให้พบทางสว่างหรือทางออกที่ดีกับชีวิตของบุคคลที่เป็นทุกข์ ทุกเรื่องเล่าที่ประสบปัญหาความรัก ผู้ดำเนินรายการมักจะให้คำปรึกษาที่มีทั้งลักษณะทั้งเตือนและให้กำลังใจ พร้อมทั้งให้ทางเลือกใหม่ๆที่เป็นทางแห่งการพ้นทุกข์ ผู้ดำเนินรายการจะไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาแต่จะช่วยหาวิธีคิดให้รับมือกับความทุกข์นั้นให้ได้

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ลักษณะการให้คำปรึกษา คำแนะนำ และการแสดงความคิดเห็นของผู้ดำเนินรายการซึ่งเป็นลักษณะของบทสนทนาระหว่างผู้เล่าเรื่องจากผู้ฟังทางบ้านกับผู้ให้คำปรึกษา

หรือผู้ดำเนินรายการ โดยเก็บข้อมูลจากเทปบันทึกย้อนหลัง 3 เดือนเป็นจำนวนทั้งหมด 11 ตอน และสามารถสรุปลักษณะการให้วิธีคิดในการให้คำปรึกษา ซึ่งได้แก่ 1.ยอมรับความจริง 2. แก้ปัญหาให้ถูกต้อง 3.ชัดเจนกับตัวเอง 4.มองหลายมุม 5.ลองปฏิบัติ 6.การยกตัวอย่าง 7.ชี้ให้เห็น ข้อบกพร่อง 8.เห็นคุณค่าของตัวเอง 9.ยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม 10.ใช้หลักสัจธรรมของความรัก ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ลักษณะการให้วิธีคิด

1. ยอมรับความจริง

คนเราที่มีปัญหามักจะคิดว่ามีปัญหาแล้วต้องแก้เสมอ ซึ่งสิ่งที้อย่างแรกต้องการคือ การยอมรับ คนเรามักจะชอบตั้งคำถามกับตัวเองว่าทำไมต้องเป็นแบบนี้ ทำไมต้องเป็นแบบนี้ ผู้ดำเนินรายการจะไม่แนะนำไปหาเหตุผล แต่จะให้วิธีคิดกับผู้มีปัญหาโดยให้เปลี่ยนคำถามจาก คำว่า “ทำไม” เป็นถามตัวเองว่า “ยังไง” ดีกว่า (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

หลายคนที่มีปัญหามักจะเศร้าใจหรือเป็นทุกข์ใจกับปัญหานั้นเพียงเพราะว่าเขายังไม่สามารถหลุดพ้นจากจุดเหตุการณ์ที่เขาไม่ได้คาดหวังให้มันจะเกิดขึ้น แต่เมื่อเหตุการณ์นั้นได้เกิดขึ้นแล้วจึงทำให้เขาไม่สามารถยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นได้ จนกลายเป็นการหลอกตัวเอง หรือ เขาคิดแต่เรื่องอดีตที่เคยมีความสุขสมหวัง จนทำให้รับไม่ได้กับปัจจุบันที่ทุกข์ผิดหวังเศร้าใจ และ มักจะเกิดกับเหตุการณ์ที่คนรักของเราเปลี่ยนไปจากที่เคยเป็นคนรักกลายเป็นคนถูกทิ้ง หรือรักเขา ข้างเดียวแต่คิดเข้าข้างตัวเองเหมือนหลอกตัวเองว่าเขาก็กังใจ ผู้ดำเนินรายการจึงพยายามสร้างความเข้าใจว่าสาเหตุที่เขายังทุกข์ทรมานใจอยู่เช่นนี้ เพียงเพราะว่าเขาไม่ยอมรับความจริง และ ทางออกหรือการแก้ปัญหานั้นก็คือต้องยอมรับความจริงให้ได้

ตัวอย่าง

คุณใจมีความทุกข์ใจกับเรื่องความรักที่ไม่อยากจะยอมรับความจริงว่าคนที่คุณใจชอบเขา คิดกับคุณใจในความสัมพันธ์ที่น้อยกว่าคนรัก เพราะว่าคุณใจหลอกตัวเองโดยการคิดเข้าข้างตัวเอง ไม่อยากจะยอมรับในสิ่งที่อีกฝ่ายได้อธิบายความชัดเจนมาแล้ว แต่คุณใจใช้ความรู้สึกเหมือน หลอกตัวเองว่าเขาก็กังใจให้คุณใจเช่นกัน

“คบกันมาตั้งแต่ 6 ปี ช่วงแรกๆ ปีแรก ปีสอง มันก็จะรู้สึกเหมือนมีความหวานขึ้นปกติ เพราะเราทำงานด้วยกัน เราดูแลกัน support กันตลอดเวลา แต่พอช่วงปีที่ 3 พอเราเริ่มสนิทกันมากขึ้น เราคบกัน รู้เรื่องของกันและกันมากขึ้น มันก็เลยทำให้รู้สึกว่า เขาไว้ใจเรามากขึ้น เราก็รู้นิสัยเขาว่า เขาก็มีใครเรื่อยๆ เข้ามาเหมือนกัน เขาเป็นคนค่อนข้างเจ้าชู้ ถ้ามีใครเข้ามา เหมือนมีของเล่นเข้ามา เขาก็จะมาเล่าให้เราฟังมาปรึกษา แรกๆก็รู้สึกจืดๆเหมือนกัน แต่นานๆ ก็เริ่มรู้สึกธรรมดาขึ้นมาเรื่อยๆ บังเอิญว่าเราก็รับได้ไง เพราะเวลาที่มีใครเข้ามา สักพักเขาก็จะออกไป แล้วสุดท้ายก็มีความสุขปกติเหมือนเดิม พอเราอยู่ปี 2-3 เหมือนเราตั้งอยู่ในสถานะ ฟีน้อง คือน่าจะเป็นแฟน ไม่เคยบอกเลยว่าเราคบกันยังไง แต่ด้วยการคบกันตลอด 6 ปี มันเป็นอย่างนั้น ณ ตอนนีเหมือนจะไม่ธรรมดา ช่วงทำยาๆ ปีสองปีที่ผ่านไป คนที่เข้ามาล่าสุดดูเหมือนจะเป็นของจริง ด้วยความที่เป็นน้องชายที่แสนดี มันก็เลยเริ่มชัดขึ้นเรื่อยๆ เขาอายุเยอะกว่าประมาณ 3-4 ปี เราก็พยายามที่จะยอมทนทุกข์หลายๆ ช่วงเวลาที่ผ่านไป คนนี้เราก็รู้จักนะครับ เหมือนเราก็อยู่ในสังคมในการทำงานเดียวกัน คนรอบข้างจะรู้ว่าฟีน้องคุณสนิทกันมาก ในสังคมจะไม่มีใครรู้ว่าเราเปิดเผยแบบไหนครับ เราจะรู้กันอยู่ 2 คนแค่นั้นเอง คือว่า เป็นผู้ชายด้วยกัน ในสมองตอนนี้คือเราไม่อยากจะสูญเสีย เราไม่อยากทิ้ง เราไม่อยากเอาตัวออกมาเท่านั้นเอง ยอมทน พยายามปรับให้มันรู้สึกว่าเฉยๆ ในที่สุดเขายอมรับหรือเปิดเผยกับเราว่าคนที่เขากำลังคบอยู่ตอนนี้คือคนที่เขารัก เมื่อวานก็มีบางคำที่หลุดออกมาว่า เราน่าจะมีใครอีกสักคน ผมเคยบอกว่าผมคิดกับเขาไม่ใช่แค่พี่ ผมบอกตลอด แต่เขาจะบอกว่า อย่าคาดหวังกับฟีนะ เขาเคยบอกว่า ถ้าเรายังรู้สึกดีในสถานะแบบนี้ พี่ก็ไม่ได้ว่าอะไร จริงๆ คำว่าฟีน้องของเขา มันมากเกินไปกว่าคำว่าฟีน้อง จริงๆเขาพยายามเคลียร์มานานแล้วครับ แต่ยอมทน ขอความสุขเล็กน้อยๆ มาถึง 6 ปี มีประโยคหนึ่งที่เขาเคยบอกว่าอนาคตสุดท้ายของชีวิตแล้ว เราไม่ได้คู่กันแน่นอน แต่ผมบอกว่าไม่เป็นไร ผมขอแค่ให้ผมมีความสุข ณ วันนี้ก็พอแล้ว”

ดีเจอนัน : นั่นแปลว่าคุณใจกำลังหลอกตัวเองอยู่นิดๆ เขาก็ขอรให้เราไปด้วยซ้ำ เขาพูดอย่างสุภาพว่าคุณน่าจะมีใครนะ เหมือนกับ เปิดประตูและผายมืออย่างสุภาพ แต่คุณใจเลือกที่จะไม่ออกอยู่ตลอดเวลา แต่ในสักวันหนึ่งที่คุณใจอยากยืนอยู่ เขาเลือกคนที่จะให้มายืนอยู่ตรงนี้แล้ว อย่างชัดเจน

“ถ้าผมอยากที่จะหยุดความทุกข์ตรงนี้ ผมควรจะทำยังไง”

ดีเจอ้อย : ยอมรับให้ได้ก่อนคะว่ายังไงก็ตามเราก็ไม่ใช่คนที่เขารักอยู่แล้ว คือที่สุดแล้วเราไม่มีสิทธิ์ที่จะตัดสินใจ เพราะเขาตัดสินใจเลือกแล้ว ถ้าถามว่าจะทำยังไงทุกอย่างอยู่ที่ใจคนเดียวเลยคะ เพราะจริงๆ เขาก็บอกให้ใจหยุดตั้งนานแล้ว เราต้องยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น เพราะคนที่ไม่รักเราทำยังไงละ ในเมื่อเขาไม่รักเรา จะบังคับให้เขามารักเรานั้นยากพอๆกับที่บังคับใจไม่รักเขา ยากเหมือนกันเลย เพราะฉะนั้นเราต้องอยู่ให้ได้ พยายามเป็นพี่เป็นน้องกับเขาให้ได้ อย่างที่เขาอยากให้เป็นคะ

ดีเจอ้น : และบอกว่าทำงานที่เดียวกัน มันอาจจะยากในช่วงแรก แต่ว่ามันทำได้นะ ทั้งหมดมันอยู่ที่เราต้องยอมรับและพยายามเข้าใจด้วยก่อนว่า เขาต้องการเป็นพี่น้องกับเรา เขาไม่ต้องการเป็นอะไรมากกว่านั้น และไม่ได้แปลว่าเราต้องตัดขาดจากกัน

(เทปบันทึกวันที่ 3 กันยายน 2553 ตอน ฉันทมีค่าแคไหน)

ตัวอย่าง

เรื่องเล่าจากคุณเจี๊ยบที่คบกับแฟนมานานแต่แล้วแฟนนอกใจ คุณเจี๊ยบเสียใจมากและพยายามทำทุกอย่างให้ดีขึ้น แต่เหตุการณ์กลับแย่ลง

“เรื่องเล่าจากคุณเจี๊ยบ รู้สึกทุกซึ้งใจมาก เครียดทุกวัน บางวันเคยคิดฆ่าตัวตาย ทำไมความรักทำให้เราเป็นได้ถึงขนาดนี้ เจี๊ยบรักแฟนเจี๊ยบมากคะ คบกันมาตั้งนาน 6 ปี ไม่เคยรู้เลยว่าเขาแอบคบผู้หญิงอีกคนได้ประมาณปีแล้ว โดยที่เราไม่รู้ พอเรารู้เขาก็กลับเลือกผู้หญิงคนนั้น และให้เหตุผลว่าเราเข้ากันไม่ได้ เสียใจมาก ร้องไห้ทุกวัน พยายามไม่คิด ทำดีกับเขาทุกวัน ให้อภัยเขา แต่บรรยากาศมันกลับดูแย่ลง เขาพูดบั่นทอนจิตใจเราทุกวัน เจี๊ยบต้องทำอะไรคะ ในเมื่อใจเจี๊ยบยังมีแต่เขา แต่เขาไม่มีใจ”

ดีเจแอม : พี่ก็ขอส่งความเห็นใจไปที่เจี๊ยบก่อนเลยว่า เรื่องนี้เอาเข้าจริงๆ มันยากสำหรับทุกคนนะคะ ขอให้คิดอย่างนี้แล้วกันว่า ต้องยอมรับความจริงว่าความรักเป็นสิ่งที่เราควบคุมไม่ได้ มันเป็นเรื่องที่บังคับกันไม่ได้ อยากให้มันเป็นอยู่อย่างนั้นตลอดกาลมันเป็นไปไม่ได้คะ เรายอมรับความจริงในข้อนี้ได้แล้ว พี่ว่าความทุกข์ของเรามันน่าจะน้อยลงคะ

(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

ตัวอย่าง

บางคนพยายามหาเหตุผลต่างๆ นานา ว่าทำไมคนที่เรารักและรักเราถึงเปลี่ยนไป อย่างเช่นสายนี้คุณอ้วนคบกับแฟนดูแลรักกันเป็นอย่างดี แต่อยู่ๆ เขาก็เปลี่ยนไปโดยไร้สาเหตุ ในช่วงที่คุณอ้วนไม่สบาย

“คบกับแฟนได้มาประมาณ 2 ปีกว่า อ้วนการันตีได้ว่าไม่มีสักวันที่เขาไม่โทรหา อยู่ด้วยกัน ก็รักกันดีนะคะ เขาก็ดูแลทุกอย่าง แต่พอมาอยู่ได้สักระยะ 2 ปีกว่า อ้วนไปตรวจพบเจอเป็นมะเร็ง เต้านมคะ ตอนที่ได้อยู่ด้วยกันไม่ป่วย แต่พออยู่ด้วยกันสักระยะ 2 ปี ก็ป่วยคะ แล้วอยู่ๆ เขาก็ทิ้ง อ้วนไปโดยไม่มีเหตุผลทั้งๆที่รักกันมาก และตอนที่อยู่ด้วยกัน อ้วนดูแลเขาทุกอย่างนะคะ เขาก็ป่วยคะ เขาเป็นหมอนรองกระดูก เขาก็ปวดขา บางครั้งเขาก็เดินแทบไม่ได้ ก็รู้สึกว่าเขารักเรานะคะ เขารักเราทุกอย่าง แต่พอเวลาเราป่วย อ้วนไม่รู้ว่าทำไมเขาหนีไป อ้วนโทรหาเขา โทรติดคะแต่เขาไม่รับสาย พอเอาเบอร์อื่นโทรไปเขาก็รับ เขารู้ว่าเป็นอ้วนเขาก็ตัดสายทันที ทั้งๆที่ผ่านมาเขาไม่เคย เป็นแบบนี้ ดูแลเราทุกอย่าง รักเราทุกอย่าง แต่ก็คือไม่ได้อยู่ด้วยกันทุกวันนะคะ ตอนที่เขาป่วย อ้วนก็ดูแลเขาแบบเท่าที่ผู้หญิงคนหนึ่งจะสามารถทำให้ผู้ชายคนหนึ่งด้วยความรัก ตี1 ตี2 ตี3 แค่ว่าสะกิดแค่นั้น อ้วนก็จะมีใจเลยว่าจะเข้าห้องน้ำ ก็จะพุง ลากเขา คือทำทุกอย่าง ดูแลทุกอย่าง จนเขาก็ซึ่งใจนะคะ มีอยู่วันหนึ่ง เขาเกาะบ่า แล้วเขาก็บอกว่า ทำไมเรอดีกับพี่ขนาดนี้ น้ำตาผู้ชาย คนหนึ่งที่เขาค่อนข้างจะเข้มแข็งนะคะ น้ำตาเขาร่วงลงมา เขาก็บอกว่าไม่เคยมีใครดีกับพี่แบบนี้เลย อ้วนไม่เข้าใจ แล้วอยู่มาวันที่อ้วนป่วย วันที่ไปผ่าตัดอ้วนนอนอยู่ที่โรงพยาบาลอยู่ 8 คืน เขาไปเยี่ยมอ้วนอยู่ 2 คืนสุดท้าย เขาก็ยังดีกับอ้วนทุกอย่าง ก็ให้กำลังใจอ้วน อ้วนไปรักษาตัวไปให้คีโม อ้วนรู้สึกว่ามันดีมาก ช่วงแรกๆ เขาให้กำลังใจ เขาบอกว่าเธอต้องดูแลตัวเองนะ เธอต้องรักษา ตัวเองให้ดีนะ และอ้วนก็แพ้คีโมมากเลย คีโมเข็มแรกมันรุนแรงมาก มันแพ้มาก อ้วนบอกว่าอ้วน ทรมานมากจนอ้วนคิดว่าอ้วนไม่ไหวแล้ว อ้วนจะฆ่าตัวตาย ก็บอกเขาว่าขอปิ่นสักกระบอกเถอะ อ้วนไม่ทนแล้ว อ้วนจะไม่สู้กับโรคนี้อีกแล้ว เขาก็บอกว่าถ้าเธอรักพี่เธอต้องทน นั่นคือคำพูดสุดท้าย ของเขา แล้วหลังจากนั้นมา เขาไม่เคยห่วงใยอ้วนอีกเลย อ้วนไม่เข้าใจ ว่าทำไมเขาถึงเป็นเช่นนี้ และก็อยู่คนเดียวมาตลอด ตั้งแต่รักษาตัว คือว่ามีแฟนคนนี้อยู่แต่ก็ไม่มีใครทราบ ยังไม่ได้ เปิดตัว อ้วนก็โตแล้ว อายุ 35 แต่ก็ยังไม่เข้าใจว่าทำไมเพราะสาเหตุใดเขาถึงเป็นแบบนี้ ถึงวันนี้อ้วนก็ ยังไม่รู้เหตุผล อ้วนใช้ชีวิตบ่าอยู่ระยะหนึ่งเลยนะคะพี่ ใฝ่ถามตัวเองทุกๆ อย่างที่อยู่ในบ้านนี้ อ้วน ออกจากห้องนอน อ้วนยังเคยเห็นเขาอยู่โซฟา แล้ววันนี้เขาไปไหน วันที่ฉันแย่มากที่สุดเขาไปไหน อ้วน เดินเข้าไปในห้องน้ำ อ้วนก็ถามตลอดเวลา วันที่คุณเจ็บ ฉันดูแลคุณ แล้ววันนี้ฉันเจ็บคุณไปไหน อ้วนก็เลยคิดว่า คุณกลัวจะต้องมานั่งรักษาค่าพยาบาลให้ฉันหรือ อ้วนเป็นคนที่ไม่แพ้อ้วนก็เลย บอกว่า ฉันจะไม่ติดต่อกันอีก เพราะฉันคิดว่าคุณจะมีปัญหาเรื่องสตาจันหรือเปล่าว่าคุณจะต้อง

มารักษาค่าพยาบาลฉัน ฉันจะพิสูจน์ให้คุณรู้ว่าฉันไม่ต้องการเงินของคุณ ฉันอยู่กับคุณด้วยความรัก จนกระทั่งอ้วนรักษาดีไม่เหลือเข็มสุดท้ายแล้ว อ้วนไม่เคยขอเงินเขาเลยสักบาทเดียว ให้มันรู้ไป อ้วนเลยเข้าไปหาเขาที่บ้าน อ้วนโทรไปยังไงเขาก็ไม่รับนะคะ อ้วนก็เลยบุกไปที่บ้านเขาเลย พอไปถึง ระยะที่ไม่เจอกันประมาณ 6 เดือน สิ่งแรกที่เขาถามอ้วนว่า เป็นยังไงบ้าง อ้วนก็บอกว่า ดีละคะพี่ เหลือนิดหน่อยใกล้จะหายแล้ว เขาเข้ามากอดอ้วน เราารู้สึกได้ว่าเขาไม่ได้อยากทิ้งเรา เขากอดเราแน่นแบบเราไม่เคยเจอกันมานาน กอดแน่นแล้วเขาพูดคำเดียวว่า เดียวพี่ว่างพี่จะเข้าไปหา ทั้งที่เมื่อก่อน เขาจะเข้ามาหาอ้วนทุกวัน ทุกครั้ง อ้วนไม่เข้าใจเขา เขาเป็นนักการเมืองท้องถิ่นคะ มืงงานเยอะ แต่วันไหนที่เขาเมามา เขาก็ยังมาคะ ไม่ว่าจะตี 1 ตี2 ตี3 และตอนที่อยู่ด้วยกัน อ้วนรู้สึกอ้วนท้อมาก เขาอารมณ์ร้าย อ้วนไม่อยากจะทน บางที่อ้วนทำงานเหนื่อยๆมา บางที่เขาก็เมามา อ้วนก็ขอเลิกเขาคะพี่ ขอเลิกเขาบ่อยมากหลายครั้งตอนที่อ้วนแข็งแรงนะ ตอนที่อ้วนยังไม่ป่วย เขาบอกว่า พี่ไม่มีวันจะทิ้งเธอ เธอไม่ต้องมาพูดคำนี้ อ้วนก็ภูมิใจนะ เราทะเลาะกันรุนแรง อ้วนหาเรื่องสารพัดที่อยากจะทำกับเขา เพราะตอนนั้นเรายังแข็งแรงอยู่ แต่มาวันนี้อ้วนไม่เข้าใจ เหตุผลตรงนี้ และอ้วนก็ไม่รู้จะไปปรึกษาใคร มันเหตุผลใดที่เขาจะทิ้งเราไปโดยที่ไม่มีเหตุผล เขาคิดอะไรคะพี่ พี่เคยเจอเคสนี้ใหม่คะว่าเขาคิดอะไร อ้วนไปพูดกับเขานะคะว่า อ้วนขอเวลาแค่ 2 ชม.อยากรู้ เขาบอกว่าเดี๋ยวพี่ว่างแล้วพี่จะเข้าไป แล้วอ้วนก็ถามว่าเหตุผลใด ทำไมพี่ถึงทิ้งอ้วนไป ทิ้งอ้วนทำไม อ้วนผิดอะไร เขาก็บอกว่าไม่มีอะไร พี่ไม่สบายใจพี่ก็ไม่เข้าไปหาเธอ เขาก็พูดแบบนี้ อ้วนไม่เข้าใจจริงๆนะคะว่ามันด้วยเหตุผลใด ตอนที่เขาไปใหม่ๆ อ้วนมีคำถามอยู่เป็นสิบข้อ อ้วนเขียนมาเลยสิบข้อ ถึงแม้ว่าตอนนี้อ้วนจะไม่ต้องการเขาแล้ว แต่ตอนนี้อ้วนเหลือข้อเดียว เหลือข้อเดียวซึ่งมันไม่มีคำตอบ แล้วมันสร้างความปวดแค้นคะ อ้วนขอแค่บอกเหตุผลของคุณมาข้อเดียว คุณทิ้งฉันทำไม ทำไมคุณเดินจากไปตอนที่ฉันแย่มากที่สุด”

ดีใจจอด : ถ้าเขาทิ้งเราได้ขณะที่เราเป็นแบบนี้ละคะ ถ้าพี่แปลพี่แปลได้อย่างเดียวว่าเขาไม่รักเราแล้ว เพราะฉะนั้นถ้าเขาไม่รักเราแล้ว ก็ไม่ต้องไปหาเหตุผล เพราะสุดท้าย ไม่รักก็คือไม่รัก ไม่ต้องไปสนใจกับเหตุผลดีกว่าคะอ้วน เพราะว่ามันจะรบกวนจิตใจเราไปเปล่า ความจริงแล้วการที่เราจะไปค้นหาเหตุผล คุณอ้วนเพื่อจะหาคำตอบอะไรสักอย่าง มันอาจจะไม่สำคัญเท่ากับการยอมรับก่อนว่า วันนี้เขาไม่ต้องการเข้ามาหาเรา เขาไม่ต้องการมาเจอเรา ต้องยอมรับความจริงอันนั้นก่อน เพราะว่า คือเขาต้องมีเหตุผลอยู่แล้วคะ แต่การจะบอกเราหรือไม่บอกเรา อันนี้มันเป็นเรื่องที่เรามีสิทธิเลือกด้วยตัวเอง แต่เราสิคะ เราจะมาดิ้นรนทูลายเพียงเพราะว่าอยากรู้ว่าทำไมๆๆ แล้วก็พุ่มพวยกับคำว่าทำไมอยู่ บาที่มันอาจจะต้องตั้งสติก่อนแล้วก็ยอมรับความจริงก่อนว่า เหตุผลอาจจะไม่สำคัญเท่ากับการกระทำที่เขาทำกับเราวันนี้ว่า เขาไม่ต้องการเจอเราแล้ว แล้ว

เขาไม่ยอมอยู่กับเราแล้ว มันจะด้วยเหตุผลคำตอบอะไรก็ตามแต่ แต่สุดท้ายเขาตัดสินใจว่าอย่างนี้แล้ว ต้องยอมรับความจริงว่าเขาไม่รักเราค่ะ แล้วเราจะทำยังไงกับชีวิตเราต่อไปดีกว่า

ดีเจอ้อย : การกระทำของเขาอาจจะเป็นคำตอบแล้วก็ได้ ก็คือคำตอบเราไม่มีความสุขในการอยู่ในบ้านเดียวกัน ต่อให้เรารู้เหตุผลทั้งหมด ก็ไม่ได้ทำให้ความรู้สึกของคุณอ้วนดีขึ้น เชื่อสิ เพราะดูเหมือนเหตุผลที่เขาจะพูดอะไรออกมาก็ตามที่ มันก็ไม่ต่างจากสิ่งที่เขาทำอยู่ คือเขายังไม่ยอมมาดูแลใจ เขาไม่หวังหรือว่าคุณอ้วนแพ้นานนี้ มันจะมีอะไรเกิดขึ้นบ้างจริงๆ มันมีคำตอบแล้วค่ะ เพียงแต่เรายังยอมรับมันไม่ได้เท่านั้นเอง เพราะมันไม่ได้ออกมาเป็นคำพูด แต่มันออกมาเป็นการกระทำที่เสี่ยงดังกว่าด้วย

(เทปบันทึกวันที่ 5 พฤศจิกายน 2553 ตอน เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว)

ความรักมันไม่มีเหตุผล การที่เรารักเขาแล้วเขาไม่รักเรา คนที่ผิดหวังมักจะถามสาเหตุว่าทำไม เพราะอะไรเขาถึงไม่รัก ทั้งๆที่เรารักและกระทำอย่างดีที่สุดแล้ว แต่การที่เขาไม่รักเรามันอาจจะมีคำตอบหรือไม่มีคำตอบในเหตุผลที่ตัวของเขา การที่เราพุ่มพวมและคาดหวังมาก แต่กลับต้องมาเสียใจกับสิ่งที่ไม่สามารถอธิบายได้ สิ่งนี้จะทำให้เราเป็นทุกข์ ซึ่งส่วนใหญ่เรื่องราวของคนที่เป็นทุกข์มักจะมีลักษณะเช่นนี้ รับความจริงไม่ได้ หลอกตัวเอง ผู้ดำเนินรายการจึงพยายามอธิบายให้เข้าใจเสมอด้วยการให้ยอมรับความจริงนั่นคือสิ่งที่แก้ปัญหาให้พ้นความทุกข์ในตัวเราได้ดีที่สุด

2. แก้ปัญหาให้ถูกจุด

ในช่วงเวลาที่เรามีปัญหากับความรัก บางครั้งนอกจากจะไม่ยอมรับความจริงแล้ว บางคนยังอ้างหาหลายๆ สาเหตุและเหตุผลว่าอะไรที่ทำให้ความรักเป็นปัญหา เขาเหล่านี้จะรวมปัญหาอื่นๆ หรือเหตุการณ์อื่นๆ เข้ามาเกี่ยวข้องรวมกันในเวลาเดียวกัน และจะอ้างว่าปัญหาอื่นที่รวมเข้ามานั้นเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาความรัก เพราะเขาคิดเหมารวม และอีกกรณีหนึ่งคือเขาสรางปัญหาใหม่ทั้งที่ปัญหาเก่ายังไม่ชัดเจน จึงทำให้มองไม่เห็นปัญหาที่แท้จริงคืออะไร ผู้ดำเนินรายการจึงช่วยผู้เล่าวิเคราะห์ปัญหาแต่ละประเด็น ดังตัวอย่าง

ตัวอย่าง

เรื่องเล่าของผู้ชายคนหนึ่งชื่อคุณกร ซึ่งเป็นคนขี้หึงและเป็นคนคิดมาก แฟนเขาไปดูหนังกับผู้ชาย 2 คน 2 เรื่องในวันเดียวกัน แต่ฝ่ายผู้หญิงอธิบายชัดเจนตลอดว่าไม่ได้คิดอะไรเป็นเพื่อนกัน

และอยู่มาวันหนึ่งแฟนคุณกรจะไปเที่ยวทะเลที่พัทยาจึงถามคุณกรเรื่องที่พัก คุณกรก็ถามว่าไปกันกี่คนกับใคร พอคุณกรรู้ว่าผู้ชายคนนั้นคนที่ไปดูหนังด้วยกัน 2 เรื่องในวันเดียวกัน คุณกรก็โกรธมาก และคิดว่าแฟนเขาอกใจ แต่แฟนเขาก็พยายามอธิบายว่าไม่ได้คิดอะไร แต่ในที่สุดคุณกรก็ตัดสินใจบอกเลิกกับแฟน หลังจากนั้นคุณกรไปปรึกษากับเพื่อนและสุดท้ายเขาก็กลับมาคบกับแฟนต่อ แต่คบกันในลักษณะที่มีคำถามคาใจอยู่

“คบกันต่อมี 4 คำถามอยู่ในใจมาตลอด 7 เดือน คือ 1 ทำไมต้องเป็นทะเล ทำไมไม่ไปเดินห้างกัน 2 ทำไมไม่ชวนผมไปด้วย เพราะแฟนผมคิดอะไรกับเขาใช้หรือเปล่า 3 มันเป็นคนชวนแฟนผมและทำไมแฟนผมต้องเป็นคนหาที่พักให้มันด้วย ถึงผมจะมีที่พักก็เถอะ เพราะแฟนผมอยากไปด้วยหรือเปล่า 4 ตอนบอกผมว่าไปทะเลกับเพื่อน ทำไมบอกไม่หมดว่าผู้ชายคนนี้เป็นคนเดียวกันกับที่ไปดูหนัง 2 เรื่องต่อหนึ่งวัน ช่วยผมด้วยครับ คำถาม 4 คำถามนี้ วนอยู่ในหัวผมตลอดระยะเวลา 7 เดือนที่ผ่านมาที่ผมคบกับเขา”

ดีเจออก : พี่ว่า 4 ข้อของน้องเอาเข้าจริงแล้ว มันไม่ได้มีประโยชน์อะไรกับชีวิตใครเลยนะคะ มันเป็นคำถามที่ เอาเข้าจริงแล้วมันจุกจิก จู้จี้ (ซึ่งงานนี้เหนื่อย) ด้วยซ้ำไป เอาเข้าจริงแล้วสิ่งที่เราถาม ประเด็นจริงๆคือ แฟนเราคิดอะไรกับผู้ชายคนนั้นหรือเปล่า ประเด็นใหญ่ๆ มันอยู่แค่นี้เอง เธอมีจิตคิดอะไรกับเขาหรือเปล่า และถ้าแฟนบอกว่าไม่มี ก็อย่างที่บอกแหละว่า เลือกจะเชื่อไหมคะ ถ้าเชื่อก็จบแค่นั้น และจากนี้ไปก็คงเป็นเรื่องที่ต้องดูกันไป ไม่ต้องห่วงหรอกค่ะ ถ้าเขามีอะไรกันจริง แฟนเราอกใจจริง เดียวก็รู้ แต่ว่า ณ นาทีนี้ วันนี้ มองไปข้างหน้าก่อน แล้วค่อยๆดูไปข้างหน้าดีกว่า การที่เราจะย้อนกลับไป ทำไมเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่มีประโยชน์เลยคะ เป็นไปได้ไหมแฟนน้องคิดอะไรกับผู้ชายคนนั้น ก็ไม่รู้ว่าจะคิดก็ได้นะ แต่วันนี้เขายืนยันแล้วว่า ไม่มีอะไร เขายังกลับมา ยังเหมือนเดิม ยังรักเราอยู่ เขาไม่ได้อะไรกับตรงนั้น

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

กรณีตัวอย่างข้างต้นคือ คุณกรพยายามเอาปัญหาอื่นๆ มารวมกันจนกลายเป็นปัญหาใหญ่ๆ นี่คือการของคนที่มีปัญหาความรักและมักจะถามหาสาเหตุคำว่าทำไมๆ เพราะอะไร เมื่อจมอยู่กับปัญหา จึงทำให้กลายเป็นคนคิดมาก เอาสิ่งที่ทุกซี้ใจหลายๆอย่างมาหาเหตุผล สร้างปัญหาขึ้นมาใหม่และจะแยกปัญหาไม่ออกจนดูเหมือนว่ามีปัญหามากมาย แต่จริงๆแล้วปัญหามีเพียงจุดเดียวเพียงแต่ยังไม่ถูกจุดเท่านั้นเอง ผู้ดำเนินรายการซึ่งเป็นบุคคลนอกเมื่อมาฟังเรื่องราวแล้ว จะเข้าใจและมองเห็นปัญหาที่แท้จริงได้ว่า ปัญหาจริงๆ มีอยู่ปัญหาเดียว คือ แฟน

คุณกรคิดอะไรกับผู้ชายคนนั้นหรือเปล่า เพราะถ้าคุณกรหลุดจากปัญหานี้ได้ ปัญหาข้ออื่นๆที่คุณกรพยายามสร้างมา ก็จะคลี่คลายไปเอง นั่นหมายถึงการมองเห็นปัญหาที่แท้จริงและพยายามแก้ปัญหาให้ถูกจุดเท่านั้นเอง

ตัวอย่าง

บางกรณีเอาปัญหามารวมๆกันจนหาทางออกไม่เจอเพราะว่าเขาโยงปัญหาหนึ่งกับอีกปัญหาหนึ่งไว้ด้วยกันจนมองไม่เห็นว่าเป็นปัญหาที่แท้จริงเกิดจากอะไรและไม่รู้จะแก้ปัญหาอย่างไร อย่างเช่นเรื่องเล่าของผู้หญิงคนหนึ่งว่า

“หนูมีแฟนแล้วนะคะ แต่หนูเป็นบ้านเล็ก เขาดีกับหนูมาก ซื้อบ้านให้อยู่ ไม่ให้ทำงานค่ะ พุดง่าย ๆ ว่าสบายค่ะ แต่ว่าไม่ค่อยมีเพื่อน เลยเหงามาก อยากจะเลิกอยู่หลายครั้ง แต่เลิกไม่ได้สักที นอนร้องไห้บ่อยมาก เปื่อชีวิตแบบนี้เหลือเกิน อยู่ด้วยกันเกือบห้าปี ตอนนี้มีผู้ชายคนหนึ่งย้ายมาอยู่บ้านตรงข้ามค่ะ ซึ่งผู้ชายคนนี้อยู่กับแม่เขา น้องเขาคนนี้อายุน้อยกว่าด้วยแอบชอบหนู และหนูก็แอบชอบเขาเหมือนกัน รู้ได้ไงว่าแอบชอบ คือว่า ได้ยินเขาคุยกับแม่เขาค่ะเพราะบ้านอยู่ตรงข้าม ไม่เขาไม่เห็นด้วยค่ะ เพราะเขาบอกว่าหนูมีแฟนแล้ว และเป็นเมียหน่อยอีกต่างหาก ได้ยินว่าเดือนหน้าแม่เขาจะย้ายให้เขาไปอยู่ที่อื่นละ เพราะกลัวเรื่องจะบานปลายไปกว่านี้ แต่ลูกชายเขาพูดว่าถึงเขาจะย้ายไปอยู่ที่อื่นก็ไม่สามารถลืมหนูได้ หนูก็นั่งนึกว่า ยังมีคนที่รักและต้องการหนูอยู่ แล้วเราจะมาจมปรักอยู่กับตรงนี้ทำไม แต่เขาไม่กล้าจีบหนูนะคะ เพราะแม่เขาคอยจับตาดูอยู่ตลอดเวลา แค่เดินออกจากบ้านแม่เขาก็ถามแล้วว่าไปไหน ถ้าหนูไม่มีแฟนจะไม่ทำอะไรเลยสักคำ แม่เขาพูดว่าจะให้เขาเลิกกับแฟนได้ยังไง เขาอยู่ด้วยกันเกือบทุกวัน แสดงว่าลูกชายของเขาจริงจังกับหนูมากเลย ถึงขนาดอยากให้หนูเลิกกับแฟน ตอนนี่คิดที่เขาไม่กล้าจีบหนู ตัวหนูเองก็ติดสบายค่ะ ไม่ได้ทำงานมาหลายปี ถ้าหนูตัดสินใจเลือกผู้ชายคนนั้น ก็ต้องไปตั้งต้นเริ่มนับหนึ่งใหม่ กับแฟนคนที่ดูแลหนูอยู่เขาพูดว่า ถ้าอยู่ด้วยกันแล้วไม่มีความสุข จะเลิกหรือหาคนใหม่ไม่ว่านะ ขอให้บอกกันตรงๆ อย่าไปมีก๊ิก ถ้ารู้จะเอาให้ตายเลย ถ้ามีคนใหม่จะให้บอกกันดีๆ แฟนหนูเขารักหนูมาก หนูก็กลัวเขาเสียใจเหมือนกัน และตัวหนูเองก็รักแฟนเหมือนกัน แต่เปื่อชีวิตแบบนี้ค่ะ จะเลิกก็อยาก พี่ทั้งสองคนช่วยแนะให้หนูหน่อยค่ะ”

ดีเจอ้อย : รักสบายแต่เหงาแบบนี้ และก็ไม่มีคามภูมิใจในตัวเองบางทีจุดนี้อาจจะต้องแก้ก่อนมั้งคะ เพราะไม่อย่างนั้น ถ้าเรารู้สึกว่า ถ้าเกิดฉันไม่มีแฟนคนอื่น ฉันก็ต้องไปเริ่มทำงานด้วยเหรอก อย่างนี้ไม่เอาเหรอก มันก็จะไม่สามารถจะไปเจอความรู้สึกจริงๆ รักเขาและเขารักเราได้จริงๆ

ดีเจอด : แต่เอาเข้าจริงๆ พี่อดมั่งจะไม่ค่อยแนะนำให้เกิดรวมเป็นเรื่องเดียวกัน เวลาที่เราคิดว่าเราต้องเลิกกับคนหนึ่ง เพื่อจะไปหาอีกคนหนึ่งแบบนี้ที่ไร มันจะพลาดสองตั้งเสมอ เพราะฉะนั้นเอาเป็นขั้นตอนแรกก่อนว่า เรายังอยากอยู่แบบนี้หรือเปล่า ถ้าไม่อยากก็ต้องตัดสินใจเลือกทางหนึ่งที่ไม่รู้หรือกว่าข้างหน้าเป็นยังไง แต่ฉันไม่ได้อยู่แบบนี้แล้วอันนี้ก็ป็นเรื่องหนึ่ง กับจะไปเจออีกคนหนึ่งแล้วเขาจะเป็นไก็จะเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เพราะไม่งั้นมันจะกลายเป็นว่า เราตัดสินใจเลิกตรงนี้เพื่อไปเจออันใหม่ แล้วถ้าอันใหม่ไม่ดี แล้วเราจะกลับมาหาอันเก่าอีกหรือ เพราะงั้นอย่าคิดรวมกัน ต้องคิดแยกค่ะ

(เทปบันทึกวันที่ 15 ตุลาคม 2553 ตอน คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน)

กรณีตัวอย่างข้างต้น ก็เป็นปัญหาที่คิดรวมปัญหาเหมือนกัน คือ ผู้เล่าชอบผู้ชายอีกคนหนึ่งแต่ยังมีความกังวลเรื่องการเงิน และก็ยังมีห่วงกลัวว่าแฟนตัวเองที่คบอยู่จะเสียใจ ซึ่งผู้ดำเนินรายการจะแนะนำให้คิดปัญหาแยกจุด โดยจุดที่แท้จริงหรือปัญหาหลักๆ คือ ความรู้สึกของผู้เล่าที่มีต่อแฟนที่คบอยู่ คือถ้ารู้สึกดีและอยากคบต่อก็อยู่ต่อไป ถ้าไม่ได้อยากอยู่ต่อก็ถอยออกมาอยู่คนเดียว นี่คือปัญหาที่หนึ่ง ส่วนอีกปัญหาหนึ่งคือ เมื่ออยู่คนเดียวแล้วถ้าจะไปคบกับคนใหม่จะเป็นอย่างไร นี่คืออีกประเด็นหนึ่ง เพราะถ้าคิดรวมกันแล้วถ้าไปเจอคนใหม่แล้วไม่ดี จะกลับมาหาคนเก่า มันก็จะยิ่งเพิ่มปัญหาอีก และความรู้สึกอาจจะป็นทุกข์กว่าเดิม การคิดแยกจะช่วยตัดปัญหาที่ละประเด็นๆ ออกไปเพื่อลดปัญหาและความทุกข์ที่มีลงไปได้

3. ชัดเจนกับตัวเอง

บางคนเป็นทุกข์เพราะไม่รู้ใจตัวเองว่าต้องการอะไร บางคนทำในสิ่งที่คิดว่าถูกต้องแล้วสำหรับทางออกของปัญหาโดยที่ลึกๆ แล้วชัดใจกับความรู้สึกที่แท้จริง หรือบางคนไม่แน่ใจว่าสิ่งที่ทำอยู่จะเป็นทางออกที่ดีหรือไม่ หรือแม้กระทั่งมีปัญหาค้นไม่รู้ว่าจะต้องทำอย่างไร และบางทีหาข้ออ้างเพื่อบอกว่าเขาเปลี่ยนไป แต่จริงๆ แล้วมันเป็นความเปลี่ยนแปลงของตัวเองเอง สิ่งต่างๆ เหล่านี้เป็นเพราะเขายังไม่รู้จัักตัวเอง เขายังไม่รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร ผู้ดำเนินรายการจะชี้แนะให้เขาหันมามองตัวเอง เน้นให้มองในมุมของตัวเองดูบ้างว่า เราารู้สึกหรือมีความต้องการอย่างไรที่แท้จริง และสิ่งที่เราทำไปแล้ว มันทำให้ทุกข์ของเราลดน้อยลงไปหรือไม่ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ตัวอย่าง

ผู้ดำเนินรายการจะพยายามให้มุมมองที่ทำให้เขาลองหันกลับมาคิดในมุมของตัวเองและให้มองเห็นว่าจริงๆ แล้วที่เขาเป็นทุกข์ เพราะตัวเขาเองมีความกลัวอะไรบางอย่างจึงหาทางออกด้วยการหาใครสักคนมาทดแทนเพื่อแก้ความกลัวเหล่านั้น

“ผมคบกับผู้หญิงคนหนึ่งมาเกือบ 3 ปีแล้ว แล้วเราก็ทะเลาะกันเพราะว่าเขาไปพูดถึงแฟนเก่า เขาแอบคุยกันจนผมไปรู้เรื่องเข้า เธอบอกว่าจะเลิกกับผม แต่ผมไม่ยอมเลิก ผมยอมให้เขาคุยได้อีก 4 เดือน ผมทนเจ็บตลอดเวลา ผมแค่ให้เธออยู่กับผม เธอจะทำอะไรก็ได้ ผมเจ็บแต่ต้องทนเพื่อไม่ให้เธอจากผมไป ในที่สุดเธอก็เลิกคุยกับแฟนเก่า ผมดีใจมากความดีใจของผมอยู่แค่ข้ามคืนวันต่อมาผมมารู้ว่าเธอมีคนใหม่ ซึ่งเป็นเหตุผลที่ทำให้เธอเลิกกับแฟนเก่า ผมอดตาหลับขับตานอนรอเธอคุยโทรศัพท์ให้เสร็จ จนตีห้า คุยตั้งแต่ เทียงคืน ผมเจ็บ เจ็บกว่าตอนที่เธอไปคุยกับแฟนเก่าเสียอีก ผมต้องทำยังไงดีครับ ผมไม่อยากจะเลิกกับเธอเลย ผมเสียเวลาเวลาที่คบกันมา 3 ปี ผมง้อเธอทุกอย่างแต่เธอก็ยังยืนยันว่าจะเลิกกับผม ทำใจก็ยังทำใจไม่ได้เลยครับพี่”

ดีเจแอม : พี่ว่านะคะคนเรามองดูกันให้ลึกสักนิดหนึ่งนะ ในความรู้สึกของตัวเอง ลองสำรวจดูว่าที่รักใคร่มากๆ แล้วไม่สามารถที่จะเสียเขาไป หรือขาดเขาไปได้แบบนี้ ยิ่งอยู่กับมาจนชิน พี่ว่าบางครั้งลองมองลงมาดูซิว่า ลึกลงไปกว่าความรู้สึกที่เราบอกว่ารักเนี่ยจริงๆ แล้วมันคือความกลัวหรือเปล่า ความกลัวที่จะว่าเหว ความกลัวที่จะต้องเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เราชินมาตลอด เพราะเป็นคนเรามักจะกลัวในสิ่งที่คนเรามักจะคิดว่าข้างหน้าจะเป็นยังไง คนที่อยู่ข้างเราถึงแม้ว่ามันจะทำให้เราเจ็บช้ำน้ำใจยังไงก็ตาม แต่มันมันอยู่ด้วยกัน มันมี มันชิน มันว่างๆ ที่จะมองไปข้างหน้า เรื่องรักนี้ มันก็รักนะ มันก็พุดยาก แต่ลึกๆ แล้วมนุษย์นี่กลัวความโดดเดี่ยว

(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

บางคนอาจจะไม่รู้ว่าที่แท้จริงแล้วตัวเองต้องการอะไร รู้สึกอย่างไรอย่างตัวอย่างกรณีข้างต้น ในขณะที่บางคนรู้ว่าต้องทำอะไร และก็กระทำให้สิ่งนั้นเพราะคิดว่าถูกต้องแล้ว โดยที่ลึกๆ ในใจขัดกับสิ่งที่เขาต้องการ เพื่อสร้างทำให้ตัวเองมีความสุข เหมือนกับคำพูดที่ว่า ปากไม่ตรงกับใจ การสื่อสารด้วยวิธีให้ชัดเจนกับตัวเองจึงต้องการอยากให้เราชัดเจนกับความรู้สึกตัวเองจริงๆ ว่าเขารู้สึกอย่างไร และถ้าเขารู้สึกอย่างนั้นและทำได้อย่างนั้นจริงๆ ก็จะทำให้เขามีความสุขจริงๆ แต่ถ้าเขารู้สึกอีกอย่างและเขาทำอีกอย่างเพื่อหวังว่าตัวเองจะมีความสุข ก็เหมือนเป็นความสุขหลอกๆ ซึ่งถึงแม้ปัญหาอาจจะไม่ใหญ่มาก แต่ก็สามารถสร้างความทุกข์ในใจที่ทำให้เก็บมาคิดได้เช่นกัน

ตัวอย่าง

“วันที่ 18 นี้เป็นวันดี เพื่อนสุดที่รักของปีกำลังจะแต่งงานมันเป็นความยินดีมากแบบปีติเลยนะคะ เพราะเพื่อนคนนี้เป็นแฟนคนแรกของปี เราทั้งปรับทั้งจูน จนวันหนึ่งเราก็ออมรับความจริงว่า เป็นเพื่อนกันนี่แหละ มีความสุขที่สุด และความเป็นเพื่อนของปีกับเขามันทำให้เรารู้ในความเป็นไปของกันและกัน ต่างก็มีใคร จนถึงวันนี้ ปีก็ได้เป็นเพื่อนเจ้าบ่าว ในความรักของปีกับเพื่อนคนนี้นั้นมันเป็นแบบรักแบบมีความสุขค่ะที่ แค่ได้รู้ว่ายังหายใจอยู่ ยังมีความสุขดี ในวันที่เจ็บช้ำก็คอยดูแลกัน เพื่อนเป็นสิ่งที่มีค่าที่สุด คบกันมา 10 ปียังคงรู้สึกดีต่อกัน แบบอยู่ในขอบเขตของตัวเอง เป็นความรู้สึกที่ดีมากๆ เลย”

อ้อย : บางทีเราบอกว่าเราอยากเป็นเพื่อนกับเขา ต้องถามในใจว่าเราเป็นเพื่อนกับเขาได้จริงหรือเปล่า หรือการเป็นเพื่อนอาจจะเป็นได้อีกตำแหน่งหนึ่ง ซึ่งคอยชะงักกว่าเมื่อไหร่จะเป็นแฟนสักที ก็เป็นไปได้ แต่ถ้าเราลองได้เป็นเพื่อนจริงๆ แล้ว เราก็อาจจะค้นพบความรู้สึกที่ดีนั้นคะว่า ความรู้สึกนั้นมันดีจังเลย ไม่มีความคิดครอบครอง เธอมีความสุข ชั้นมีความสุข

(เทปบันทึกวันที่ 12 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักแค่ไหนก็ได้แค่เพื่อน)

ตัวอย่าง

“ปัจจุบันแ่แต่งงานแล้วคะ เราอยู่กันมา 10 ปีแล้วนะคะ แล้วเราก็มีปัญหากัน คือแฟนแ่เขามีผู้หญิงคนอื่น แ่เสียใจมาก รักมากมันก็แค้น แ่ก็เลยทำประชดเขาโดยการไปมีคนอื่น คืออยากให้เขารู้ว่า ตอนที่เขามีเราเจ็บขนาดไหน พอเขารู้ว่าเรามี เขาก็เสียใจร้องไห้ แต่คือตอนที่เรามี เขาก็เลิกกับผู้หญิงคนนั้นไปแล้ว พอเขารู้ละว่าเรามี เขาก็เลิกกับผู้ชายคนนั้น หลังจากนั้นมา แ่กับแฟนก็ไม่เคยยุ่งเกี่ยวสามีภรรยากันมาประมาณ 4-5 ปีคะ นอนอยู่เตียงเดียวกัน แต่เราก็ไม่มีอะไรกันคะ จนเมื่อประมาณต้นปี แ่ไปเจอผู้ชายคนหนึ่ง แ่มีความรู้สึกชอบผู้ชายคนนี้นะมากก็คบกับเขามา มาเกิดเรื่องตรงที่ว่า คือคนใหม่เขามาส่งที่บ้าน แล้วแม่ของแ่เห็น แม่ก็เรียกแ่เข้าไปคุยในบ้าน ผู้ชายคนนั้นเขาก็กลับไป แม่ก็ถามว่า มันมีอะไรทำไมเกิดอะไรขึ้น แ่ก็เลยตัดสินใจเล่าให้เขาฟังว่า 4-5 ปีที่ผ่านมา แ่กับแฟนไม่ได้มีอะไรกันเลย แ่ก็ไม่สามารที่จะกลับมาเป็นเหมือนเดิมได้แล้ว แม่ก็พยายามพูด พยายามจะบอกให้แ่เลิกกับคนใหม่ แ่ก็บอกแม่ว่า แ่คงเลิกไม่ได้ แ่ก็รักเขา และกับคนเก่า ถามว่ารักไหมก็ไม่แน่ใจ แต่ถ้าห่วงไหม ก็ยังห่วงอยู่ ถ้าจะให้กลับไปใช้ชีวิตสามีภรรยา คิดว่ามันไม่ได้คะ แม่ก็พยายามบอกจะให้แ่เลิกกับคนใหม่ แต่แ่ก็เลิกไม่ได้ จนสุดท้ายแม่ก็เลยให้คบ ให้คบเพราะว่าแ่ไม่ยอมเลิก แ่ก็เลยมาบอกกับผู้ชายคนใหม่ว่า โอเคแม่ให้คบ แต่แม่ก็ถามว่า แล้วจะเป็นอย่างนี้หรือ จะอยู่กันอย่างนี้หรือ ผู้ชายคนใหม่เขาก็เลยยื่นข้อเสนอมาว่า คือ

ว่าบ้านหลังนี้ที่เ้ากับแฟนคนแรกอยู่ด้วยกันยังผ่อนไม่หมด เราอยู่ด้วยกันเพราะว่าเรายังมีหนี้สินที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน คือถ้าย้าย หรือต่างคนต่างไป มันลำบากด้วยกันทั้งคู่ เขาเองก็ไม่รู้จะไปไหน เ้าเองก็ไม่รู้จะไปไหน ต้องอยู่ด้วยกัน รับผิดชอบหนี้สินกันไป เขาก็เลยยื่นข้อเสนอมาว่า เขาจะให้เงินเ้าให้เงินแฟนคนแรก ล้านห้า ซึ่งหนี้ที่เราเหลืออยู่นี้ เหลืออยู่ประมาณ 9 แสน เขาบอกเขาจะให้ล้านห้า แล้วให้ผู้ชายคนนี้หย่ากับเ้า แล้วที่เหลือ ก็ให้ผู้ชายคนนี้ไป โดยที่บ้านหลังนี้ เขาขอให้เ้าเป็นชื่อเ้าและชื่อเขา เ้าก็พูดกับเขาว่า มันไม่ยุติธรรมสำหรับแฟนคนแรกใหม่ เพราะว่าบ้านหลังนี้ถ้าขายก็ขายได้ประมาณ 2-3 ล้าน แล้วไปให้เขาล้านห้า เ้าก็พูดกับเขาไปตามตรง เขาก็พูดมาลักษณะว่า เขารู้สึกว่าเ้ายังอาลัยอาวรณ์กับคนเก่า คือยังรักคนเก่าอยู่ประมาณนี้ เ้าก็บอกเขาว่า ถ้ามารักใหม่ ก็ไม่ถึงกับรักแต่อย่างห่วงว่าถ้าทำอย่างนั้นจริงๆ แล้วเขาจะอยู่ตรงไหนยังไง กว่าจะผ่านมาตรงนี้ได้ ก็ผ่านอะไรมาหลายอย่าง แล้วเ้าก็รู้สึกมันไม่ยุติธรรมสำหรับเขา เขาก็บอกว่าถ้ามันก็อยู่กับไปเรื่อยๆ อย่างนี้กันก่อนก็ได้ แม่เขาบอกว่าก็ดูกันไปเรื่อยๆ แต่ที่นี้มันมีปัญหาคือว่าคนใหม่ของเ้า คือเ้าไม่เคยไปบ้านเขา แต่เ้าเคยเจอแม่เขาหลายครั้ง เคยไปกินข้าวกับแม่เขา แล้วก็เคยไปบ้านพี่สาวเขา แต่เ้าไม่เคยไปบ้านของผู้ชายคนใหม่ เ้าก็เลยไม่แน่ใจว่า ที่เราเป็นอยู่ตอนนี้เราจะไปทางซ้าย หรือเราจะไปทางขวา แต่ถามว่าคนใหม่ ก็รักแต่ยังไม่ผูกพัน แต่คนเก่าเราก็นั่งห่วงเขา แต่ถ้ามองไปถึงอนาคต ก็รู้สึกว่ามันอยู่ด้วยกันมันก็ไม่มีความสุข ก็ทรมานมากค่ะ มันเหมือนกับว่าหาที่ลงไม่ได้ค่ะ ไม่รู้ว่าจริงๆ แล้วสุดท้ายเราจะต้องทำยังไง”

อ้อย : ตอนนี้นั่นดูเป็นเรื่องของความสัมพันธ์ที่มันเป็นเรื่องของเงินเข้ามาละ มันเริ่มยากจริงๆ นะคะ คือจริงๆ ไม่รู้สิ เ้าอาจจะต้องลองคิดกับตัวเองดีดีก่อนค่ะ เพราะตอนนี้เ้าย้ายกับขवादุน้ำหนักค่อนข้างใกล้เคียงกันเยอะ ถ้าไม่มองข้างหน้า มองวันนี้ก่อนละคะ ความสุขของการใช้ชีวิตอยู่ แบบไหนที่เราารู้สึกว่าน่าจะมีสุขกว่า

ฉอด : อย่างที่พี่อ้อยว่าละคะน้องเ้า ก่อนอื่นต้องจัดการกับความรู้สึกของตัวเองให้ชัดเจนก่อน ถ้าใจหัดคือเราเลือกทั้งสองไม่ได้ ยังไงเราก็ต้องหาคำตอบกับตัวเองให้ได้ว่าเราจะทำยังไงต่อไป แต่ฟังดูคล้ายๆ กับว่า กับคนเก่านี้โอกาสมันคงยาก เพราะว่าเขาเองก็คงไม่ให้ความร่วมมือใดใดกับการเริ่มต้นใหม่ใดใดแล้วละหมายถึงวันนี้แล้ว เพราะงั้นมันคงเป็นเรื่องของความผูกพัน ความรู้สึกที่มันเคยอยู่ด้วยกันมา ซึ่งตรงนี้ยังไงก็ตามคุณเ้าก็ยังต้องยอมรับ วันหนึ่งมันก็ต้องจบคะ คงอยู่กับไปในขณะที่นี้ไม่ได้ แต่กับคนใหม่อย่างที่ว่าเหมือนกัน ใช้หรือไม่ใช้ต้องไปดูดีดี อย่าคิดแต่ว่าต้องเลือก 1 หรือ 2 อาจจะไม่ใช่ทั้งสองก็ได้ คนเก่าก็คงต้องหาทางจัดการว่าในที่สุดแล้ว มัน

ไม่ได้แล้วใช่ไหม ก็คงต้องเลิกกัน แต่ว่าคนใหม่ จะลองดูขนาดไหนยังไง ต้องคิดให้ดีๆ หรืออาจจะยังไม่ลองอะไรเลย ก็อยู่คนเดียวก่อนก็ได้นะคะ ยังไม่ต้องเลือกทั้งสองคนก็ได้คะ

(เทปบันทึกวันที่ 5 พฤศจิกายน 2553 ตอน เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว)

บางคนไม่รู้ตัวเองว่าที่แท้จริงเขาต้องการอะไร เขาอยู่กับคนรักแล้วเริ่มไม่มีความสุข เขาพยายามหาสาเหตุและหาเหตุผลมองแต่มุมของคนอื่นว่าทำไมถึงเปลี่ยนไป โดยมองข้ามตัวเอง เพราะคิดว่าตัวเองไม่ได้ทำอะไรผิด แต่จริงๆ แล้วเป็นเพราะความรู้สึกของเขาเองที่เปลี่ยนไป ผู้ดำเนินรายการจึงอยากจะอธิบายให้เขาเห็นว่าปัญหามันคือ ความชัดเจนในตัวเขาเองที่เขายังไม่ชัดเจน

ตัวอย่าง

“ผมกับแฟนผมเราอยู่ด้วยกันก่อนที่พ่อแม่เขาไม่รู้ แต่พ่อแม่ฝ่ายผมจะรู้ แล้วที่นี้ทางพ่อแม่ฝ่ายแฟนผมรู้เข้า ทำให้เขาไม่พอใจอย่างมากครับ เขาจะแจ้งตำรวจจับผมเลย แล้วที่นี้เขาก็ให้ผมมาทำให้เรียบร้อย ก็มีขัดแย้งกับที่บ้านผมบ้าง ทางคุณแม่ผมก็จะไม่ค่อยปลื้มภรรยาผมเลย พอแฟนผมรู้ว่าคุณแม่ผมไม่ปลื้ม ก็ไม่เข้าบ้านผมเลย แต่แต่งงานครับ และก็ใช้ชีวิตมาเรื่อยๆ ทำงานแล้วก็เหมือนจะไม่ค่อยเหมือนเดิมครับแฟนผมนะ แต่ผมพยายามที่จะทำให้เหมือนเดิม อย่างครบรอบวันสำคัญผมจะทำเหมือนเดิม แต่ผมก็ไม่รู้เขาคิดยังไงนะครับ เขาก็ยังเห็นผมเป็นฝ่ายผิดที่เหมือนว่าไม่เข้าข้างเขาอะ ไปเข้าข้างทางบ้านผมมาก และก็เหตุการณ์ก็คือผมเป็นครูสอนฟิตเนสคือมันต้องเจอคนครับ แล้วแฟนผมรู้ว่ามีคนโทรมาหาผม แฟนผมก็ไปโวยวายใส่เขาเลย ทั้งที่คนนั้นเป็นลูกค้าของผมเอง มันก็เลยเกิดเรื่องราว แล้วที่นี้ทุกวันนี้ก็ใช้ชีวิตไปวันๆ ครับ มันเหมือนจะหมดอายุครับพี่ ผมก็รักเขาอะครับ อย่างวันสำคัญ ผมก็ค่อนข้างจะโรแมนติคหน่อยละ ผมจะให้ดอกไม้เขาทุกวันที่ 29 สำหรับเขา เพราะเป็นวันที่เราเริ่มคบกัน วันที่ 29 ทุกเดือนนะครับ ผมจะให้ดอกไม้ 1 ดอกแต่หลังแต่งงานไม่เหมือนกันเลยครับ พฤติกรรมเขาเปลี่ยนไป อย่างก่อนแต่งงานเรื่องงานบ้าน เขาก็จะช่วยผมทำทุกอย่างเลย แต่พอหลังแต่งงานไปแล้ว เขาบอกว่าเขาทำงาน เขาเหนื่อย เขาอยากพัก ผมก็ไม่ได้ว่าไร ผมก็ทำของผมเอง ขนาดชุดชั้นในผมยังซักให้เขาเลย”

อ้อย : ซึ่งก็เป็นเรื่องแปลก เพราะว่าก่อนแต่งงานก็ได้อยู่ด้วยกันแล้ว แล้วทำไมมันถึงไม่เหมือนกันล่ะคะ คือจริงๆ อันนี้อาจจะเป็นรายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ แต่อันหนึ่งคือโทนี่บอกว่าโทนี่ยังรักเขาอยู่

“แต่ผมเริ่มรู้สึกว่ามันเริ่มเบาบางอะพี”

อ้อย : นั่นแหละ ตรงเรานั้นแหละเปลี่ยน คือบางที่เรามักจะบอกว่าอีกฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายเปลี่ยน คือเรื่องเหล่านี้ ไม่มีใครเพอร์เฟกต์สมบูรณ์แบบหรอก จะผู้หญิงหรือผู้ชายก็ตามที่ คนเรามีบางวันที่เราเหนื่อยมาก มีบางวันที่เราอาจจะกลายเป็นคนที่ดูแย่ที่สุดในสายตาของคนที่เรารักก็ได้ แต่มันพร้อมจะให้ภัยหรือเปล่า พอโทนี่รู้สึกว่ารักมันเริ่มเบาบาง ทุกเรื่องที่ไม่เป็นปัญหา จะค่อยๆ เป็นปัญหาขึ้นเรื่อยๆ พี่อ้อยว่าปัญหาตอนนี้อยู่ที่ความรู้สึกของเราอะ พอความรู้สึกรักของเรามันน้อยลง อะไรทุกอย่างที่เขาเป็น มันก็เริ่มเป็นปัญหาไปหมด เริ่มผิดไปหมดละ อะไรที่ไม่เหมือนเดิม จะรู้สึกว่าทำไมไม่เหมือนตอนที่ก่อนแต่งงานละ ทั้งๆที่คนที่เปลี่ยน คือเจานะ ไม่มีคูไหนหรอกคะที่จะสมบูรณ์แบบไปซะทุกอย่าง คำว่าชีวิตคู่มันฟังดูเหมือนจะเป็นช้ายกับชวา แต่จริงๆเราอยู่ฝ่ายเดียวกัน เราอยู่ในข้างเดียวกัน และเป็นทีมเดียวกัน ในการแก้ปัญหา เพียงแต่ไม่แน่นะ โทนี่อาจจะต้องถามใจตัวเองเยอะๆว่า ในที่สุดแล้วที่บอกว่ารักเขาๆ รักเขาจริงหรือเปล่า และสิ่งที่เราอยากให้มันเป็นคืออะไร ถ้ารู้สึกไม่รักเขามากพอ ก็บอกกันตรงๆ ให้เขาเจอคนที่รักมากกว่าเรา จะได้ไม่ตัดโอกาสกันนะ

(เทปบันทึกวันที่ 19 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักใกล้หมดอายุ)

ในเวลาที่เรามีปัญหาความรัก มักจะมองหาสาเหตุจากคนอื่น คิดใส่ใจแต่กับคนอื่นจนละเลยที่จะมองตัวเอง บางทีหากเราชัดเจนกับตัวเอง มีจุดยืนในตัวเองได้แล้ว ความทุกข์ต่างๆ ปัญหาต่างๆ ก็จะสามารถคลี่คลายลงไปได้เอง

4. มองหลายมุม

ผู้ดำเนินรายการจะให้คำแนะนำในการคิดแบบมองหลายมุม คือ นอกจากมองในมุมของตัวเองแล้วให้นึกถึงคนอื่นๆ และคนรอบข้างด้วย ในลักษณะการมองหลายมุมนี้ มักจะใช้เป็นวิธีสมมติ เช่น สมมติว่าเป็นแบบนี้ แล้วผลจะเป็นอย่างไร เขาจะสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้หรือไม่อย่างไร มักจะให้วิธีคิดนี้สำหรับที่มีคนรอบข้างมากมาเกี่ยวข้อง รวมทั้งให้คิดถึงความเสี่ยงในอนาคตที่อาจจะเกิดขึ้นด้วย ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ตัวอย่าง

“หนูคบกับคนคนหนึ่งซึ่งเขามีภรรยาแล้ว แถมมีลูกอีก 2 จุดทะเลเบียนสมรสด้วยกัน แรกๆก็ไม่คิดอะไรกับเขาเพราะว่าหนูก็มีแฟนที่เขาเลี้ยงดูหนูอยู่ แล้วเขาก็มาจีบหนูโดยเข้ามาทางเพื่อนก็

คิดกับเขาเล่นๆ เหมือนกับเขาคิดเล่นๆกับหนูล่ะค่ะ แต่ความจริงแล้วมันไม่ใช่เดือนแรกดูเหมือนว่าทุกอย่างจะเป็นไปตามที่เราต้องการ เดือนที่สองเราเริ่มรู้สึกที่เรารักกัน แฟนหนูเริ่มจับได้ และในที่สุดหนูเลือกคนที่มีเจ้าของค่ะ คบกันสองคนอยู่ด้วยกัน 24 ชั่วโมงเลย เขากลับไปหาภรรยาเขาได้แค่วันเดียว จากนั้นเริ่มเป็นความผูกพันกัน แต่ก่อนคิดว่าเขาแค่มาผ่านๆ ตอนนี้เข้าเดือนที่ 4 แล้วย้ายของมาอยู่กับเขา ทำงานที่เดียวกัน กินข้าวที่เดียวกัน ไม่เคยไปไหนมาไหนคนเดียว เขาพาหนูไปหาพ่อแม่เขาด้วย พ่อแม่เขาดีกับหนูมาก แต่ที่เป็นปัญหาอยู่ตรงนี้ ภรรยาเขาจับได้ค่ะ เขามีหนู เขาก็ทะเลาะกับภรรยาเขา ภรรยาเขาก็โทรมาหาหนู ถามว่าคบกับเขานานแล้วใช้ไหม แต่หนูไม่ได้ตอบ สักพักหนึ่งเขาก็ร้องไห้ แล้วก็ถามผู้ชายคนนั้นว่า ตกลงจะเลือกใคร คุณสามีของภรรยาเขาตอบว่า ไม่เลือกใครสักคน แต่เขาเคยบอกหนูนะค่ะว่าเขาอยู่กับภรรยาไม่มีความสุข เขาต้องทนอยู่เพราะลูก แฟนเขาน่าเบื่อมาก ชีบ่น ชวนทะเลาะ กลับมาทำงานก็ชอบชวนทะเลาะ อยู่บ้านแล้วไม่มีความสุข แต่อยู่กับหนูแล้วมีความสุขกว่า เขาบอกว่าอยู่กับหนูถึงเวลาเล่นก็เล่น ถึงเวลาทำงานก็ทำ เขาบอกว่าเขาจะเลือกหนู ขอเวลาแค่สิ้นปี เขาจะจบทุกอย่าง แต่เขาขอหนูว่าเขาขอลูกไว้แล้วกัน หนูก็บอกเขาว่า แต่ยังไงหนูก็ไม่อยากให้เขาทิ้งลูกเพื่อหนูหรอก แต่มีคำหนึ่งที่หนูรู้สึกว่าแย่มากคือ ภรรยาเขามาพูดกับหนูว่า ดูสิขนาดผู้ชายเขามีเมียมีลูก เขายังไปมีหนูได้เลย และคิดเหวอว่าถ้าสามีเขามาอยู่กับหนูเขาจะไม่มีคนอื่น เขาจะจดทะเบียนหย่ากันและกัน หนูก็เลยตอบเขาไปคำหนึ่งว่าหนูรักเขา แต่มันอยู่กับผู้ชายมากกว่าว่าเขาจะเลือกใคร แต่ประโยคนี้มันทำให้เรามาติดต่อ”

ดีเจอด : ยังไงก็ตามยังย้ำอยู่ค่ะว่า ณ จุดนี้ผู้ชายคือคนที่เห็นแก่ตัวที่สุด และคนที่ทุกข์คือคนผู้หญิง สองฝั่งเท่านั้นเอง คือเราและภรรยาเขาด้วย ภรรยาเขาก็คงต้องทุกข์มาก ถ้าเรากำลังมีความสุข เรากำลังมีความสุขบนความทุกข์ของคนอื่น และเรามีความสุขจริงๆเหวอ คงต้องมีอีกหลายๆมุมที่เราต้องคิดค่ะ บางทีเรารักผู้ชายคนนี้เราก็เลยคิดในมุมเดียว เรารักเขา ทำเพื่อเขา ชื่นทும்เท เขาบอกว่าเขาไม่มีความสุขกับภรรยา เขาจะต้องเลือกฉัน จะต้องตัดสินใจ อันนี้เป็นการคิดจากมุมของตัวเองคนเดียว ซึ่งบางทีเรากำลังเห็นแก่ตัวกันอยู่ทุกฝ่ายเลย ฉะนั้นอย่าลืมนั่งใจนิดหนึ่งลองคิดถึงมุมคนอื่นดูบ้าง ลองคิดว่าถ้าวันหนึ่งเราเป็นภรรยา มีลูกอยู่ด้วยกันกับสามี แล้วมีผู้หญิงคนหนึ่งเข้ามาแบบนี้ แล้วเราจะเป็นยังไง ตอนนี้ผู้หญิงอีกคนกำลังเป็นแบบนี้อยู่ แล้วเราจะมีมีความสุขจริงๆเหวอค่ะที่แย่งเขาได้เข้ามา แต่ในขณะที่คนกลางบอกว่าฉันไม่เลือกใคร ฝั่งเราก็รอก่อนนะรอก่อน แต่เขาก็บอกแล้วว่าไม่เลือกๆ สรุปสุดท้ายแล้วมันก็เป็นความเห็นแก่ตัวของคนกลาง ถ้าเดานะคะเรื่องนี้ มันก็คงจบลงตรงไหนสักตรงหนึ่งเช่น ภรรยาเขาทนไม่ไหวเองเดินออกไปเอง ผู้ชายก็กลายเป็นว่ามาเลือกเรา อยู่กับเรา แต่ก็ไม่รู้ว่วันไหนเขาก็จะไปมีคนอื่นอีก คือเรื่องมัน

เป็นเรื่องซ้ำๆจริงๆค่ะ กับในกรณีแบบนี้ ถ้าใครก็ตามที่ยังไม่ได้เดินเข้าไปในเรื่องแบบนี้ ก็ขอแนะนำ
ว่าอย่าเลย มันไม่มีอะไรที่ดี หรือไม่มีความสุขหรอก

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

นอกจากนี้ยังมีการใช้วิธีสมมติ ซึ่งมี 2 แบบ ได้แก่ วิธีสมมติแบบที่ 1 เป็นการสมมติถึงอีก
ฝ่ายที่ทำให้เราเสียใจ สมมติว่าถ้าเขาทำแบบนี้เราจะเป็นอย่างไร ให้เขาเตือนตัวเองว่าเราจะรับกับ
ความทุกข์ได้ไหม เพื่อเป็นการให้เขาได้เตรียมตัวรับมือกับความทุกข์เหล่านั้นได้ หรือหาทางออกที่
จะทำให้ตัวเองมีความสุข

ตัวอย่าง

“เรื่องราวของคุณหนึ่งแต่งงานกับสามีมีลูกแล้ว 1 คน แต่สามีมีผู้หญิงเข้ามาวุ่นวาย
ตลอดเวลา และงานของคุณหนึ่งต้องย้ายไปทำที่ต่างจังหวัด แต่สามียังอยู่ที่เดิม ก็ทำให้เริ่มห่างกัน
และคุณหนึ่งก็ทราบข่าวว่าสามีของเธอมีผู้หญิงคนอื่น แต่สามีก็จะพูดปฏิเสธตลอด จนเมื่อคุณ
หนึ่งมารู้อีกที่ว่าผู้หญิงของเขาท้อง และเมื่อลูกคลอดออกมาแล้วประมาณ 3-4 เดือน สามีจึง
ยอมรับว่าไปอยู่กับผู้หญิงคนใหม่แล้ว คุณหนึ่งก็เริ่มตัดใจ พยายามทำงานให้หนักเพื่อที่จะได้ลืม ช่วง
ที่ลูกคุณหนึ่งปิดเทอม คุณหนึ่งก็พาลูกมาอยู่ด้วยที่ต่างจังหวัด และอยู่มาวันหนึ่งสามีก็มาหาคุณ
หนึ่งที่ต่างจังหวัดเพื่อมาเยี่ยมลูก และก็บอกกับคุณหนึ่งว่ายังรักคุณหนึ่งเสมอ เขาบอกว่าจริงๆ
แล้วเขาไม่ได้รักผู้หญิงคนนั้น เพียงแต่ว่าพลาดเลยต้องรับผิดชอบ และก็ขอเวลาคุณหนึ่งว่าเขาจะ
เคลียร์ตัวเองก่อน และอาจจะกลับมาอยู่ด้วยกันอีกครั้ง ใจจริงคุณหนึ่งก็ยังรักสามีอยู่ แต่มันย้อน
อดีตไม่ได้แล้ว และก็ไม่ว่าจะทำอย่างไรดี”

อ้อย : คุณหนึ่งลองสมมติดูใหม่คะ เราไม่ว่าอนาคตเราจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง จะรอหรือไม่
รอไม่รู้ละ แต่ถ้าคุณหนึ่งลองคิดให้ลบที่สุดก่อนเลยว่า เช่น เขาไม่มีวันกลับมาหรอก เราสามารถอยู่
ได้ไหมคะ เราดูแลลูกไหวไหม

(เทปบันทึกวันที่ 5 พฤศจิกายน 2553 ตอน เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว)

ตัวอย่าง

เรื่องราวของคุณหญิงที่แอบชอบผู้ชายคนหนึ่ง และก็สารภาพบอกรักกับผู้ชายคนนั้น แต่
กลับถูกผู้ชายปฏิเสธด้วยการที่บอกว่าเขามีคนที่ชอบแล้ว แต่ตลอดเวลาที่คุณหญิงรู้จักกับผู้ชายคน
นั้นมา 6 ปี เขาบอกกับคุณหญิงตลอดว่าไม่มีแฟน เลยทำให้คุณหญิงยังรู้สึกว่ายังมีความหวัง

ดีเจแอม : พี่อยากจะให้หญิงลองคิดสมมติดูว่าวันนี้เรายังไม่ได้เจอเขาอยู่กับแฟน แต่พอว่าวันหนึ่งที่เราไปเห็นเขาอยู่กับแฟนสวีทหวานแหววอย่างจริงจัง ใจเรามันจะเป็นอย่างไร จะไหวมั๊ย
(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

วิธีสมมติแบบที่ 2 เป็นการสมมติโดยให้คนที่ไม่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ สวมบทบาทเป็นคนหนึ่งในเรื่อง เพื่อถามความเห็นจากมุมมองของคนอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ เพราะบางครั้งคนที่มีความรู้หรืออยู่กับปัญหานั้นมักจะมีความรู้สึกจมอยู่กับปัญหานั้นและมองไม่เห็นทางออก ซึ่งมุมมองของคนอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องอาจจะให้ความเห็นที่แตกต่างและให้คำแนะนำที่ดีได้

ตัวอย่าง

คุณรินปรึกษาดีเจถามความเห็นถ้าสมมติดีเจเป็นคนอีกคนหนึ่งดีเจจะรู้สึกอย่างไร โดยเรื่องมีอยู่ว่า คุณรินกับผู้ชายคนนี้เคยเป็นแฟนกันมาก่อนแล้วก็เลิกกัน แต่ก็ยังเป็นเพื่อนกันอยู่ในกลุ่มเดียวกัน จนวันหนึ่งเขามีแฟนใหม่ ตอนที่เขาอยู่ด้วยกันก็มีความสุขดี แต่พอเขามีทุกข์ก็จะโทรมาปรึกษาคุณริน ซึ่งทุกครั้งที่เขาโทรมาคุณรินจะเจ็บทุกครั้ง เพราะถึงแม้เลิกกันแต่ก็ยังรู้สึกดีต่อกันอยู่ จนเมื่อเขาอยู่กับแฟนมีปัญหาและเขาก็เหมือนจะกลับมาหาคุณรินอีกครั้ง แฟนเขาก็ทำร้ายตัวเองด้วยการกรีดข้อมือ คุณรินเลยไม่รู้จะอธิบายกับอีกฝ่ายหนึ่งอย่างไร

“ถ้าพี่อ้อยเป็นแฟนของแฟนเก่ารินนะ พี่อ้อยรู้ว่ารินกับแฟนเก่ารักกันมาก ไม่ว่าจะฐานะจะเป็นเพื่อนแบบไหน พี่อ้อยจะยอมรับได้ใหม่ว่าคนนี้เป็นเพื่อนของแฟนเก่าพี่”

อ้อย : ยอมรับได้ค่ะ ถ้าคนกลางของพี่ แฟนของพี่ สามีของพี่ มีความยืนยันและเขาทำให้รู้สึกเชื่อใจได้จริงๆ มันไม่ได้อยู่แค่ว่าคนนี้รับบทบาทเป็นใคร แต่มันอยู่ที่ว่าคนใกล้ตัวเรา เขาสามารถที่จะทำให้เชื่อใจได้มากแค่ไหน บางคนสามารถบอกได้หมดเลยนะคะว่า เอ้ยแฟนเก่าโทรมา เขาบอกอย่างนี้ๆ หรือว่า เอ้ยไปกินข้าวกันมั๊ย แฟนเก่าเขาชวนไปกินข้าว ไปด้วยกันมั๊ย ทุกสิ่งมันสามารถทำให้คนที่เป็แฟนเชื่อใจได้ คนเรามีอดีตกันทุกคนน้องริน และถ้าเกิดรักมากจริงๆ ก็กลับไปอยู่กับแฟนเก่าสิ ไม่เห็นยากเลย จะดึงแฟนใหม่มาทำไม แต่ถ้าเกิดเขาอยู่กับแฟนใหม่ และอาจจะมีแฟนเก่ามาวนเวียนบ้าง ถ้าเขาให้เหตุผลเดียวกันว่า อ้อเขายังอยู่กลุ่มเดียวกัน ก็เป็นเรื่องเข้าใจได้ ถ้าบังเอิญผู้ชายคนนั้นเขาทำตัวให้น่าไว้วางใจ

(เทปบันทึกวันที่ 12 พฤศจิกายน ตอน รักแค่ไหนก็เป็นได้แค่เพื่อน)

มุมมองอนาคต เป็นการสมมติแบบหนึ่งซึ่งผู้ดำเนินรายการจะมีวิธีพูดให้คนที่มีความทุกข์ช่วงที่มีปัญหาความรัก ให้คิดถึงความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นในข้างหน้าว่าต่อไปอาจจะสามารถเกิดอะไรขึ้นกับเราได้บ้างมีผลอะไรกับเราบ้าง เราจะโดนกระทบด้านความรู้สึกมากน้อยแค่ไหน และเราซึ่งอยู่กับปัจจุบันจะมีวิธีจัดการกับปัญหานั้นได้อย่างไร

ตัวอย่าง

“เรื่องเศร้าของหนูที่ทำให้หมดแรงคือรักทางไกลค่ะ หนูอยู่คนละที่ ทำงานกันคนละจังหวัด มีแผนการแต่งงานกันปีหน้า หนูอดทนทำใจกับความห่างไกล ทุ่มทศความรักครั้งนี้ แต่สุดท้ายเราก็เจอแต่คำโกหก เขามีผู้หญิงคนอื่นตลอดเวลาที่คุยกันค่ะ เขาเป็นคนเจ้าชู้ ทุกคนที่ทราบเรื่องของหนู ก็บอกให้หนูตัดสินใจเอง ถ้าจะคบและแต่งงานกันต่อไป ก็คงทำใจเพราะเขาไม่หยุดเจ้าชู้แน่ หนูควรจะให้โอกาสเขาคิดใหม่ค่ะ เพราะครั้งนี้ไม่ใช่ครั้งแรกที่หนูจับได้ว่าเขามีผู้หญิงคนอื่น”

อ้อย : แพนนอกใจอาจจะไม่เจ็บเท่าสามีนอกใจ และทั้งๆที่เห็นอยู่แล้วว่าตอนเป็นแฟนกัน เขายังเป็นแบบนี้เลย โจทย์ความห่างไกลเป็นโจทย์ที่ยากอยู่แล้ว เราพยายามที่จะซื้อสัตย์ทุกอย่าง แต่เขาไม่ซื้อสัตย์ต่อเราเลย แล้วเขาจะมีคุณสมบัติข้อไหนล่ะคะ ซึ่งมันดันเป็นคุณสมบัติข้อสำคัญของการใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันด้วย มันไม่สามารถจะบอกได้ว่า พอจดทะเบียนสมรส พอสิ้นการเซ็นชื่อแล้วเขาหยุดเจ้าชู้เลย ไม่มีวันนะคะ ปอคิดให้ดีค่ะ หนูจะร้องไห้ให้แค่นี้พอ หรือจะร้องไห้แบบนี้ไปตลอดชีวิต ทั้งๆที่หนูเห็นอยู่แล้วว่า ลางสังหรณ์ จิ้งจกเนี่ย ตามกันมาตักกันทั้งหมู่บ้านแล้ว แล้วเราจะยอมอย่างนั้นจริงหรือ บางทีการให้โอกาสเขาเป็นการปิดโอกาสให้ตัวเรามีความสุขนะคะ ยังทำไม่ได้หรอก เพราะหนูรักเขามาก แต่พยายามคิดสองฝั่งให้เท่ากัน ใจเขาใจเรา ใจเรายังซื้อสัตย์เลย ใจเขาไม่ซื้อสัตย์แล้ว แล้วเราจะซื้อสัตย์ไปเพื่ออะไร

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

นอกจากจะมองหลายมุมโดยใช้แบบวิธีสมมติกับเหตุการณ์ที่ยังไม่ได้เกิดขึ้นในแบบตัวอย่างข้างต้นแล้ว ซึ่งมักจะเป็นในด้านที่ทำให้เราเห็นความทุกข์ที่มากกว่า แต่อีกรูปแบบหนึ่งคือการมองหลายมุมเพื่อปลอบใจและให้กำลังใจตัวเอง เป็นมุมมองที่ทำให้เราสบายใจ โดยจะให้มุมมองเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง แล้วผลที่เกิดขึ้นมันทำให้เราเป็นทุกข์ ก็ให้มองอีกมิติหนึ่งว่า มันอาจจะเป็นผลดีกับตัวเราเองได้เหมือนกัน

ตัวอย่าง

“เขาก็พูดถึงแฟนเก่าถึงผู้หญิงที่เขายังรออยู่ที่เขารักอยู่ ทุกวันนี้เราก็เป็นเพื่อนกันที่ค่อนข้างจะสนิทกันมาก เขารู้ว่าเขาชอบเขา เขาก็ยังมองว่าเราเป็นเพื่อนนะ แต่พอมาวันนี้เขาเริ่มพูดถึงแฟนเก่าเขาบ่อยมาก เขาพูดถึงตอนนี้แฟนเก่าเขาอยากให้เขากลับไปทำงานกับเขาด้วย จะได้อยู่ใกล้ๆกัน หนูเริ่มเศร้ามากก็ตอนที่ หนูคิดว่าเขาจะทำงานอยู่ด้วยกันกับหนูตลอดไป หรือจะอยู่ด้วยกันอย่างนี้ตลอดไป แต่พอเขาพูดมาว่าเดี๋ยววันหนึ่งเขาก็ต้องไป มันทำให้ทุกครั้งทีฟังคำพูดนี้ หนูเสียใจมาก ตอนนี้อนุก็พยายามทำใจอย่างที่สุดเลยคะ เวลาถ้าเขาโทรมาคะ จากเมื่อก่อนถ้าหนูติดธุระอยู่ แล้วไม่ได้รับเบอร์เขา หนูก็จะรีบโทรกลับทันที แต่ช่วงหลังๆนี้ หนูเห็นเขาโทรมา ถ้าหนูไม่สะดวกที่จะรับสาย หนูก็จะปล่อยให้ผ่านไปสักชั่วโมงก่อนแล้วค่อยโทรกลับ คือพยายามทำใจให้เขาลำคัญกับหนูน้อยลง”

ดีเจอด : กรรมวิธีการทำใจของแต่ละคนไม่เหมือนกันคะ ต้องหาวิธีที่ดีที่สุดสำหรับตัวเรา มันมีสองมุมเสมอ สมมติบอกว่า เขายังอยู่กับเราตรงนี้ แต่ขณะเดียวกันที่อยู่ คือเขาก็ต้องเป็นแฟนกับคนอื่น มีคนอื่น ถ้ามองในมุมหนึ่งอย่างน้อยก็ยังคงดีกัน แต่ถ้ามองอีกมุมหนึ่ง อืมไปซะได้ก็ดีนะ จะได้หลุดพ้นเร็วขึ้น หรือ สบายใจเร็วขึ้น ลองมองดูสองทางดู อย่าคิดแต่ว่า เขาไปแล้วเราต้องเศร้า บางที่เขาไปแล้วเราอาจจะดีกว่านี้ตรงที่ เรามีโอกาสได้ตั้งตัว ตั้งใจ ตั้งหลัก ลงมาก็ได้นะคะ
(เทปบันทึก 24 กันยายน 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

5. ลองปฏิบัติ

การให้คำแนะนำด้วยการให้ผู้ที่ปัญหาความรักได้ลองกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จากสิ่งที่ตนไม่ได้ทำมาก่อน เป็นการสร้างเหตุการณ์ใหม่ขึ้นมา เพื่อดูผลที่เกิดขึ้นว่าเขาและเราจะเป็นอย่างไร ผู้ดำเนินรายการซึ่งเป็นบุคคลคนภายนอกที่มองปัญหาเข้ามาอาจจะเห็นภาพและทางออกที่ชัดเจนกว่า จึงสร้างทางเลือกอีกทางหนึ่งเพื่อให้เขาได้ลองปฏิบัติ

ตัวอย่าง

“ปัญหาของผมคือรักผู้หญิงคนหนึ่งสมมติว่าเขาชื่อ เอ ก็แล้วกัน คบกันแบบรักกันมาก คบกันแบบเปิดใจทุกเรื่อง รวมทั้งเรื่องแฟนเก่า เขาเคยบอกให้ฟังว่า เขาเคยคบกับคนคนหนึ่งสมมติว่าชื่อ บี แล้วกัน ตอนนั้นเขาบอกว่าเขารักกัน แต่เอบอกผมว่าเขาโดนทำร้ายจากคนชื่อ บี เป็นประจำทุกที แต่ทนเพราะรัก อยู่ๆนาย บี เขาขอมืออะไรด้วย แต่เอไม่ยอม นาย บี ไม่พอใจ บี ก็ลงมือทุบตี และ บี ก็หนีไปอยู่ต่างประเทศ จากนั้นก็เงียบหายไปสองปี หลังจากที่ บี หายไป เอ ก็ได้มารู้จักกับผม เรา รักกันมาก คือแบบว่าผมยอมทำเพื่อเอทุกอย่าง ตอนที่รักกันดี มีวันหนึ่งเอก็โทรมาร้องให้ บอกว่า

แม่จะบังคับให้แต่งงานกับคนชื่อปี ซึ่งเอกกลัวมาก เพราะว่าเขาเคยโดนทำร้ายทุบตีมาแล้ว แม่บอกว่าที่ปีหายไป ปีติดต่อกับแม่ตลอด โดยที่เอไม่รู้เรื่อง คือต่อหน้าแม่ของเอ เขาจะเป็นคนดีมากๆ คือใครเห็นก็อยากได้เป็นลูกเขยแหละ แต่พอลับหลังเหมือนคนละคน แม่ก็เลยบังคับให้แต่งงานกับผู้ชายคนนั้น ซึ่งเอก็ร้องไห้ทุกวัน และก็เล่าเรื่องทุกอย่างให้แม่ฟัง แต่แม่ไม่เชื่อ จนเอคิดฆ่าตัวตายหลายครั้งแต่ทำไม่ได้ ผมพยายามส่งข้อความหาเขาถี่มาก พยายามจะดึงให้เขามีสติให้ได้ เขาไม่ยอมรับโทรศัพท์ แต่เรื่องมันไม่เลวร้ายแค่นี้ พ่อคนที่ชื่อปี รู้ว่าเรากำลังคบกัน คุณปีก็โทรมาขู่่าสารพัดจะขู่ จำได้อย่างหนึ่งคือเขาขู่กับเอเลยว่า ถ้าไม่ยอมแต่งงานกับเขา เขาจะจับไปนั่งยาง หรือให้ใครต่อมิใครข่มขืน เขาเลวขนาดนั้นเลยครับ เพราะว่าเขามีเงินทำได้ กำหนดวันแต่งงานเกิดขึ้นในวันเกิดของเอ คือเดือนธันวาคมนี้ เอบอกว่าเอจะหนี ไม่ยอมแต่ง แต่เรื่องมันก็เกิดขึ้นอีกเป็นเรื่องที่เลวร้ายที่สุด ช่วงปลายเดือนตุลาคม แม่ของเอเรียกเอลงมาจากห้อง แล้วเอก็ต้องแทบสติแตก เพราะคนที่นั่งอยู่กับแม่คือปี เอเลยวิ่งหนีขึ้นไปบนห้อง ล็อคห้อง แม่วิ่งขึ้นไปเรียก และก็ต่อว่าลูกสาวเพื่อจะให้ออกมาเจอกับปี แต่ปรากฏว่าเอก็ไม่ยอม เรื่องมันก็เลยเกิดขึ้น แม่เอากุญแจห้องมาเปิดห้องของเอ เพื่อให้ปีเข้าไป แล้วแม่ก็เดินลงมาไปคุยกับเพื่อนแม่อย่างมีความสุข แม่ได้ของฝากเป็นแหวนทอง โดยที่ไม่รู้เลยว่า เอถูกบังคับขึ้นใจโดยนายปี พร้อมตบตี ทั้งขู่ว่า ถ้าไม่ยอมจะเอาตายแน่ เอโดนข่มขืนใจในห้องตัวเองโดยที่แม่เป็นคนเปิดประตูห้องให้ มันเกินกว่าที่ผู้หญิงคนหนึ่งจะรับได้ แต่หลังจากที่นายปีกลับไป เอโทรมาเล่าเรื่องทุกอย่างให้ผมฟัง เขาอยากตาย เขารับไม่ได้ แต่ผมพูดกับเขาว่าผมรับได้ ที่ผมรับได้ ผมไม่ได้รังเกียจเขาครับ ผมรู้สึกว่าเขาไม่ได้เป็นคนผิด แต่เป็นฝ่ายถูกทำร้าย เอไม่เต็มใจ อีกอย่างคุณค่าของผู้หญิงที่ผมรักมันไม่ได้อยู่ที่ตรงนั้น มันเอาไปทุกอย่างครับ ในที่สุดแล้วมันก็ไม่จบ วันหนึ่งเอพาแม่ไปทำงานต่างจังหวัด แม่ก็ดันพาปีไปด้วย ซึ่งในที่สุดก็เกิดเหตุการณ์แบบนั้นอีกตลอดมา ตอนนั้นผมไม่รู้จะทำยังไงดีครับ เราไม่ได้อยู่ด้วยกัน แต่ผมทรมานใจที่เห็นคนที่ผมรักถูกรุณานขนาดนี้ อาจฟังดูเหมือนละครน้ำเน่า ผมขอสาบานว่าเรื่องทั้งหมดนี้เป็นเรื่องจริง ผมไม่เคยคิดว่าจะเกิดเรื่องแบบนี้กับตัวเอง พี่ๆช่วยให้คำแนะนำที่ครับ บางทีผมเหมือนคนหมดทางไป กลัวน้องเขาจะหนีไม่พ้นด้วยซ้ำ”

ดีเจออก : คือเราก็เป็นคนอื่นอะคะ เอาเข้าจริงๆแล้ว ไม่สามารถจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับเรื่องราวในครอบครัวได้ ก็คงได้แต่ช่วยอยู่ห่างๆ แต่ยังไงก็ตามแต่ มันก็คงต้องพูดกันว่าจะเอาอย่างไร ต้องพยายามที่จะให้คุณแม่เห็นให้ได้ ถึงความเลวร้ายของคนๆนี้ ด้วยวิธีใดๆก็ตามก็ได้ อาจจะต้องมีกุศโลบายบ้างนิดหน่อย เอาจังหวะที่เขาทำอะไรเรานี่แหละ ให้คุณแม่เห็นด้วย สมัยนี้เทคโนโลยีเยอะ ทุกสิ่งอย่าง

ดีเจ้อย : และมันมีการขอความช่วยเหลือได้อีกมหาศาล ไม่ว่าจะเป็นคนทำงาน แต่จริงๆอยากให้เป็นคนในครอบครัวก่อน ถ้าเราเป็นแฟนกันจริงๆลองคุยกับน้องเอดิๆว่า เอตั้งสติก่อนนะ เรากำลังช่วยกันอยู่ เพียงแต่อย่าฟูมฟาย อะอะจะฆ่าตัวตายอย่างเดียว เพราะในที่สุดแล้วก่อนจะถึงวันนั้นเราต้องทำอะไรเพื่อให้ตัวเองรอดบ้างเหมือนกัน

ดีเจอด : คือถ้าจะให้แนะนำ ก็ต้องบอกว่า ทำยังไงก็ได้คะ ที่จะเปิดโปงความเลวร้ายของผู้ชายคนนี้ให้คนอื่น ใครก็ได้คะคนอื่นรู้ แล้วก็ช่วยพูดกับคุณแม่ให้ได้

ดีเจอด : เพราะในที่สุดคนเป็นแม่คะ ยังไงก็อยากเห็นคนเป็นลูกมีความสุขนะ แต่ในกรณีแบบนี้ เลยรู้สึกที่เราฟังจากคนอื่นนอกบ้าน เราเลยไม่รู้ว่ามีรายละเอียดอะไรอีกไหม ภายใน แต่เชื่อเถอะ ตั้งสติ และปัจจุบันนี้การสื่อสาร มันทำได้ง่ายกว่าการที่ยกหูขึ้นมาพูดกันเฉยๆ มันมีภาพประกอบ มันสามารถทำได้ทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าเราอยากจะทำและอยากจะทำนี่จากตรงนั้นได้จริงๆ

(เทปบันทึกวันที่ 5 พฤศจิกายน 2553 ตอน เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว)

กรณีตัวอย่างข้างต้น ผู้ดำเนินรายการแนะนำทางเลือกหนึ่งในการหาทางออกของปัญหานี้คือ ให้ลองถ่ายเป็นคลิปวิดีโอในขณะที่ถูกทำร้าย หรือหลักฐานอะไรก็ตามที่ชัดเจน เพื่อไปอ้างอิงในการพิสูจน์ว่าตัวเองถูกกระทำอย่างไรบ้างให้กับแม่ของเขาได้รับทราบและเชื่อถือในตัวลูกขึ้นมา

ตัวอย่าง

“หนูเป็นคนที่มีชีวิตเรียบง่ายมาตลอด ตั้งแต่สมัยเรียนก็ไม่ได้ถือว่ายี่สิบแต่ก็ไม่ได้แยหรือว่าปานกลาง คุณพ่อรับราชการเป็นทหาร จึงค่อนข้างพูดน้อยแต่ว่าหน้าดูเลยไม่ต้องใช้คำพูดจริงๆแล้วเขาไม่ได้ดุแต่เราเกรงใจทำให้ไม่กล้าออกนอกกลุ่มนอกรทาง เป็นคนที่ถือว่ายี่สิบหน้าตาพอใช้ได้ ประสบการณ์เกี่ยวกับความรักก็ไม่ได้มีมากนักเพราะว่าเราไม่ได้สนใจเรื่องนี้มากนัก มีแฟนบ้างแต่ว่าเดียวเดียวก็เลิกกันเพราะเรารู้สึกเบื่อเขาก็เลยเลิกกันไป ชีวิตในมหาวิทยาลัยก็ถือว่ายี่สิบเป็นคนดังพอสมควร เพราะเราเป็นคนมั่นใจในตัวเองมาก เพราะไม่ชอบเข้ากลุ่มกับใคร เดินคนเดียว กินข้าวคนเดียว ประมาณว่าฉันไม่สนใจใคร อยากทำอะไรก็ทำ เรียนก็ระดับปานกลางเหมือนเดิมคะ เพิ่งมีแฟนตอนอยู่มหาลัยปี 2 ก็ไม่ได้จริงจังอะไรเป็นเพื่อนกันมาก่อน ก็ลองๆคบกันมาดู ชีวิตการทำงาน สมัยงานที่ไหนก็ได้ เรามีสิทธิ์เลือกด้วยบุคลิกของเราด้วยมั้งคะ ที่ทำให้เราได้โอกาสและก้าวหน้าในชีวิตการทำงานมากกว่าเพื่อนคนอื่น เป็นหัวหน้างานตั้งแต่อายุ 26 ปี เงินเดือนมากกว่า

คนอื่นในวัยเดียวกันและสายอาชีพเดียวกัน พี่อ้อยพี่ฉอดคะ ดูเหมือนว่าชีวิตของหนูจะราบรื่นมีความสุข สามารถทำให้พ่อแม่ภูมิใจ แต่มันเริ่มตั้งแต่เมื่อไหร่ไม่ทราบหนูเริ่มรู้สึกมีความสุขในชีวิตโดยไม่มีสาเหตุ ไม่อยากไปทำงาน จากคนที่เคยมั่นใจในตัวเองสูง กลายเป็นคนที่ขาดความมั่นใจในตัวเองชนิดที่จากหน้ามือเป็นหลังมือ ไม่กล้าทำอะไรคนเดียว พยายามสมัครงานใหม่ เพราะคิดว่างานที่ทำอยู่อาจทำให้เราไม่มีความสุข แต่ก็ไม่ใช่ค่ะ เพราะว่าไม่ว่าสมัครงานที่ที่ก็ลาออกทุกทีในเวลา 6 เดือนหนูเข้าๆออกๆงานทั้งหมดประมาณ 8 ที่ หนูก็ไม่รู้ว่าเพราะอะไรทำให้หนูรู้สึกหดหู่เป็นทุกข์ในชีวิต จนขนาดที่คิดว่าชีวิตถ้าไม่มีความสุขนักก็อย่ามีชีวิตมันอยู่เลยจะดีกว่า แต่ขอบอกนะคะว่าหนูเป็นคนรักตัวเอง ก็เลยทำไม่ลง เสียตายชีวิต แต่ก็รู้สึกไม่มีความสุขแม้สักวินาที แฟนหนูก็ไม่เข้าใจ ถามว่าเป็นอะไร เราก็ตอบไม่ได้บอกว่าไม่รู้ หนูไม่อยากไปทำงาน เขาก็บอกว่าหนูชี้แจง แต่หนูก็บอกว่า เปล่า หนูไม่ได้ชี้แจง แม่ก็แนะนำว่าให้หนูไปหาจิตแพทย์ ทราบว่าหนูเป็นโรคซึมเศร้า เอายามาทาน แต่ก็ไม่ได้ทำให้หนูรู้สึกดีขึ้น รู้สึกว่าชีวิตทำไมมันยากลำบากนัก หรือว่าหนูเหนื่อย หนูลืมบอกไปว่าตอนนี้หนูอยู่กับแฟน ยังไม่ได้แต่งงาน มีแผนว่าจะแต่งงานปีหน้า ยิ่งใกล้วันแต่งงานหนูก็ไม่แน่ใจว่า หนูจะมีความสุขกับชีวิตคู่ที่กำลังจะเกิดขึ้นหรือเปล่า หนูกลัว กลัวว่าต้องหาเงินส่วนใหญ่แล้วต้องมาจ่ายด้วยกัน เพราะแฟนหนูทำงานมาได้เงินน้อยกว่า ค่าใช้จ่ายส่วนใหญ่หนูจึงต้องรับผิดชอบ หนูเหนื่อย จนบางครั้งหนูไม่อยากถามว่าวันนี้ต้องจ่ายค่าอะไรบ้าง อยากให้มันผ่านไปโดยมีเขาแก้ปัญหาเอง แต่ก็ทำไม่ได้ ไม่มีใครคอยช่วยเหลือ เหมือนอยู่ตัวคนเดียว ทั้งที่เมื่อก่อนหนูก็อยู่ตัวคนเดียวมาตลอด อยู่คนเดียวไม่ได้หมายความว่าไม่มีใครอยากคบ หรือว่าไม่มีมนุษยสัมพันธ์ หนูมี แต่หนูเป็นคนตรง ไม่ชอบเสแสร้ง ถ้าไม่จำเป็น หนูอยากหาสาเหตุของความเศร้านี้ เพราะว่าหนูเป็นโรคซึมเศร้า หรือว่าเป็นเพราะอะไรกัน เพราะว่าทานยาก็ไม่ได้ช่วยอะไรเลย”

ดีเจฉอด : หนูเป็นคนที่อยู่กับตัวเองมากเกินไปหรือเปล่า คือใช้ชีวิตอยู่กับตัวเองมากเกินไป คิดแต่เรื่องตัวเอง เห็นแต่เรื่องตัวเอง การที่ไม่มีเพื่อน หรือเพื่อนน้อย หรือไม่มีสังคม มันจะทำให้หมกมุ่นครุ่นคิดอยู่กับเรื่องของตัวเอง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งนะคะ ที่ถ้าหากเราคิดไม่เป็น เรา จะคิดแต่ในมุมที่มันยิ่งแย่ บางทีมีแฟน แฟนก็ดีแล้วนะคะ อาจจะติดเรื่องนี้เรื่องเดียว แต่เรื่องอื่นเขาดีหมดเลย แต่เราก็ไปจับประเด็นที่เราไม่ดีนี่แหละ เราก็เลยบอกว่ามันเป็นทุกข์ การที่เราได้รับรู้เรื่องราวของคนอื่น มันทำให้เราได้รับรู้ว่า โลกนี้มันมี 2 ด้านทุกคน ในทุกๆที่ที่เราอยู่ กับแฟนเรากับคนที่ร่วมงาน กับเพื่อน กับทุกอย่าง มันมีทั้งมุมดีและมุมไม่ดี และพูดประโยคนี้บ่อยมาก ใช้ชีวิตอย่างเป็นธรรมชาติ คือยอมรับทั้งข้อดีของมัน และข้อไม่ดีของมัน และใช้ชีวิตอยู่ให้ได้อย่างมีความสุข แต่เป็นเพราะว่าน้องใช้ชีวิตมุมเดียว ใช้ชีวิตในมุมของตัวเอง ไม่อยากเจอใคร ฉันทไม่อยาก

เสแสร้ง อยู่กับแฟนฉันก็ไม่ชอบ มันอยู่กับตัวเอง มุมตัวเองคนเดียว จนมันไม่รู้ว่า โลกนี้มันเป็นอย่างนี้ คนอื่นเขาเป็นยังไง ถ้าจะให้แนะนำพี่ว่า อยากให้ห้องเปิดโลกของตัวเองให้กว้างขึ้น และถ้าเป็นไปได้นะคะ ลองไปสัมผัสชีวิตของคนที่เขาแยกๆ อย่างใครที่ไปดู กรีนคอนเสิร์ตมา จะเห็นชีวิตของผู้หญิง 6 คนซึ่ง สุดๆ แต่เขาก็อยู่ในโลกนี้อย่างมีความสุข และยังอยู่ได้ บางทีการที่เราได้เห็นสิ่งเหล่านี้ อาจจะทำให้เรามองเห็นโลกในสิ่งที่แตกต่างกว่าที่เป็นอยู่ในทุกวันนี้ก็เป็นได้ เราอาจจะรู้สึกได้ว่า ชีวิตเขาเป็นแบบนี้ ชีวิตเราประเสริฐกว่าเขามากมาย เท่าที่ฟังดูเหมือนทุกอย่างดูดีไปหมด แต่เพราะว่าเหมือนเราอยู่กับชีวิตของตัวเอง เราไม่มีการเปรียบเทียบกับใคร ถ้าเป็นไปได้ ลองเข้าไปหาโอกาส หาจังหวะในการที่จะเข้าไปดูผู้คนที่เขาแยกกว่าเราจะคะ เช่น ไปบ้านครูตี๋ บ้านโฮมฮัก ไปดูเด็กๆที่ยังเกิดไม่ทันไรก็ติดเชื้อ HIV แล้ว ไปดูครูตี๋ซึ่งเหนื่อยยากในการเลี้ยงเด็กแล้วก็ต้องเป็นโรคร้ายที่ตัวเองก็ไม่รู้ว่าชีวิตอยู่ได้กี่วัน ไปดูคนอื่นบ้าง บางทีวิธีคิดเราจะเปลี่ยนไป แล้วจะทำให้เราเกิดมุมมองสงสารคนอื่น อยากช่วยคนอื่น คิดถึงตัวเองน้อยลง สงสารตัวเองน้อยลง เราจะมีชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างมีความสุขมากขึ้นได้

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

กรณีตัวอย่างข้างต้นผู้ดำเนินรายการแนะนำให้ผู้เล่าไปเปิดหาประสบการณ์จากสังคมภายนอกให้มากขึ้น ไปเห็นชีวิตของผู้ที่ด้อยกว่าตนเอง การรู้ชีวิตของคนอื่นๆ เพื่อจะได้มีวิธีคิดใหม่ๆ บ้างที่ไม่ใช่แค่จมปรักกับความคิดของตัวเองฝ่ายเดียว ซึ่งเป็นสาเหตุของปัญหาที่เป็นทุกวันนี้

ตัวอย่าง

“เป็นเวลา 2 ปี ที่ผมกับเขาได้คุยกัน ทุกวัน นัดเจอกันบ้าง ไปดูหนังกันตามประสา ตอนเดินไปดูหนัง หรือเดินไปไหนมาไหนด้วยกัน ก็จะไปเดินใกล้ชิดกัน มือก็เหมือนจะจับกันนิดหนึ่ง แต่ก็ได้จับจริงๆ ด้วยความที่เราทำให้เกียรติเขา เขาเป็นผู้หญิง เรื่องมันเกิดขึ้นช่วงหลังๆนี้ครับ คือเราโทรไปเขามักจะบอกว่า ไม่ว่าง บ่อยๆ แล้วคือวันศุกร์ผมกับเพื่อนนัดกัน เพื่อนๆผมเขาก็อยากจะรู้ว่าแฟนผมเป็นยังไงเพราะปกติผมไม่ได้บอก ตลอดเวลา 2 ปีที่ผ่านมา เราตกลงเป็นแฟนกัน แรกๆมันก็ดีครับพี่ แต่ช่วงหลังๆเหมือนต่างคนต่างมีภาระ และกัด้วยความเป็นผู้ใหญ่ก็คุยกันด้วยเหตุผล เราไม่ได้ทะเลาะกันนะครับ ผมก็เลยขอให้เขาลาได้ไหม วันนี้จะไปกับเพื่อน แล้วแม่ที่ต่างจังหวัดก็โทรมาบอกว่ายายไม่สบายนะ เดียวกลับมาดูยายหน่อย เผื่อว่ายายจะสิ้นบุญ ผมก็นัดกับเขาว่าตัวเองเลิกงานเสร็จเดี๋ยวเรามาเจอกันนะวันศุกร์ เดียวผมจะรีบกลับมาเลย ผมก็กลับบ้านตั้งแต่วันจันทร์ครับ เพิ่งกลับมากรุงเทพฯก็วันศุกร์ ช่วงที่ผมกลับบ้าน ผมก็โทรหาเขาตั้งแต่วันจันทร์ เขาก็ไม่รับสาย เขาไม่ว่างหรือเปล่า วันอังคารเขาก็ไม่โทรกลับมา วันพุธก็ไม่โทรกลับ วัน

พฤษภมก็โทรไปเป็นร้อยสายเลยนะ เขาก็ไม่รับ จนวันศุกร์วันนี้ผมโทรไปเขาก็ไม่รับสาย ผมก็เลยคิดว่ามันคงเป็นสัญญาณละ ผมต้องขอบคุณพี่อ้อยนะครับ คือผมมีหนังสือเล่มหนึ่งของพี่อ้อยอยู่ คือ เหนื่อยใจแต่ไหวอยู่ มันมีประโยคหนึ่งที่ผมอ่านแล้วผมจำติดใจอยู่ตลอดว่า อึดอัดกับอบอุนมันห่างกันแค่นิดเดียว บางทีผมก็คิดได้นะพี่ คือมันคิดได้ระยะเวลาหนึ่ง แต่พอผมเห็นโทรศัพท์มันก็อยากที่จะโทรหาเขาตลอด ผมก็ให้เพื่อนผู้หญิงผมคนหนึ่งโทรไป เพื่อนผมก็โกหกผมว่าเมื่อไหร่ที่เขารับสาย บอกว่ากำลังอาบน้ำอยู่ ผมก็เลยโทรกลับไปอีกรอบหนึ่ง ผมก็ใช้หรอ เขาก็บอกว่า ที่เขาบอกไปแบบนี้ เพราะรู้ว่าเวลาที่ผมเป็นห่วงใครแบบนี้ ผมจะเป็นคนที่ต้องเอาให้ได้ เขาบอกว่าเขาเข้าใจนะ เหมือนว่าอยากที่ผมสบายใจขึ้น”

อ้อย : คือพี่แค่อยากรู้ว่าถ้าเป็นคนอื่นโทรไปเขาจะรับไหมเท่านั้นเอง เพื่อนอย่าเพิ่งมาให้คิดกันตอนนี้ คือเข้าใจเพื่อน เพื่อนจะรักฉันก็เดี๋ยวก่อน แค่อยากรู้ว่าเขาแค่ไม่อยากจะคุยกับเรา หรือจริงๆ แล้วเขามีปัญหาอะไรหรือเปล่าเท่านั้นเอง เพราะฉะนั้นตอนนี้ถ้ายังไม่เจออะไรมันก็ดูเหมือนกับเราตีโพยตีพายไปหน่อยนะ คือถ้าเขาอาจจะต้องมีเหตุการณ์ใดที่ด่วนจริงๆ เราจะได้รู้สึกว่าเขาให้โอกาสเขาด้วย เพื่อนจะห่วงฉันเข้าใจ แต่ให้เพื่อนลองโทรไปก่อน ถ้าเกิดเขาไม่รับสาย ก็เป็นเรื่องที่น่าสงสัยอยู่ว่าเอ๊ะเขามีเหตุการณ์อะไรที่มันทำให้เขาต้องเจอเรื่องอะไรหรือเปล่าที่เขายังไม่พร้อมจะรับสาย แต่ถ้าบังเอิญเพื่อนโทรไปแล้วเขารับ ค่อยถอยออกมา แล้วจะรู้ว่าที่แท้จริงเธอไม่อยากจะคุยกับฉัน ไม่ใช่เธอมีเหตุการณ์อันตรายเป็นไฉนเท่านั้นเองค่ะ ฝังรัก ฝังโหมค่ะ แต่เพียงแต่ที่ว่าถ้าไม่ชอบแบบนี้ ก็คุยกันสิ อย่าใช้วิธีการอยู่ๆ ก็กดสตอปไปละ มันดูเหมือนค้างเติ่งอยู่บนหอคอย และก็ไม่ว่าจะคอยอะไรด้วยนะค่ะ เพราะฉะนั้นไม่ลองดูก่อน ก็ใช้เบอร์เพื่อนหลายๆ คนโทรไป ถ้าเกิดว่าเขารับอยู่ก็ อ้อบอกกันตรงๆ สิว่าไม่ยอมรับสายให้เราหวังได้ตั้งนานก็เท่านั้นเอง แต่อีกอันหนึ่งนะค่ะพี่อ้อยเตือนกับหลายๆ คน ไม่ว่าจะมิสคอล 1 2 หรือ 100 ถ้าเขาจะไม่โทรกลับ เขาก็จะไม่โทรกลับ แต่ถ้าเรารู้สึกว่ากระหน่ำดีกว่า บางทีอีกฝ่ายหนึ่งหงุดหงิดนะค่ะ ถ้าเกิดเขาไม่พร้อมจะรับสายแต่มีมิสคอลเป็นร้อยอะ พี่ว่ามันดูเหนื่อยไปหน่อย คือมิสคอลเดียว หรือสองมิสคอล เขารู้ว่าเขาควรโทรกลับ ต่อให้กระหน่ำเป็นร้อยมิสคอลก็ใช้ว่าเขาจะโทรกลับเพราะร้อยมิสคอลนั้น ไม่ใช่เลย อาจจะยิ่งทำให้เขาหงุดหงิดก็ได้นะ

(เทปบันทึกวันที่ 19 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักใกล้หมดอายุ)

กรณีตัวอย่างข้างต้น ผู้ดำเนินรายการแนะนำให้ผู้เล่าลองปฏิบัติโดยการ ใช้เบอร์โทรศัพท์ของเพื่อนลองโทรไปหาเขาดูบ้างว่าเขาจะมีปฏิกิริยาอย่างไร เพื่อที่ผู้เล่าจะได้รู้ตัวเองว่าสาเหตุที่แท้จริงของปัญหานี้คืออะไร และควรจะต้องทำอย่างไรในการหาทางออกของปัญหานี้

6. การยกตัวอย่าง

เป็นการอธิบายโดยยกตัวอย่างของอีกเหตุการณ์หนึ่งของคนอื่นๆ ที่คล้ายๆกับกรณีของผู้เล่าที่ประสบปัญหา เพื่อเปรียบเทียบและช่วยเป็นกำลังใจได้ว่า ยังมีคนอื่นๆอีกหลายคนที่ยังเป็นปัญหาเหมือนกันกับเขา เขาจะได้รู้สึกว่าเป็นเรื่องใหญ่จนเกินไปไม่ได้ แต่การยกตัวอย่างโดยอ้างคนอื่น หรืออ้างคนส่วนใหญ่ที่เขาก็คือเป็นแบบนี้ หรือแย่กว่านี้ จะช่วยสร้างกำลังใจให้ผู้เล่าสู้ชีวิตต่อไป และให้เขาคิดว่าคนอื่นเขาผ่านมาได้ด้วยตัวเองก็ต้องสามารถแก้ปัญหาของตัวเองได้เช่นเดียวกัน และมักจะยกตัวอย่างโดยการอ้างอิงคนส่วนใหญ่เพื่ออธิบายการกระทำของฝ่ายตรงข้าม ให้อีกฝ่ายหนึ่งเข้าใจถึงความแตกต่าง เมื่อเขาเข้าใจแล้วเขาก็จะหลุดพ้นจากปัญหาได้

ตัวอย่าง

“ความรักของหนูเหมือนต้นไม้คะพี่ ต้นไม้ที่ได้รับแค่น้ำ แต่แสงแดดกับน้ำไม่เพียงพอ ต้นไม้เล็กๆพวกนี้เริ่มหมดแรงที่จะเจริญเติบโต กลัวเหลือเกินว่าวันหนึ่งจะเฉาตายในที่สุด หนูได้รับการดูแลเป็นอย่างดีทางด้านร่างกาย เหมือนได้รับปุ๋ย ปุ๋ยที่ต้องซื้อหามา แต่เรื่องของความรู้สึกจิตใจ หนูได้รับไม่เคยเพียงพอ แสงแดดของความอบอุ่น น้ำหล่อเลี้ยงหัวใจให้ชุ่มชื้น ในความคิด หนูรักต้องมีทั้งหัวใจและใส่ใจ หัวใจด้านร่างกาย ใส่ใจด้านความรู้สึก ถ้าหากขาดอย่างหนึ่งอย่างใดไป ความรักมันไม่สมบูรณ์ แฟนหนูดูแลในด้านอื่นเป็นอย่างดีคะ แต่เรื่องของความรู้สึกในใจได้รับน้อยมาก ด้วยเหตุผลที่ว่า งานยุ่ง เหนื่อย ไม่มีเวลา คนที่เป็นแฟนกันคุยกันแค่ตอนเข้านอน บางวันคุยกันไม่ถึง 5 นาทีด้วยซ้ำ เข้าใจเขานะคะพี่ เขางานยุ่ง ก็ไม่อยากจะไปรบกวนเวลาเขา แต่อย่างน้อยในความคิดหนู คุยกันแค่ คำสองคำ โทรมาระหว่างวันบ้าง ดีกว่าคุยตอนก่อนนอน ซึ่งคุยได้แบบเดียว โทรมาบอกว่า กินข้าวยัง คิดถึงบ้าง บอกรักนิดหน่อย หนูก็ชื่นใจแล้ว แม้กระทั่งข้อความสั้นๆส่งมาหนูก็ดีใจแล้วนะคะ เคยคุยกันเรื่องนี้แต่ก็ได้รับเหตุผลเดิมๆว่า ก็เขาเหนื่อยอะ หนูเองไม่รู้ว่าจะทำยังไงเหมือนกัน เวลาเป็นแบบนี้หนูก็เศร้าแต่ก็อดทนมาตลอด ท่องมา 2 อ. เสมอ อดทน และ อดภัย อาทิตย์นี้เป็นอีกอาทิตย์ที่หนูรู้สึกหมดแรง อยากจะหยุดความรักเพราะใจมันล้าจริงๆ ของบางอย่างใครหลายๆคนอาจชื่นชมบอกว่าดี แต่บางทีของบางอย่างอาจไม่เหมาะกับเราก็ได้”

ดีเจอ้อย : ต้องค่อยๆเช็คค่ะว่า ตกลงเวลาน้อยหรือไม่ค่อยรัก ซึ่งมันแปลกนะคะใน Club Friday หลายครั้งจะมีประเภทที่แบบสามารถบริหารความรักได้แบบมีแฟน 2 คน 3 คน ในเวลาเดียวกัน โดยที่แต่ละคนไม่เคยมีอะไรให้สงสัยเลย ก็เลยคิดว่าเอาเวลาตรงไหน ซึ่งสามารถวิ่งไปหา

คนนี้ รับคนนี้ ส่งคนนี้ ซึ่งเขาสามารถทำให้ 3 คนไม่มีความคลางแคลงใจเลย จนกระทั่งวันหนึ่ง เรื่องมันแดงขึ้นมา แต่กลับบางคนบอกว่ารักเราคนเดียว แต่ไม่มีเวลาแม้จะส่งหากัน หรือแม้บางคนอาจจะไม่มีอะไรหรอก รักเหมือนเดิมแหละ แต่ทุ่มเทให้กับการงานมาก หรือในที่สุดแล้ววันที่เราประสบความสำเร็จในการงานหลายๆ หันไปเราอาจจะไม่มีใครดีใจกับเราแล้ว เพราะเขาไม่อยู่รอดีใจกับเรา นั่นอาจจะเป็นการประสบความสำเร็จที่ดูเหงาที่สุดก็ได้

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

กรณีข้างต้น ผู้ดำเนินรายการยกตัวอย่างโดยการอ้างอิงจากคนอื่นว่า มีบางคนเขาก็ยังมีแฟน 2-3 คนได้ในเวลาเดียวกัน โดยที่แต่ละคนไม่มีความสงสัยใดเลย สามารถบริหารความรักได้ดี เป็นการยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่ตรงข้ามกับเรื่องราวของผู้เล่าเพื่อเปรียบเทียบให้ผู้เล่าเห็นว่าสถานการณ์ของตัวเองยังดีกว่าของคนอื่น และอีกตัวอย่างหนึ่งคือ บางคนบอกว่ารักเราคนเดียว แต่บริหารความรักได้ไม่ดี ซึ่งก็เป็นการยกตัวอย่างที่มีเหตุการณ์ลักษณะคล้ายๆกับเรื่องราวของผู้เล่า เพื่อให้ผู้เล่ารู้ว่าความรักแบบนี้ก็มีหลายคนที่เขาเป็นอยู่ เหล่านี้จะช่วยสร้างกำลังใจให้ผู้เล่าบรรเทาคลายความวิตกกังวลไปได้บ้าง

ตัวอย่าง

คบกับผู้ชายคนหนึ่งมาได้ 6 เดือนแล้วค่ะ เราคบกันเหมือนเพื่อนค่ะ แต่ว่าเขาก็รู้แหละค่ะว่าเราคบกับเขาเรารู้สึกยังไง เพราะว่าหนูก็เป็นคนที่เปิดเผยต่อความรู้สึกของตัวเองค่ะ เราก็คบกับเขาได้ช่วงประมาณ เดือนสองเดือน เราก็บอกเขาว่าเราชอบเขา แต่ว่าความรู้สึกของเรามันจูนไม่ตรงกันที่ พอเราบอกเขาแล้ว เขากลับบอกเราว่า เป็นเพื่อนกันเถอะ ฉันทัดกับแกแบบเพื่อน หนูก็งงๆนะค่ะว่าทำไมคิดแบบเพื่อนแต่การกระทำมันไม่เหมือนกับที่เขาบอกหนูมา โทรหากันทุกวัน ไหนจะทำอะไรจะต้องคอยบอกคอยรายงานตัว คือจะมีใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันบ่อยมาก คือเราต่างคนต่างทำงานด้วยกันทั้งคู่ แต่พอหลังจากเลิกงานแล้วเนี่ยเขาก็จะพยายามมีเวลาให้เราบ่อยมาก

ดีใจอ้อย : มันมีแบบนี้ด้วยนะค่ะคือ รู้สึกดีที่ได้คุยกับเราอะ แต่ไม่ได้บอกว่าจะเลิกเราเป็นแฟนนะ บางคนผู้ชายเป็นคนชี้แจงอะ ถ้ามีใครสักคนคุยด้วยแล้วรู้สึกดีจังเลย แต่ไม่ได้แปลว่าความรู้สึกดี หรือว่าความรู้สึกอบอุ่นนั้นจะเป็นอบอุ่นในแบบเดียวกับแฟนด้วยนะค่ะ มันยังหวังพื้นที่บางอย่างอยู่เหมือนกัน เพราะฉะนั้นตอนนี้อยู่เหมือนว่ามันมีความชัดเจนละ แต่เพียงแต่เราเองนั้นแหละ ที่อยากจะเลิกความคลุมเครือนี้ไว้บ้างว่า แต่เขายังโทรมานะพี

(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

กรณีข้างต้น ผู้ดำเนินรายการยกตัวอย่างโดยอ้างอิงจากผู้ชายส่วนหนึ่งว่า ผู้ชายบางคนเป็นซีเหงา และอธิบายการกระทำของผู้ชายซีเหงาว่า ถ้ามีใครสักคนคุยแล้วจะรู้สึกดี แต่ไม่ใช่ความรู้สึกที่ดีถึงขั้นเป็นแฟน เป็นการยกตัวอย่างโดยอ้างการกระทำของผู้ชายบางคนที่เขาก็มีลักษณะที่คล้ายกันกับเรื่องราวของผู้เล่า เพื่อให้ผู้เล่าเข้าใจความแตกต่างว่าผู้ชายก็มีหลายประเภท และจะเชื่อมโยงไปสู่ที่ว่าเราจะต้องยอมรับมันให้ได้ นั่นคือทางออกของปัญหา

(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

ตัวอย่าง

“ผมคบแฟนคนปัจจุบันมาเกือบครบปี เรื่องที่ทำให้เสียใจคือเรื่องแฟนเก่าของผม ผมไม่เคยโทรคุยกับแฟนเก่า ไม่เหลือแม้ความรู้สึกดีที่เคยมีให้ ที่เหลือคือความทรงจำสีจางๆเท่านั้นเอง ผมรู้ว่าผมผิดที่เก็บสิ่งของต่างๆของแฟนเก่าแต่ละคนเอาไว้ แต่เหตุผลที่ผมเก็บไว้ เพราะว่าสิ่งของเหล่านั้นมันเป็นตัวบอกว่าผมเคยผ่านความอ่อนแอมาก่อน และผมเข้มแข็งมาแล้ว มันเป็นบทเรียนเมื่อเราเจ็บปวดจากสิ่งเหล่านี้ เราต้องอยู่กับมันให้ได้สิ เราจะได้เข้มแข็งขึ้น และเวลาเห็นสิ่งของเหล่านั้นผมจะรู้สึกเจ็บใจแป๊บๆ จริงๆนะครับ แล้วผมจะกลับไปหาแฟนเก่าผมทำไม เขาทำให้ผมเสียใจ แต่เขาไม่เคยเชื่อเหตุผลเลย เชื่อแต่ว่ายังมีใจละสิ ยังรอเขาอยู่สิ เสียใจครับไม่รู้จะอธิบายยังไง ผมถามว่าผมผิดไหมที่เจอแฟนเก่ามาก่อนเจอเขา เขาเจียบ สิ่งต่างๆเหล่านั้นมันทำให้ความรู้สึกดีดีมันน้อยลงเรื่อยๆ ผมไม่อยากเลิกรักเขา แต่สิ่งที่เขาพูดเขาทำ มันทำให้ความรักที่มีให้เขามันน้อยลงๆ เสียใจจังเลยครับ”

ดีเจออก : การเก็บของแฟนเก่าไว้ทำเป็นพิพิธภัณฑน์ไว้ ผู้หญิงไม่เข้าใจคะ ผู้หญิงรู้แต่ว่าคุณเก็บของแฟนเก่าคุณไว้ ผู้หญิงเขาจะแปลตรงๆว่า คุณยังคิดถึงแฟนเก่าอยู่ ไปถามผู้หญิง 500 คนทำ Research ได้เลยคะ 499 คนคิดแบบนี้แน่นอนพี่กล้ายืนยันว่าเป็นตัวแทนของผู้หญิงได้นะคะ เพราะฉะนั้นถ้าไม่เหนือปากกว่าแรงจะเก็บมันไว้ทำไม

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

กรณีตัวอย่างข้างต้น เป็นการแสดงความคิดเห็นโดยยกตัวอย่างอ้างอิงจากผู้หญิงคนส่วนใหญ่ว่าผู้หญิงเขามีความคิดอย่างไร เพื่อให้ผู้เล่าเข้าใจความแตกต่างเรื่องเพศ และจะแก้ปัญหในเรื่องของตัวเองได้

ตัวอย่าง

“ทุกวันนี้เราก็ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน ทีนี้ในความรู้สึกน้อย หลังจากเราแต่งงานแล้ว คือทุกอย่างดูดีตลอดนะคะ แต่ว่า สิ่งที่น้อยเจาก็คือว่า เขาก็รักเราอย่างที่เขาพูดจริงๆ แต่ว่าในบางครั้ง ปัญหา ระหว่างเรามันก็มีคะ เพราะว่า น้อยกับพี่เขาเราอาจจะเข้ากันได้ทางความรู้สึกแต่ว่าสถานะทางสังคมมันต่างกันอะคะ กลัวเขาได้รับความเหนื่อยที่เรามีไม่ได้อะคะ แฟนค่อนข้างดีทุกอย่าง พูดถึงในความรู้สึกน้อยคือดีทั้งการศึกษา และหน้าที่การงาน คือแฟนน้อยเขาเป็นนายตำรวจชั้นผู้ใหญ่อะคะ ตัวน้อยเองเรียนจบป.ตรี แต่เขาก็เรียนจบสูงกว่า ฐานะทางบ้านก็เท่าๆกันนะคะ แต่ว่าตัวน้อยเลือกที่จะไม่ทำงาน เลือกที่จะทำธุรกิจกับครอบครัวคะ แล้วพอแต่งงานเราก็มาทำธุรกิจของตัวเอง ตอนทำงาน เขาก็จะมาช่วยในร้านคะ แต่แรกหนูบอกตรงๆว่าไม่ค่อยรักเท่าไร เพราะก่อนหน้านี้ หนูมีคนชอบเยอะ และหนูก็ผิดหวังจากคนที่แล้วมาด้วย แต่พอเรารู้กัน และก็แต่งงานอยู่กันมา 1 ปี หนูรู้สึกว่าหนูรักเขามากคะ หนูเลยแอบร้องไห้บ่อยๆ ถ้าเขาพูดแรงกับหนูนิดหนึ่ง หนูก็ร้องไห้ และหนูอยากจะถามพี่นิดหนึ่งว่า การใช้ชีวิตคู่นี้ มันมีบ้างไหมคะพี่ที่แบบว่าต้องมีการใช้อารมณ์กัน คือบางทีเขาซีเรียสเขาเครียดอะไรเขาจะนั่งเฉย เขาเครียดเรื่องงาน เขาเครียดเรื่องการจะก้าวไปหน้าที่การงานไรของเขาเนี่ย เขาก็จะมานั่งเครียด หนูก็จะรู้สึกว่าเขาเครียดในงานของเราหรือเปล่า และเราจะแตกต่างกันอีกอย่างหนึ่งคือ อาจจะด้วยเรื่องอายุก็ได้ เพราะว่าเราห่างกัน 12 ปี คือน้อยเป็นคนโรแมนติค อย่างวาเลนไทน์หรือวันเกิดเขา น้อยก็ซอมนุ่นซอมนี่ ให้นุ่นให้นี่ แต่พอวันเกิดน้อยเขาก็ตื่นมาตอนเที่ยงคืน ก็อวยพรเราแล้วก็ชวนไปตักบาตร แต่หลังจากนั้นก็คือ ไม่มีอะไรเลย ดูแลเราปกติ”

ดีเจอด : มีคนที่แตกต่างกันนี้อีกมากมายคะ ไม่ว่าจะ เป็น ฐานะ การศึกษา ศาสนา ก็ยังมีเลย อายุ แต่เขาก็ยังอยู่กันได้ เพราะว่ารักกัน เพราะงั้นถ้าคุณน้อยกับสามีรักกัน จบแล้ว แค่นั้น ไม่ต้องคิดถึงอย่างอื่น คนรักกันจะมีแรงพลังในการต่อสู้ฟันฝ่าทุกสิ่งทุกอย่างได้ แต่ขออย่างเดียวคะ เราต้องเป็นทีมเดียวกัน คุณน้อยต้องรู้สึกว่าคุณน้อยเป็นทีมเดียวกับสามี ไม่ใช่ว่าแยกทีมกันแล้วคิดว่าเขาจะรู้สึกยังไงกับฉัน

ดีเจอด : พี่ก็เคยอ่านหนังสือเขาบอกว่า ผู้หญิงกับผู้ชายไม่เหมือนกันนะคะน้อย เวลาผู้ชายเขาเครียดเขาชอบอยู่เนิ่งๆ คะ เขาชอบเครียดคนเดียว เขาไม่ชอบบอกใคร แต่ผู้หญิงชอบพูดคะ ชอบบ่นคะ งั้นเราจะไม่เหมือนกัน เขาบอกว่ามาจากดาวคนละดวง เพราะฉะนั้นต้องทำความเข้าใจกับเขานะคะ

(เทปบันทึกวันที่ 22 ตุลาคม 2553 ตอน ข้อความไหนที่ทำไมใจลบไม่ลง)

กรณีตัวอย่างข้างต้น ผู้ดำเนินรายการก็ยกตัวอย่างโดยอ้างคนส่วนมากเช่นกัน ว่าก็ยังมีคนส่วนมากที่มีความแตกต่างกันเขายังสามารถอยู่ได้เลย เพื่อให้เขามีกำลังใจในการใช้ชีวิตคู่ และพยายามอธิบายโดยอ้างอิงจากหนังสือถึงความแตกต่างกันระหว่างเพศ และอธิบายการกระทำของผู้ชายและผู้หญิงว่ามีลักษณะแตกต่างกันอย่างไร เพื่อให้เขาเข้าใจถึงความแตกต่างในเรื่องนี้ และจะได้ใช้ชีวิตคู่ต่อไปได้ด้วยความเข้าใจ

7. ซึ่ให้เห็นข้อบกพร่อง

การให้คำปรึกษาโดยการชี้ให้เห็นข้อบกพร่องหรือจุดอ่อนของปัญหาที่เกิดขึ้น มักจะอธิบายความรู้สึกซ้ำจากสิ่งที่ผู้เล่าได้บรรยายมา เป็นการอธิบายซ้ำจากสิ่งที่เขารู้การกระทำนั้นอยู่แล้ว เพื่อช่วยกระตุ้นให้เขาคิดได้ตระหนักว่าเขาควรจะหาทางออกด้วยวิธีใด เพราะผู้ดำเนินรายการจะไม่สามารถบอกได้ว่าจะต้องทำอะไร จะให้เกียรติผู้เล่าเป็นคนตัดสินใจเองเพราะเป็นปัญหาของตน เพียงแต่ผู้ดำเนินรายการจะเตือนสติว่าสิ่งที่เป็นอย่างนี้เป็นทุกข์แค่ไหน แล้วให้เขาหาทางออกที่พ้นทุกข์ด้วยตัวของเขาเอง

ตัวอย่าง

เรื่องเล่าของคุณอุ๊ ที่ชอบผู้ชายคนหนึ่งที่เป็นเพื่อนกัน การกระทำหลายๆอย่างของผู้ชายคนนั้นทำให้คุณอุ๊คิดว่าเขาเองก็มีใจให้คุณอุ๊บ้าง และเมื่อคุณอุ๊เริ่มรู้สึกดีกับเขา คิดกับเขามากเกินกว่าเพื่อน คุณอุ๊ก็พยายามเบรกตัวเองโดยการที่พยายามไม่โทรไปหาเขา แต่อยู่ๆวันหนึ่ง คุณอุ๊ก็โทรศัพท์ไปหาผู้ชายคนนั้น แต่กลับโดนผู้ชายคนนั้นพูดไม่ดีใส่คุณอุ๊ คุณอุ๊ก็งงกับสิ่งที่เกิดขึ้น หลังจากนั้นหนึ่งอาทิตย์ผ่านไป เขาโทรกลับมาหาคุณอุ๊และขอโทษกับสิ่งที่เกิดขึ้นโดยบอกว่าเป็นเพราะวันนั้นเขาเมาเลยพูดไม่ดีไป

“เขาบอกว่า ขอโทษด้วยวันนั้นเขาเมา อุ๊ก็บอกว่าบางครั้งมันเสียใจไปแล้ว มันก็กลับไม่ได้ นะ เขาเคยพูดกับอุ๊ว่า อุ๊เป็นคนที่เข้าใจเขามากที่สุดในทุกๆ เรื่องค่ะ อุ๊บอกว่าอุ๊เข้าใจแต่ไม่ใช่ทั้งหมด วันดีคืนดีไม่อยากคุยกับอุ๊ ก็บอกว่าอุ๊พูดจาไม่รู้เรื่อง เขาเป็นคนดีสิ อุ๊ก็เออช่างเขาเถอะ เขาเป็นคนแบบนี้แหละ วันหนึ่งอยู่ดีๆ เขาก็ไปมีแฟน ไหนๆก็ไหนๆละ อุ๊ก็เลยบอกชอบเขา มันไม่ไหวแล้วค่ะ ก็เลยอยากสารภาพกับเขา อุ๊บอกว่าอุ๊ชอบเขานะ เขาก็บอกว่า มันไม่ใช่อะอุ๊ อุ๊ก็เลยดราม่าเลยทีนี้ ร้องไห้ใส่เขา แต่เขาก็บอกว่า แต่เราก็ตึงให้อุ๊ได้เท่าเดิมนะ เป็นห่วงเท่าไรก็ยิ่งให้ได้เท่าเดิม เพียงแค่อุ๊โทรมาบอกเรา อุ๊ก็เลือกที่จะไม่โทรเหมือนเดิม เขาบอกว่า ตอนนั้นเหมือนเขาจับผู้หญิงคนหนึ่งได้ค่ะ แอ็ค อะค่ะ ต้องอยากดูแลกับใครสักคนให้มากกว่านี้ แล้วที่ผ่านมาเขาไม่ค่อย

ได้ดูแลความรักของเขาเท่าไรค่ะ แต่คนนี่เขาใส่เต็มทีเลย เขาก็บอกว่า ผู้หญิงคนนี่ที่เขาคบก็ไม่ใช่นะ มาถึงตอนนี้ก็โทรไปหาเขา เขาไม่รับค่ะ พอเวลาเข้าไปใน Facebook ทักไปเขาก็ไม่ทักตอบ ผู้คิดว่ามันจะเป็นเหมือนเดิมได้ยังไง ตอนนี้เขาไม่รับก็โทรเลยคะ”

ดีเจ้อย : แปลคำว่าดีสใหม่คะ เคยเห็นคนบางคนดีสแท้ๆ เขาก็ยังรู้ว่าเขาดูแลใคร เขารักใคร แต่ดีสเทียมๆทั้งหลายมักจะเอาคำว่าดีสมาเป็นเหตุผลในการไม่ใส่ใจเราอะ เบื่อๆ อย่าให้ดีสเป็นสาเหตุการไม่รับผิดชอบความรู้สึกกัน แค่ไม่ใส่ใจก็โทษว่าดีส ไม่ใช่คะ คือสิ่งที่ผู้โดนทำเหมือนเป็นอารมณ์เหวี่ยง เหวี่ยงยังงั้นบอกไม่ถูก เหมือนเป็นรักลูกตุ้มอีกแล้วอะ คือ วันหนึ่งก็ treat ฉันทอย่างกับเจ้าหญิง อีกวันหนึ่งก็ไม่ต้องๆถอยไปๆ แล้วก็ก็เรื่องขึ้นมาต่างๆว่าเพื่อนไม่ชอบ เพราะฉะนั้น มันเหนื่อยเหมือนกันนะคะ วิ่งไล่ตามความรู้สึกแบบนี้

(เทปบันทึกวันที่ 12 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักแค่ไหนก็เป็นได้แค่เพื่อน)

กรณีข้างต้นชี้ให้เห็นว่าข้อบกพร่องหรือจุดอ่อนของเรื่องคือ การที่คนผู้เข้าใจการกระทำของผู้ชายคนนี้ สิ่งที่เขาทำแบบนี้เพราะว่าเขาดีส แต่จริงๆแล้วผู้ดำเนินรายการพยายามอธิบายโดยชี้ให้เห็นว่าการกระทำของเขาไม่ใช่การที่เขาดีส แต่สิ่งที่เขากระทำอยู่นี้ เป็นตัวตนของเขาเอง เป็นการกระทำที่ทำให้คุณผู้เป็นทุกข์ และพยายามอธิบายโดยการเล่าเหตุการณ์ซ้ำๆเพื่อชี้ให้เห็นว่าคุณผู้ทุกข์เพราะอะไร และคุณผู้ควรจะต้องหาทางออกที่ทำอย่างไรให้ตัวเองพ้นทุกข์นี้

ตัวอย่าง

“เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรงเมื่อรู้ว่าคนที่เราคบอยู่ เขากลับไปคืนดีกับแฟนเก่าที่ทิ้งเธอไป ช่วงเวลาที่เราคบกันนี่ถือว่าเป็นช่วงเวลาที่เรามีความสุขมาก ที่ได้เจอกับผู้หญิงคนนี่ เธอกับฉัน ทำกิจกรรมด้วยกัน จนทำให้เราคิดว่าผู้หญิงคนนี่แหละที่เรารอมานาน อยู่กับเขาแล้วสบายใจจังเลย ไม่ระแวง มีความสุขได้ทุกวัน แต่คงไม่มีใครที่จะไม่ทะเลาะกัน ทุกครั้งที่มีปัญหากัน ผมเลือกที่จะไม่คุยกันตอนนั้น เพราะผมเป็นคนที่มีอารมณ์ร้อนมาก เลือกที่จะไม่โทรหาเวลาที่เรทะเลาะกัน แต่ฉันแหละที่ทำให้เขากลับไปคุยกับแฟนเก่าเขาทุกครั้งที่เราทะเลาะกัน สำหรับผมแล้วผมจะปล่อยเวลาให้ผ่านไปก่อน จนวันรุ่งเช้า ถึงจะตัดสินใจโทรหาเธอเหมือนเดิม เพราะคิดว่าต่างฝ่ายน่าจะใจเย็นลง จนมาวันหนึ่งเข้าไปอ่านข้อความที่เขาคุยกัน และได้รู้อะไรหลายๆอย่าง ทำให้รู้ว่าที่ผ่านมาเธอกุญกับเขามาตลอด หาเขา ไปกินข้าว ไปดูหนัง ทุกเวลาที่ไม่ใช่เราอยู่ด้วย อาจจะเพราะอยู่กับเราแล้วมีแต่เรื่องไม่สบายใจอยู่ด้วยมั้ง เธอจึงอยากที่จะอยู่กับคนที่อยู่ด้วยแล้วเธอสบายใจ และในที่สุดเราก็เลิกกันโดยที่ไม่ต้องพูดคำๆนั้นออกมา ทุกวันไม่มีวันไหนที่จะหยุดคิดถึงเธอ ภาพวัน

เก่าๆ ยังคงวนเวียนอยู่ในหัวเสมอ ช่วงเวลาที่เลิกกัน ได้แต่คุยกันทาง msn ไม่เคยเจอเธออีกเลย จนวันหนึ่งเธอโทรมาแล้วร้องไห้ โดยที่วันรุ่งขึ้นเธอจะต้อง present งาน ถามว่าเป็นอะไร เธอไม่ตอบ เลยบอกว่ารออยู่ที่บ้านนะ เดียวไปอยู่เป็นเพื่อน คืนนั้นเธอไม่สบาย เราก็อยู่คอยเช็ดตัวให้เธอนอนบนเตียงโดยที่ผมเองนอนกับพื้นข้างข้างเตียง จับมือเธอเอาไว้ ถึงแม้อยากให้เธอกลับมาหาเรานะ แต่ก็ไม่อยากเห็นเธอเป็นแบบนี้ หากเธอกลับไปคบกับแฟนเก่าแล้วสบายใจ ผมคงรู้สึกดีกว่านี้ ไม่อยากเห็นเธอเสียใจอย่างวันนี้อีก อยากเห็นเธอยิ้มได้เหมือนเดิม แต่เราคงคอยดูอยู่ห่างๆ ไม่อยากทำให้เธอลำบากใจมากกว่านี้ คอยอยู่เป็นเพื่อนใกล้ๆเธอ คอยคุยเวลาที่เธอไม่สบายใจ คอยให้กำลังใจเวลาที่เธอเหนื่อย แต่ไม่รู้ว่าจะมีกำลังใจที่จะยืนข้างเธอได้อีกนานแค่ไหนเหนื่อย อยากหนีไปไกลๆ แต่ทำไม่ได้สักที”

ดีเจอ้อย : ทำไมละคะ เวลาตอนที่อยู่ด้วยกัน ตอนที่เป็นคนปัจจุบัน เรากลับมีเรื่องทะเลาะกัน แต่พอตอนนี้เธอกลับไปมีคนอื่น เรากลับทำหน้าที่เป็นแฟนเก่าที่เข้าใจ มันดูเป็นจังหวะที่ไม่ลงตัวนะคะ แต่อันหนึ่งที่รู้สึกได้ แปลกมากที่คนเราทะเลาะกัน บางครั้งที่บอกว่า เขาๆก่อนอย่าเพิ่งคุยกัน แต่ไม่แน่นะคะ การที่ไม่คุยกัน ปล่อยให้มันผ่านไปก่อน มันอาจจะเป็นการแก้ปัญหาบางอย่าง หรือเป็นจังหวะที่แฟนเก่าก็คืนเป็นเพื่อน แล้วพอคุยกับใครแล้วสบายใจ ก็ดันไปหาคนนั้น แต่เชื่อว่าทุกคนจะต้องเจอเหตุการณ์เดียวเหมือนกันหมดนะคะ ถ้าบังเอิญผู้หญิงเราใจหนักแน่นพอ เราก็อาจจะเป็นคนที่ไม่ได้ไปหาแฟนเก่าอย่างขนาดนั้น แต่มันมีวัตถุติดอยู่ มันเป็นถ่านไฟ ที่มันเป็นวัตถุติดที่ติดอยู่ด้วย แต่คราวนี้พอจะเดินไปข้างหน้ามันก็จะเห็นความอึดอัด แต่แค่ตอนเป็นเพื่อน รู้สึกดีว่าเป็นแฟนแสะ พอเป็นแฟนทะเลาะกันอยู่นั่นละ พอเป็นเพื่อนบ๊ีบ อบอุ่นอ่อนโยนดูแล แต่เข้าใจลึกกว่านี้ไม่ได้เพราะเลิกกันแล้ว

ดีเจจอด : เมื่อไหร่ก็ตามที่เราเดินไปปล่อยให้ชีวิตมันมีช่องว่างระหว่างกัน แล้วก็ให้คนอื่นเข้ามาเสียบ คือเราไม่รู้หรือหาคะว่าเรากับคนอื่นใครจะดีกว่า แต่ว่าบังเอิญจังหวะที่เขามาเสียบเขาดีกว่า เพราะฉะนั้นมาถึงตรงนั้นแล้ว ทำอะไรไม่ได้ ก็ต้องปล่อยไป ได้แต่เก็บไว้เป็นบทเรียนนะคะ แต่ว่าต้องย้อนกลับไปถามเหมือนพี่อ้อยเมื่อคืนนี้ละคะว่า ตอนเป็นแฟนกันทะเลาะอะไรกันหนักหนา มีอะไรไม่เข้าใจกันหนักหนา ถึงเป็นช่องว่างให้คนอื่นเข้ามาเสียบได้นะคะ เพราะงั้นถ้ามีโอกาสแก้ปัญหาตรงนั้นให้ได้ ถ้ามีโอกาสจะกลับมาอีกสักครั้งนะคะ

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

กรณีข้างต้นชี้ให้เห็นข้อบกพร่องตรงที่ตอนที่ทะเลาะกันเขาสร้างช่องว่างระยะห่างของความสัมพันธ์ขึ้นมา จึงเป็นเหตุให้สถานการณ์เปลี่ยนไป เป็นการเตือนสติเขาว่าความผิดพลาดอยู่ตรงไหน และเป็นอุทาหรณ์หรือเป็นบทเรียนให้กับเขาต่อไปว่าเขาจะต้องระวังการกระทำของเขาต่อไปในอนาคต

ตัวอย่าง

“หนูคบกับคนคนหนึ่งซึ่งเขามีภรรยาแล้ว แถมมีลูกอีก 2 จดทะเบียนสมรสด้วยกัน แรกๆก็ไม่คิดอะไรกับเขาเพราะว่าหนูก็มีแฟนที่เขาเลี้ยงดูหนูอยู่ แล้วเขาก็มาจีบหนูโดยเข้ามาทางเพื่อนก็คิดกับเขาเล่นๆ เหมือนกับเขาคิดเล่นๆกับหนูละคะ แต่ความจริงแล้วมันไม่ใช่เดือนแรกดูเหมือนว่าทุกอย่างจะเป็นไปตามที่เราต้องการ เดือนที่สองเราเริ่มรู้สึกว่าเขารักกัน แฟนหนูเริ่มจับได้ และในที่สุดหนูเลือกคนที่ม่ีเจ้าของคะ คบกันสองคนอยู่ด้วยกัน 24 ชั่วโมงเลย เขากลับไปหาภรรยาเขาได้แค่วันเดียว จากนั้นเริ่มเป็นความผูกพันกัน แต่ก่อนคิดว่าเขาแค่มาผ่านๆ ตอนนี้เข้าเดือนที่ 4 แล้วย้ายของมาอยู่กับเขา ทำงานที่เดียวกัน กินข้าวที่เดียวกัน ไม่เคยไปไหนมาไหนคนเดียว เขาพาหนูไปหาพ่อแม่เขาด้วย พ่อแม่เขาดีกับหนูมาก แต่ที่เป็นปัญหาอยู่ตรงนี้ ภรรยาเขาจับได้คะ เขามีหนู เขาก็ทะเลาะกับภรรยาเขา ภรรยาเขาก็โทรมาหาหนู ถามว่าคบกับเขานานแล้วใช่ไหม แต่หนูไม่ได้ตอบ สักพักหนึ่งเขาก็ร้องไห้ แล้วก็ถามผู้ชายคนนั้นว่า ตกลงจะเลือกใคร คุณสามีของภรรยาเขาตอบว่า ไม่เลือกใครสักคน แต่เขาเคยบอกหนูนะคะว่าเขาอยู่กับภรรยาไม่มีความสุข เขาต้องทนอยู่เพราะลูก แฟนเขาน่าเบื่อมาก ซ้ำบ่น ขวนทะเลาะ กลับมาทำงานก็ชอบขวนทะเลาะ อยู่บ้านแล้วไม่มีความสุข แต่อยู่กับหนูแล้วมีความสุขกว่า เขาบอกว่าอยู่กับหนูถึงเวลาเล่นก็เล่น ถึงเวลาทำงานก็ทำ เขาบอกว่าเขาจะเลือกหนู ขอเวลาแค่สิ้นปี เขาจะจบทุกอย่าง แต่เขาขออนุญาตว่าเขาขอลูกไว้แล้วกัน หนูก็บอกเขาว่า แต่ยังไงหนูก็ไม่อยากให้เขาทิ้งลูกเพื่อหนูหรอก แต่มีคำหนึ่งที่หนูรู้สึกว่าย่ำแย่มากคือ ภรรยาเขามาพูดกับหนูว่า คุณลักษณะผู้ชายเขามีเมียมีลูก เขายังไปมีหนูได้เลย และคิดเหวอว่าถ้าสามีเขามาอยู่กับหนูเขาจะไม่มีคนอื่น เขาจะจดทะเบียนหย่ากันและกัน หนูก็เลยตอบเขาไปคำหนึ่งว่าหนูรักเขา แต่มันอยู่กับผู้ชายมากกว่าว่าเขาจะเลือกใคร แต่ประโยคนี้มันทำให้เรามาติดต่อ”

ติเจจจอด : อันนี้ชี้ได้เส้นใต้ 8 เส้น สีแดงไว้เลยนะคะ ว่าเวลาที่ผู้ชายเขาอยู่ในอาการแบบนี้ สิ่งที่เขาจะต้องพูดจะเป็นประโยคซ้ำๆมากนะคะ จริงๆแล้วถ้าเราฟัง Club Friday มาตลอด เราไม่ควรจะถูกผู้ชายคนไหนที่มีภรรยาแล้วมาหลอกอีกต่อไป เพราะว่า เราจะเจอคำพูดประโยคนี้บ่อยมาก ไม่ได้มีความสุขที่อยู่กับภรรยา แต่มีความสุขที่อยู่กับเรา ทะเลาะกันตลอดเวลา ภรรยาจึงเฝ้า

หรือว่าอยู่กันก็เพราะลูก ต้องทน อะไรก็แล้วแต่ ใครได้ยินคำพูดประโยคนี้ช่วยกรุณาคิดแล้วก็
ทบทวนให้ดีๆนิดหนึ่งนะคะ

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

กรณีข้างต้นนี้ชี้ให้เห็นจุดอ่อนของผู้เล่าคือ ผู้เล่าหลงเชื่อกับคำพูดของผู้ชายเพราะอยู่ในวัง
วนของความรัก ผู้ดำเนินรายการจึงพยายามเตือนให้ผู้เล่าได้คิดโดยอ้างจากประสบการณ์ของผู้อื่น
มากมายที่เป็นกรณีเดียวกันกับผู้เล่านี้ เพื่อเตือนให้เขาคิดได้ว่าไม่ควรที่จะเชื่อคำพูดของผู้ชายที่มี
ภรรยาแล้วมากนัก การที่ผู้เล่าหลงกับคำพูดเหล่านี้ จะทำให้เขาเหมือนตกอยู่ในวังวนของปัญหา
ตามมาด้วย ฉะนั้นถ้าผู้เล่ามีสติ คิดให้รอบคอบ ไม่หลงเชื่อในคำพูดแล้ว จะทำให้ปัญหาหรือความ
ทุกข์ต่างๆ ผ่อนเบาลงไป

8. เห็นคุณค่าของตัวเอง

ผู้ที่มีปัญหาความรัก คนที่เคยเป็นแฟนกัน รักกันมานาน แต่อยู่ๆไปวันหนึ่งความรักที่มีให้
กันเริ่มน้อยลงๆ และอีกฝ่ายจะโดนถูกกระทำต่างๆ นานาทางด้านความรู้สึกจิตใจไปเรื่อยๆ และก็
มักจะอยู่ในวังวนของความทุกข์อยู่เช่นนี้ เป็นเพราะว่าความรักทั้งสองฝ่ายมีไม่เท่ากัน ฝ่ายหนึ่งรัก
มากกว่า อีกฝ่ายรักน้อยลง รักเขามากกว่ารักตัวเอง ฝ่ายหนึ่งอยากจะไป ส่วนอีกฝ่ายยังจากไป
ไม่ได้เพราะยังติดห่วงความรัก จนเหมือนเป็นของตาย ทำให้อีกฝ่ายจะกระทำอะไรก็ได้ตามใจโดย
ละเลยความรู้สึกของอีกคน เพราะอีกฝ่ายที่ยังจากไปไม่ได้ยังงี้ก็ต้องอยู่แน่นอน ซึ่งแน่นอนว่าฝ่าย
ที่จากไปไม่ได้ก็จะรู้สึกกระทบกระเทือนจิตใจอยู่ไม่น้อย ผู้ดำเนินรายการจึงให้คำแนะนำด้วยการให้
เขารักตัวเองมากกว่ารักคนอื่น ทำให้ตัวเองมีคุณค่า ไม่ใช่เพื่อให้อีกฝ่ายหันกลับมาสนใจ แต่เพื่อ
ความสุขของตัวเอง ถ้าตัวเองรักตัวเองแล้วก็จะทำให้เขารู้ว่าทางออกที่ทำให้ตัวเองมีความสุขคือ
อะไร

ตัวอย่าง

“ตอนนี้ก็อยากจะรู้เหมือนกันว่าหนูมีค่ากับเขาแค่ไหน เขาจะยังรักหนูไหม หนูยังอยาก
จากเขา คือว่าหนูเพิ่งรู้เมื่อต้นเดือนที่ผ่านมาว่า เขาคบกับผู้หญิงคนอื่น พอหนูรู้ก็เลยถามเขา เขาก็
บอกว่า ไม่จริงจิง แค่เล่นๆ เขาพูดกับหนูเสมอ ย้ำกับหนูทุกครั้งที่คุณคุยเรื่องนี้ หนูถามว่าทำไมถึง
ได้ไปมีคนอื่น เขาบอกว่า ก็ไม่มีอะไรแค่ต้องการสิ่งใหม่ๆเข้ามาในชีวิตหนูก็บอกว่าทำไมถึงทำกับ
หนูอย่างนี้ ทำไมไม่นึกถึงความซื่อสัตย์ที่หนูมีให้กับเขา คือเราอยู่ด้วยกันมาตลอด 2 ปี หนูทุ่มเทให้
เขาหมดทุกอย่าง แต่มารู้แบบนี้แล้วมันเสียใจอะ ณ วันนี้หนูยังยอมรับและทำใจไม่ได้ เขาจะบอก

เสมอว่าหนูยังอยู่ตรงนี้ เขาไม่เอาใครมาแทนที่หนู ถึงหนูจะไม่อยู่ตรงนี้เขาก็จะไม่เอาใครมาแทนที่ จนมาวันหนึ่ง เขาเอ่ยขึ้นมาถามหนู ว่าหนูอยากเลิกกับเขารึป่าว เขาบอกว่าเขาไม่อยากฝืนใจตัวเองที่จะต้องเลิกกับหนูไปทั้งที่ยังรัก แต่เขาในวันนี้ อยากที่จะคบกับผู้หญิงคนนั้น ลองที่จะคบกับผู้หญิงคนนั้น ซึ่งกับผู้หญิงคนนั้นเขาทำงานบริษัทเดียวกัน เขานัดเจอกันทุกวัน เวลาสามทุ่มกว่าเขาจะต้องออกไปกินข้าวด้วยกันทุกวัน พอเลิกงานเขาต้องไปรับไปส่งกัน เขาจะเป็นอย่างนี้ทุกวัน แล้วทีนี้เขาบอกว่าเขาอยากคบ หนูถามว่าทำไมหรือ เขาดีหรือ เขาบอกว่า ไม่หรือก ก็ไม่ได้ดีอะไรหรือ แต่ว่าผู้หญิงคนนั้นเขาจะร่าเริงสดใส แต่กับหนูมันต่างกัน หนูจะเฉยๆ ไม่ค่อยอะไร แต่ว่าเขาอยากจะลองคบดู หนูก็ถามว่า ลองคบจะจริงจั่งแค่ไหน เขาบอกว่าก็ทุกอย่าง แต่ยกเว้นมีอะไรกันกับผู้หญิงคนนั้น หนูไม่รู้ว่าหนูจะเชื่อคำพูดเขาได้แค่ไหน แต่หนูก็เชื่อในคำพูดของเขา เขาถามหนูว่า สมมติว่าเราเลิกกันไป หนูจะยังรอเขาไหม หนูเลยถามกลับว่า ถ้าให้หนูรอแล้วเขาจะกลับมาหาหนูหรือเปล่า บอกให้หนูรอถ้าเขากลับมาแล้วเขาจะมีหนูคนเดียวหรือเปล่า เขาบอกว่า เขาคิดกับตัวเองว่ายังไงเขาก็จะต้องกลับมาหาหนู เขาบอกว่าหนูดีกับเขา หนูยอมเขาทุกอย่าง หนูทำกับเขาให้ได้ทุกอย่าง ไม่มีใครทำกับเขาให้ได้ขนาดนี้ สรุปลิ้นนั้นหนูก็บอกเขาไปว่า หนูทำใจไม่ได้หรือก ถ้าให้หนูเลิกกับเขาตอนนี้ หนูบอกว่า หนูไม่รู้ว่าตื่นมาพรุ่งนี้แล้วหนูไม่เจอเขา หนูจะอยู่ได้ยังไง เขาก็พูดสรุปมาว่า เขาก็ยังรักหนู เขาไม่อยากเลิกกับหนู เขาขาดหนูไม่ได้ เขาก็บอกว่าเขาเห็นแก่ตัว คึนนั้นเขาทำงานดึกเลิกเที่ยงคืน กลับมาตีสอง หนูรู้ดีว่าเขาไปไหนกับใครมา แล้วเขากลับมาถึงห้อง เขาบอกหนูว่า เรากลับมาแล้ว เรายังรักกันเหมือนเดิม แต่เขากลับมาเมินเฉยใส่หนู ถึงเวลาตีสองกว่าจะตีสาม ผู้หญิงคนนั้นโทรมา เขารีบออกไปข้างนอกห้อง เพื่อที่จะคุยกับผู้หญิงคนนั้น หนูต้องทนรับกับความรู้สึกอย่างนี้ทุกคืน เขาทำเหมือนจะใส่ใจ แต่เขาก็ไม่ใส่ใจ”

ดีเจ้อย : อย่างที่แอนก็พูดนะ อย่างที่แอนก็รู้ตัวเองเลยว่าแอนกำลังทำตัวเป็นของตาย และของตายค่ามันกำลังค่อยๆ ลดลงในสายตาเขา ในสายตาเขา พี่ขอเน้น นั่นแปลว่าจริงๆ แล้วค่าของเราอยู่ที่ตัวเราเอง ไม่ต้องให้คนอื่นไปกำหนดค่า และถ้าเรามองไม่เห็นค่าของเรา พี่คิดว่าเราดีขนาดนี้ เขาอาจจะไม่มีค่าพอที่เราจะอุทิศส่าห์ไปทำดีกับเขาแบบนี้ก็ได้ ตอนนี้อาจจะยังคิดไม่ได้ แต่พี่ว่า ค่อยๆคิด พี่ว่าแอนเป็นคนมีสติมากนะในวันนี้ ถ้าเกิดเจอคนที่รักมากแล้วเขาทำร้ายจิตใจเราขนาดนี้ เพียงแต่วันนี้ต้องถามตัวเองว่า แอนร้องให้พอหรือยัง และเขาได้มาใส่ใจกับน้ำตาเรามากแค่ไหน เพราะฉะนั้นเขาไม่ใส่ใจต่อจากนี้ เรายิ่งต้องใส่ใจกับตัวเองให้มากเป็นสองสามเท่า

ดีเจอนั : แอนยอมให้เขาพูด และยอมให้เขากระทำแบบนี้ เราต้องชัดเจนของเรานะ เราต้องภูมิใจในตัวเองนะ รักตัวเอง ถ้าเราเห็นค่าในตัวเอง เขาก็จะไม่กล้าทำอะไรกับเราแบบนี้ และ

ถ้าผู้ชายคนไหนเพิ่งคิดอะไรได้ อย่างที่เขาคิดแบบนี้ และคิดและยังกล้าทำและกล้าพูดกับผู้หญิงที่เป็นสุภาพสตรีที่เขารักขนาดนี้ เขาก็ไม่ได้มีค่ามาก หรือไม่ได้มีค่าสำหรับแอนที่จะต้องเสียใจที่จะอยู่ด้วย ในไม่ช้าแอนจะค่อยๆเห็น

ดีเจ้อย : ถ้าแอนจะถามตัวเองว่า แล้วตกลงที่แอนเลิกกับเขาเพราะอะไร แอนเลิกกับเขาเพราะเขาไม่น่ารักพอที่จะได้รับหัวใจดีสีขนาดนี้จ๊ะ มันเป็นเหตุผลแค่นี้ ไม่ใช่ว่าแอนไม่มีค่าพอสำหรับเขาหรอกนะ แต่ที่คิดว่าเขาไม่มีค่าพอสำหรับแอน

(เทปบันทึกวันที่ 3 กันยายน 2553 ตอน ฉันทมีค่าแค่ไหน)

คนเราบางครั้งมักจะวัดคุณค่าจากคนอื่นเสมอ ซึ่งบางทีคนที่เราอยากให้เขาเห็นค่าจริงๆ แล้ว เขาก็ไม่ควรรค่าที่เราจะต้องให้ความสำคัญ เมื่อไหร่ก็ตามที่มีความรักแล้วเริ่มมีทุกข์ นั้นแสดงว่าเรากำลังเบียดเบียนตัวเอง เราจะต้องดึงตัวเองออกมาให้ได้ ถ้าเราผ่านเรื่องที่ยากที่สุด เศร้าที่สุดมาได้แล้ว เราก็จะเห็นคุณค่าในตัวเองในที่สุด

ดีเจ้อย : ยังไงก็ตามความรักก็ต้องทำให้เรามีความสุขบ้าง ตามสมควรต่อให้ไม่ต้องสุขมาก แต่ต้องมีความสุข ถ้าเมื่อไหร่ก็ตามแค่เริ่มรักแล้วก็บอกว่าอดทน มันไม่ใช่ความรักที่ดี ความรักทั้งหมดต้องขึ้นอยู่กับความรักตัวเองด้วยนะคะ ถ้ารักเขาแล้วแบบต้องทุ่มเททุกสิ่งทุกอย่างจนกระทั่งตัวเองแย่ ไม่ใช่ความรัก

(เทปบันทึกวันที่ 12 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักแค่ไหนก็เป็นได้แค่เพื่อน)

นอกจากนี้การเห็นคุณค่าตัวเองเป็นการชี้แนะให้เขาเห็นว่า ความสุขที่แท้จริงของตัวเองคืออะไร คนเราสามารถมีความรักได้ ไม่ใช่มีความรักแล้วจะต้องเป็นทุกข์ทุกคน ผู้ดำเนินรายการจะเน้นให้มีความรักอย่างมีสติ เพราะบางคนเมื่อมีความรักแล้ว จะทุ่มเทให้กับเขาทุกอย่าง โดยไม่สนใจตัวเองว่าจะต้องเป็นอย่างไร การชี้แนะให้เขาหาความสุขที่แท้จริง จะช่วยกระตุ้นให้เขาคิดเห็นว่าความสุขของเขาอยู่ตรงไหน และเขาจะหาทางออกกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้

ตัวอย่าง

“ก็คือข้อความที่เขาบอกรักเราค่ะ แล้วในขณะที่เดียวกันทำข้อความเขาจะบอกว่าฉันรักคุณนะ แต่ว่าคุณก็ยังไม่สามารถที่จะดีพอเท่าใครอีกคนหนึ่งที่คุณไปเจอมา คบกันแล้วไม่เคยบอกรักมันเป็นบอกรักข้อความแรกที่ได้ยินคำว่ารัก แล้วก็บอกรักก่อนทีจะขอไปมีคนอื่น เป็น

ข้อความที่ทั้งบอกรักและบอกลา แต่ว่าก็ยังอยู่ด้วยกันนะคะ คือมาหาเราบ้าง แล้วก็มีคนอื่นพร้อมๆกันด้วย เราว่ามันเป็นข้อความที่ที่แสดงถึงว่าเขารักคนอื่นมากกว่า แต่ในข้อความนั้นมันมีคำว่า เขารักเรา มันก็เหมือนเราพยายามอ่านแต่ท่อนบนเพื่อหลอกตัวเองไปวันๆ ก็เหมือนปัจจุบันตอนนี้ว่า เราให้เขาเข้ามาอยู่กับเราต่อ ก็เพื่อว่าประทังชีวิตไปวันๆเพื่อให้เรายังอยากอยู่ต่อ”

ดีเจอด : เข้าใจนะคะว่ามันคงยากในการที่จะทำใจหรือว่าเดินออกมา แต่ว่าก็ไม่อยากให้มดอยู่อย่างนี้นานนะ มันทรมาณตัวเองเกินไป ถ้าวันหนึ่งมดเกิดเดินออกไปได้นะคะ เกิดมดไปเจอใครสักคนหนึ่งซึ่งเขาพร้อมที่จะรักมดมากกว่าใครๆ และพร้อมจะอยู่กับมดคนเดียวนี้ มดจะรู้ว่าความสุขมันจะมีมากกว่านี้ ความสุขจริงๆ คือ ไม่ใช่สุขบ้างทุกข์บ้าง อย่างทุกวันนี้ อยากให้ถึงวันนั้นเร็วๆนะ พี่เจอดเอาใจช่วยค่ะ

ดีเจ้อย : คือถ้าอยู่กับเขาแล้วยังเหงาและก็เศร้าเท่าเดิม เป็นพีหนีกลับมาเป็นโสดๆของเราดีกว่า มันยังเป็นเหงาที่เข้าใจได้ แต่พอมันมีคนหนึ่งคนอยู่ด้วย มันกลายเป็นเหงาที่ไม่เห็นหน้าจะเข้าใจเลยอะ ทำไม่อยู่กับเธอฉันถึงยังต้องเหงาขนาดนี้ ทำไม่อยู่กับเธอแล้วยังต้องเศร้าขนาดนี้ ถ้าเขามีหนึ่งคนแล้วยังมี 2 คนได้ พี่ว่ามีคนต่อไปก็คงยากเย็น และตอนนี้ถามว่าเขารักไหม ปากพูดว่ารัก แต่จริงๆแล้วถ้ารักเขาไม่น่าทำร้ายให้เราเศร้าได้มากมายขนาดนี้ค่ะ

(เทปบันทึกวันที่ 22 ตุลาคม 2553 ตอน ข้อความไหนที่ทำให้ใจลบไม่ลง)

เหตุการณ์กรณีตัวอย่างข้างต้นคือ ผู้เล่ามีความสุขที่ยังได้อยู่กับคนที่เขารัก แต่มันเป็นความสุขที่ไม่แท้จริง เพราะความต้องการของผู้เล่าคืออยากให้เขากลับมารักกันเหมือนเดิม ผู้ดำเนินรายการจึงพยายามช่วยแนะให้เขาเห็นค่าของตัวเอง ความสุขของตัวเองที่แท้จริง ทางออกที่มีความสุขกว่าอยู่แบบนี้ เพื่อที่จะได้พ้นออกมาจากความทุกข์ทรมานที่รู้ว่าเขาไม่รักเราแล้ว

ตัวอย่าง

“ผมกับแฟนคบกันมาร่วม 7 ปีครับ ผมกับเขามีครอบครัวแล้ว มีลูกแล้ว 1 คน เป็นผู้หญิง ตอนนี้ลูกผมครบ 1 ขวบ หลังจากที่เขาคลอลูกเสร็จเหมือนกับเขาเปลี่ยนไปทุกอย่าง จากที่เรารักกันอยู่ดีๆ ใช้ชีวิตทุกอย่างอยู่ร่วมกันปกติ ดูราบรื่นมาตลอด แต่พอเขามาสมัครงานเป็นพาร์ทหลังจากนั้นความระหองระแหงเริ่มเข้ามาครับ จากเคยไปกินข้าวด้วยกัน ไปดูหนัง ทำอะไรร่วมกัน เขาเริ่มจะไม่มีเวลาให้ บางครั้ง สามทุ่ม สี่ทุ่ม เขากลับมา เหนื่อย อยากนอน อยากพัก ไม่อยากทำอะไร ผมก็เข้าใจ แต่มันก็ระหองระแหงกันมาแบบนี้ครับ จนผ่านพ้นมาประมาณร่วมๆปี ผมก็

ทนนๆ พยายามทำความเข้าใจเขาในสิ่งที่เขาเป็น แต่พอมาปีกว่า ลูกจะเข้าขอบครึ่ง อยู่ๆเขาก็ ออกงานต่างจังหวัด ผมก็ไม่ได้เอะใจ ออกทุกอาทิตย์ ทุกอาทิตย์ก็ไป พอผมสืบขึ้นมา ผมก็รู้ว่าเขามีอีกคนหนึ่ง ผมจับได้ ผมรู้ รู้ทั้งๆที่เขาอยู่ที่ไหน ทำอะไรกัน ทั้งๆที่เขาบอกว่าเขาไปทำงานต่างจังหวัด เขาไม่ได้ไปไง คือเขาไปอยู่ด้วยกัน อาทิตย์หนึ่ง เขาจะไปสามวัน ศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ จันทร์กลับมาหาผม ทั้งๆที่ผมรู้อย่างนี้ ผมก็ยอม คืออย่างน้อยเขาอยู่กับผม 4 วัน อีกสามวัน คุณไปอยู่กับเขาผมยอมได้ ผมยอมทั้งๆที่ผมคือพ่อของเด็กคนนั้น เขามีอีกคนแต่อย่างน้อยเขาก็ยังอยู่กับผม ผมก็ทนมาเรื่อยๆ จนถึงจุดหนึ่งที่เขามาพูดกับผมว่า เราแยกกันอยู่ได้ไหม ฉันยังรักเธออยู่นะ แต่ว่าถ้าให้ฉันอยู่อย่างนี้ฉันอยู่ไม่ได้ ฉันขอแยกกับเธออยู่ได้ไหม เพราะว่าทั้งๆที่ฉันยังรักเธออยู่ ถ้าฉันยังอยู่กับเธอต่อไปฉันคงเลิกกับเธอแน่ นี่คือคำพูดสุดท้ายก่อนที่เขาจะเก็บของออกจากชีวิตผมไป แล้วคือผมคิดอย่างเดียวว่า เขาอาจจะอยากไปถอยหลัง เพื่อไปคิดแล้วเขาอาจจะกลับมาหาผมใหม่ แล้วผมก็อาจจะได้ถอยหลังเพื่อที่จะได้คิดว่าฉันควรจะทำยังไงต่อไปดีกับเขาถ้าในเมื่อเขากลับมา ผมคิดได้แค่นี้ครับ ผมไม่มีสิทธิที่จะเสียหน้าตา คือเราไม่ได้เลิกกัน เขายืนยันว่าเขาไม่ได้เลิกกับผม แต่ในความเป็นจริงทุกวันนี้ เขาไม่ได้อยู่กับผมแล้ว แต่เขาก็ยังบอกว่าฉันยังรักคุณอยู่ ที่ฉันทำแบบนี้เพราะว่าฉันรักคุณ ฉันทนอยู่อย่างนี้ไม่ได้ ผู้ชายคนนั้นเขาดีกว่าผมทุกอย่าง เขามีทุกอย่าง ผมยอมรับว่าผมสู้เขาไม่ได้เลย แต่ผมมีคือ ความเป็นสามีและเป็นพ่อของคนที่เขารักมากที่สุด เขาบอกว่าเขารักลูกมากที่สุด แต่สิ่งที่เขาทำแบบนี้คือ ผมก็ไม่กล้าจะเรียกว่าอะไร หรือว่าจะเรียกเขาว่ายังไง แต่คือทุกวันนี้ที่ผมต้องทนทุกข์ทรมานอยู่ตัวคนเดียวของผมอย่างนี้คือ เพื่อรอที่เขากลับมา รอที่เราจะมาเป็นครอบครัวกันเหมือนเดิม ผมรอได้ครับ”

ดีใจอ้อย : คุณหน่อยคะ เท่าที่ดูก็เหมือนว่าใจเขาไปแล้วละ และก็ไปเยอะด้วย คือตอนนี้ถามว่าคุณหน่อยเองเสียใจไหม ก็คงเสียใจ แต่เสียใจแล้วก็ต้องตั้งหลักในชีวิตให้ไวนะคะ คืออย่างน้อยอย่าเอาความสุขทั้งหมดไปผูกกับเขา ไว้ที่เขาคนเดียว เพราะดูจากท่าทางเขาก็ทำให้เรามีความสุขน้อยลงเรื่อยๆ อยู่แล้ว ถามว่าแอบรอได้ไหม แอบรอได้ค่ะ ทุกคนมีสิทธิที่จะรอ มีสิทธิที่จะหวัง มีสิทธิที่จะคาดหวัง ยิ่งคุณหน่อยเป็นสามีโดยชอบธรรม ด้วยความรักที่คุณสามีมีให้กับภรรยา คุณหน่อยมีสิทธิรอ แต่อย่ารอจนถึงขั้นตัวเองไม่มีความสุขอีกเลย เพราะว่าบางทีผู้หญิงที่ดีก็อาจจะเห็นคุณค่าที่ดีของความรักของผู้ชายอีกคนหนึ่ง แต่ตอนนี้ถ้าเราเป็นคนดีพอแล้วเราไม่เห็นคุณค่าไม่เป็นไรค่ะ เราต้องเห็นคุณค่าของตัวเอง คุณหน่อยเป็นคุณพ่อ มีลูก และเป็นแม่ตลอดชีวิต แม้ว่าพ่อกับแม่อาจจะรู้สึกว่าเป็นสามีภรรยามีน้อยลงก็ตาม

“เขาบอกว่า ฉันไม่ต้องการอยู่พาร์ทเมนต์ ฉันไม่ต้องการอยู่บ้านเช่า เขาพูดกับผม ผมก็เก็บเงิน ผมซื้อคอนโดได้ห้องนึงละ ผมผ่อนเงินยังไม่ถึงห้าปีเลย แล้วเขาบอกฉันอยากได้รถ แต่ผมบอกตรงๆว่า ตอนนี้ผมยังทำให้เขาไม่ได้ แล้ววันนี้ ผมเอาเงินก้อนสุดท้ายที่ผมเก็บมาไว้ เพื่อที่ผมบอกว่า ฉันจะออกรถให้เธอนะ และผมก็บอกว่า วันนี้ผมไปดาวนอร์ด ไปจอง ไปทำทุกอย่าง ทุกอย่างผ่านหมดแล้ว ผมรอแค่พาคุณมาออกรถ ผมก็โทรไปบอกเขาว่า นีนะ สิ่งที่คุณต้องการ ฉันทำให้แล้ว คอนโดฉันซื้อให้เธอแล้ว รถฉันก็ไปจองให้แล้วนะ ฉันทำสัญญาแล้ว ไม่เชื่อเธอมาดูสัญญาได้ ตอนนี้สัญญาอยู่กับฉันแล้ว มันออกได้วันที่ 14 กุมภาพันธ์ วันวาเลนไทน์หน้าพอดี ผมขอออกในวันนั้น นี่คือของขวัญของเธอ”

ดีเจอ้อย : คุณหน่อยคะ เข้าใจในทุกสิ่งเลยคะ แต่ว่ามีสตินิดหนึ่งนะ เราจะภูมิใจตรงไหน ถ้าเขาอยู่กับเราเพราะรถ เดี่ยวเจอรถแพงกว่าก็ไปอีก เข้าใจจะทำอะไรดีดีให้เขาทำเถอะ แต่ว่าก็ต้องมีสติมากพอเหมือนกันนะคะว่า ตกลงที่ทำให้เธอไป เธอเห็นคุณค่าจริงหรือเปล่า หรือต่อให้เธอมีคอนโดและรถ เธอก็ไม่อยู่ดีหรือเปล่า เพราะฉะนั้นของเหล่านี้ ของนอกกายทั้งนั้นคะ คนบางคนรักกันมาก ไม่มีรถก็ขึ้นรถเมล์ด้วยกัน ไม่มีรถอย่างที่คุณอยากได้ แต่เธอมีคนที่คุณดูแลเธออยู่ใกล้ๆ อาจจะเป็นสิ่งที่คุณอยากได้ แต่ตอนนี้ดูเหมือนว่าเรากำลังดูเจตนาของเธอผิด ในที่สุดแล้ว เขาอาจจะไม่ได้รักเราในจุดเหล่านี้ก็ได้คะ ถึงได้บอกไปคะว่าเก็บเงินไว้ให้ลูกบ้าง เพราะบางที คนๆ นั้นแหละคะ คือคนที่เราต้องดูแลเขาตลอดชีวิต ภรรยาหรือสามีนะเลิกกันไปก็เป็นคนอื่น ในที่สุดถ้าเขาไม่น่ารักมากพอ เราก็ต้องกลับมาดูแลตัวเอง ให้โอกาสคุณหน่อยได้อีก ให้คุณหน่อยทำให้เต็มที่เลย แล้ววันหนึ่งคุณหน่อยจะรู้สึกเองว่าฉันทำเต็มที่แล้ว และถ้าเธอจะไป ก็ไปด้วยเงื่อนไขที่ฉันทำดีที่สุดแล้ว

(เทปบันทึกวันที่ 19 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักใกล้หมดอายุ)

ผู้ดำเนินรายการเตือนผู้เล่าว่าให้รักอย่างมีสติ ไม่ควรทำอะไรที่มากเกินไปจนไม่สนใจตัวเอง ไม่รู้ว่าความสุขที่แท้จริงคืออะไร มีความรักได้แต่ต้องมีความรักที่ไม่ทำให้มีความสุขมากกว่าความสุข สิ่งที่คุณหน่อยทำไปมันอาจจะมีความสุขแค่ชั่วคราว เป็นความสุขที่คนรักมีความรู้สึกดีติดกับตนในสิ่งที่ตนทุ่มเทสิ่งของที่เขายากได้ แต่สิ่งเหล่านั้นมันเป็นความสุขที่ไม่ยั่งยืน เพราะความสุขที่แท้จริงคือการที่คนรักรักเราที่เป็นตัวเราจิตใจเรา ไม่ใช่รักเราเพราะสิ่งของที่เราให้เขา

9. ยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม

บางครั้งความรักก็ทำให้คนที่อยู่ในห้วงของความรักมักจะทำอะไรตามอารมณ์ โดยไม่คิดถึงความรู้สึกของคนรอบข้าง และมักจะแก้ปัญหาในสิ่งที่ไม่สมควรกระทำ ผู้ดำเนินรายการจะแนะนำให้ทำในสิ่งที่ถูกต้อง ทำในสิ่งที่ควรทำ เพื่อตนเองและไม่ทำให้คนอื่นเดือดร้อนหรือกระทบทางด้านจิตใจ เพราะบางทีสิ่งที่เราทำที่ไม่สมควรกระทำนี้จะเป็นการสร้างปัญหาเพิ่มขึ้นได้ จึงแนะนำให้ควรรยึดหลักนี้ ความถูกต้อง ทำในสิ่งที่ควรทำ เพื่อตัวเองและคนอื่นด้วย

ตัวอย่าง

“เหมือนเราผิดสัญญาเองครับ เหมือนเราสัญญากันตั้งแต่แรกแล้วว่าจะเป็นที่หนึ่งกัน ผมผิดสัญญาที่คิดเกินพินิจ เขาบอกว่าเราดีเกินไป ดีมากๆ จนไม่อยากจะเสียไป ดีจนกลัวว่าจะสูญเสียคนดีไป แต่ผมก็พยายามทำใจ ผมเห็นเขาครั้งแรกก็ชอบเขา ทำความดีกันมาตลอด แต่ทำไปทำมาเราก็ผิดสัญญาเอง คิดเกินพินิจทุกครั้ง ที่เราอยู่กับเขา ดูแลเขา จนผมอยากจะทำใจด้วยการปลอมตัวเป็นคนหนึ่งไปจีบเขา โดยใช้วิธีชื้อบปีมาครับ แล้วแอดพินบปีไป แล้วก็เอารูปคนหน้าตาดีที่คิดว่าตรงสเปคเขาไปจีบเขา โดยที่การคุยเป็นตัวเอง อาจจะดูซับซ้อนนิดหนึ่ง ตอนนั้นใช้ชื้อบปีครับ สำเร็จครับ แล้วคนที่ชื้อบปีที่ผมปลอมตัวนี้ ก็บังคับให้เขานัด 3 คนไปเจอกัน เพื่อให้ผมไปบอกเลิกเขาว่าเป็นพินิจกันจริงๆ ก็คือเขาชอบคนชื้อบปีมาก โดยที่คนชื้อบปีบังคับให้คนชื้อบอยไปเจอกันสามคนเพื่อที่จะบอกเลิกต่อหน้าถ้าจะคบคนชื้อบปี ซึ่งผมลงใจว่าเขาจะทำหรือเปล่า เพราะว่าคนชื้อบปีนี้ คุยกันแค่ 3 วัน แต่ผมที่ชื้อบอยคุยกัน 6 เดือน เป็นพินิจกันมา และเขาไม่เคยเจอหน้าคนชื้อบปีตัวจริงเลยนะครับ แล้วเขาก็ไม่เคยคุยโทรศัพท์กัน และเขาก็ยอมครับ เขาก็นัดสามคนไปเจอกัน แต่จริงๆ ก็ไปกันสองคน เพราะคนชื้อบปีกับคนชื้อบอยคือคนเดียวกัน ผมก็ไปรอคุยกับเขา คนชื้อบปีไม่มา แต่อยู่ในระหว่างคุยกัน 3 วัน ผมได้รู้ว่า อะไรคือสิ่งที่เขาไม่ชอบผม เขามีส่วนที่โกหกผมอยู่ตลอด ครับ เราก็เลยได้รู้ความจริง และเราก็ตัดใจได้ง่ายขึ้นครับ ตอนนั้นก็ดีขึ้นเรื่อยๆ ครับ เหมือนว่าเราไม่ชอบเขา เราเกลียดเขาที่รู้ว่าเขาโกหกหลายเรื่องที่ผ่านมา สุดท้ายตัดสินใจประเด็นได้ว่า เราหน้าตาไม่ใช่สเปคเขา และตอนนี้เขายังไม่รู้ครับ ยังไม่เฉลย เพราะผมกลัวว่าเขาจะเสียใจ แต่ก็ต้องขอโทษจริงๆ เพราะผมอยากจะทำใจจากเขาได้เร็วที่สุด ก็เลยต้องทำแบบนี้”

ดีเจอ้อย : ใจร้ายกับเขาไปนิดหนึ่งค่ะ ผู้หญิงโดยทั่วไป ถ้าบอยกับบปีไม่ใช่คนเดียวกัน ก็ไม่แปลกนะ คือบางคนอาจจะชอบคนที่ชื้อบปีมากก็ได้ มันอาจจะมึะไรบางอย่าง สเปค หน้าตา หรืออะไรก็ตามที่ แต่ก็นั่นแหละ อย่าไปหลอก เพราะเราก็เข้าข่ายหลอกหลวงเขาเหมือนกันนะจะว่าไป ถูกปะ แต่ในที่สุด ก็อาจจะเป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้บอยรู้สึกดีขึ้นว่าขั้นไม่ต้องรอต่อไป แต่วิธีการลงใจด้วยวิธีนี้ ก็ไม่ใช่วิธีการที่ดีนักนะคะ มีหลายคนทีล่องใจ มันก็คือการหลอกหลวงนั่นแหละในที่สุด

แล้ว ถ้ามีอะไรถามกันตรงๆ มันอาจจะเป็นวิธีที่ดีกว่า แต่ก็นั่นแหละค่ะ เราตัดสินใจทำไปแล้ว ก็ถือว่าเป็นบทเรียนละกัน เพราะถ้ามีคนหนึ่งมาลงใจแบบนี้บ้างแล้ว ถ้าบอยรู้ที่หลังบอยโกธรใหม่ เราอย่าไปเล่นกับความรู้สึกของคนทีรู้สึกชอบค่ะ

ดีเจอด : มันมีเหตุผลอยู่ในสิ่งที่บอยทำ แต่พีจะรู้สึก ว่า คนเราอาจจะมีวิธีการจากกันหรือตัดใจจากกันได้ถึงแม้ว่ามันจะยากลำบากแค่ไหนโดยที่เราไม่ต้องทำอะไรที่ไม่เป็นสุภาพบุรุษนะ เราไม่ควรจะมีเหตุผลในการทำอะไรในสิ่งที่ไม่เป็นสุภาพบุรุษกับอีกคนหนึ่ง เพื่อเอาตัวเองรอด นะ การที่โกหกกับเขามันก็ไม่ใช่ว่าเรื่องดี

(เทปบันทึกวันที่ 8 ตุลาคม 2553 ตอน ผิดสัญญา)

ตัวอย่าง

“น้องทำงานเกี่ยวกับบริษัทคอมพิวเตอร์ติดต่อกับบริษัทผู้ผลิต และก็ไปเจอคนคนนี้แหละ เขาประจำอยู่ประเทศเพื่อนบ้านเรา ติดต่อกันมา แรกๆก็แค่คิดว่าคุยกันเล่นๆ ไม่เป็นไร หวังให้เขาช่วยเรื่องงานของเราบ้างเร็ว แต่พอคุยกันบ่อยๆกลับไม่ใช่ พอทราบเรื่องราวของเขามากขึ้น รู้ว่าเขายังโสด ตอนนั้นถามเขาเล่นๆว่าเหงาไหม เขาบอกว่า เหงา เราก็เลยนึกสนุกค่ะ คิดว่าถ้าหากเราจะทำให้ใครคนหนึ่งรู้สึกดี ทำให้เขามีความสุข ทำให้เขาไม่เหงา ก็น่าจะดีนะ ก็เลยเริ่มคุยกันทีขึ้น ตั้งแต่เช้างานจนเลิกทำงานกลับบ้าน คุยกันใน msn มีโทรบ้าง 2-3 วันครั้ง รู้สึกว่าเขาเริ่มมีความสุข ช่วงหลังๆเขาเปิดเผยมากขึ้น เขาดื่มเบียร์ทุกคืน สูบบุหรี่ เขาบอกว่าเขาไม่น่าคบนะ ทั้งซีเมา สูบบุหรี่ ตัวเองก็ไม่ค่อยมีความสุข ไม่อยากพาใครมาลำบากด้วย พอรู้แบบนี้ยิ่งรู้สึกสงสารเขา จากความสงสารกลายเป็นความรักตั้งแต่เมื่อไหร่ก็ไม่ทราบค่ะ จากคุยกันเวลางาน กลายมาเป็นการคุยต่อช่วงกลางคืน พอรู้ตัวคิดยังไงกับเขา ก็พยายามห้ามตัวเอง ยิ่งห้ามเหมือนยิ่งยุ ยิ่งรู้สึก มันมี 2 ความรู้สึกค่ะ รู้สึกผิด บวกกับรู้สึกรักเขา ที่รู้สึกผิดเพราะว่า น้องมีสามีอยู่แล้ว และก็มีลูกแล้วด้วย ครอบครัวอบอุ่นดี สามีเป็นคนน่ารัก นิสัยดีมาก ไม่เจ้าชู้ ไม่ดื่ม ไม่สูบ ไม่เล่นการพนัน หน้าตาก็ดี ฐานะก็ดี ปกติแล้วเราสองคนจะไว้ใจกันมาก ไม่เคยมีประวัติเลย ตลอดเวลาที่ผ่านมา เขาก็เป็นภรรยาที่ดี ทำหน้าที่ที่ดีที่สุด ไม่บกพร่องทั้งเรื่องในบ้าน และเรื่องนอกบ้าน ดูแลใส่ใจครอบครัว บ่อยครั้งที่เราพากันไปพ่อแม่ลูก ไปปฏิบัติธรรม นั่งกรรมฐาน ครอบครัวอบอุ่นมากค่ะ มาถึงตอนนี้ล่ะที่รู้ทรมาน แอบนอนร้องไห้บ่อยมาก บางครั้งร้องไห้ตอนอาบน้ำ หรือตอนขับรถออกไปข้างนอกคนเดียว คิดมากตอนอยู่คนเดียวค่ะ ไม่คิดว่าตัวเองจะทำเรื่องแบบนี้ได้ลง ไม่รู้จะทำไฉนดีคะ เดินหน้าไม่ได้ ถอยหลังไม่ได้ สงสารคนไกล และรู้สึกผิดกับที่บ้าน รู้สึกผิดกับเขาที่ไม่ได้บอกความจริงกับเขา หมายถึงคนที่อยู่ไกลนะคะ แต่ก็เคยพูดกับเขาไว้ว่า ให้มองคนอื่นไว้บ้าง

บ่อยครั้งที่พูดถึงอนาคต เขาก็จะดึงเราเข้าไปเกี่ยวข้อง ตอนนี้ที่รู้สึกมันยากคือ ทางฝั่งคนไกลของเราไม่รู้เลยว่าเรามีสามีอยู่แล้ว และก็ดันเหมือนกับให้ความหวังว่า เราจะร่วมมือกันเก็บเงินสร้างอนาคต คือมันเริ่มไปถึงขั้นนั้นแล้วนะคะ ปัญหาคือทำยังไงดีให้เลิกรู้สึกดีดีและตัดเขาให้ขาด และให้เจ็บน้อยที่สุดคะ รู้สึกว่าวันข้างหน้าอาจจะต้องลำบากกว่านี้แน่ๆ รู้สึกสงสารเขา เคยพูดกับตัวเองอยากให้ผู้ชายคนนี้มีความสุข เคยได้ยินที่อ้อยกับพี่ฉอดพูดว่าคนรักกันยอมไม่ทำร้ายกัน ถ้าเขามีใครสักคนก็จะดีใจกับเขาด้วย และเสียใจที่เป็นคนที่เขาต้องการไม่ได้”

ดีเจฉอด : แต่ที่สุดนะคะเรื่องแบบนี้ ยังไงก็ตาม ก็ต้องแนะนำว่า ให้กลับเข้าสู่สภาวะปกติของชีวิตให้เร็วที่สุด ถึงแม้ว่ามันอาจจะเจ็บ มันอาจจะเหนื่อย มันอาจจะเสียใจ สิ่งที่จะต้องทำยังไง มันก็ต้องทำในทางที่ถูกที่ควร มีคนที่เขาไม่รู้ และก็ไม่ได้ผิดอะไรด้วย จะต้องมารับผิดชอบแค่การเริ่มสนุกของเรา

ดีเจอ้อย : และคนไกล เราบอกว่าเขาดีมาก อยากให้เขาเจอคนที่มีความสุขได้ เพราะฉะนั้นถ้าเราแค่บอกว่าเรามีครอบครัวแล้ว แล้วเราจะไปปิดโอกาสเขาทำไม ในเมื่อเขาสามารถมีใครสักคนหนึ่ง ซึ่งเป็นคนที่เคียงข้างเขาได้ตลอดชีวิต ไม่ได้เป็นคนที่มีการครอบครัวยังไง เรา ซึ่งเป็นครอบครัวที่อบอุ่นด้วยสิคะ ที่สำคัญ

(เทปบันทึกวันที่ 10 กันยายน 2553 ตอน ไม่มีอะไรที่ใช่แต่ทำไมถึงรัก)

ตัวอย่าง

“ผมกับแฟนคบกันได้ประมาณ 2 ปีกว่าๆ เกือบ 3 ปีละครับ และก็กำลังมีแพลนว่าจะแต่งงาน แล้วก็พอดีเขาไปเมืองนอก ก่อนที่เขาจะไป เขาก็บอกว่าเขาไปเที่ยวนะ เขาอาจจะสนใจเราหน่อยลง มันไม่มีอะไร ไปเปิดหูเปิดตาดูนะ เขาไปกับที่บ้านครับ ที่แรกไปกับที่บ้านก่อนสักประมาณเดือนกว่า สองเดือนครับ ทีนี้เขาก็ไปอยู่บ้านญาติครับ แล้วก็พออยู่ได้ประมาณ 3-4 เดือน เขาก็เริ่มห่างไป ผมก็เลยคิดว่ามันเกิดอะไรขึ้น ก็พยายามติดต่ออยู่จนถึงวันที่กลับ ผมก็ไม่ทราบอะไรเลย แต่ผมคิดว่าสงสัยเขาจะมีคนอื่น เพราะเขาขอเลิกตอนที่อยู่ที่นั่น อยู่ทางนี้ก็เลยประสาทกินเลย ก็เลยลองวัดดวง บินไปรับเขาที่อีกประเทศหนึ่ง เขามาเปลี่ยนเครื่องครับ โดยไม่บอก เซอร์ไพรส์ และก็บ้าด้วย คือไม่รู้อะไรเลย ไปเจอเขาหรือเปล่าก็ไม่รู้ แต่ก็โชคดีที่ได้เจอ ก็คิดว่ามันจะดีขึ้นแต่สุดท้ายมันก็แย่ง เขาถามค่าแรกเลยว่ะ มาทำไม มันเหมือนในมิวสิคเลย โลกมันหมุนเลย วิ่งๆ พอกลับมาเมืองไทย ผมก็พยายามทำทุกอย่างให้เขากลับคืนมา พยายามมาปีนึงแล้ว แต่ก็ทุกวันที่มันผ่านมานี้ ผมก็รู้ว่าเขามีคนอื่นอยู่ตลอดเวลา เขาก็ยอมรับกับผม คนแล้วคนเล่า แต่ทุก

วันนี้ผมก็ยังหน้าด้านอยู่ ผมไม่รู้จะทำยังไง มือถือเปลี่ยนเบอร์ก็แล้ว ปิดเครื่อง ไปต่างประเทศ แต่ก็แบบทำไม่ได้ ผมก็ลองถึงขั้นผมไปเที่ยว ผมพยายามเปิดตัวเองรู้จักกับคนอื่น แต่ผมก็ไม่ได้ ไม่อยากเจอ”

อ้อย : มันไม่ช่วยค่ะอ้ม ใครก็ตามที่ฟังอยู่นะคะ และมักจะมามีวิธีการคิดแบบนี้ มันเป็นเรื่องอันตรายนะคะ เวลาที่เราอยากจะได้ดาราสมาทมา เพื่อให้เราเอาหัวใจไปจับที่คนอื่นแบบนี้ ในที่สุดแล้วเราจะจำคนเดิมได้แม่นขึ้น เพราะมันจะอดเปรียบเทียบไม่ได้สักๆนะ เพราะคนที่ดึงมาเราไม่ได้รู้สึกดีกับเขาเท่ากับคนเดิม ไปดึงเขามาบาปกรรมก็บาปกรรม ที่สำคัญยิ่งทำให้เราลืมคนเก่าไปไม่ได้อีก มันมีคำหนึ่งค่ะที่พี่แอมมา Club Friday แล้วชอบมาก พี่แอมบอกว่าจริงๆคนเรามันมีคุณค่าพอนะ อย่าไปเป็นวิดามินรวมให้ใคร เราสามารถมีคุณค่าที่จะเป็นของเขาคนเดียว และมีรักเดียวใจเดียวของเราคนเดียวแหละคะ ขอให้วันหนึ่งเราสบายตัว สบายใจขึ้นกว่านี้นะคะ

(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

10. ใช้หลักสัจธรรมของความรัก

การให้คำปรึกษา คำแนะนำ หรือแสดงความคิดเห็นของผู้ดำเนินรายการ ในบางครั้งอาจไม่ได้ช่วยคิดหาวิธีทางออกของปัญหาเพียงอย่างเดียว แต่ผู้ดำเนินรายการจะช่วยสอนให้เขาเรียนรู้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ และรู้จักธรรมชาติของความรัก จะให้คติสอนใจของการมีความรัก เพื่อให้เขาเข้าใจว่าความรักส่วนใหญ่มันเป็นเรื่องของอารมณ์ มันไม่มีเหตุผล และทฤษฎีใดใดตายตัว และเขาจะสามารถนำข้อคิดนี้ไปประยุกต์ใช้กับชีวิตของตนได้จริงเพื่อให้พ้นทุกข์ หรือทำให้มีทุกข์น้อยลง

ตัวอย่าง

ดีเจอ้อย : มันไม่ได้เป็นสูตรสำเร็จว่าทุกคนครบครันจะต้องเป็นแบบนี้ แต่มันก็มีโอกาสจะเป็นไปได้ทั้งหมด บางทีมันดูยากด้วยค่ะ บางคนดูกันมานานๆ จนมั่นใจแล้วว่าเรารู้จักคนๆ นี้แล้วจริงๆนะ เราต่างรู้จักในมุมอ่อนน จุดอ่อนน จุดแข็งของแต่ละคนแล้ว ใครจะไปรู้พอถึงวันหนึ่งเกิดปัญหาขึ้น ในที่สุดแล้วเราอาจจะงงได้ว่า เรายังไม่รู้จักรูปร่างหน้าตาของเขาเลย บางมุมเขาดูใจร้ายจังเลย

ดีเจออด : ทุกคู่แหละที่อ้อย ในช่วงเวลาที่รักกันอยู่นี้ มันไม่มีใครนึกได้หรอกว่า วันหนึ่งคนๆนี้จะทำร้ายได้ถึงสาหัสขนาดนี้ มันนึกไม่ออกจริงๆ พอถึงวันหนึ่ง คนที่เราคิดว่ารู้จักดี กลายเป็นคนที่เราไม่รู้จักมาก่อนเลยว่าจะทำแบบนี้กับเราได้

(เทปบันทึกวันที่ 12 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักแค่ไหนก็เป็นได้แค่เพื่อน)

ตัวอย่าง

ดีเจ้อ้อย : การแต่งงานมันเป็นแค่การเปิดตำราอีกเล่มหนึ่ง คือตอนเป็นแฟนตำราอีกเล่มหนึ่งนะ แต่พอแต่งงานปั๊บ ตำราเล่มนี้เรียนยังไงดีหนอ เขาจะสอนอะไรเรา เราจะสอนอะไรเขา คือไม่ได้สอนเชิงเป็นคุณครูว่าฉันต้องสอนนะคะ แต่คือการอยู่ด้วยกันมันจะเป็นการเรียนรู้อีกแบบหนึ่งซึ่งกันและกัน ถ้ายังมีความรักกันอยู่นะ การเรียนรู้มันจะสนุก และอยากที่จะเรียนรู้ต่อ แต่ถ้าเมื่อไหร่ก็ตามที่ความรักน้อยลง การเรียนรู้มันจะเริ่มกลายเป็นภาวะและปัญหา ทำไมไม่เห็นเหมือนตอนนั้นเลย อย่าไปบอกว่าเขาเปลี่ยน เราเองก็เปลี่ยน หรือบางที่เราอาจจะเปลี่ยนไปมากกว่าเขาก็ได้

(เทปบันทึกวันที่ 19 พฤศจิกายน 2553 ตอน รักใกล้หมดอายุ)

ตัวอย่าง

ดีเจ้อ้อย : คนเรามี 2 แบบค่ะ หมดอายุรัก กับหมดอายุช้ำ บางคู่รักกันมาก แต่ต้องจากกันไปก่อนวันอันควร ก็เศร้าอีกแบบหนึ่ง กับอีกประเภทหนึ่งหมดอายุรัก คือมันไม่รู้จริงๆ มันไม่ได้เขียนวันหมดอายุไว้ เพราะฉะนั้นบางคนเรื่อยเฉื่อย จีบแล้วจیبเลย ไม่ใส่ใจก็ได้เป็นแฟนแล้วหนิ มันมีเริ่มรัก มันก็มีหมดรักกันได้ทุกวันนะคะ

(เทปบันทึกวันที่ 1 ตุลาคม 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

ตัวอย่าง

ดีเจแอม : ต้องยอมรับความจริงว่าความรักเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถควบคุมได้นะคะ มันเป็นเรื่องที่บังคับมันไม่ได้ อยากให้มันเป็นอย่างนั้นอยู่ตลอดเวลาอย่างนี้ มันเป็นไปได้ เรายอมรับความจริงในข้อนี้ได้แล้ว พี่ว่าความทุกข์ของเรามันน่าจะน้อยลง

(เทปบันทึกวันที่ 29 ตุลาคม 2553 ตอน ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ)

ตัวอย่าง

อดทน : อดทน และกล้าแกร่ง แต่ไม่สมหวังก็มีค่ะ คือจริงๆ มันจะมีทฤษฎีโรตต่างๆมากมาย ค่ะ แบบนี้แล้วจะเป็นแบบนี้ แต่ก็ต้องยอมรับค่ะว่า บางอย่างมันใช้ไม่ได้กับความรัก เช่นอย่างที่บอก อดทนแล้วจะไปถึงจุดหมาย คืออดทนยังไงเขาไม่รักก็มีนะคะ

(เทปบันทึกวันที่ 24 กันยายน 2553 ตอน เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง)

ความรักไม่มีทฤษฎีในการใช้ชีวิต ผู้ดำเนินรายการมักจะให้ยึดหลักทฤษฎีความรักเพียงข้อเดียว คือ เมื่อใดก็ตามที่ใครสักคนรักใคร่อีกคนมากพอ เขาจะไม่ละเลยความพยายามที่จะทำให้อีกฝ่ายรับรู้ หรือพยายามจะพาความสัมพันธ์นี้ให้เดินต่อไปให้ได้ แต่ถ้าเวลาผ่านไปนานเท่าไร เขาก็ยังเมินเฉย ขอให้อีกฝ่ายเริ่มรู้ได้ว่า บางทีเราควรจะถอยออกมาอยู่ในระยะปลอดภัยได้แล้ว ก่อนที่จะเจ็บตัวเจ็บหัวใจไปมากกว่านี้ คนบางคนไม่ยากขยับรับผิดชอบในความสัมพันธ์ แต่ก็เห็นแก่ตัวเกินกว่าที่จะปล่อยให้อีกฝ่ายเป็นอิสระ

เรื่องเล่าจากผู้ฟังทางบ้านในเรื่องหนึ่งๆ ผู้วิจัยพบว่าผู้ดำเนินรายการจะมีลักษณะการให้คำปรึกษา คำแนะนำ และการแสดงความคิดเห็นในหลายๆ ลักษณะดังตัวอย่างข้างต้นประกอบกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับตัวผู้เล่าโดยใช้ความรู้สึกจับอารมณ์และความคิดของผู้เล่าว่าเป็นอย่างไร และเนื้อเรื่องที่ผู้เล่าเล่ามานั้นเป็นเหตุการณ์ปัญหาอย่างไร

ประโยชน์ที่ได้จากการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษาคนอื่นๆ ทำให้ผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังคนอื่นๆ ได้มุมมองในเรื่องของความรักในแบบที่ไม่เคยเจอกับชีวิตจริงมาก่อน และบางทีก็ไม่ได้คิดว่าจะมีเรื่องราวแบบนั้นเกิดขึ้นจริงๆ ในสังคมไทยทุกวันนี้ ทำให้มีมุมมองที่มากขึ้น มีมุมมองที่แปลก ที่ทำให้ได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริงของคนอื่น เรียนรู้ซึ่งกันและกัน ทำให้รู้ว่าความรักเป็นเรื่องที่ไม่แน่นอนที่สุดในโลก ถ้าโลกจะสอนเรื่องความไม่แน่นอนให้กับมนุษย์แล้วก็จะสอนผ่านความรัก ไม่มีอะไรที่เป็นของเราได้แน่นอนที่สุด บางคนที่รักกัน เจอกันดูแลกกันอย่างดีที่สุด แต่ก็ไม่รู้ว่าวันข้างหน้าอะไรจะเกิดขึ้นบ้าง อะไรที่จะพรากความรักของเราออกกัน ผู้ดำเนินรายการมักจะพูดเสมอว่า ไม่รู้ว่าอายุขัยหรืออายุรักแบบไหนที่จะหมดอายุก่อนกัน เพราะฉะนั้นสิ่งที่ทุกคนทรมานเป็นทุกข์กันอยู่ในทุกวันนี้ เพราะทุกคนเข้าใจผิดคิดว่า การมีความรัก สิ่งนี้คือของๆ เราแน่นอน เมื่อเรามีของๆ เราแล้วก็จะบังคับให้ของๆ เรากระทำในสิ่งที่เราพึงพอใจ ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้ว ชีวิตของคนเราไม่สามารถที่จะเป็นของๆ กันได้ คนเราไม่สามารถไปบังคับชีวิตของอีกคนได้ เช่น ตอนเป็นแฟนกัน ก็บังคับเขาไม่ให้ทำทรงผมนี้ ตอนรักกันบอกว่ารักเธอที่เธอเป็นเธอ แต่พอรักกันไปนานๆ กลายเป็นรักเธอถ้าเธอทำในสิ่งที่เราชอบ ซึ่งมักจะเป็นเรื่องที่เราเข้าใจผิด เพราะการที่คนสองคนรักกัน คือ การที่ชีวิตของคนสองคนมีความสุขในการที่อยู่ใกล้กันเท่านั้น เพราะฉะนั้นทุกคนยังมีโลกส่วนตัว เพียงแต่เรามีโลก

ส่วนตัวแต่อยู่ใกล้กันเท่านั้นเอง ซึ่งการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการนอกจากจะสนใจสอนชีวิตให้กับคนอื่นแล้ว ก็เป็นการสอนตัวเองไปในตัวด้วยเช่นกัน

ตอนที่ 4 ความน่าสนใจในการนำเสนอ

ผลการศึกษาการนำเสนอของผู้ดำเนินรายการ Club Friday ที่ทำให้ประชาชนทั่วไปสนใจฟัง จากการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการและวิธีการสังเกตการณ์ในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยพบว่าสาเหตุที่ทำให้มีผู้คนให้ความสนใจติดตามในรายการนี้ก็คือ เทคนิคในการสื่อสารและคุณสมบัติเฉพาะของผู้ดำเนินรายการ และอีกส่วนหนึ่งคือองค์ประกอบต่างๆ ของรายการ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ความน่าเชื่อถือและความไว้วางใจ

ความเป็นมืออาชีพ รายการ Club Friday มีมายาวนาน ผู้ดำเนินรายการได้ฟังเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้านมาเป็นจำนวนมาก ทำให้ผู้ดำเนินรายการมีความชำนาญในการทำงานในการเป็นนักพูดที่ดี และมีความสามารถทางด้านความคิด มีเซอร์ปัญญาที่ว่องไว ให้คำปรึกษาหรือหาวิธีรับมือกับความทุกข์ได้อย่างชำนาญเพราะถึงแม้ว่าเรื่องเล่าแต่ละคนจะมีปัญหาที่แตกต่างกัน แต่ก็จะมีลักษณะที่คล้ายคลึงและจะเป็นแบบซ้ำๆกัน ฉะนั้นการมีประสบการณ์มากทำให้ผู้ดำเนินรายการได้รับความน่าเชื่อถือของคนอื่น จนมีคนบอกว่าพีย่อยกับพียอดน่าจะเป็นหมोजิตวิทยาได้เช่นกัน (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) และสิ่งหนึ่งที่ทำให้ผู้ฟังเชื่อคำแนะนำของผู้ดำเนินรายการ ก็คือ การที่ผู้ดำเนินรายการไม่ได้สั่งให้เขาทำอะไร แต่แนะนำให้ลองคิดแบบนี้ดูว่ามันดีขึ้นมาจริงไหม คนฟังก็จะเอาไปคิดต่อเอง และตัดสินใจปัญหาของตัวเอง ซึ่งธรรมชาติของมนุษย์มักจะไม่ชอบให้คนอื่นมาบังคับตัดสินใจกำหนดชะตาชีวิตของตัวเอง แต่การให้วิธีคิดของผู้ดำเนินรายการทำให้ผู้ฟังเกิดความเชื่อขึ้นมา (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ความเป็นแม่แบบ/บุคคลตัวอย่าง ลักษณะการให้คำปรึกษา คำแนะนำ การแสดงความเห็นของผู้ดำเนินรายการแสดงความเป็นผู้ดีธรรม มีศีลธรรม มีเหตุและผล มีความเชื่อมั่น เอาใจใส่ผู้ฟัง ไม่ออกนอกเรื่องจากสิ่งที่ผู้ฟังสนใจ รวมทั้งผู้ดำเนินรายการมีความหวังดีกับผู้ฟัง ซึ่งความหวังดีทั้งหมดจะส่งผลออกมาจากสิ่งที่ผู้ดำเนินรายการได้พูดไป ทำให้ผู้ฟังเหมือนรู้สึกว่ามี

ที่สาวใจดีสองคนมานั่งฟัง แต่บางปัญหาก็ต้องมีटकเตือนบ้างถ้าเรื่องนั้นมันสมควรที่จะต้องเตือน (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) การให้ความสนใจดูแลหัวใจผู้ฟัง การเข้าถึงความรู้สึกและอารมณ์ของผู้ฟัง ไม่ว่าจะทุกข์หรือจะสุข จากสิ่งต่างๆ เหล่านี้ทำให้ผู้ฟังทั่วไปเคารพ นับถือ ยกย่อง และให้ความไว้วางใจที่จะเล่าเรื่องราวของตนเองให้กับผู้ดำเนินรายการได้ฟัง แบ่งปันประสบการณ์

ความเป็นมืออาชีพและเป็นบุคคลตัวอย่างของผู้ดำเนินรายการ ทำให้ผู้ฟังทั่วไปให้ความนับถือและความไว้วางใจ พร้อมให้เป็นทางเลือกหนึ่งที่เวลาคนทั่วไปมีปัญหาและไม่กล้าปรึกษาคนอื่นหรือคนรอบข้างคนใกล้ชิดได้รับรู้ ก็เป็นเสมือนที่ที่ให้ระบายความทุกข์ ความอัดอั้นตันใจว่ายังมีคนเขาสามารถฟังฟังได้ และอาจจะเพราะด้วยธรรมชาติของการสื่อสารทางสื่อวิทยุ ทำให้คนที่สื่อสารกันระหว่างปลายสาย ไม่รู้จักกัน และไม่เห็นหน้ากันทำให้รู้สึกถึงความพอดีในระหว่าง คือสื่อสารกันอย่างเปิดเผยเสมือนเพื่อนที่รู้จักใกล้ชิด แต่ก็ยังมีความไกลจากการไม่รู้จักกันจริงๆ ไม่สามารถมองเห็นหน้าค่าตา หรืออริยาบถกันได้

2. เทคนิคการใช้ภาษาพูด

ผู้ดำเนินรายการใช้ภาษาพูดที่ฟังแล้วสามารถเข้าใจได้ง่าย ใช้ภาษาที่สุภาพ แต่ไม่ใช่ศัพท์วิชาการเพราะลักษณะเนื้อหาของรายการไม่ใช่สิ่งที่เข้าใจยากมากนัก มักจะถ่ายทอดภาพเหตุการณ์และการกระทำผ่านเป็นคำพูดออกมาซึ่งง่ายต่อการทำความเข้าใจ แต่ในบางครั้งการสื่อสารโดยการถ่ายทอดความรู้สึกผ่านภาษาพูดให้ผู้ฟังเข้าใจตรงๆ ในบางครั้งอาจจะเป็นเรื่องที่เข้าใจยาก ผู้ดำเนินรายการจึงสื่อสารภาษาพูดออกมาในลักษณะของการเปรียบเทียบสิ่งหนึ่งกับอีกสิ่งหนึ่ง เพื่อให้ผู้ฟังได้เกิดจินตนาการตามจะได้สร้างความเข้าใจมากยิ่งขึ้นไปด้วย

ด้วยตามลักษณะของเนื้อหาของรายการแล้ว ส่วนมากจะเป็นเรื่องเล่าที่พบแต่ปัญหา มีทั้งร้องไห้กันออกอากาศสด การให้คำปรึกษา คำแนะนำ และแสดงความคิดเห็นของผู้ดำเนินรายการจึงเป็นลักษณะของการให้กำลังใจ ปลอดภัยต่างๆ ซึ่งดูเหมือนเป็นรายการที่เครียดและจริงจังกับชีวิต แต่ในบางครั้งผู้ดำเนินรายการก็มีการให้ความบันเทิงร่วมด้วย เช่น มีคำพูดที่ตลกขบขันบ้าง ซึ่งไม่ได้มีความจริงจังแต่เพียงอย่างเดียว

3. บุคลิกของผู้ดำเนินรายการ

น้ำเสียงของผู้ดำเนินรายการมีลักษณะที่ฟังสบายๆ เสียงไพเราะ อ่อนหวาน น่าฟัง ไม่สร้างความเครียดเพิ่มขึ้น ให้ความรู้สึกเป็นการเองระหว่างผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟัง ให้ความอบอุ่น เหมือนมีเพื่อนคอยเคียงข้าง ทำให้ผู้ที่มีปัญหาหากล้าที่จะเล่าและเปิดใจมากขึ้น นอกจากนี้ผู้ดำเนินรายการยังสร้างความเป็นกันเองโดยการใช้สรรพนามแทนตัวผู้เล่าโดยการเรียกชื่อผู้เล่า หรือใช้คำว่า “พี่” กับ “น้อง” เพื่อแสดงให้เขาู้สึกว่าไม่เกิดระยะห่างมากเกินไป

ลีลาในการพูด ผู้ดำเนินรายการจะมีจังหวะในการพูดที่พอดีกันกับผู้ฟัง คือ จะให้ผู้เล่าได้เล่าเรื่องราวของเขา ก่อน เมื่อมีจังหวะที่สงสัยก็จะถามโดยการพูดจะไม่พูดแทรกระหว่างที่ผู้เล่ากำลังเล่าเรื่อง เมื่อไหร่ที่มีจังหวะพูดพร้อมกันหรือพูดชนกัน ผู้ดำเนินรายการก็จะให้เกียรติผู้เล่าได้พูดก่อน และการให้คำแนะนำหรือแสดงความคิดเห็นก็จะพูดตรงประเด็นกับสิ่งที่ผู้เล่าเล่ามา และจะพูดในลักษณะแบบใจเย็น เพื่อให้ความรู้สึกสบายใจกับผู้เล่าและผู้ฟังคนอื่นๆ

นอกจากนี้ยังมีทั้งความเหมือนและความต่างกันของผู้ดำเนินรายการ Club Friday ทั้ง 2 คน ความเหมือนคือ ดีเจพีฉอดและดีเจพีอ้อย มีความสนใจหรือชอบในเรื่องของความรัก ความสัมพันธ์ ชอบสังเกตพฤติกรรมของคนเช่นกัน แต่ความแตกต่างคือ ดีเจพีฉอดและดีเจพีอ้อย จะมีบุคลิกที่แตกต่างกันทั้งน้ำเสียง ลีลาการพูด และลักษณะในการตอบปัญหา ดีเจพีอ้อยจะมีน้ำเสียงที่ทุ้มกว่า แต่ลักษณะในการให้คำปรึกษาจะมีวิธีการเบาๆ ในการเลี้ยง จะไม่เด็ดขาดเท่าดีเจพีฉอด เพราะมีความคิดที่ว่าทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่มีอะไรที่สามารถมองแล้วบอกได้อย่างชัดเจนได้เลย

“พี่เชื่อว่า ทุกสิ่งทุกอย่าง มันไม่มีอะไรที่สามารถมองแล้วฟันธงได้เลยอะ เหมือนอันนี้เหมือนกัน เลิกเถอะ ตัดเถอะ เข้าใจ แต่เชื่อว่าคนที่เข้าใจ ตัดเถอะ เลิกเถอะได้ เขาไม่โทรมาหอก เขาจะพยายามหามุมสุดท้ายของชีวิตมาถามว่าแล้วพี่คะ ถ้าหนูจะย้อละ หนูจะทำตรงไหนได้บ้าง เพราะฉะนั้นพี่จะเป็นคนที่ไม่เด็ดขาดเท่าพี่ฉอด พี่ฉอดจะเด็ดขาดเลย แต่ของพี่พี่จะรู้สึกได้ว่า เดี่ยวก่อน นิดหนึ่ง มันยังมีโอกาสให้ตัวเองได้ย้อก่อน จะงี้เง่าก็ได้เนะ งี้เง่าได้อีกนิดหนึ่งก่อนที่จะหยุดงี้เง่า หรือจะตัดใจก็ได้เนะ แต่ก่อนจะได้ตัดใจขอให้ได้ทำอะไรส่งท้ายของชีวิตก่อน พี่จะเป็นคนแบบนี้เน้อ”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ส่วนดีเจพีฉอดน้ำเสียงจะเล็กๆ หวานๆ แต่ลักษณะการตอบปัญหาจะค่อนข้างตรงกว่าดีเจพีอ้อย จะมีความเด็ดขาดกว่า แต่ความเด็ดขาดนี้ไม่ทำให้เขาู้สึกสะเทือนใจหรือเสียใจ

กว่าเดิม เพราะว่าบางคนเขาก็จะชอบความชัดเจนตรงนี้ และเรื่องราวปัญหานั้นก็เห็นว่าไม่ควรปล่อยให้ผู้เล่าพำเพื่อไปมากกว่านี้ ถึงเวลาแล้วที่ต้องดึงผู้เล่าออกมาจากความทุกข์นั้นจึงต้องมีการใช้ความเด็ดขาด (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ความแตกต่างนี้จะทำให้รายการเป็นที่น่าสนใจ เพิ่มสีสันขึ้น เพราะไม่ทำให้รู้สึกว่าเป็นโมโนโทน คือ ไม่เป็นไปในทางเดียวกันมากเกินไป และไม่จำเจน่าเบื่อจนเกินไป เพราะถ้าหากมีความเหมือนกันไปหมด การจัดรายการ Club Friday ไม่จำเป็นต้องมีผู้ดำเนินรายการ 2 คนก็ได้ เพราะฉะนั้นความต่างนี้จะช่วยกันให้มีมุมมองมากขึ้น บางมุมมองจะต้องใช้ความเด็ดขาด และบางมุมมองจะต้องเข้าไปปลอบแรง เป็นต้น (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

4. การให้สารประโยชน์

นอกจากผู้ดำเนินรายการจะให้คำแนะนำ และช่วยหาวิธีรับมือกับความทุกข์ให้กับผู้เล่าแล้ว ก็ยังสอดแทรกให้คติสอนใจ ข้อคิดดีๆ ในการใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขอย่างยั่งยืนให้กับผู้ฟังที่บ้านคนอื่น ๆ ด้วย บางทีเรื่องใกล้ตัวคนเรามักจะลืม ผู้ดำเนินรายการก็จะคอยจุดประกายให้เกิดจิตสำนึกอยู่ตลอด เป็นการช่วยการลดปัญหาความขัดแย้ง ความเครียดที่สะสม สร้างความเข้าใจ ความรู้สึกผิดชอบชั่วดีให้มากขึ้น ซึ่งสามารถนำไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้จริง สามารถแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของตนเองได้ และทำให้ผู้ฟังไม่รู้สึกเบื่อหน่ายที่จะรับสารประโยชน์เหล่านั้น

“ชอบคำพูดของพี่อ้อยพี่ฉอดคำหนึ่งที่จะพูดในรายการเสมอว่า คนที่ทำให้ตัวเองหยุดร้องไห้ได้คือตัวเอง พี่มใช้คำพูดนี้มาใช้กับตัวเองเสมอทุกครั้ง รู้สึกประทับใจกับคำพูดนี้ ทุกอย่างมันเกิดจากความหวังค่ะ”

(คุณพิม เทปบันทึกวันที่ 15 ตุลาคม 2553 ตอน คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน)

“ชอบคำแนะนำของพี่อ้อยพี่ฉอดค่ะ ให้ข้อคิดดีๆ บ่อยๆ ทำให้มองเห็นมุมอื่นๆ ของความคิดผู้อื่นค่ะ”

(ความคิดเห็นจากแบบสอบถาม)

นอกจากนี้การให้วิธีคิดกับคนอื่น ทำให้คนฟังได้ประโยชน์ในแง่ที่สามารถสร้างกำลังใจให้กับตัวเองได้ และกวีวิธีการใช้ชีวิตอีกรูปแบบหนึ่งที่สามารถเรียนรู้ได้จากชีวิตคนอื่น โดยที่ไม่ต้องประสบพบเจอปัญหากับตนเอง

“พี่ว่าฟังClub Friday มันได้วิธีคิด เราไม่จำเป็นต้องไปเจอปัญหาหนักเท่าเขา แต่สิ่งหนึ่งคือ ขณะหนักขนาดนั้น เขายังรอดเลย แล้วเราละเจออะไรนิดหน่อยแล้วท้อง่ายแล้ว เราจะท้อทำไม ในเมื่อมีอะไรอีกมากมายในชีวิตที่เราน่าจะโชคดีกว่าคนที่โทรเข้ามาอีก แล้วเรามาตั้งท้อทำไม พี่ว่าตรงนี้นั่นได้จ่ะๆ คือกำลังใจให้กับตัวเอง และกวีวิธีการใช้ชีวิตอีกรูปแบบหนึ่งที่เราได้เรียนรู้จากชีวิตของผู้อื่น”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

5. องค์ประกอบอื่นๆ ของรายการ

5.1 การเปิดโอกาสให้ผู้ฟังมีส่วนร่วมในรายการ นอกจากจะให้ผู้ฟังทางบ้านส่งเรื่องราวของตนเองผ่านช่องทางต่างๆ แล้ว ยังเปิดโอกาสให้ผู้ฟังทางบ้านสามารถโทรเข้ามาเล่าเรื่องกันผ่านทางโทรศัพท์โดยอากาศทางรายการสด เพื่อที่ผู้ดำเนินรายการเองจะได้พูดคุยกันมากขึ้น มีโอกาสได้ซักถามสิ่งที่สงสัยหรือยังไม่ชัดเจนได้มากขึ้น เพื่อจะได้วิเคราะห์เรื่องเล่านั้นและให้คำปรึกษาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม อีกทั้งการเปิดโอกาสให้มีคนโทรเข้ามาเล่าเรื่องราวของตนเองโดยออกอากาศสด เพราะบางคนมีปัญหาแต่ไม่สามารถปรึกษาคนรอบตัวได้ รายการนี้จึงเป็นทางเลือกหนึ่งให้เขาได้ติดตาม และยังทำให้ผู้ฟังคนอื่นๆ ที่ได้ฟังอยู่ได้ติดตามฟังเรื่องราวของชีวิตคนอื่น ๆ ปัญหาของคนอื่นๆ ให้เห็นชีวิตของคนอื่นที่เขาเจอเรื่องร้ายๆ มาและแย่กว่าเราแต่เขาก็ยังผ่านช่วงนั้นมาได้ ทำให้ช่วยเป็นกำลังใจในการสู้ชีวิตในยามที่เราท้อ และทำให้เรามองเห็นสังคมที่กว้างขึ้น ซึ่งการนำเสนอเรื่องเล่าของคนอื่นนี้ จะดึงดูดความสนใจให้ผู้ฟังได้ไม่น้อย และไม่ให้เกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายกับปัญหาชีวิตที่แตกต่างกันไปในแต่ละคน

“เป็นรายการที่น่าสนใจและน่าติดตามชมมาก และเป็นแนวทางในการจะใช้ชีวิตให้มีคุณค่ามากขึ้นทำให้เรารู้ว่ายังมีคนอื่นอีกมากมายที่มีปัญหาความรักเหมือนกับเรา”

(ความคิดเห็นจากแบบสอบถาม)

"ชอบคลับฟรายเดย์มาก อยากให้มีตลอดคะ ทุกๆวันศุกร์แทบอยากจะทำให้ถึงสามทุ่มเร็วๆ เพื่อมาฟังเรื่องราวของคนอื่นที่แตกต่างจากเรา ช่วยให้เห็นโลกใบแบบที่แปลกไปจากที่เราคิด เห็นความจริงของความรักมากขึ้นว่ามีหลายด้าน ขอขอบคุณทีมงานที่ทำให้มีรายการนี้เกิดขึ้นคะ"

(ความคิดเห็นจากแบบสอบถาม)

5.2 การตั้งหัวข้อในแต่ละสัปดาห์ การมีประเด็นว่าสัปดาห์นี้เป็นเรื่องเล่าในลักษณะใดนั้น ทำให้รายการมีความเป็นเอกภาพ คือ เนื้อหาไม่กระจัดกระจาย เรื่องเล่าจากผู้ฟังที่บ้านก็จะมีลักษณะที่ตรงกับหัวข้อนั้นๆ และการตั้งหัวข้อก็จะพยายามเกลี้ยๆ หัวข้อให้มีความหลากหลายในแต่ละสัปดาห์ การตั้งหัวข้อขึ้นมามากจะใช้เป็นคำ หรือวลีเด็ดๆเป็นชื่อบท ทำให้คนที่อ่านแล้วจะรู้สึกว่าได้โดน มีความรู้สึกตรงตรงกับเหตุการณ์ที่เจอมาหรือมีความรู้สึกนั้นอยู่ ก็เป็นการเรียกความสนใจผู้ฟังให้มากขึ้นได้ทางหนึ่ง และทำให้เขาอยากจะทำปณิธานประสพการณ์เรื่องราวเหล่านั้นที่รู้สึกโดนโดยถ่ายทอดมาทางรายการ

"ชอบวลีนี้จริงๆคะ เพราะว่ามันเป็นอะไรที่โดนมากๆ ฟังกรีนเวฟผ่านเว็บไซต์ทุกวัน แต่ไม่ค่อยได้เข้าไปในเว็บดูรายละเอียดเท่าไรหรอกคะ พอดีไปเห็นวลีนี้ในวันที่เข้าไปดูแล้วรู้สึกว่ามันเป็นอะไรที่เราู้สึกโดนมากๆ และเราก็อยากจะแชร์ความรู้สึกนี้ ก็เลยลองเขียนเมลล์ไปดู"

(คุณไก่ เทปบันทึกวันที่ 10 กันยายน 2553 ตอน ไม่มีอะไรที่ใช่แต่ทำไมถึงรัก)

"สวัสดีค่ะพี่อ้อยพี่ฉอด โดนมากเลยคะ รอบประเด็นนี้มานานมาก คิดว่าคลับฟรายเดย์ต้องจัดให้แน่ๆ..."

(คุณพิม เทปบันทึกวันที่ 15 ตุลาคม 2553 ตอน คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน)

"สวัสดีค่ะพี่อ้อยพี่ฉอด หนูเป็นแฟนประจำของกรีนเวฟมานานมาก ปกติเป็นผู้ฟังอย่างเดียว ไม่กล้าโทรเข้ามา ทั้งๆที่หลายตอนโดนใจมากและก็ตรงกับเรื่องราวในชีวิต วันนี้อะไรที่ประทับใจจริงๆคะ..."

(คุณแอมมี เทปบันทึกวันที่ 22 ตุลาคม 2553 ตอน ข้อความไหนที่ทำให้ใจปลื้ม)

5.3 เนื้อหาของรายการมีความหลากหลาย คือ ปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นกัน แต่รายละเอียดของปัญหาแต่ละประเด็นจะมีความแตกต่างกันออกไปตามเหตุการณ์ที่ได้เจอมา ซึ่งรายละเอียดของเรื่องเล่าที่ผู้ดำเนินรายการนำมาเสนอนั้น จะผ่านการคัดเลือกมาก่อน เช่น ถ้าผู้ฟัง

ทางบ้านโทรศัพท์เข้ามาเล่าเรื่องออกอากาศ ก็จะผ่านจากการสกรีนสายของทีมงานที่อยู่หลังไมค์ ก่อนที่จะส่งมาให้ผู้ดำเนินรายการ และเรื่องเล่าทางอีเมลก็จะผ่านการสกรีนของผู้ดำเนินรายการที่ไปทำการศึกษามาเป็นการบ้านก่อนแต่ละสัปดาห์ เป็นต้น ฉะนั้น เนื้อหารายละเอียดเรื่องเล่าที่ได้ ออกอากาศจึงมีความน่าสนใจ มีความหลากหลาย มีหลายแง่มุมมอง มีหลายฝั่ง หลายฝ่าย แต่อยู่ ภายใต้ในหัวข้อที่กำหนดหรือปัญหาหลักแบบเดียวกัน เพื่อให้ผู้ฟังฟังได้หลากหลายมุม

นอกจากนี้ความน่าสนใจของเนื้อหารายละเอียดของเรื่องเล่า คือ เรื่องเล่าแต่ละเรื่อง ของผู้ฟังทางบ้าน เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริงของมนุษย์ เพราะคนที่เล่าเรื่องเข้ามา มักจะมีปัญหาเกิดขึ้นกับตัวเองจึงต้องการที่จะมาปรึกษา หากแต่งเรื่องขึ้นมาเองก็ไม่จำเป็นที่จะต้องมาปรึกษากับผู้ดำเนินรายการ ซึ่งไม่ใช่จุดประสงค์ของรายการ Club Friday ที่ต้องการให้คนที่เจอเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตจริงมาแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกัน อีกทั้งถึงแม้ว่าจะมีผู้เล่านำเสนอเรื่องราวในลักษณะที่คล้ายๆ กัน แต่ในแต่ละสัปดาห์อย่างน้อยก็จะมีหนึ่งสายที่มีรายละเอียดเรื่องเล่าที่แปลกและ น่าสนใจเป็นพิเศษมากกว่าเรื่องอื่นๆ อยู่เสมอ

“แต่ละศุกร์ มันจะมีสายแห่งความมหัศจรรย์ ในแต่ละศุกร์อยู่เสมอ แตกต่างกันไป อันนี้โดนอันนี้อะ คือความประทับใจของพี มันไม่ใช่เป็นความประทับใจอะ แต่บางที มันรู้สึกได้ว่าเฮ้ย มีเรื่องแบบนี้จริงๆ ด้วยหรือ ความมหัศจรรย์ไม่ได้ประทับใจในแง่ว่ามันซาบซึ้งตรึงใจ แต่ที่รู้สึกได้ว่า โอ้โฮ คนเราบางทีมันมีอะไรหลายอย่างมาก ที่มันไม่ได้เป็นอย่างที่คิดหรอก”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

5.4 เพลงประกอบในรายการ มักจะเปิดเพลงขึ้นตอนต้นเริ่มรายการ Club Friday ซึ่งก็จะช่วยสร้างสีสันเพิ่มขึ้นในรายการ ซึ่งไม่ได้มีแต่เรื่องเล่าเพียงอย่างเดียว การมีเพลงประกอบที่มี เนื้อหาที่ตรงหรือคล้ายกันกับหัวข้อในสัปดาห์นั้นๆ จะยิ่งช่วยเรียกอารมณ์และกระตุ้นความรู้สึกของผู้ฟังมากขึ้น ทำให้เรื่องราวที่คุยกันมีน้ำหนักรวมมากขึ้น และไม่ทำให้รายการน่าเบื่อจนเกินไป

5.5 ช่วงเวลาที่ออกอากาศ คือช่วงเวลาทุกวันศุกร์ 21.00 – 23.00 น. ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ไม่เร็วจนเกินไป และไม่ตึกจนเกินไป ด้วยเหตุผลที่ว่า คนไม่ยากนอนตึก ถ้าตึกไปมันก็ไม่ดี ทำให้ อาจไม่สนใจ ไม่มีสมาธิในการฟัง จึงเอาวิถีชีวิตของคนเมืองมาเป็นเกณฑ์ในการกำหนดเวลา ออกอากาศ ดังนั้นช่วงเวลานี้จึงทำให้คนฟังสามารถที่จะรับฟังเรื่องราวแบบนี้ได้อย่างสบายๆ และการใช้ความยาวเวลา 2 ชั่วโมง ในการสนทนากัน เป็นความยาวที่กำลังพอดี ไม่มากและน้อย

จนเกินไป เพราะเรื่องราวของความรักไม่นานเราก็จะต้องกลับมาคุยกันใหม่อีก ฉะนั้นสนทนากันมากเกินไปจะไม่สนุก แต่ถ้าเกิดกำลังสนุกก็จะหยุดก่อนแล้วค่อยคุยกันใหม่ในศักราชหน้า แต่จากแบบสอบถามก็ยังมีผู้ฟังให้ความคิดเห็นในเรื่องของช่วงเวลาในการออกอากาศถึงการเพิ่มความยาวในการออกอากาศเช่นกัน

“อยากให้รายการ จัดนานกว่านี้ค่ะ เพราะเวลานี้น้อยเกินไป เอาเวลาเยอะๆยิ่งดีค่ะ”

(ความคิดเห็นจากแบบสอบถาม)

5.6 รูปแบบรายการที่แตกต่าง ในปัจจุบันก็มีรายการที่ตอบปัญหาเรื่องของการความรักบ้างเช่นกัน ซึ่งก็มักจะเป็นรายการวิทยุ เนื่องจากความเป็นธรรมชาติของสื่อวิทยุตามที่กล่าวไปแล้วข้างต้น ฉะนั้นผู้ฟังจึงมีทางเลือกอื่นๆ อีกที่จะเป็นที่รับฟังปัญหาของตน และให้คำปรึกษาได้ แต่สิ่งหนึ่งที่รายการ Club Friday ต้องโดดเด่นและแตกต่างจากรายการอื่นนั่นก็คือ ความชัดเจนในการจัดรูปแบบรายการ และความเป็นเอกลักษณ์ของผู้ดำเนินรายการ คือ เป็นรูปแบบการสนทนา ซึ่งจุดประสงค์คือต้องการมาแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกัน และมีดีเจที่ฉลาดและดีเจที่อ้อยเปรี้ยวเสมือนตราหรือโลโก้ เป็นผู้ดำเนินของรายการ อีกทั้งรูปแบบของรายการไม่มีเพลงมาคั่นระหว่างสนทนากับผู้เล่าสายหนึ่งกับอีกสายหนึ่ง เรื่องเล่าจะถูกนำเสนอเป็นสายต่อสาย เพราะฉะนั้นความโดดเด่นและแตกต่างตรงนี้ ทำให้รายการ Club Friday ไม่เหมือนรายการอื่น

“ถามว่าใครเป็นคนคลื่นแรกในโลกนี้ที่เปิดเพลง ไม่รู้อยู่ดีอะ เพราะมันเป็นธรรมชาติของรายการวิทยุ จะทำอะไรได้มากไปกว่าคุยกับคนฟัง เล่นเกมกับคนฟัง เปิดเพลงให้คนฟังฟัง เล่าสู่กันฟังในเรื่องนั้นเรื่องนี้ มันคือ ธรรมชาติของรายการวิทยุอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นก็เลยไม่คิดว่ามันจะต้องเป็นการเลียนแบบหรือไม่เลียนแบบอะไร เพียงแค่เราทำให้มันชัดเจนขึ้นว่า ต่อไปนี้รูปแบบของ Club Friday คือ เราแชร์ประสบการณ์กัน มีพี่อ้อยพี่ฉลาด เป็นดีเจประจำช่วง”

(นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

5.7 การมีแขกรับเชิญ รายการ Club Friday ในบางสัปดาห์จะมีการเชิญแขกรับเชิญพิเศษเข้ามาร่วมพูดคุยสนทนา ซึ่งการเชิญแขกรับเชิญมาจะคำนึงถึงหัวข้อหรือต่อนั้นๆ ว่าใครที่เหมาะสมที่จะเชิญมาร่วมพูดคุยด้วย เช่น ชื่อตอนว่า รักแท้แพ้ดวงชะตาหรือเปล่านั้น ก็จะเชิญหมอช้าง อ.ทศพร ศรีตุลา ผู้มีความชำนาญเรื่องการดูดวง มาร่วมคุยกัน เพราะหลายคนสงสัยว่า คนที่ไม่ใช่ดวงคู่กัน จะเป็นคู่กันได้หรือไม่ เพราะหลายคนไม่ได้เป็นแฟนกัน เพียงเพราะว่าไปดูหมอดู

มาแล้วไม่ใช่ เป็นต้น เพื่อจะได้มีมุมมองอื่นๆหรือประเด็นอื่นๆเพิ่มมากขึ้น เป็นมุมมองของคนอื่นบ้าง เพราะการจัดรายการ Club Friday ทุกวันศุกร์หากมีแต่ผู้ดำเนินรายการ ดีเจพีซอดและดีเจพีซ้อย ในลักษณะแบบนี้ทุกวันศุกร์ ก็จะมีแต่มุมมองของคนเดิมๆ และอาจจะสร้างความน่าเบื่อได้ ฉะนั้นการมีแขกรับเชิญพิเศษเข้ามาร่วมพูดคุยด้วย จะช่วยสร้างสีสันให้กับรายการ และให้รายการสามารถขับเคลื่อนต่อไปได้ แต่ก็จะไม่เชิญแขกรับเชิญมาทุกสัปดาห์ และจะไม่เชิญมามากเกินไป เพราะประเด็นของคนที่โทรเข้ามาจะถูกแตกประเด็นออกไปมาก และอาจจะสร้างความไม่ไว้วางใจได้ เพราะคนที่โทรเข้ามาอย่างน้อยก็ต้องการฟังดีเจพีซอดและดีเจพีซ้อยเป็นหลัก ถ้าแขกรับเชิญมากขึ้น จะทำให้หนึ่งสายของคนที่โทรเข้ามาไม่เด่น ซึ่งการจัดรายการจะต้องให้ความสนใจของผู้ที่โทรเข้ามาเป็นหลัก

นอกจากนี้ยังมีการจัดรายการนอกสถานที่อีกด้วย เช่น ไปคุยกับแม่ชีคันสนีย์ พระอาจารย์มหาสมปอง เป็นต้น เพื่อเป็นการเปลี่ยนบรรยากาศไม่ให้ผู้ฟังรู้สึกเดิมๆ หรือบางครั้งการเชิญแขกรับเชิญก็จะสังเกตจากผู้ฟังเป็นหลัก เช่น เห็นว่ามีเกย์โทรเข้ามาในรายการมากขึ้น ก็จะเชิญดร.เสรีมาร่วมสนทนา เป็นต้น เป็นการเพิ่มอรรถรสในการฟังเพิ่มมากขึ้น

ในการเชิญแขกรับเชิญเข้ามาในรายการ Club Friday มันจะเกิดจากการตั้งใจที่อยู่ใน Club Friday ก่อน ตั้งใจที่จะทำอะไรให้รายการมีสีสันที่สุด และค่อยหาคนลงไปใส่ ไม่ใช่เพียงว่าจับดีเจพีซ้อย ดีเจพีซอดมาคุยกัน หรือจับดีเจพีแอมมาคุยด้วยแล้วกัน แต่แนวคิดของการเชิญแขกรับเชิญพิเศษมาก็คือ ทำรายการ Club Friday ให้มีสีสันและตอบใจวิทยุกับคนที่อยากจะถามเรื่องนั้นเรื่องนี้มากที่สุดมากกว่า เพราะฉะนั้นจึงพยายามนำเสนอรายการโดยจับแขกรับเชิญไปเรื่อยๆ เพื่อให้ Club Friday ไม่ได้เป็นแค่มุมมองเดียว (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

ความน่าสนใจในการนำเสนอของรายการ Club Friday จึงเกิดจากองค์ประกอบหลายๆ ส่วน ประกอบกันที่ทำให้รายการมีความน่าสนใจ ซึ่งนอกเหนือจากผู้ดำเนินรายการแล้ว ก็ยังมีองค์ประกอบของรายการในส่วนอื่นๆ ที่จะต้องเป็นส่วนเสริมซึ่งกันและกัน เพื่อให้รายการ Club Friday ขับเคลื่อนตัวมาได้จนสามารถประสบความสำเร็จได้ในทุกวันนี้

บทที่ 5

การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง

การศึกษาเรื่อง วิธีการสื่อสารผู้ดำเนินรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจของผู้ฟัง ในส่วนที่ 2 เป็นผลการศึกษาถึงพฤติกรรมการฟัง การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลของผู้ฟังรายการ Club Friday จากแบบสอบถามทั้งหมด 400 ชุด ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ ใช้การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย เพื่ออธิบายข้อมูลดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ต่อเดือน
2. พฤติกรรมการฟังของผู้ฟัง
3. การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday
4. ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติวิเคราะห์คือ การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตามต่างๆ ตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐาน การใช้ประโยชน์ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา

1. ลักษณะทางประชากรศาสตร์

การวิเคราะห์ผลในส่วนนี้ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ นำเสนอผลการวิจัยสรุปลงในตารางดังนี้

เพศ

ตารางที่ 5 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	118	28.1
หญิง	302	71.9
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้ทั้งหมด 420 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 71.9 และเพศชายคิดเป็นร้อยละ 28.1

อายุ

ตารางที่ 6 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 16 ปี	17	4.0
16 - 20 ปี	46	11.0
21 - 25 ปี	141	33.6
26 - 30 ปี	123	29.3
31 - 35 ปี	68	16.2
36 - 40 ปี	16	3.8
41 - 45 ปี	5	1.2
46 - 50 ปี	4	1.0
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 6 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้มีสัดส่วนช่วงอายุที่ค่อนข้างเกาะกลุ่ม โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 21-25 ปี มีจำนวนมากที่สุด คือคิดเป็นร้อยละ 33.6

รองลงมาคือกลุ่มอายุระหว่าง 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 29.3 และกลุ่มอายุระหว่าง 46-50 ปี มีจำนวนน้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 1.0

สถานภาพ

ตารางที่ 7 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ

สถานภาพ	จำนวน	ร้อยละ
โสด	357	85.0
สมรส	45	10.7
หม้าย	7	1.7
หย่าร้าง	11	2.6
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 7 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีสถานภาพเป็นโสดมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 85.0 รองลงมาคือ สถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 10.7 และสถานภาพเป็นหม้ายมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.7

ระดับการศึกษา

ตารางที่ 8 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
มัธยมปลายหรือต่ำกว่า	40	9.5
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	21	5.0
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	297	70.7
ปริญญาโทหรือเทียบเท่า	62	14.8
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 8 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งหนึ่งมีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 70.7 รองลงมาคือกลุ่มที่มีการศึกษาระดับปริญญาโทหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 14.8 และที่มีจำนวนน้อยที่สุด คือ กลุ่มที่มีการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 5.0

อาชีพ

ตารางที่ 9 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน	ร้อยละ
ข้าราชการ	24	5.7
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	16	3.8
พนักงานบริษัทเอกชน	150	35.7
แม่บ้าน/พ่อบ้าน	4	1.0
นักเรียน/นักศึกษา	140	33.3
ประกอบธุรกิจส่วนตัว/ทำงานอิสระ	72	17.1
อื่นๆ	14	3.3
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 9 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.7 รองลงมาคือ นักเรียนหรือนักศึกษาคิดเป็นร้อยละ 33.3 และกลุ่มที่มีอาชีพเป็นแม่บ้านหรือพ่อบ้านมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 1.0

รายได้

ตารางที่ 10 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า 10,000 บาท	143	34.0
10,000 - 20,000 บาท	157	37.4
20,001 - 30,000 บาท	67	16.0
30,001 - 40,000 บาท	25	6.0
มากกว่า 40,001 บาท	28	6.7
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 10 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีรายได้ระหว่าง 10,000 – 20,000 บาท มีจำนวนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 37.4 รองลงมาคือมีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 34.0 และรายได้ระหว่าง 30,001 – 40,000 บาท มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 6.0

2. พฤติกรรมการฟังของผู้ฟัง

ตารางที่ 11 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกสื่อที่เคยรับการปรึกษาปัญหาชีวิตรัก

สื่อที่เคยได้รับการปรึกษาปัญหาชีวิตรัก	จำนวน	ร้อยละ
โทรทัศน์	211	19.2
วิทยุ	291	26.4
อินเทอร์เน็ต	225	20.4
สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ พ็อคเก็ตบุ๊กส์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น	188	17.1
สื่อบุคคล เช่น ครอบครัว เพื่อน จิตแพทย์ เป็นต้น	186	16.9
รวม	1101	100.0

จากตารางที่ 11 พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 420 คน มีการตอบทั้งหมด 1101 ครั้ง กลุ่มที่มีการปรึกษาปัญหาชีวิตรักโดยเลือกใช้สื่อวิทยุมีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 26.4 รองลงมาคือ สื่ออินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 20.4 และสื่อที่ใช้ใ้้น้อยที่สุดคือ สื่อบุคคล เช่น ครอบครัว เพื่อน จิตแพทย์ เป็นต้น ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 16.9

ตารางที่ 12 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความยาวนานในการรับฟังรายการ

ความยาวนานในการรับฟัง	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 1 ปี	135	32.1
1 - 2 ปี	171	40.7
3 - 5 ปี	81	19.3
มากกว่า 5 ปี	33	7.9
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 12 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ฟังรายการ Club Friday มักจะฟังมาเป็นเวลา 1-2 ปี มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.7 รองลงมาคือ ฟังมาเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.1 และที่พบจำนวนน้อยที่สุดคือ ฟังมามากกว่า 5 ปี ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 7.9

ตารางที่ 13 แสดงความถี่และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความบ่อยครั้งในการฟังรายการ

ความบ่อยครั้งในการฟัง	ความถี่	ร้อยละ
ฟังบ่อยเป็นประจำ (ทุกสัปดาห์)	131	31.2
ฟังบ้างไม่ฟังบ้าง (2-3 สัปดาห์ต่อเดือน)	218	51.9
นานๆ ฟังที (เดือนละครั้ง)	53	12.6
ได้ฟังน้อยมา (3 เดือนครั้ง หรือบังเอิญเปิดผ่านเลยฟัง)	18	4.3
รวม	420	100

จากตารางที่ 13 พบว่า กลุ่มตัวอย่างครึ่งหนึ่ง เป็นกลุ่มที่ฟังรายการ Club Friday บ้างไม่ฟังบ้าง หรือ 2-3 สัปดาห์ต่อเดือน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 51.9 รองลงมาคือ ฟังบ่อยเป็นประจำหรือฟังทุกสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 31.2 และกลุ่มที่พบเป็นจำนวนน้อยที่สุดคือ ได้ฟังรายการน้อยมาก หรือ 3 เดือนครั้ง หรือบังเอิญเปิดผ่านเลยฟัง คิดเป็นร้อยละ 4.3

ตารางที่ 14 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการใช้เวลาในการรับฟังในแต่ละครั้ง

การใช้เวลาในการรับฟัง	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่าครึ่งชั่วโมง	12	2.9
ครึ่งชั่วโมง - 1 ชั่วโมง	68	16.2
1 - 1 ชั่วโมงครึ่ง	88	21.0
1 ชั่วโมงครึ่ง - 2 ชั่วโมง	252	60.0
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 14 พบว่า กลุ่มตัวอย่างใช้เวลาในการฟังรายการแต่ละครั้ง หนึ่งชั่วโมงครึ่งถึงสองชั่วโมง มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.0 รองลงมาคือ ใช้เวลาในการฟังหนึ่งถึงหนึ่งชั่วโมงครึ่ง คิดเป็นร้อยละ 21.0 และที่พบน้อยที่สุดคือใช้เวลาในการฟังน้อยกว่าครึ่งชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 2.9

ตารางที่ 15 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามช่องทางในการฟัง

ช่องทางในการฟัง	จำนวน	ร้อยละ
วิทยุ	132	31.4
วิทยุออนไลน์/อินเทอร์เน็ต	167	39.8
เคเบิลทีวี	121	28.8
รวม	420	100.0

จากตารางที่ 15 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเปิดรับฟังรายการ Club Friday ทางช่องทางวิทยุออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ต เป็นจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 39.8 รองลงมาคือ วิทยุ และเคเบิลทีวี คิดเป็นร้อยละ 31.4 และ 28.8 ตามลำดับ

ตารางที่ 16 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกมีส่วนร่วมต่างๆในรายการ

การมีส่วนร่วมในรายการ	จำนวน	ร้อยละ
เล่าเรื่องราวออกอากาศสด	22	4.6
เล่าเรื่องราวส่งทางอีเมล	44	9.2
เล่าเรื่องราวหรือแสดงความคิดเห็นใน เว็บบอร์ดหรือเว็บไซต์ของรายการ	44	9.2
ส่ง sms แสดงความคิดเห็น	70	14.7
ฟังอย่างเดียว	296	62.2
รวม	476	100.0

จากตารางที่ 16 พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 420 คน มีการตอบทั้งหมด 476 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างมีการฟังอย่างเดียวเกินครึ่งหนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 62.2 ของการเลือกทั้งหมด เพราะฉะนั้นจำนวนการเลือกที่เหลือจึงหมายถึงการมีส่วนร่วมในรายการ ซึ่งพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการส่ง SMS แสดงความคิดเห็นในรายการมีจำนวนมากที่สุดของการมีส่วนร่วม คิดเป็นร้อยละ 14.7 รองลงมาคือ เล่าเรื่องราวโดยส่งทางอีเมลเข้ามาในรายการ และเล่าเรื่องราวหรือแสดงความคิดเห็นในเว็บ

บอร์ดหรือเว็บไซต์ของรายการ มีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 9.2 และการมีส่วนร่วมในรายการที่พบน้อยที่สุดคือ การเล่าเรื่องราวออกอากาศสด ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 4.6

ตารางที่ 17 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกตอบเหตุผลในการฟังรายการ

เหตุผลในการฟัง	จำนวน	ร้อยละ
หมุนคลื่นมาเจอโดยบังเอิญ	78	9.2
ได้ยินผู้อื่นพูดถึงเลยลองเปิดฟังดู	77	9.1
ตามรอยภาพยนตร์เรื่อง กวน มึน โฮ	58	6.9
มีบุคคลอื่นแนะนำให้ฟัง	51	6.0
กำลังประสบปัญหาชีวิตความรัก	97	11.5
เพื่อผ่อนคลายความเครียด	178	21.0
เพื่อนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้อง	307	36.3
รวม	846	100.0

จากตารางที่ 17 พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 420 คน มีการเลือกเหตุผลในการฟังรายการ Club Friday 846 ครั้ง กลุ่มตัวอย่างเลือกเหตุผลในการฟังเพื่อนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.3 ของการเลือกทั้งหมด รองลงมาคือ ฟังเพื่อผ่อนคลายความเครียด คิดเป็นร้อยละ 21.0 และฟังเพราะมีบุคคลอื่นแนะนำให้ฟัง มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 6.0

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 18 แสดงจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความชอบของผู้ฟัง จำแนกตามลักษณะการนำเสนอของรายการ

ลักษณะต่างๆ ของ รายการ ที่ชอบ	น้อย ที่สุด	น้อย	ปาน กลาง	มาก	มาก ที่สุด	X	SD	อยู่ใน ระดับ
เพลงประกอบแต่ละตอน	3 (0.7)	13 (3.1)	98 23.3	145 (34.5)	161 (38.3)	4.07	0.9	สูง
ลีลาการพูดและน้ำเสียงของดี ใจ	2 (0.5)	4 (1.0)	25 (6.0)	91 (21.7)	298 (71.0)	4.62	0.69	สูงมาก
การแสดงความคิดเห็นและ ตอบปัญหาหรือไขข้อข้องใจ ของดีใจ	1 (0.2)	6 (1.4)	16 (3.8)	132 (31.4)	265 (63.1)	4.56	0.66	สูงมาก
รูปแบบรายการที่แตกต่างจาก รายการอื่น	1 (0.2)	4 (1.0)	27 (6.4)	137 (32.6)	251 (59.8)	4.51	0.68	สูงมาก
เนื้อหาของรายการที่น่าสนใจ	2 (0.5)	0 (0.0)	18 (4.3)	162 (38.6)	238 (56.7)	4.51	0.63	สูงมาก
การสัมภาษณ์บุคคลในรายการ	3 (0.7)	6 (1.4)	51 (12.1)	190 (45.2)	170 (40.5)	4.23	0.77	สูง
ช่วงเวลาที่ออกอากาศ (วันศุกร์ 21.00-23.00 น.)	8 (1.9)	21 (5.0)	80 (19.0)	160 (38.1)	151 (36.0)	4.01	0.96	สูง

จากตารางที่ 18 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความชอบในลักษณะการนำเสนอต่างๆ ของ รายการ ซึ่งพบว่า กลุ่มตัวอย่างชอบลักษณะการนำเสนอลีลาการพูดและน้ำเสียงของผู้ดำเนิน รายการมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.62 รองลงมาคือ ชอบลักษณะการนำเสนอในการแสดงความคิดเห็นและตอบปัญหาไขข้อข้องใจของผู้ดำเนินรายการ คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.56 และที่ชอบลักษณะ การนำเสนอของรายการน้อยที่สุด คือ ช่วงเวลาของรายการที่ออกอากาศ (วันศุกร์ เวลา 21.00 – 23.00 น.) คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.01

3. การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday

ตารางที่ 19 แสดงจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเห็นของผู้ฟัง จำแนกตามการใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ

การใช้ประโยชน์	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	X	SD	อยู่ในระดับ
1. ทำให้ทราบเรื่องราวชีวิตความรักของคนอื่นๆ มากขึ้น	4 (1.0)	3 (0.7)	44 (10.5)	168 (40.0)	201 (47.9)	4.33	0.77	สูง
2. ช่วยให้เป็นคนทันสมัย รู้เท่าทันต่อเหตุการณ์	6 (1.4)	24 (5.7)	103 (24.5)	153 (36.4)	134 (31.9)	3.92	0.96	สูง
3. ช่วยสร้างแรงบันดาลใจในการดำรงชีวิตของตน	4 (1.0)	4 (1.0)	58 (13.8)	135 (32.1)	219 (52.1)	4.34	0.82	สูง
4. ช่วยรักษาสภาพจิตใจที่บอบช้ำให้ดีขึ้น หรือช่วยสร้างกำลังใจให้ตนเอง	5 (1.2)	10 (2.4)	57 (13.6)	127 (30.2)	221 (52.6)	4.31	0.88	สูง
5. ช่วยให้มองเห็นตัวเอง และเข้าใจตัวเองในโลกความเป็นจริงมากขึ้น	3 (0.7)	3 (0.7)	40 (9.5)	142 (33.8)	232 (55.2)	4.42	0.75	สูง
6. ช่วยให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตน และช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้	1 (0.2)	6 (1.4)	34 (8.1)	135 (32.1)	244 (58.1)	4.46	0.73	สูง
7. ช่วยกระตุ้นให้เกิดความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น	4 (1.0)	9 (2.1)	90 (21.4)	145 (34.5)	172 (41.0)	4.12	0.88	สูง
8. ช่วยเสริมความคิดเห็นหรือสนับสนุนการตัดสินใจของตนในการแสดงออกร่วมกับผู้อื่นดีขึ้น	2 (0.5)	10 (2.4)	64 (15.2)	171 (40.7)	173 (41.2)	4.20	0.82	สูง

การใช้ประโยชน์ (ต่อ)	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	X	SD	อยู่ในระดับ
9. ช่วยเป็นเพื่อนแก้เหงาได้	4 (1.0)	23 (5.5)	74 (17.6)	120 (28.6)	199 (47.4)	4.16	0.97	สูง
10. ช่วยให้เข้าใจผู้อื่นและเปิดใจยอมรับสังคมที่กว้างมากขึ้น	3 (0.7)	11 (2.6)	51 (12.1)	163 (38.8)	192 (45.7)	4.26	0.83	สูง
11. ฟังเรื่องเล่าจากบุคคลอื่นช่วยให้ใช้เป็นตัวข้อสนทนากับผู้อื่นได้	16 (3.8)	34 (8.1)	101 (24.0)	139 (33.1)	130 (31.0)	3.80	1.08	สูง
12. ช่วยลดปัญหาในระดับสังคมเช่น ปัญหาอาชญากรรม โศกนาฏกรรม เป็นต้น	16 (3.8)	47 (11.2)	132 (31.4)	131 (31.2)	94 (22.4)	3.57	1.07	สูง
13. เพื่อความบันเทิง ช่วยทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน	12 (2.9)	21 (5.0)	87 (20.7)	156 (37.1)	144 (34.4)	3.95	1.00	สูง
14. ช่วยปลดปล่อยอารมณ์หรือคลายความเครียด	5 (1.2)	21 (5.0)	88 (21.0)	139 (33.1)	167 (39.8)	4.05	0.96	สูง
15. ช่วยให้ได้มีอะไรทำเพื่อใช้เวลาให้หมดไป	58 (13.8)	45 (10.7)	115 (27.4)	102 (24.3)	100 (23.8)	3.34	1.32	ปานกลาง
รวม						4.08	0.92	สูง

จากตารางที่ 19 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับการใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday ในด้านต่างๆ โดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ย 4.08) โดยมีการใช้ประโยชน์ในด้านช่วยให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตน และช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้ มีความเห็นมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.46 รองลงมาคือ นำไปใช้ประโยชน์ในการช่วยให้มองเห็นตัวเอง และเข้าใจตัวเองในโลกความเป็นจริงมากขึ้น คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.42 และการใช้ประโยชน์ในด้านช่วยให้ได้มีอะไรทำเพื่อใช้เวลาให้หมดไปมีความเห็นน้อยที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ย 3.34

4. ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday

ตารางที่ 20 แสดงจำนวนร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเห็นของผู้ฟัง จำแนกตามความพึงพอใจของผู้ฟังรายการ

ความพึงพอใจ	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	X	SD	อยู่ในระดับ
1. รู้สึกพอใจที่ได้ฟังเรื่องราวชีวิต ความรักของคนอื่น หรือพอใจที่ได้ฟังประสบการณ์ของคนอื่น	5 (1.2)	6 (1.4)	79 (18.8)	166 (39.5)	164 (39.0)	4.14	0.85	สูง
2. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วทำให้ตนเองทันสมัย	26 (6.2)	35 (8.3)	141 (33.6)	113 (26.9)	105 (25.0)	3.56	1.13	สูง
3. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถสร้างแรงบันดาลใจในการดำรงชีวิตของตนได้	4 (1.0)	7 (1.7)	59 (14.0)	164 (39.0)	186 (44.3)	4.24	0.82	สูง
4. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถรักษาสภาพจิตใจที่บอบช้ำให้ดีขึ้น หรือช่วยสร้างกำลังใจให้ตนเองได้	5 (1.2)	15 (3.6)	55 (13.1)	137 (32.6)	208 (49.5)	4.26	0.90	สูง
5. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถมองเห็นตัวเองและเข้าใจตัวเองในความเป็นจริงได้	3 (0.7)	7 (1.7)	45 (10.7)	149 (35.5)	216 (51.4)	4.35	0.79	สูง
6. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่นแล้วสามารถนำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตนได้	0 (0.0)	7 (1.7)	41 (9.8)	139 (33.1)	233 (55.5)	4.42	0.74	สูง
7. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถกระตุ้นให้เกิดความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น	3 (0.7)	14 (3.3)	67 (16.0)	162 (38.6)	174 (41.4)	4.17	0.86	สูง
8. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถเสริมความคิดเห็น หรือสนับสนุนการตัดสินใจของตนในการแสดงออกร่วมกับผู้อื่นดีขึ้น	6 (1.4)	12 (2.9)	80 (19.0)	159 (37.9)	163 (38.8)	4.10	0.90	สูง

ความพึงพอใจ (ต่อ)	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน	อยู่ในระดับ
9. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วใช้เป็นเพื่อนยามเหงาได้	10 (2.4)	20 (4.8)	85 (20.2)	132 (31.4)	173 (41.2)	4.04	1.00	สูง
10. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถเข้าใจผู้อื่นและเปิดใจยอมรับสังคมที่กว้างมากขึ้น	1 (0.2)	13 (3.1)	64 (15.2)	156 (37.1)	186 (44.3)	4.22	0.83	สูง
11. รู้สึกพอใจที่ฟังเรื่องเล่าจากคนอื่นแล้วใช้เป็นหัวข้อสนทนากับผู้อื่นได้	17 (4.0)	35 (8.3)	114 (27.1)	131 (31.2)	123 (29.3)	3.73	1.10	สูง
12. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถลดปัญหาในระดับสังคมได้ เช่น ปัญหาอาชญากรรม โศกนาฏกรรม เป็นต้น	18 (4.3)	40 (9.5)	130 (31.0)	123 (29.3)	109 (26.0)	3.63	1.10	สูง
13. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วมีความสนุกสนานเพลิดเพลิน	8 (1.9)	22 (5.2)	83 (19.8)	141 (33.6)	166 (39.5)	4.04	0.99	สูง
14. รู้สึกพอใจที่ได้ปลดปล่อยอารมณ์จากการฟังรายการหรือคลายความเครียด	7 (1.7)	18 (4.3)	86 (20.5)	138 (32.9)	171 (40.7)	4.07	0.96	สูง
15. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วใช้ฆ่าเวลาได้	46 (11.0)	44 (10.5)	100 (23.8)	107 (25.5)	123 (29.3)	3.52	1.31	สูง
รวม						4.03	0.95	สูง

จากตารางที่ 20 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความพึงพอใจในการฟังรายการ Club Friday โดยรวมอยู่ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ย 4.03) โดยมีความพึงพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่นแล้วสามารถนำไปเป็นแบบอย่างและปรับใช้กับชีวิตของตนได้มากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.42 รองลงมาคือ รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถมองเห็นตัวเองและเข้าใจตัวเองในความเป็นจริงได้ คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.35 และสำหรับผู้ฟังที่พึงพอใจน้อยที่สุดคือ ฟังพอใจที่ฟังรายการแล้วใช้ฆ่าเวลาได้ คิดเป็นค่าเฉลี่ย 3.52

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐาน การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday

ตารางที่ 21 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างการใช้ประโยชน์ กับ ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday

ตัวแปร / ค่าสถิติ	ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ		
	จำนวน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์	ระดับนัยสำคัญ
การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ	420	0.856***	0.000

***.มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

จากตารางที่ 21 พบว่า การใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 จึงเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 และเป็นความสัมพันธ์กันในทางบวก กล่าวคือ กลุ่มผู้ฟังที่มีการใช้ประโยชน์จากการฟังรายการมาก ก็จะได้รับ ความพึงพอใจจากการฟังรายการมากตามไปด้วย และในทางตรงกันข้าม หากกลุ่มผู้ฟังมีการใช้ประโยชน์จากการฟังรายการน้อย ก็จะได้รับ ความพึงพอใจจากการฟังรายการน้อยเช่นกัน และพบว่า ความสัมพันธ์จากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีค่าอยู่ในระดับสูงมาก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 6

สรุป อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง” ประกอบด้วยการศึกษาวิจัยสองส่วนคือ ส่วนที่หนึ่ง การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In - depth Interview) กับผู้ดำเนินรายการ Club Friday และวิธีการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non - participation Observation) จากการฟังเทปบันทึกของรายการ Club Friday ย้อนหลังตั้งแต่เดือนกันยายน 2553 ถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 เพื่อนำเสนอข้อมูลในรูปแบบการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) และส่วนที่สอง การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ในรูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งเป็นการเก็บข้อมูลแบบครั้งเดียว เป็นจำนวนทั้งหมด 420 ชุด เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้ฟังรายการ Club Friday ลักษณะการนำเสนอของรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ Club Friday โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

ส่วนที่หนึ่งการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

เพื่อศึกษาวิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday

ส่วนที่สองการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการรับฟังรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์ของผู้ฟัง และความพึงพอใจที่ผู้ฟังได้รับ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง

ทั้งนี้ได้มีการตั้งปัญหาคำถามวิจัยไว้ 3 ประการคือ

1. วิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday มีลักษณะอย่างไร
2. ผู้ฟังมีพฤติกรรมการรับฟังรายการ Club Friday การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับอย่างไร

3. การใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟัง หรือไม่อย่างไร

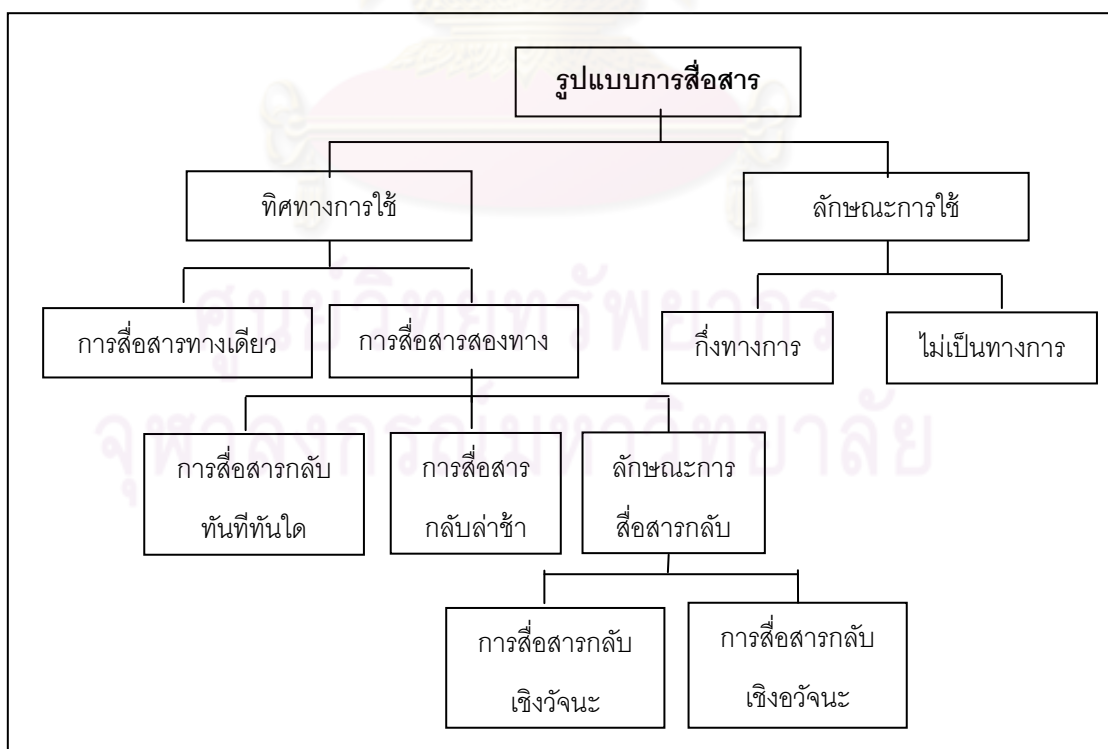
สรุปผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ Club Friday เกี่ยวกับ รูปแบบการสื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอ

1. รูปแบบการสื่อสาร

จากการวิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟังรายการ Club Friday พบว่า รูปแบบการสื่อสารสามารถแบ่งออกเป็น จำแนกตามทิศทางการใช้ และจำแนกตามลักษณะการใช้ ซึ่งสรุปเป็นแผนภาพได้ ดังนี้

แผนภาพที่ 3 แสดงแผนผังโดยสรุปของรูปแบบการสื่อสาร



จากแผนผังข้างต้นสามารถสรุปเป็นคำอธิบายได้ดังนี้

จำแนกตามทิศทางการใช้

พบว่า วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟัง มีทิศทางของการสื่อสาร 2 แบบ คือ การสื่อสารสองทาง และการสื่อสารทางเดียว

การสื่อสารสองทาง แบ่งออกเป็น การสื่อสารกลับทันทีทันใด คือ การสื่อสารที่สามารถรับรู้ปฏิกิริยาตอบกลับของคู่สื่อสารได้ทันที เช่น การสนทนาโต้ตอบกันผ่านทางโทรศัพท์ และการสื่อสารกลับที่ล่าช้า คือ การสื่อสารที่ผู้ดำเนินรายการสามารถรับรู้ปฏิกิริยาตอบกลับของคู่สื่อสารหรือผู้ฟังได้อย่างช้า เช่น การสื่อสารทาง Email, SMS, Webboard และ Facebook และการสื่อสารกลับของผู้ฟังยังแบ่งออกเป็น การสื่อสารกลับเชิงวัจนะ คือ การสื่อสารที่ใช้ภาษาพูดและภาษาเขียน เช่น การสื่อสารทางโทรศัพท์, Email, SMS, Webboard และ Facebook และการสื่อสารกลับเชิงอวัจนะ คือ การสื่อสารแบบไม่ใช้ภาษาพูดและภาษาเขียน พบว่ามีการใช้บริการเช่น ความค้อยดงของเสียง การใช้น้ำเสียงที่เข้มและดังแสดงถึงอารมณ์โกรธ การยืดเสียงยาวใช้พูดเวลาที่งอคนรัก การแสดงกิริยาร้องไห้ไปขณะเล่าเรื่องแสดงถึงความเศร้า เสียใจ การหัวเราะแสดงถึงความสุข ความดีใจ เป็นต้น

การสื่อสารทางเดียว เป็นการสื่อสารที่ไม่มีการโต้ตอบกลับจากคู่สื่อสาร ผู้วิจัยพบว่า มักเป็นการแจ้งให้ทราบ เช่น การประชาสัมพันธ์หนังสือของ Club Friday เป็นต้น ซึ่งช่องทางที่ผู้ดำเนินรายการสื่อสารให้ผู้ฟังฟังได้แก่ วิทยุ วิทยุออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ต และเคเบิลทีวี นอกจากนี้ผู้ฟังยังสามารถฟังย้อนหลังของรายการได้จากทางเว็บไซต์ เพื่อเพิ่มโอกาสให้คนที่ไม่สะดวกฟังรายการที่ออกอากาศสดได้

จำแนกตามลักษณะการใช้

พบว่า วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟังมีลักษณะการใช้ 2 ลักษณะ คือ การสื่อสารลักษณะที่เป็นกึ่งทางการ และการสื่อสารลักษณะที่ไม่เป็นทางการ

การสื่อสารลักษณะที่เป็นกึ่งทางการ ได้แก่ ผู้ดำเนินรายการมีการกำหนดเนื้อหาคร่าวๆว่าจะพูดคุยกับผู้ฟังที่บ้านในประเด็นใด และผู้ดำเนินรายการจะกล่าวแจ้งชื่อตอนหรือหัวข้อใน

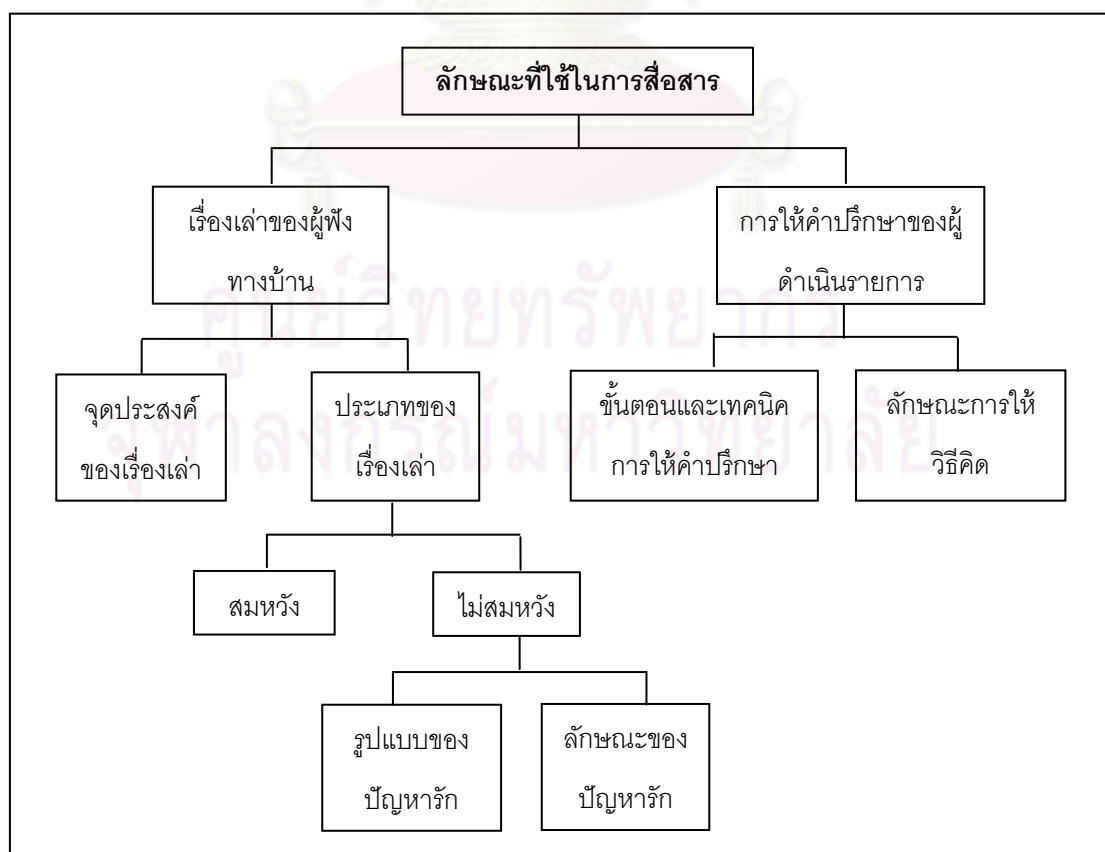
ประเด็นที่จะพูดคุยกันของสัปดาห์ถัดไปให้ผู้ฟังทางบ้านทราบ ซึ่งเป็นการพูดที่ไม่เป็นพิธีรีตองมากนัก

การสื่อสารลักษณะที่ไม่เป็นทางการ ได้แก่ ผู้ดำเนินรายการไม่มีการเตรียมการล่วงหน้าว่าจะพูดอะไรหรือจะให้คำปรึกษาหรือคำแนะนำใดบ้าง ซึ่งขึ้นอยู่กับผู้ฟังจากทางบ้านที่โทรเข้ามาเล่าเรื่องออกอากาศ อีกทั้งภาษาที่ใช้ ก็เป็นภาษาพูดที่มีลักษณะเหมือนคุยกับเพื่อน แต่จะใช้คำสุภาพไม่หยาบคาย ส่วนผู้เล่าเรื่องที่ออกอากาศก็มีใช้คำไม่สุภาพบ้าง

2. ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร

จากการวิเคราะห์ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟังรายการ Club Friday ซึ่งแบ่งเป็นลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้าน และลักษณะที่ให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ ซึ่งสรุปเป็นแผนภาพดังนี้

แผนภาพที่ 4 แสดงแผนผังโดยสรุปของลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร



จากแผนผังข้างต้นสามารถสรุปเป็นคำอธิบายได้ดังนี้

ก. ลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน

จากการฟังบันทึกเทปย้อนหลังตั้งแต่เดือนกันยายน 2553 ถึงเดือนพฤศจิกายน 2553 มีทั้งหมด 11 ตอน ได้แก่ ตอนฉันมีค่าแค่ไหน ไม่มีอะไรที่ใช่แต่ทำไมถึงรัก เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรงภาค 1 เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรงภาค 2 รักที่ได้ออกอากาศ คบหาแต่ไม่ได้เป็นแฟน ข้อความไหนที่ทำให้ใจลบไม่ลง ใจมีเธอแต่เธอไม่มีใจ เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว รักแค่ไหนก็เป็นได้ แค่เพื่อน และรักใกล้หมดอายุ ซึ่งสามารถวิเคราะห์และสรุปผลต่างๆ ดังนี้

จุดประสงค์ของรายการ

จุดประสงค์ของเรื่องเล่าจากผู้ฟังที่บ้าน พบว่ามีรูปแบบต่างๆ ดังนี้ เพื่อแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อปรึกษาขอความคิดเห็นและคำแนะนำ เพื่อต้องการระบายความรู้สึก และเพื่อต้องการกำลังใจ

ประเภทของเรื่องเล่า

ผู้ที่เล่าเรื่องมาทางรายการทั้งที่ออกอากาศสดและเขียนเรื่องราวทางอีเมล พบว่าส่วนใหญ่มีสถานะที่มีแฟนแล้ว ซึ่งเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และส่วนใหญ่จำนวนเกินครึ่งของเรื่องเล่าทั้งหมดจะมีเรื่องเล่าที่ไม่สมหวัง

รูปแบบและลักษณะของปัญหารัก

จากเรื่องเล่าที่ไม่สมหวัง พบว่ามีรูปแบบของปัญหารักทั้งหมด 4 รูปแบบ ได้แก่

1. ปัญหารักต่างเพศ ลักษณะของปัญหาที่พบได้แก่ คนรักนอกใจไปมีคนอื่น รักเขาข้างเดียว เข้ากันไม่ได้หรือมีพฤติกรรมต่างกัน ทะเลาะกัน รักสามเศร้า คนรักเปลี่ยนไปโดยไม่มีสาเหตุ รักคนมีเจ้าของ ไม่แน่ใจว่าเขารักเราหรือเปล่า และคนรักโดนทำร้าย
2. ปัญหารักเพศเดียวกัน ลักษณะของปัญหาที่พบได้แก่ รักเขาข้างเดียว ทะเลาะกัน และคนรักนอกใจไปมีคนอื่น
3. ปัญหารักตัวเอง ลักษณะของปัญหาที่พบได้แก่ สับสนตัวเอง และเครียดกับชีวิต เช่น เรื่องงาน สุขภาพ เป็นต้น

4. ปัญหารักคนในครอบครัว เช่น พ่อแม่หรือพี่น้อง เป็นต้น ลักษณะของปัญหาที่พบ ได้แก่ รักที่ไม่เคยบอก

ข. ลักษณะการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ

ผู้ดำเนินรายการมีวิธีในการให้คำปรึกษาปัญหาชีวิตแก่ผู้ฟังมีดังนี้

ขั้นตอนและเทคนิคการให้คำปรึกษา

จากการสัมภาษณ์ พบว่า ผู้ดำเนินรายการมีขั้นตอนและเทคนิคในการให้คำปรึกษาทั้งหมด 5 ขั้นตอน ได้แก่ การเตรียมความพร้อม รับฟังปัญหา ทำความเข้าใจ วิเคราะห์ปัญหา และหาวิธีแก้ไขปัญหา

ลักษณะการให้วิธีคิด

ผู้ดำเนินรายการมีลักษณะการให้วิธีคิดกับผู้ฟังที่บ้าน ซึ่งมีลักษณะต่างๆ ได้แก่ ยอมรับความจริง แก้ปัญหาให้ถูกจุด ชัดเจนกับตัวเอง มองหลายมุม ลองปฏิบัติ การยกตัวอย่าง ชี้ให้เห็นข้อบกพร่อง เห็นคุณค่าของตัวเอง ยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม และใช้หลักสัจธรรมของความรัก

3. ความน่าสนใจในการนำเสนอ

การนำเสนอของรายการ Club Friday พบว่า มีสิ่งที่น่าสนใจได้แก่ ส่วนที่เป็นบุคคลก็คือผู้ดำเนินรายการ และส่วนที่ไม่ใช่บุคคลคือ องค์ประกอบต่างๆ ของรายการ

ในส่วนของผู้ดำเนินรายการพบว่า มีความน่าเชื่อถือและความไว้วางใจโดยการมีความเป็นมืออาชีพ และความเป็นแม่แบบหรือบุคคลตัวอย่าง มีเทคนิคการใช้ภาษาพูดที่เข้าใจง่าย มีการเปรียบเทียบ และความตลกขบขันปนอยู่บ้าง และบุคลิกของผู้ดำเนินรายการของทั้ง 2 คน มีทั้งความเหมือนและความแตกต่างทำให้รายการดูมีสีสัน และมีการให้สารประโยชน์แก่ผู้ฟัง ให้ข้อคิดดีๆ ในการใช้ชีวิตซึ่งสามารถนำไปใช้ได้จริง

ส่วนองค์ประกอบต่างๆ ของรายการ ได้แก่ การเปิดโอกาสให้ผู้ฟังมีส่วนร่วมในรายการ การตั้งหัวข้อในแต่ละสัปดาห์ เนื้อหาของรายการที่มีความหลากหลาย เพลงประกอบในรายการ ช่วงเวลาที่ออกอากาศ รูปแบบของรายการที่แตกต่าง และการมีแขกรับเชิญ เพื่อสร้างสีสันให้รายการน่าสนใจยิ่งขึ้น

ส่วนที่ 2 การสำรวจความคิดเห็นของผู้ฟังรายการ Club Friday เกี่ยวกับพฤติกรรมในการฟัง ลักษณะการนำเสนอของรายการ การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ Club Friday

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา มีจำนวนทั้งสิ้น 420 คน พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชายประมาณ 3 เท่า สถานภาพส่วนใหญ่เป็นโสด ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-30 ปี และจำนวนเกินครึ่งมีการศึกษาในระดับปริญญาตรี โดยมีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชนมากที่สุด และมีรายได้ต่อเดือนอยู่ระหว่าง 10,001-20,000 บาท

2. พฤติกรรมการฟังรายการ Club Friday

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างเคยได้รับการปรึกษาปัญหาชีวิตจากสื่อวิทยุมากที่สุด ส่วนใหญ่เปิดรับฟังรายการ Club Friday มาเป็นเวลา 1-2 ปี และมักจะฟังบ้างไม่ฟังบ้างหรือประมาณ 2-3 สัปดาห์ต่อเดือน ในการฟังรายการแต่ละครั้งส่วนใหญ่จะใช้เวลา หนึ่งชั่วโมงครึ่งถึงสองชั่วโมง ช่องทางในการฟังจะค่อนข้างคละกักันไป โดยฟังทางวิทยุออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ตมากที่สุด จำนวนเกินครึ่งมักจะฟังรายการเพียงอย่างเดียว แต่ถ้ามีส่วนร่วมในรายการจะมีส่วนร่วมโดยการส่ง SMS แสดงความคิดเห็นมากที่สุด และส่วนใหญ่ที่ฟังรายการ Club Friday ก็ฟังเพื่อที่จะนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องมากที่สุด

นอกจากนี้จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นชอบในลักษณะการนำเสนอของรายการจากลีลาการพูดและน้ำเสียงของดีเจมากที่สุด รองลงมาคือการที่ดีเจแสดงความคิดเห็น

และตอบปัญหาไขข้อข้องใจ ส่วนลักษณะการนำเสนอของรายการที่กลุ่มตัวอย่างชอบน้อยที่สุดก็คือ ช่วงเวลาที่รายการออกอากาศ (ทุกวันศุกร์ เวลา 21.00 - 23.00 น.)

3. การใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ฟังรายการ Club Friday มีการใช้ประโยชน์ในการฟังโดยรวมแล้วอยู่ในระดับสูง โดยมีการใช้ประโยชน์ในด้านช่วยให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่างในการปรับใช้กับชีวิตของตน และช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้มากที่สุด และการใช้ประโยชน์ที่น้อยที่สุดคือ ในด้านช่วยให้ได้มีอะไรทำเพื่อใช้เวลาให้หมดไป

4. ความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ Club Friday

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ฟังรายการ Club Friday มีความพึงพอใจในการฟังโดยรวมแล้วอยู่ในระดับสูง โดยมีความพึงพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่นแล้วสามารถนำไปเป็นแบบอย่างและปรับใช้กับชีวิตของตนได้มากที่สุด และความพึงพอใจที่น้อยที่สุดคือ การฟังรายการแล้วสามารถใช้เวลาได้

ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐาน การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ Club Friday

ผลการทดสอบสมมติฐานดังกล่าว พบว่า การใช้ประโยชน์ของผู้ฟัง มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ Club Friday อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เป็นความสัมพันธ์ในระดับสูง

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย สามารถนำมาอภิปรายผลเพิ่มเติมได้ตามประเด็นต่างๆ ดังนี้

1. วิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday

วิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday สามารถอภิปรายผลตามผลการวิจัยซึ่งได้แก่ รูปแบบการสื่อสาร ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร และความน่าสนใจในการนำเสนอ ดังนี้

ก. รูปแบบการสื่อสาร

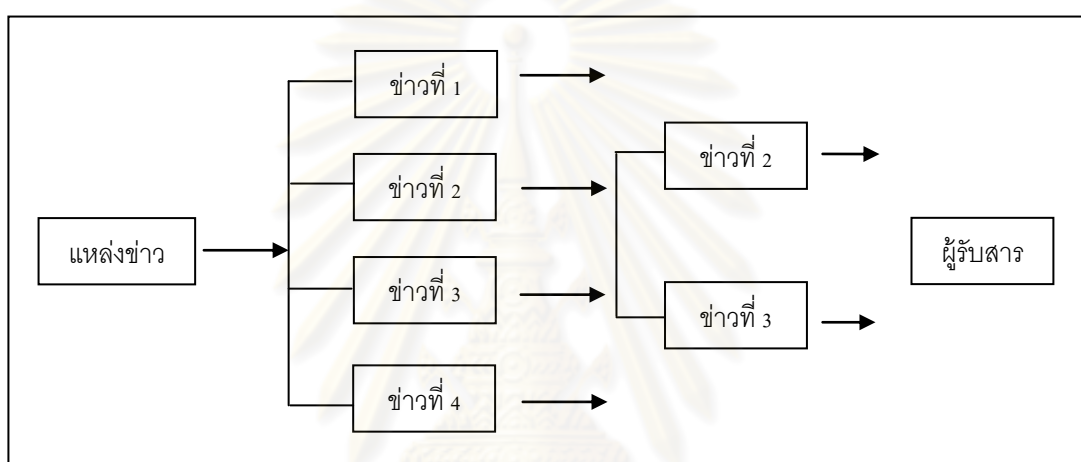
จากผลการวิจัยพบว่า วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ Club Friday มีรูปแบบการสื่อสาร โดยจำแนกตามทิศทางการใช้ ได้แก่ การสื่อสารสองทางกับการสื่อสารทางเดียว และจำแนกตามลักษณะการใช้ ได้แก่ การสื่อสารที่เป็นกึ่งทางการกับการสื่อสารที่ไม่เป็นทางการระหว่างผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟังที่บ้าน

การสื่อสารสองทางระหว่างผู้ดำเนินรายการ และผู้ฟังที่บ้านมักจะเป็นการสนทนากันผ่านโทรศัพท์ ที่ผู้ฟังที่บ้านโทรเข้ามาเล่าเรื่องราวออกอากาศในรายการ การสื่อสารลักษณะเช่นนี้จะทำให้คู่สนทนาสามารถรับรู้ปฏิริยาของคู่สื่อสารได้เร็ว เป็นการสื่อสารในลักษณะที่ไม่เป็นทางการ และผู้ดำเนินรายการก็จะสามารถให้คำปรึกษาหรือให้ความเห็นกับผู้เล่าเรื่องได้เป็นอย่างดี ดังที่ ธิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์ (2533: 29) ได้อธิบายว่า การสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นกระบวนการสองทางที่เห็นได้ชัดเจนมาก คือมีทั้งการรับและการส่ง ดังนั้นการตอบสนองโดยวิธีการต่างๆ จะทำให้การสื่อสารระหว่างกันเป็นที่เข้าใจกันได้ดียิ่งขึ้น

การสื่อสารสองทางนอกจากจะเป็นลักษณะของการสนทนาผ่านโทรศัพท์แล้ว ยังมี การสื่อสารสองทางที่เป็นลักษณะของการสื่อสารกลับที่ล่าช้า คือจะไม่มีการโต้ตอบสนทนากันในทันที ตัวอย่างที่ผู้ฟังที่บ้านเล่าเรื่องราวส่งผ่านทางอีเมล เว็บไซต์ หรือแสดงความคิดเห็นทาง SMS เป็นต้น และผู้ดำเนินรายการก็จะนำเรื่องราวหรือข้อความนั้นมาอ่านออกอากาศให้ผู้ฟังคนอื่นๆ ได้รับฟังกัน เป็นการแบ่งปันประสบการณ์ของคนหนึ่งไปสู่ผู้ฟังอีกหลายๆ คน โดยผ่านผู้ดำเนินรายการเป็นตัวกลางในการเล่าเรื่องและแสดงความคิดเห็นในเรื่องนั้นๆ ซึ่งก็มีผู้เล่าเรื่องเข้ามาเป็นจำนวนมาก ประกอบกับเวลาที่จำกัดในการออกอากาศ ทำให้ผู้ดำเนินรายการจึงต้องคัดเลือกสิ่งที่

น่าสนใจที่ผู้ฟังจะได้รับ ซึ่งผู้ดำเนินรายการในที่นี้ เปรียบเสมือนทำหน้าที่เป็นผู้เฝ้าประตู ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ไวท์ (White, D. M, 1950) ที่ศึกษากิจกรรมของบรรณาธิการข่าวโทรทัศน์ของหนังสือพิมพ์ท้องถิ่นฉบับหนึ่งในอเมริกา ซึ่งกิจกรรมในการตัดสินใจคัดเลือกข่าวเพื่อตีพิมพ์ในหนังสือพิมพ์นี้มีส่วนคล้ายกับหน้าที่ผู้เฝ้าประตู (Gatekeeper) ซึ่งสามารถแสดงได้โดยแบบจำลองดังต่อไปนี้

แผนภาพที่ 5 แสดงแบบจำลองผู้เฝ้าประตูของไวท์



แบบจำลองนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้ดำเนินรายการมีข้อมูลจากเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้านมากมายหลายชิ้นส่งมายังทางรายการ Club Friday หรือสถานีวิทยุกระจายเสียง และผู้ดำเนินรายการจะทำหน้าที่คัดเลือกเรื่องเล่าเพียงบางเรื่องเพื่อนำมาอ่านเล่าออกอากาศ ส่วนเรื่องเล่าอีกหลายชิ้นก็อาจถูกโยนทิ้งไป หรือเก็บไว้เล่าในภายหลัง ซึ่งเรื่องเล่าที่ถูกคัดเลือกมานี้จะเล่าตามเรื่องราวที่ผู้ฟังที่บ้านส่งเข้ามา แต่จะแทรกความคิดเห็นและการใช้น้ำเสียงที่เป็นของผู้ดำเนินรายการเอง สื่อสารออกไปยังผู้ฟังที่บ้านคนอื่นๆ

นอกจากนี้การสื่อสารแบบสองทางของรายการ Club Friday ยังเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ฟังที่บ้านเข้ามามีส่วนร่วมในรายการอีกด้วย ซึ่งรายการนี้ต้องอาศัยผู้ฟังเป็นหลักในการนำเสนอรายการ เพราะว่าการจะมาแบ่งปันประสบการณ์กันได้นั้น จะต้องมีเรื่องเล่าต่างๆ จากชีวิตจริงของคนอื่นที่ประสบพบเจอมา ฉะนั้นรายการ Club Friday นอกจากผู้ดำเนินรายการที่ให้คำปรึกษาแล้ว จะต้องมีผู้ฟังเป็นส่วนร่วมในการเล่าเรื่องราวและแสดงความคิดเห็นต่างๆ ซึ่ง ปารีชาติ สถาปิตานนท์ (2542) ได้กล่าวว่า การสื่อสารแบบมีส่วนร่วมเป็นกระบวนการฝึกสมาธิในสังคมเกี่ยวกับ

กระบวนการร่วมกันคิด ร่วมกันฟัง และเคารพในความคิดของผู้อื่น ตระหนักในสิทธิและหน้าที่ของตน ร่วมวิเคราะห์ประเด็นปัญหาทางสังคม แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกัน ตลอดจนร่วมกันค้นหาแนวทางและการตัดสินใจร่วมกันบนพื้นฐานของข้อมูลที่สมบูรณ์ อีกทั้งการที่ผู้ฟังเข้ามามีส่วนร่วมในการเล่าเรื่องในรายการ Club Friday ยังเป็นเหมือนการช่วยออกแบบผลิตเนื้อหาของรายการให้มีสีสันขึ้น ตามหลักการสำคัญของการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมที่อธิบายถึงการเข้าถึงสื่อในฐานะผู้ผลิตไว้ว่า การที่บุคคลมีโอกาสเข้าร่วมในเชิงกระบวนการผลิต เช่น การเข้าร่วมเป็นแขกในรายการ การเข้าร่วมเป็นแหล่งข่าว การมีส่วนร่วมในการเลือกประเด็นในการนำเสนอ เป็นต้น

ส่วนการสื่อสารทางเดียว มักจะเป็นการสื่อสารที่ผู้ดำเนินรายการแจ้งข้อมูลให้ผู้ฟังทราบ เช่น เนื้อหาหรือประเด็นที่จะมาเล่าสู่กันฟังในสัปดาห์ถัดไป ผู้ฟังก็จะเข้าถึงสื่อในฐานะผู้บริโภคสื่อ และมักจะเป็นลักษณะการสื่อสารที่เป็นกึ่งทางการ คือมีแบบแผนคร่าวๆ ว่าในแต่ละสัปดาห์จะพูดคุยกันในเรื่องอะไร รวมทั้งมีการประชาสัมพันธ์ในเรื่องต่างๆ เช่น ประชาสัมพันธ์หนังสือของรายการ Club Friday ได้วางแผนออกจำหน่ายแล้ว เป็นต้น ซึ่งลักษณะแบบนี้จะเป็นลักษณะของการสื่อสารมวลชนที่สื่อสารกับมวลชนจำนวนมากในขณะเดียวกันพร้อมๆ กัน โดยที่ผู้ฟังแต่ละคนอยู่ในที่ต่างๆ กัน เพื่อให้ข่าวสารไปถึงมวลชนได้พร้อมกันโดยใช้สื่อวิทยุที่เข้าถึงประชาชนจำนวนมากได้ในเวลาอันรวดเร็ว (ปรมะ สตะเวทิน, 2546)

ข. ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสาร

ลักษณะที่ใช้ในการสื่อสารของรายการ Club Friday สามารถอธิบายตามผลการวิจัยซึ่งแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ ลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน และลักษณะการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ ดังนี้

ลักษณะเรื่องเล่าของผู้ฟังที่บ้าน

การที่มีผู้ฟังเข้ามาเล่าเรื่องราวต่างๆ เกี่ยวกับชีวิตความรักตนเอง อาจเป็นเพราะธรรมชาติของคนเราที่ย่อมต้องประสบปัญหากันบ่อยครั้ง และมีหลายๆ ครั้งที่เราสับสนต่อการคิดแก้ปัญหาที่เราประสบอยู่ บางคนอาจจะอยู่กับปัญหาจนกลายเป็นความเคยชินเลยไม่คิดว่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นเป็นปัญหา ต่างคนต่างก็หาทางแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยวิธีต่างๆ กัน บางคนนำเอาปัญหาของตนไปพูดคุยกับบุคคลอื่น เช่น พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง และเพื่อนฯ แต่ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ผู้ที่เข้ามาเล่าเรื่องให้รายการ

วิทยุ Club Friday ก็เพราะว่า ไม่สามารถที่จะปรึกษาคนรอบข้างได้ อาจเพราะว่าเป็นเรื่องที่ถ้าเกิดเล่าให้คนอื่นฟังแล้วจะกลัวถูกมองว่าตนไม่ดี จึงเลือกที่จะปรึกษากับคนที่ไม่รู้จัก และด้วยธรรมชาติของสื่อวิทยุที่ไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ จึงทำให้ผู้ที่มีปัญหาเลือกที่จะปรึกษากับคนไกลตัว และไม่เคยเห็นหน้าตากัน อีกทั้งยังสอดคล้องกับผลจากแบบสอบถามกลุ่มตัวอย่าง ที่เลือกใช้สื่อวิทยุเป็นสื่อที่ใช้สำหรับในการปรึกษาปัญหาชีวิตความรักอีกด้วย

ผู้ที่เล่าเรื่องราวเข้ามาทางรายการวิทยุ Club Friday พบว่ามีจุดประสงค์ในการเล่าเรื่องที่แตกต่างกันออกไป เช่น เพื่อต้องการแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อต้องการคำปรึกษา เพื่อต้องการระบาย และเพื่อต้องการกำลังใจ ซึ่งไม่ว่าจะด้วยจุดประสงค์อันใดก็ตาม ผู้วิจัยมีความเห็นว่า สิ่งสำคัญของการที่ผู้เล่ามาเล่าเรื่องราวต่างๆ ให้แก่กันและกัน จะช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของสังคมมากขึ้น เพราะการสนทนากันเป็นการสื่อสารระหว่างบุคคลซึ่งเป็นวิธีการที่ง่ายที่สุดที่จะเข้าใจและเรียนรู้พฤติกรรมของคนเพราะเป็นการศึกษาปฏิกริยาของคนในขณะที่เขาติดต่อสัมพันธ์กัน และก่อให้เกิดประโยชน์จากการสื่อสารระหว่างบุคคลได้แก่ ทำให้คนรู้จักตัวเองและคนอื่น สร้างความสัมพันธ์ระหว่างความคิดและความรู้สึกของคน ช่วยในการแก้ปัญหาต่างๆ ได้ และสามารถสร้างความรู้สึกในด้านดีในแง่ที่ การสื่อสารติดต่อกันระหว่างบุคคลสามารถเป็นเครื่องมือในการพัฒนาพฤติกรรมอย่างหนึ่งเช่นเดียวกับการฝึกอบรม (เสนาะ ตีเยาว์, 2541: 7-10)

ถึงแม้ว่ารายการ Club Friday จะเป็นรายการที่ให้ผู้ฟังทางบ้านคนอื่น ๆ ได้เล่าเรื่องราวต่างๆ เข้ามาแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งปัญหาของคนๆ นั้นจะแก้ปัญหาก็ต้องขึ้นอยู่กับคนนั้นเองที่จะจัดการกับชีวิตของเขาอย่างไร ผู้ดำเนินรายการบางครั้งก็ไม่สามารถช่วยได้ หรือบางคนรับฟังคำแนะนำคำปรึกษา แต่ก็ไม่สามารถทำตามคำแนะนำได้ เพราะอารมณ์ความรักบางคนรุนแรงเกินกว่าจะห้ามใจ ไม่ว่าผู้ดำเนินรายการจะสื่อสารอย่างไรเขาก็ทำไม่ได้ บางคนทั้งๆ ที่รู้ว่าสิ่งที่เป็นอยู่มันไม่ดี ไม่มีความสุข เจ็บตัว เจ็บใจ แต่ก็ยังทน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ปัญหาของคนๆ นั้นจะต้องจัดการเอง คิดเองเท่านั้น ถึงจะปลดทุกข์ได้ แต่การมีรายการ Club Friday เพราะว่ามีคนอยู่ตัวคนเดียวได้ แก้ปัญหาได้เอง แต่บางคนไม่ใช่อย่างนั้น บางคนก็ต้องการที่ปรึกษา บางครั้งขอให้มีคนรับฟังเรื่องราวของเขา เขาก็มีความสุขขึ้นบ้างแล้ว ถึงแม้จะรู้ว่าสิ่งที่เสนอแนะไป เขาอาจจะทำไม่ได้ แต่คนที่ปัญหาหมักต้องการคนฟังเรื่องราวของเขา คำแนะนำของผู้ดำเนินรายการบางที่เขาอาจจะไม่ได้ใช้หรือทำไม่ได้ แต่สิ่งหนึ่งที่เขาต้องการคือ กำลังใจ เวลาที่คนเรามีปัญหา

เรื่องความรัก สภาพจิตใจมักจะอ่อนแอมาก ๆ ถ้าหากเราได้กำลังใจจากเพื่อน หรือคนรอบข้าง หรือคนที่เขาสามารถเข้าใจ รวมถึงการรับฟัง เขาก็จะมีความสุขมากขึ้น

นอกจากนี้จุดประสงค์ของการเล่าเรื่องให้ผู้เล่าเรื่องมีความต้องการระบายกับเรื่องราวของตนเอง ยังพบว่ามีความสอดคล้องเช่นเดียวกับผลการวิจัยของโจเซฟ แคลปเปอร์ (Joseph Klapper, 1960) ที่ได้ศึกษาถึงความพึงพอใจในการใช้สื่อของแม่บ้านชาวอเมริกัน ถึงการเลือกรับฟังรายการละครวิทยุ พบว่า การฟังรายการละครวิทยุตอบสนองความต้องการโดยการระบายอารมณ์ และทำให้ได้เรียนรู้ชีวิต และวิธีการที่จะจัดการกับปัญหาชีวิตของตน แสดงว่ามนุษย์มีความต้องการใช้สื่อเพื่อเป็นที่ระบายอารมณ์ของตน และการระบายอารมณ์ออกไปจะเป็นการย้ำหรือทบทวนสิ่งที่ตนเองเล่า ทำให้ได้เรียนรู้และเข้าใจชีวิตมากขึ้น และสามารถที่จะมองหาทางออกกับปัญหาชีวิตของตนได้

อีกทั้งยังพบว่าผู้ที่เล่าเรื่องมักจะเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลจากการเก็บข้อมูลตัวอย่างในส่วนของวิจัยเชิงปริมาณ แต่เป็นการตั้งเกณฑ์ทางเพศที่ถูกต้องตามกฎหมาย จากการสัมภาษณ์ยังพบว่า ผู้เล่าเรื่องนอกจากจะเป็นเพศหญิงแล้ว จะพบว่า เกย์ ก็มีส่วนร่วมในการเล่าเรื่องเป็นจำนวนมากเช่นกัน อาจเป็นเพราะว่าคนที่เป็นเกย์ก็มักจะมี ความเชื่ออย่างหนึ่งคือ เขาไม่มีทางมีวันที่มีจะมีความรักที่สมหวัง รักของเขาเป็นรักที่ฉาบฉวย และคนที่เป็นเกย์จะมีความอ่อนไหวทางอารมณ์ที่ใกล้เคียงกันกับผู้หญิง และก็จะมีความรู้ในละเอียดต่างๆ เท่ากับผู้หญิง เพราะฉะนั้น เขาก็มีพฤติกรรมคล้ายๆกันกับผู้หญิงก็คือจะเล่าเรื่องได้ (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554) และเกย์บางคนยอมรับตนเองไม่ได้ แต่บางคนก็ไม่มีปัญหาในเรื่องนี้ แต่สิ่งหนึ่งที่พวกเขาต้องการมากที่สุดก็คือ การช่วยเหลือที่จะให้พวกเขาได้อยู่ในสังคมที่ยังไม่ยอมรับในตัวเขาและวิถีชีวิตที่พวกเขาเลือก เขามักจะถูกประเมินและเจ็บปวดจากการอยู่ในสิ่งแวดล้อมและบุคคลที่ปฏิเสธในวิถีชีวิตที่เขาใช้ ตั้งแต่พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อนฝูง ไปจนกระทั่งเพื่อนร่วมงานบางคน จึงทำให้เขาเข้ามาปรึกษา (โจนส์, 2552: 53)

เรื่องเล่าที่ผู้ฟังที่บ้านเล่าเรื่องเข้ามาในรายการ พบว่า มักจะเป็นเรื่องเล่าประเภทที่ไม่สมหวังมากกว่าสมหวัง อาจเป็นเพราะว่าเวลาคนเราที่มีปัญหาที่มักจะต้องการเพื่อนหรือคนเดียวข้างที่จะคอยรับฟังปัญหาของเราได้ จากการสัมภาษณ์คุณนภาพร ไตรวิทย์วารีกุล ผู้ดำเนินรายการ Club Friday อาจเป็นเพราะว่าถ้าเป็นเรื่องที่ค่อนข้างปวดหัวใจ จะมีคนหลายๆคนที่

อยากจะเข้ามาเล่า อยากจะมีใครสักคนมาฟังปัญหาของเขา เพราะถ้าเป็นคนมีความสุขอยู่แล้ว เขาจะไม่มาคิดถึงรายการวิทยุ เพราะเขาก็มีความสุขในทางของเขา นอกจากว่าเป็นการแชร์ประสบการณ์กัน ตัวอย่าง บางทีที่ชื้อตอนเช่น กว่าจะรักกันได้ แต่ละคู่ที่มารักกันในวันนี้ ผ่านอุปสรรคอะไรกันมาเยอะ แล้วยังได้รักกัน ก็จะมีหลายๆ คนที่ฟังอยู่แล้วก็อยากจะโทรเข้ามามากกว่า เพราะฉะนั้น เรื่องมันจะไม่ใช่ว่าต้องสุขมากหรือทุกข์มาก บางทีมันอาจจะเป็นเรื่องที่ทุกข์มากแต่เขารอดมาได้แล้ว และอยากจะเล่าให้คนอื่นฟังก็มี (นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล, สัมภาษณ์ 24 มีนาคม 2554)

จากผลการวิจัยพบว่าปัญหาความรักมีความแตกต่างกันไปทั้งรูปแบบของปัญหารักและลักษณะรายละเอียดของปัญหารัก ซึ่งปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นที่มีความแตกต่างกันไป อาจเป็นเพราะพื้นฐานทางครอบครัว การปลูกฝัง การสั่งสอน การดำเนินชีวิตและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่แตกต่างกันไปแต่ละคน จึงก่อให้เกิดปัญหาความรักที่มีหลากหลายรูปแบบและลักษณะได้ เช่นเดียวกับ พรทิพย์ เย็นจะบก (2542: 3) ที่กล่าวว่า ครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นของประสบการณ์และทักษะของการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นก่อนที่เราต้องออกไปต่อสู้กับสังคมภายนอก สาเหตุปัญหาสังคมส่วนใหญ่มาจากบุคคลที่มีปัญหาครอบครัวทั้งสิ้นเพียงแต่อาจเป็นสาเหตุที่ไม่มีใครคาดคิดว่าจะขยายผลไปไกลขนาดนั้น การสั่งสอนอบรมจากครอบครัว จะเป็นการหล่อหลอมแนวทางในการคิดและถ่านทอดแบบแผนของชีวิต ทัศนคติ ค่านิยมไว้ให้ก่อนออกสู่สังคมภายนอก

ลักษณะการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ

การสื่อสารกับผู้ฟังหรือผู้เล่าเรื่องที่เกี่ยวกับเรื่องราวของความรัก ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่มีทฤษฎีตายตัวในการปฏิบัติ หรือไม่มีสิ่งใดในโลกที่บ่งแน่ชัดได้ว่า การกระทำแบบใดที่จะทำให้มีความรักได้อย่างไม่มีอุปสรรคและสมหวังได้ตลอด เพราะถ้าหากมีกฎเกณฑ์ที่ตายตัวว่าการกระทำแบบนี้จะทำให้มีความรักได้อย่างมีความสุข ทุกคนในโลกก็จะมีปัญหาที่จะต้องมาพึ่งอีกคนให้เป็นที่ปรึกษาปัญหาชีวิตอย่างเช่นทุกวันนี้ ฉะนั้นการสนทนากันเกี่ยวกับเรื่องราวของความรัก จึงเป็นสิ่งที่สามารถพูดคุยกันได้ตลอด เพราะมักจะมีเหตุการณ์เข้ามาใหม่ๆ อยู่เสมอ

การสนทนาเกี่ยวกับเรื่องราวความรัก ระหว่างผู้ดำเนินรายการและผู้เล่าเรื่องจากผู้ฟังทางบ้าน ผู้เล่าเรื่องก็จะเล่าเรื่องเกี่ยวกับความรักของตนเองทั้งที่เคยประสบมาหรือที่ประสบอยู่ ซึ่งอาจจะมาในรูปแบบของการแบ่งปันประสบการณ์ให้แกกันและกัน มาขอคำปรึกษาจากผู้ดำเนิน

รายการ เล่าเรื่องเพื่อระบายความทุกข์ หรือต้องการกำลังใจ อย่างใดอย่างหนึ่งนั้น ผู้ดำเนินรายการ ก็จะมีทั้งให้คำแนะนำ แสดงความคิดเห็น และให้คำปรึกษาเหล่านั้นให้กับผู้ที่เล่าเรื่องเข้ามา เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลนั้นสามารถรับมือกับปัญหาของเขาที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับ Ivey (1987) ที่ให้คำนิยามของการให้บริการปรึกษาไว้ว่า เป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคล ปกติให้สามารถตัดสินใจหรือแก้ปัญหาหรือสามารถพัฒนาตนเองได้ จากผลการวิจัยพบขั้นตอน การให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการดังนี้

การเตรียมความพร้อม

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ดำเนินรายการพยายามหาข้อมูลจากที่ต่างๆ เพื่อให้ตนมีความคิด หรือมุมมองอื่นๆ ที่กว้างมากขึ้น เพื่อที่จะสื่อสารให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหาได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสามารถใช้แนวคิดองค์ประกอบของกระบวนการสื่อสารที่เป็นตัวกำหนดประสิทธิผลของการสื่อสารของ ปรมา สตะเวทิน (2546) ที่ว่าปัจจัยของผู้ส่งสารประการหนึ่งคือ ความรู้ คนที่มีความรู้จะสามารถ พูดหรือเขียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งประสิทธิผลของการสื่อสารขึ้นอยู่กับความรู้ 2 ประเภท ได้แก่ ความรู้เรื่องที่จะสื่อสาร นั้นหมายถึงเนื้อหาสาระของเรื่องที่จะทำการสื่อสาร ที่ผู้ดำเนิน รายการพยายามหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องราวของความรัก เพื่อให้ได้ข้อคิดหรือแง่มุมเพิ่มเติม มากขึ้น และความรู้เรื่องกระบวนการการสื่อสาร ผู้ดำเนินรายการยังศึกษาหาความรู้ในการหาวิธีที่ จะสื่อสารไปยังผู้ที่มีปัญหาอีกด้วย ซึ่งความรู้เรื่องใน 2 ประเภทนี้ ที่ผู้ดำเนินรายการมีการค้นคว้า หาความรู้อยู่เสมอ จะช่วยทำให้การสื่อสารในการให้คำปรึกษามีประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

รับฟังปัญหา

จากผลการวิจัยพบว่าผู้ดำเนินรายการจะทำตัวเป็นเสมือนแก้วน้ำเปล่าๆ ปล่อยให้ผู้เล่า เรื่องได้เล่าเรื่องราวต่างๆ ของตนเองออกมาก่อน และผู้ดำเนินรายการจะฟังเขาเล่าอย่างไม่ถือคติ ไม่มีทัศนคติทั้งในแง่บวกและแง่ลบ อาจเป็นเพราะว่า การที่ผู้ดำเนินรายการฟังโดยไม่ตัดสินและ ตีความผู้เล่าเรื่องในตอนแรก จะช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้ให้ข้อมูลต่อไปเรื่อยๆ ได้ (ศรีวรรณ จัน ทรวงศ์, 2543: 159)

นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ดำเนินรายการมีเทคนิคในการรับฟังปัญหาในขั้นตอนนี้ คือ ฟัง ปัญหาที่เขาเล่าแบบอยู่ข้างเดียวกับเขา ซึ่งไม่ได้หมายความว่าผู้ดำเนินรายการจะเห็นด้วย

อย่างเช่นปัญหาเรื่องรักคนมีเจ้าของ แต่หมายถึงการแสดงความรักและเห็นใจในความรู้สึกที่เขาประสบปัญหาแบบนั้นมา ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีวรรณ (2543) ที่ได้อธิบายการฟังซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของขั้นตอนการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยา คือ ฟังด้วยท่าทีที่สนับสนุน ในระหว่างการฟัง ไม่ควรแสดงอาการที่เป็นปรีภักษ์ ควรแสดงให้ผู้มาขอคำปรึกษาเห็นว่าสิ่งที่เขาพูดนั้น ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจและสนใจ เป็นเสมือนการช่วยให้กำลังใจผู้มาขอคำปรึกษาให้เขาสามารถพูดถึงความคิดหรือความรู้สึกของเขาได้อย่างอิสระ อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดของ โรเจอร์ส (1974) ถึงการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขของผู้ให้คำปรึกษา (Unconditional positive regard) กล่าวคือ ผู้ช่วยเหลือจะไม่พยายามยับยั้งความคิด ค่านิยมของตนเอง ให้ผู้มาปรึกษา แต่จะเคารพในความคิดและความเชื่อของผู้มาปรึกษาว่าเขามีสิทธิ์ที่จะคิดนึกได้ตามที่เขาต้องการ ซึ่งการยอมรับอย่างไม่มีข้อแม้ จะช่วยให้ผู้มาปรึกษารู้สึกมีอิสระที่จะเป็นตัวของเขาเอง ทั้งในด้านของความรู้สึกและความนึกคิดอย่างเต็มที่

ทำความเข้าใจ

ผู้ที่มีปัญหาอาจจะเล่าเรื่องได้ไม่ชัดเจนนักในบางครั้ง ในขั้นตอนนี้ผู้ดำเนินรายการจึงเริ่มมีการสื่อสารโดยการถามผู้เล่าเรื่อง การถามเมื่อมีข้อมูลที่ยังสงสัยอยู่กับผู้เล่าที่มีปัญหาอาจเป็นเพราะว่า ในการให้คำปรึกษาช่วงแรก ผู้รับคำปรึกษาบางคนอาจจะอยากทดสอบและท้าทายความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา หรือบางคนก็ตั้งใจให้ข้อมูลที่เบี่ยงเบนหรืออาจไม่ยอมเปิดเผยข้อมูลเล็กๆ ของตนซึ่งข้อมูลนั้นๆ เองอาจเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญของปัญหาของเขา (บัวทอง สว่างโสภาคกุล, 2541: 92)

การที่ผู้ที่มีปัญหาเล่าเรื่อง ก็เพราะต้องการใครสักคนที่เข้าใจ เช่นเดียวกับผู้มาปรึกษา เขาก็ต้องการมาคุยกับคนที่เขาคิดว่าต้องเข้าใจในตัวเขา การทำความเข้าใจผู้ที่มีปัญหาจึงช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพของผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้ดำเนินรายการได้ เช่นเดียวกับทฤษฎีของ โรเจอร์ส (1902-1987) ผู้คิดทฤษฎีการให้คำปรึกษา โดยให้ศูนย์กลางการปรึกษาอยู่ที่ผู้มารับบริการ และมีหลักว่ามนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้ ผู้ให้บริการปรึกษาจะต้องพยายามเข้าใจความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของผู้รับบริการ การเข้าถึงจิตใจ (Empathy) เป็นกระบวนการที่ผู้ช่วยเหลือ พยายามที่จะเข้าไปรับรู้สิ่งที่ผู้มารับบริการพยายามสื่อความหมายออกมา ส่วนวิธีการแสดงออกนั้น อาจทำได้หลายทางเช่น การรับฟังอย่างตั้งใจ การหัดสังเกต การทวนประโยค การ

รู้จักแยกประเด็น การตรวจสอบความเข้าใจ เป็นต้น ซึ่งทั้งหมดนี้ เมื่อแสดงออกไปแล้ว จุดมุ่งหมายสำคัญที่สุดคือ ให้ผู้มารับบริการปรึกษาได้รับรู้ว่าผู้ช่วยเหลือได้เข้าใจเขาแล้วนั่นเอง

นอกจากนี้การที่ผู้ดำเนินรายการจะรับฟังเรื่องราวปัญหาจากผู้เล่าโดยฟังแบบอยู่ข้างเดียวกันกับเขาและทำความเข้าใจเรื่องราวต่างๆ อาจสามารถอธิบายได้ว่าเป็นการเข้าถึงจิตใจของผู้เล่าซึ่งเป็นการคาดคะเนโดยการเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจของคนอื่น (empathy) หมายถึงความสามารถในการเอาตัวเองเข้าไปอยู่ในบุคลิกของคนอื่น เป็นการมองคนอื่นเหมือนกับว่าเราเป็นตัวคนๆ นั้นเอง จนสามารถเข้าใจถึงสภาพจิตใจภายในของคนๆ นั้น จนกระทั่งสามารถรู้ว่าเขาคิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร จะมีปฏิกิริยาอย่างไร จะมีพฤติกรรมอย่างไร อย่างที่สำนวนไทยเรียกว่า “การเอาใจเขามาใส่ใจเรา” (ปรมะ สตะเวทิน, 2546)

วิเคราะห์ปัญหา

จากผลการวิจัยหลักในการวิเคราะห์ปัญหาของผู้ดำเนินรายการได้แก่ การใช้ประสบการณ์ของตนเอง ใช้ประสบการณ์ของคนอื่นที่ได้ฟังมาหลายกรณี และวิเคราะห์ผู้เล่าโดยการสมมติตัวเองเป็นผู้เล่า

การใช้ประสบการณ์ของผู้ดำเนินรายการในการวิเคราะห์ผู้เล่า อาจเป็นเพราะว่าเหตุการณ์ที่ตัวเองเคยประสบพบเจอมา สิ่งที่เคยรู้สึกและถูกกระทำ ทำให้รู้ว่ามีผลต่อสภาพจิตใจมากน้อยเพียงใด เมื่อเราใช้ประสบการณ์ของเราที่เจอมาวิเคราะห์ถึงปัญหาของคนอื่น ก็จะสามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้เล่าและปัญหานั้นได้เหมือนกัน เช่นเดียวกับทฤษฎีการวินิจฉัยคนอื่นจากตัวเราเองที่ปรมะ สตะเวทิน (2546) ได้สรุปไว้ว่า เป็นการสื่อสารกับคนอื่น โดยจะสังเกตพฤติกรรมภายนอกของคนอื่น แล้วตีความหมายพฤติกรรมนั้น โดยยึดตัวเองเป็นหลักว่าเมื่อเราแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น เรา มีความรู้สึกในจิตใจอย่างไร หมายความว่าอย่างไร จากนั้นก็วินิจฉัยความรู้สึกของคนอื่นที่แสดงพฤติกรรมเช่นนั้นว่าเขา มีความรู้สึกอย่างไร มีความหมายอย่างไร เมื่อคนนั้นแสดงพฤติกรรมอย่างเดียวกับเรา เขาก็ควรจะมีความรู้สึก และมีความหมายเช่นเดียวกับเรา เป็นการทำนายจิตใจของคนอื่นโดยอาศัยความเหมือนกันระหว่างพฤติกรรมของคนอื่นกับพฤติกรรมของเรา หรือเป็นการเข้าใจคนอื่นจากประสบการณ์เรา จะเห็นได้ว่า การใช้ประสบการณ์ของตนเองให้การวิเคราะห์ผู้เล่าจะสอดคล้องกับทฤษฎีนี้ เพราะถ้าหากเราไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นๆ มาก่อน เราก็จะไม่สามารถเข้าใจหรือไม่มีความรู้สึกในใจได้ รวมทั้งไม่สามารถทำนายจิตใจของคนอื่นที่แสดง

พฤติกรรมที่เราไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนได้ ซึ่งจุดอ่อนคือ ในความเป็นจริงแล้ว แม้เราจะไม่เคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมบางอย่างมาก่อน เราก็สามารถทราบความรู้สึกถึงจิตใจของคนอื่นได้ เช่น เราไม่เคยมีลูก หรือมีลูกแต่ลูกของเราไม่ตาย เมื่อเราเห็นคนอื่นที่ลูกตาย เราก็สามารถคาดได้ว่าเขาจะมีพฤติกรรมอย่างไร จะมีความรู้สึกอย่างไร หรือแม้ว่าเรายังไม่เคยแต่งงาน แต่เราก็สามารถเข้าใจถึงความสุขของคนที่กำลังจะแต่งงานได้ ดังนั้นความสามารถในการคะเนหรือเข้าใจจิตใจของคนอื่นจึงไม่จำเป็นที่เราจะต้องมีประสบการณ์ต่อพฤติกรรมนั้นๆ ด้วยตนเองเสมอไป

นอกจากนี้ยังเห็นว่าการใช้ประสบการณ์ของตัวเองในการวิเคราะห์ให้ผู้อื่นนั้นยังมีจุดอ่อนอยู่คือ ในความเป็นจริงแล้วพฤติกรรมของคนแต่ละคนไม่ได้มีความหมายเหมือนกัน ไม่ได้แสดงความรู้สึกหรือสภาพจิตใจภายในเหมือนกันทุกคน เช่น การพูดว่า “มีความสุขกับชีวิต” ไม่ได้แสดงความสุขที่เหมือนกันเสมอไปสำหรับคนแต่ละคน บางคนมีความสุขกับชีวิตที่พิกการแต่สามารถเลี้ยงชีพตนได้ แต่อีกคนไม่สามารถรับได้กับความพิกการ แต่ความสุขกับชีวิตของเขาคือการมีร่างกายที่ครบพร้อม ความรวยที่ทำให้มีความสุข เป็นต้น

การใช้ประสบการณ์ของคนอื่นจากการที่ผู้ดำเนินรายการฟังเรื่องเล่าของผู้ที่มีปัญหาหลายๆ กรณี โดยที่ตัวเองไม่มีประสบการณ์ในเรื่องนั้นมาก่อน จึงทำให้เข้าใจคนอื่นที่ทั่วไปได้มากขึ้น เป็นการเรียนรู้การกระทำและความรู้สึกของผู้อื่นที่หลากหลาย จากความรู้ในสิ่งนี้ช่วยให้เป็นข้อมูลในการวิเคราะห์ปัญหาของผู้เล่าเรื่องได้ และยังเป็นการแก้จุดอ่อนของการวิเคราะห์ปัญหาจากการใช้ประสบการณ์ในตัวเองอีกด้วย อีกทั้งการได้รับรู้วิธีการแก้ปัญหาของคนอื่นๆ ก็จะช่วยให้ผู้ดำเนินรายการสามารถมีวิธีการให้คำปรึกษากับคนอื่นมากขึ้นตามไปด้วย

การวิเคราะห์ผู้เล่าโดยสมมติผู้ดำเนินรายการเองเป็นผู้เล่า แล้วลองใส่ความรู้สึกและการกระทำของผู้เล่ามาที่ตัวเอง ใช้หลักนี้เป็นส่วนหนึ่งในการวิเคราะห์ผู้เล่า เป็นเพราะว่า การลองสมมติเป็นผู้เล่าจะทำให้ผู้ดำเนินรายการเกิดการเรียนรู้ผู้เล่าและเข้าใจปัญหาของเขามากขึ้น เมื่อเราถอดจากการสมมติเป็นผู้เล่าแล้ว เราก็จะรู้ว่าควรจะต้องทำอย่างไรกับปัญหานั้น ผู้ดำเนินรายการก็จะสามารถช่วยให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหาได้ สามารถอธิบายได้จากทฤษฎีการสวมบทบาทของคนอื่นที่ ประมะ สตะเวทิน (2546) ได้อธิบายกับทฤษฎีนี้ไว้ว่า การรู้จักตนเองเกิดจากการสื่อสารกับคนอื่น โดยการสวมบทบาทของคนอื่น จึงทำให้เราสามารถเอาตัวเราเข้าไปใส่ในตัว

คนอื่น เอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่นได้ การสวมบทบาทของคนอื่น จะค่อยๆพัฒนาความคิดเรื่อง คนโดยทั่วไปจะปฏิบัติอย่างไร ความคิดเรื่องตัวเองหรือการรู้จักตัวเองว่าตัวเองควรจะปฏิบัติ อย่่างไรเกิดจากคนโดยทั่วไปปฏิบัติอย่างไร หรือคนอื่นคาดว่าเราควรจะต้องปฏิบัติอย่างไร การที่ผู้ ดำเนินรายการสวมบทบาทของผู้เล่า จะทำให้ผู้ดำเนินรายการค่อยๆคิดได้ว่าผู้เล่าปฏิบัติอย่างไร และทำให้ผู้ดำเนินรายการคิดเรื่องตัวเองว่าควรจะปฏิบัติอย่างไร พฤติกรรมที่ผู้เล่าแสดงออกย่อม สะท้อนความรู้สึกภายในจิตใจเช่นเดียวกับผู้ดำเนินรายการ การที่คิดว่าตัวเองควรจะทำอย่างไร จึง เป็นการคิดหาทางออกของปัญหาซึ่งนำไปสู่การให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหาได้

นอกจากนี้ การสวมบทบาทโดยเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่นมีจุดอ่อนคือ เป็นการใช้พลังหรือ ความพยายามที่มาก เพราะจะต้องตีความหมายสิ่งต่างๆ จากความคิดของคนอื่นซึ่งอาจจะต่าง สังคม ต่างวัฒนธรรมกับเรา อีกทั้งการสื่อสารกับคนๆนั้นเป็นครั้งแรกหรือกับคนที่เราไม่คุ้นเคยเป็น การส่วนตัวมาก่อน ไม่เคยทำการสื่อสารแบบเห็นหน้าค่าตากัน แต่ทำการสื่อสารโดยอาศัยการ เขียนจดหมายหรือโทรศัพท์ หรือต้องทำการสื่อสารกับคนต่างๆ กัน การไม่มีประสบการณ์เป็นการ ส่วนตัวเกี่ยวกับคนเหล่านั้นมาก่อน ทำให้ความสามารถในการเอาใจเราเข้าไปใส่ในใจคนอื่นลดลงและ ความถูกต้องในการทำนายคนอื่นก็จะลดลงตามไปด้วย

ผู้ดำเนินรายการจะใช้หลักต่างๆ ชำงต้นมาประกอบกันในการให้คำปรึกษา จะไม่ใช่หลัก เดียวในการวิเคราะห์ให้คำปรึกษา อาจเป็นเพราะว่า แต่ละหลักในการวิเคราะห์นั้นก็มีจุดเด่น จุดอ่อนแตกต่างกันไป จึงต้องใช้ทุกๆหลักมาประกอบในการพิจารณาผู้เล่า เพื่อประสิทธิภาพใน การให้คำปรึกษาได้ดีที่สุด

นอกจากนี้จากผลการวิจัยพบว่าขั้นตอนในการให้คำปรึกษาขั้นตอนนี้ ผู้ดำเนินรายการยัง วิเคราะห์ปัญหาโดยการที่คิดแบบอยู่ฝั่งตรงกันข้ามกับผู้เล่า คือถอยออกมาอยู่ฝั่งตรงข้ามเพื่อมอง เข้าไปในปัญหา อาจเป็นเพราะว่า การอยู่ฝั่งเดียวกันกับผู้เล่าในขั้นตอนการฟัง จะทำให้ได้ ความคิดที่แคบ การอยู่ฝั่งหนึ่งแล้วมองเข้ามา จะทำให้ได้ความคิดอีกมุมหนึ่ง อีกทั้งความคิด เป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับชีวิตอย่างใกล้ชิดอยู่เสมอ ไม่มีอะไรจะสะท้อนคุณภาพของคนได้เท่ากับ ความคิดของเขา แต่หลายครั้งเราก็ไม่รู้ตัวว่า บางครั้งเรากำลังติดอยู่กับวิธีการคิดแบบเดิมๆ รูป แบบเดิมๆ มุมมองเดิมๆ สุดท้ายเราก็ได้แก้ปัญหาต่างๆ ด้วยหนทางเดิมๆ และคำตอบที่ไม่มีอะไร ใหม่ (เกศินี สุทธาวารางกุล, 2546)

และจากแนวคิดเกี่ยวกับเรื่องมนุษย์กับการคิด ที่ เดส์คาร์ต (Descartes) ผู้บุกเบิกนักปรัชญาสมัยใหม่ ได้กล่าวว่า มนุษย์ใช้ การคิด เป็นเครื่องมือในการพิจารณาสิ่งต่างๆ ที่เป็นปัญหาสำหรับการดำรงชีวิตของตน และใช้ความคิดที่เป็นผลได้จากการคิดมาเป็นข้อมูลในการพิจารณาเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวมนุษย์ให้เกิดเป็นระบบที่มนุษย์สามารถเข้าใจ และมั่นใจได้ว่าสภาวะการณ์ต่างๆ ที่เป็นอยู่ไม่อาจเป็นอันตรายต่อการดำรงชีวิตของตนเอง วิธีการคิดจะเป็นตัวพื้นฐานที่รองรับรูปแบบการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคล

หาวิธีแก้ไขปัญหา

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ดำเนินรายการหาวิธีแก้ไขปัญหาโดยการให้วิธีคิดกับผู้เล่าเรื่องที่มีปัญหา จะไม่บอกในเชิงปฏิบัติให้กับผู้เล่าว่าจะต้องทำอะไร แต่จะ让他ได้คิดซึ่งเป็นการเรียกสติของผู้ที่มีปัญหาขึ้นมา อาจเป็นเพราะว่ามนุษย์คนเราไม่ชอบการถูกบังคับหรือคำสั่งหรือมีใครมาตัดสินการดำเนินชีวิตของตนเอง หากมีใครบอกให้กระทำแบบนั้นแบบนี้หรือไปกำหนดชะตาชีวิตของเขา เขาอาจจะเกิดการต่อต้านขึ้นมาได้ เช่นเดียวกับ โจนส์ (2552) ที่กล่าวถึงกระบวนการช่วยเหลือในขั้นการเปลี่ยนแปลงไว้ว่า ผู้ช่วยเหลือจะต้องช่วยวางแผนในการตั้งเป้าหมาย ทั้งเป้าหมายในด้านการสื่อสารและเป้าหมายเพื่อปรับเปลี่ยนความคิด เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ได้ตกลงกัน ข้อควรระวังคือ ผู้ช่วยเหลือควรพยายามหลีกเลี่ยงการแสดงอำนาจ หรือใช้วิธีการบังคับให้ผู้มาปรึกษาทำตามที่ผู้ช่วยเหลือต้องการ หรือการเข้าไปรบกวนขัดขวางตัดสินใจในทางเลือกที่ผู้มาปรึกษาควรจะทำด้วยตนเองให้มากที่สุด พยายามให้เขาเป็นผู้เลือกทางเลือกเอง ให้เขาได้รับผิดชอบในชีวิตที่เขาเองเป็นเจ้าของ เพราะมนุษย์ทุกคนมีความสามารถที่จะตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ผู้ช่วยเหลือจะต้องทำทุกอย่างให้ผู้มาปรึกษาได้รู้สึกว่าเขาสามารถคิดตัดสินใจในชีวิตของเขาเองได้ และด้วยความประคับประคองของเรา เขาจะกล้าที่จะเชื่อมั่นในความสามารถของตัวเองได้ในที่สุด

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษา แบบผู้ขอคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Client-Centered Theory) ของรอเจอร์ส (Rogers, 1930-1961) โดยมีหลักว่า มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามเข้าใจความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของผู้มาขอคำปรึกษา โดยบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาคือ ผู้เอื้ออำนวยหรือจัดสภาพการณ์ต่างๆ ที่จะส่งเสริมพัฒนาการของผู้มาขอคำปรึกษา

ลักษณะการให้วิคิด

การให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ Club Friday ผู้วิจัยค้นพบว่า ผู้ดำเนินรายการจะเป็นลักษณะของความคิดต่างๆ กับผู้ฟังทางบ้าน ซึ่งมีลักษณะต่างๆ ได้แก่ การยอมรับความจริง แก้ปัญหาให้ถูกจุด ชัดเจนกับตัวเอง มองหลายมุม ลองปฏิบัติ การยกตัวอย่าง ชี้ให้เห็นข้อบกพร่อง เห็นคุณค่าของตัวเอง ยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม และใช้หลักสัจธรรมของความรัก ซึ่งผู้ดำเนินรายการจะสื่อสารโดยให้ลักษณะต่างๆ ของความคิดเหล่านี้ประกอบๆ กันไป ซึ่งขึ้นอยู่กับเรื่องเล่าของผู้ฟังทางบ้าน จะไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวว่าเรื่องเล่าแบบนี้จะต้องให้ความคิดแบบนี้เพียงอย่างเดียว เพราะความรักเป็นเรื่องที่ไม่มีเหตุผลเป็นเรื่องของอารมณ์ที่บังคับกันไม่ได้ เรื่องของความรักเป็นเรื่องที่ไม่มีสูตรสำเร็จตายตัว แต่เราสามารถออกแบบความรักของเราได้ ซึ่งจะเกิดจากความคิดที่อยู่ภายในตัวเอง

ประการแรกที่ผู้ดำเนินรายการมักจะทำให้วิคิดคือ การยอมรับ เพราะคนส่วนใหญ่ที่มีปัญหาจากความรัก มักจะหาข้ออ้างให้กับตัวเอง ไม่ยอมรับความจริง และกล่าวโทษคนอื่นต่างๆ นานา ทั้งที่ความเป็นจริงแล้วเราอาจจะมีส่วนผิดในเรื่องนั้นด้วย การที่ให้ผู้ที่มีปัญหายอมรับความเป็นจริงกับสิ่งที่เกิดขึ้น จะช่วยให้เขาได้ชัดเจนกับตัวเอง มองเห็นปัญหาที่แท้จริง เพื่อให้เขาสามารถแก้ปัญหาของเขาได้ถูกจุด อีกทั้งการยอมรับความจริงจะช่วยให้เขาปล่อยวางและสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างทุกข์ทรมานน้อยที่สุด อาจเป็นเพราะว่า การมองให้เข้าใจธรรมชาติของชีวิตตามที่เป็นจริง ซึ่งไม่ว่าจะเป็นชีวิตของเราหรือของผู้อื่นก็ตาม การมองชีวิตตามที่เป็นจริงทั้งด้านสุขด้านทุกข์ จะทำให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทัน มีอุดมคติ มีความสุข สามารถตรวจสอบชีวิตของตน และหลีกเลี่ยงความทุกข์ได้ (พรทิพย์ เย็นจะบก, 2542: 2) และยังคงสอดคล้องกับทฤษฎีการให้บริการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมข้อหนึ่งที่ แอลเบิร์ต เอลลิส (Albert Ellis, 1961) กล่าวว่าไว้ว่า การยอมรับข้อดีและข้อบกพร่องทั้งของตนเองและของผู้อื่น จะช่วยให้นุคคลปรับตัวได้ดีขึ้น

จากแนวความคิด หมวกความคิดหกใบ ของ เดอ โบโน (1985) ซึ่งอธิบายเกี่ยวกับความคิดของมนุษย์ โดยแนวคิดของ เดอ โบโน จะเป็นวิธีการคิดแบบตั้งใจใจคิด เป็นการคิดแบบสร้างสรรค์ ไม่ใช้การตอบโต้ เพราะในวิธีการคิดแบบนี้มีการสร้างแผนที่ ซึ่งเป็นการสำรวจตรวจสอบประเด็นเรื่องนั้นๆ แล้วก็ลงมือตัดสินใจด้วยใจที่เป็นกลางและด้วยใจที่เปิดกว้าง ตัวอย่างเช่น แทนที่เราจะรับมือหรือตอบโต้กับปัญหาที่เกิดขึ้น เราจะทำแผนที่ง่าย ๆ ขึ้นมา โดยการ

สำรวจข้อมูลต่างๆ ของปัญหาเรื่องนั้นๆ ตอนแรกจะดูที่ด้านดีหรือด้านบวกของเรื่องนั้นๆ ก่อน แล้วจดสิ่งต่างๆ ที่สังเกตไว้ จากนั้นก็ดูด้านไม่ดีหรือด้านลบ แล้วจดสิ่งต่างๆ ไว้ และท้ายสุดก็พิจารณาดูด้านที่เป็นกลางๆ โดยใส่ไว้ในด้านที่น่าสนใจ เมื่อทำแผนที่หรือสำรวจข้อมูลในด้านต่างๆ เสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว ก็จะสามารถตัดสินใจเลือกหนทางที่ดีที่สุดในการแก้ปัญหาเรื่องนั้นๆ ได้

ผู้วิจัยพบว่าผู้ดำเนินรายการมีลักษณะการให้วิธีคิดที่สอดคล้องกับแนวคิดหวมกความคิดหกใบ ของ เดอ โบโน ซึ่งผู้ดำเนินรายการจะตรวจสอบถามหาสาเหตุของปัญหาจากผู้เล่าเรื่อง และหลังจากนั้นก็พยายามมองหลายๆ มุมมอง ทั้งด้านที่ดีที่สุดไปยังด้านที่ลบที่สุด เพื่อให้ผู้เล่าได้ลองคิด และหาทางออกที่เป็นทางที่ดีสำหรับตัวเขาได้ดีที่สุด ซึ่งวิธีการคิดแบบหวมกความคิดหกใบนี้ ได้อธิบายไว้ว่า เป็นการออกแบบให้เปลี่ยนจากการถกเถียงอ้างเหตุผลมาเป็นการสำรวจตรวจสอบข้อมูล วิธีการแบบนี้จะมีกระบวนการสองขั้นตอนคือ ขั้นแรกคือการทำแผนที่หรือการสำรวจตรวจสอบข้อมูลต่างๆ ของเรื่องนั้นๆ ในหลายแง่มุมอย่างกว้างขวาง แล้วจดข้อสังเกตลงไว้ ขั้นที่สองจะเป็นการตัดสินใจเลือกทางแก้ไขที่ดีที่สุดที่ปรากฏอยู่ในการสำรวจตรวจสอบข้อมูลต่างๆ ที่ทำขึ้นนั้น ถ้าการตรวจสอบข้อมูลทำได้ละเอียดทุกแง่มุมเป็นอย่างดี ทางออกนี้ที่ดีก็จะปรากฏขึ้นมาให้เห็นอย่างเด่นชัด

นอกจากนี้แนวความคิดหวมกความคิด 6 ใบ ยังอธิบายถึงการใช้หวมก 6 สี ซึ่งได้แก่ หวมกขาว เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารต่างๆ อย่างเป็นกลาง โดยไม่ใช้อารมณ์ หวมกแดง เป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาอย่างเต็มที่ รวมทั้งล้างสังหรณ์ สัญชาตญาณ การหยั่งรู้ หวมกดำ เป็นการประเมินสิ่งต่างๆ อย่างสุขุมรอบคอบระมัดระวัง ไม่เพ้อฝัน หวมกเหลือง เป็นการมองโลกในแง่ดี แสดงถึงความเป็นไปได้ ความหวัง หวมกเขียว เป็นความคิดที่สร้างสรรค์ ความคิดใหม่ๆ ทางเลือกใหม่ๆ ความคิดที่เป็นไปได้ และหวมกฟ้า เป็นการมองภาพรวมของสิ่งต่างๆ เกี่ยวกับการควบคุม และการจัดระเบียบของกระบวนการคิด ซึ่งผู้วิจัยพบว่าทำให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการ Club Friday จะมีการสวมหวมกตามสีต่างๆ เหล่านี้ ในขณะหนึ่งๆ อาจจะสามารถสวมหวมกสีใดสีหนึ่งในการวินิจฉัย หรือบางครั้งก็สวมหวมกพวกนี้เรียงกันตามลำดับแบบใดแบบหนึ่ง

จากความคิดหรือมุมมองที่หลากหลายต่างๆ ยังพบว่าผู้ดำเนินรายการ ยังให้คำแนะนำวิธีคิดที่ให้ผู้ที่มีปัญหาได้ลองปฏิบัติ เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีให้คำปรึกษาปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมของ จอห์น ครัมโบลท์ (John Krumboltz, 1964) ที่มีหลักใน

การพิจารณามนุษย์ไว้ข้อหนึ่งว่า กระบวนการให้บริการปรึกษาประกอบด้วยการช่วยให้ผู้รับบริการมองเห็นปัญหาและเห็นพ้องในพฤติกรรมที่จะต้องปรับปรุงแก้ไข ผู้ให้บริการปรึกษาจะจัดกลวิธีที่เหมาะสมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมผู้รับบริการ และปรับปรุงเปลี่ยนแปลงวิธีเมื่อพบว่ากลวิธีที่เลือกใช้นั้นไร้ผล อีกทั้งผู้วิจัยยังพบว่า ผู้ดำเนินรายการจะให้ผู้ที่มีปัญหาได้ลองปฏิบัติที่เห็นว่ามีบุคคลอื่นเคยปฏิบัติแล้วเป็นทางออกที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับกลวิธีการให้บริการปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมโดยกลวิธีเรียนรู้จากตัวแบบ ซึ่งมีหลักคือ การให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่จากการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบจะช่วยให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้ทักษะในการก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่ บางทีผู้รับบริการอาจจะรู้มาก่อนแล้วถึงวิธีการที่จะไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา แต่ยังไม่ได้ทำหรือคาดว่าจะทำไม่ได้ จากการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบจะช่วยกระตุ้นให้ผู้รับบริการได้แสดงพฤติกรรมที่เรียนรู้แล้วนั้น

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบว่า การสื่อสารของผู้ดำเนินรายการในการที่จะให้ผู้เล่าเรื่องที่มีปัญหาได้ตระหนักคิด ได้เตือนสติเขา ได้ชี้ให้เห็นข้อบกพร่องที่ทำให้เกิดทุกข์ มักจะเป็นการพูดซ้ำหรือให้อธิบายความหมายกับสิ่งที่เขาเล่าออกมา ซึ่งสอดคล้องกับเทคนิคการให้คำปรึกษาที่ศรีวรรณ จันทรวงศ์ (2543) ได้ให้เทคนิคการให้คำปรึกษาถึง การตีความหมายว่าเป็นขบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายความหมายของเหตุการณ์ให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้เข้าใจปัญหาของตนเองในด้านอื่นที่อาจยังไม่ได้มองมาก่อน ให้เกิดความแจ่มแจ้งเร็วขึ้น การตีความหมายคำพูดของผู้มาขอคำปรึกษา เพื่อให้ผู้มาขอคำปรึกษาตระหนักถึงความคิดความรู้สึกในแง่มุมต่างๆ ของพฤติกรรมและสาเหตุของพฤติกรรมของเขา ซึ่งถ้าผู้มาขอคำปรึกษาได้ตระหนักตนเอง เขาก็จะได้เห็นภาพพจน์ใหม่เกี่ยวกับตนเอง อีกทั้งผู้ดำเนินรายการยังมีการพูดซ้ำกับสิ่งที่ผู้เล่าได้พูด ซึ่งสอดคล้องกับเทคนิค การสะท้อนความรู้สึก ซึ่งกล่าวไว้ว่า ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะถอดข้อความและคำพูดนั้นใหม่ โดยเน้นในด้านที่แสดงความรู้สึกของผู้มาขอคำปรึกษามากกว่าที่จะเพ่งเล็งที่สาระคำพูด เป็นการช่วยให้ผู้มาขอคำปรึกษาได้เข้าใจถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองโดยไม่ต้องวิตกกังวล หรือช่วยนำความรู้สึกที่คลุมเครือออกมาให้กระจ่างขึ้น

จากวิธีคิดของผู้ดำเนินรายการ และเทคนิคการสื่อสารที่สะท้อนความหมายและความรู้สึกของผู้ที่มีปัญหา ที่กล่าวมาแล้วข้างต้น จึงเป็นการสื่อสารในลักษณะที่ให้ความคิดต่างๆ ที่จะทำให้ผู้ที่มีปัญหาเห็นคุณค่าตัวเอง มองโลกได้กว้างขึ้น เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ ธรรมชาติของความรัก รวมทั้งการสื่อสารที่ให้ความคิดนี้ผู้ดำเนินรายการยังยึดหลักความถูกต้องในด้านคุณงามความดี

คุณธรรมจริยธรรม ที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ที่มีปัญหาให้ดำเนินชีวิตได้อย่างสงบสุข ซึ่งบางครั้งผู้ที่มีปัญหาอาจจะทุกข์มาก แต่การสื่อสารให้ลักษณะวิธีการคิดเช่นนี้จะช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาสามารถรับมือกับความทุกข์ และใช้ชีวิตที่ทำให้เป็นทุกข์ทรมานได้อย่างน้อยที่สุด

ค. ความน่าสนใจในการนำเสนอ

จากผลการวิจัยสิ่งที่น่าสนใจจากการนำเสนอของรายการ Club Friday ได้แก่ ในด้านบุคคลคือ ผู้ดำเนินรายการ และองค์ประกอบอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวกับบุคคล เช่น การเปิดโอกาสให้ผู้ฟังมีส่วนร่วมในรายการ การตั้งหัวข้อในแต่ละสัปดาห์ เนื้อหาของรายการที่มีความหลากหลาย เพลงประกอบ ช่วงเวลาที่ออกอากาศ รูปแบบรายการ และการเพิ่มแซ่กับเชิญ ซึ่งเมื่อพิจารณาตามความดึงดูดใจที่ทำให้ผู้ฟังสนใจฟังรายการ Club Friday แล้ว ผู้วิจัยมีความเห็นว่า การสื่อสารเป็นสิ่งสำคัญ และการสื่อสารจะมีประสิทธิผลได้น่าจะเกิดจากองค์ประกอบของการสื่อสารเป็นหลัก

จากแนวคิดของ ปรมะ สตะเวทิน (2546) องค์ประกอบของการสื่อสารหนึ่งที่สำคัญคือ ผู้ส่งสาร และปัจจัยของผู้ส่งสารที่ส่งผลต่อประสิทธิผลในการสื่อสารก็คือ ทักษะการสื่อสาร ทักษะทัศนคติ ความรู้ และสถานภาพสังคม และวัฒนธรรม

จากผลการวิจัย พบว่าผู้ดำเนินรายการมีทักษะในการสื่อสารคือ ผู้ดำเนินรายการมีความสามารถในการสื่อสารให้ผู้ที่มีปัญหาสามารถเข้าใจในสิ่งที่ตนต้องการจะสื่อออกมาได้ โดยใช้คำภาษาพูดที่เข้าใจได้ง่าย และมักจะถ่ายทอดเป็นภาพเรื่องราวเหตุการณ์ให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ปรมะ สตะเวทิน (2546) ที่กล่าวถึงทักษะในการสื่อสารมีอิทธิพลต่อผู้ส่งสารข้อหนึ่งไว้ว่า ทักษะในการสื่อสารมีอิทธิพลต่อความสามารถในการเข้ารหัสสาร ซึ่งแสดงเจตนาหรือความคิดของผู้ส่งสาร ในการเข้ารหัสสารซึ่งแสดงเจตนาของตนนั้น ผู้ส่งสารจะต้องมีทักษะที่จำเป็นในการเข้ารหัส เช่น ในการใช้คำแทนที่จะใช้คำยากๆ ก็จะเลือกใช้คำที่ง่ายๆ สามารถแสดงความหมายได้อย่างชัดเจนที่สุด และเรียบเรียงถ้อยความเพื่อให้มีความหมายชัดเจนที่สุด ทำให้ผู้รับสารสามารถถอดรหัสได้ง่ายและเข้าใจได้ถูกต้อง

นอกจากนี้ ปรมะ สตะเวทิน (2546) ยังกล่าวถึงทัศนคติของผู้ส่งสารก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถเพิ่มหรือลดประสิทธิผลของการสื่อสารได้ ซึ่งผู้วิจัยพบว่า ผู้ดำเนินรายการ มีการให้คำปรึกษา คำแนะนำ และแสดงความคิดเห็นอย่างมียุติธรรม มีศีลธรรม มีเหตุผล มีความเชื่อมั่นใน

ตนเอง ในการที่จะสื่อสารไปยังผู้ที่มีปัญหา สอดคล้องกับปรมะ สตะเวทิน (2546) ที่กล่าวว่า ผู้ส่งสารจะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารมากน้อยเพียงใดนั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับทัศนคติที่ผู้ส่งสารมีต่อตนเอง เป็นการประเมินตนเอง ก่อนทำการสื่อสารหากผู้ส่งสารมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง มีความมั่นใจในตัวเอง เชื่อว่าตนเองมีความสามารถ โอกาสที่ผู้ส่งสารจะประสบผลสำเร็จในการสื่อสารก็มีมาก

ในการจะสื่อสารการให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหา ทักษะหนึ่งที่พบของผู้ดำเนินรายการคือ ทักษะการฟัง เพราะจะต้องฟังปัญหาเรื่องเล่าของผู้ที่มีปัญหาแต่ละคน ซึ่งเรื่องราวรายละเอียดแต่ละคนก็จะแตกต่างกันไป ฉะนั้นผู้ดำเนินรายการจึงต้องใช้สติปัญญา และมีไหวพริบที่ดี มีความสามารถทางด้านความคิด และการให้คำปรึกษาพบว่า ผู้ดำเนินรายการมีความหวังดีกับผู้ฟัง ซึ่งความหวังดีจะส่งผลออกมาจากสิ่งที่ผู้ดำเนินรายการได้สื่อสารออกไป และสื่อสารในลักษณะที่ให้ความเป็นกันเองกับผู้เล่าและผู้ฟัง ซึ่งลักษณะต่างๆ ของผู้ดำเนินรายการเหล่านี้จะส่งผลให้ผู้ที่มีปัญหาและผู้ฟังคนอื่นๆ เกิดความนับถือ เชื่อถือผู้ดำเนินรายการทำให้เกิดติดตามรายการ ซึ่งสอดคล้องกับ อริสโตเติล ที่กล่าวไว้ว่า บุคลิกของผู้พูดเป็นสาเหตุของการโน้มน้าวที่สำคัญของการพูด การโน้มน้าวใจด้วยบุคลิกมาจาก 3 ประการ คือ Good Knowledge เป็นผู้มีความรู้สติปัญญาดี มีไหวพริบและไหวพริบ Good will แสดงให้เห็นความปรารถนาดีต่อผู้ฟัง มีความตั้งใจจริง และ Good Character แสดงให้เห็นว่าเป็นผู้มีนิสัยดี มั่นอยู่ในศีลธรรม

ทั้งนี้สอดคล้องกับ Berlo, Lemert และ Mertz (1966) ที่วิจัยด้านความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร ซึ่งกล่าวว่า มีปัจจัย 3 ประการที่ผู้รับสารมักจะใช้ในการตัดสินความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร ได้แก่ ปัจจัยที่สร้างความอบอุ่นใจและไว้ใจได้ของผู้ส่งสาร ได้แก่ ใจดี เข้ากับคนอื่นได้ง่าย มีความเป็นเพื่อน ไม่ขัดคอใคร ยุติธรรม มีศีลธรรม เป็นต้น ปัจจัยที่เป็นคุณสมบัติของผู้ส่งสาร ได้แก่ มีความรู้ความชำนาญ มีประสบการณ์ ได้รับการฝึกฝน มีความสามารถ มีไหวพริบ และปัจจัยด้านพลวัตของผู้ส่งสาร ได้แก่ ความคล่องแคล่ว กระตือรือร้น มีพลัง เข้มแข็ง รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ตรงไปตรงมา เป็นต้น ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 ประการนี้ สามารถทำให้ผู้ส่งสารสามารถโน้มน้าวใจผู้ฟังได้ ซึ่งบุคลิกภาพของผู้ส่งสารเป็นพลังสำคัญในการเปลี่ยนทัศนคติผู้รับสารได้มาก หากผู้ดำเนินรายการเป็นผู้ที่ไม่น่าเชื่อถือแล้ว ไม่ว่าเรื่องที่จะพูดเป็นเรื่องอะไรก็ย่อมจะไม่น่าเชื่อถือไปด้วย อีกทั้งผู้วิจัยยังพบว่า นอกเหนือจากบุคลิกภาพที่กล่าวมาแล้ว เทคนิคของผู้ดำเนินรายการที่ให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหา ด้วยการให้วิธีคิด มากกว่าที่จะบังคับหรือสั่งให้ผู้ที่มีปัญหาทำเพื่อแก้ปัญหา

ทางออก ก็เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้ฟังคนอื่นๆ รวมทั้งผู้ที่มีปัญหาเชื่อฟังและเชื่อถือผู้ดำเนินรายการได้

นอกจากนี้ยังพบว่า บุคลิกของผู้ดำเนินรายการของทั้ง 2 คน คือ ดีเจพีชอด และดีเจพีช้อย มีทั้งความเหมือนกันและความแตกต่างกัน ความเหมือนกันคือ มีความสนใจในเรื่องของความรัก ความสัมพันธ์ของมนุษย์เหมือนกัน ส่วนความต่างคือ การให้คำปรึกษาจะมีวิธีการต่างกัน ดีเจพีชอดจะมีน้ำเสียงที่อ่อนหวานแต่การให้คำปรึกษาจะพูดตรงๆ และเด็ดขาดกว่า ส่วนดีเจพีช้อยจะมีน้ำเสียงที่ห้าวกว่าแต่การให้คำปรึกษาจะมีวิธีการเลียงหรือเบากว่า ซึ่งความเหมือนและความแตกต่างกันนี้ สอดคล้องกับแนวคิดวิธีการนำเสนอรายการวิทยุ ที่กล่าวถึงองค์ประกอบของวิธีการเสนอรายการวิทยุข้อหนึ่งไว้ว่าวิธีการเสนอรายการที่ดี ควรจะมีทั้งความหลากหลายและความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันหรือเอกภาพอยู่ในรายการเดียวกัน ซึ่งความหลากหลายในรายการวิทยุกระจายเสียง ซึ่งเป็นรายการที่ผู้ฟังใช้หูฟัง เป็นธรรมชาติของคนที่ว่าถ้าหากได้ฟังอะไรอย่างเดียวกันนานๆ เช่น ฟังเสียงอยู่เสียงเดียว ระดับเสียงทำนองเดียวกันตลอด หรืออะไรก็ตามที่เป็นอย่างเดียวกัน ผู้ฟังจะรู้สึกเบื่อหน่าย จำเจ ไม่น่าฟัง ดังนั้นการเข้าใจถึงจุดความสนใจจึงต้องมีวิธีที่มีความหลากหลายๆ กันมาไว้ในรายการเดียว เพื่อเปลี่ยนอารมณ์ผู้ฟัง ส่วนความเป็นเอกภาพ ก็เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ ความเป็นเอกภาพคือ จุดยืน มีหลักว่าจะสื่อสารในเรื่องเกี่ยวกับอะไร เพราะไม่เช่นนั้นผู้ฟังจะรู้สึกสับสนยุ่งเหยิง มีแต่ความรู้สึกกระจัดกระจาย และจะกลายเป็นความกระเจิดกระเจิง ดังนั้นความหลากหลายและเอกภาพนี้จึงเป็นศิลปะในการจัดเสนอรายการอย่างหนึ่งที่ทำให้ผู้ฟังเกิดความสนใจ

จากคุณลักษณะและบุคลิกของผู้ดำเนินรายการแล้ว สถานภาพสังคม และวัฒนธรรมของผู้ดำเนินรายการก็มีส่วนสำคัญต่อผู้รับสารเช่นกัน พบว่าส่วนใหญ่ผู้ที่ฟังรายการมักจะเป็นบุคคลวัยทำงานและวัยนักเรียนนักศึกษา และผู้ดำเนินรายการจะมีความเป็นผู้ใหญ่กว่า ผ่านประสบการณ์ต่างๆ มากมาย ฉะนั้นการที่อยู่กันคนละวัยระหว่างผู้ดำเนินรายการกับผู้ฟัง แต่ผู้ดำเนินรายการให้การสื่อสารในลักษณะที่เป็นเหมือนพี่กับน้อง ให้ความเป็นกันเองเสมือนเพื่อนที่ให้ความไว้วางใจได้ จึงเป็นการขจัดความแตกต่างทางสถานภาพและวัฒนธรรมออกไป เพื่อให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพมากที่สุด ตามที่ ปรมะ สตะเวทิน (2546) ได้กล่าวว่า สถานภาพต่างๆ ของผู้ส่งสารมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมการสื่อสารของผู้ส่งสาร คนที่อยู่ในสังคมเดียวกันแต่มีสถานภาพในสังคมต่างกันย่อมทำการสื่อสารต่างกัน คนที่มีวัฒนธรรมต่างกันก็ทำการสื่อสารต่างกันด้วย เพราะสถานภาพสังคมมีอิทธิพลต่อการสื่อสาร

นอกจากในส่วนของผู้คนคือผู้ดำเนินรายการที่ทำให้การนำเสนอของรายการมีความน่าสนใจแล้ว องค์ประกอบอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวกับบุคคล เช่น การเปิดโอกาสให้ผู้ฟังมีส่วนร่วมในรายการ การตั้งหัวข้อในแต่ละสัปดาห์ เนื้อหาของรายการที่มีความหลากหลาย เพลงประกอบ ช่วงเวลาที่ออกอากาศ รูปแบบรายการ และการเพิ่มแขกรับเชิญ ก็เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้รายการมีความน่าสนใจเช่นกัน ตามที่แนวคิดวิธีการนำเสนอรายการวิทยุ ที่ได้อธิบายไว้ว่าวิธีการเสนอรายการที่ไม่มีประสิทธิภาพดึงดูดผู้ฟังไม่ได้ อาจจะเป็นเพราะใช้วิธีเสนอรายการที่ไม่เหมาะสมกับเนื้อหา หรือองค์ประกอบในการเสนอรายการไม่ดีพอก็ได้ ทั้งๆ ที่เนื้อหาของรายการนั้นอาจจะดี มีประเด็นน่าสนใจ แต่วิธีเสนอไม่ดีไม่สอดคล้องไม่น่าสนใจก็ทำให้รายการนั้นไม่เป็นที่ประทับใจน่าเบื่อหน่าย

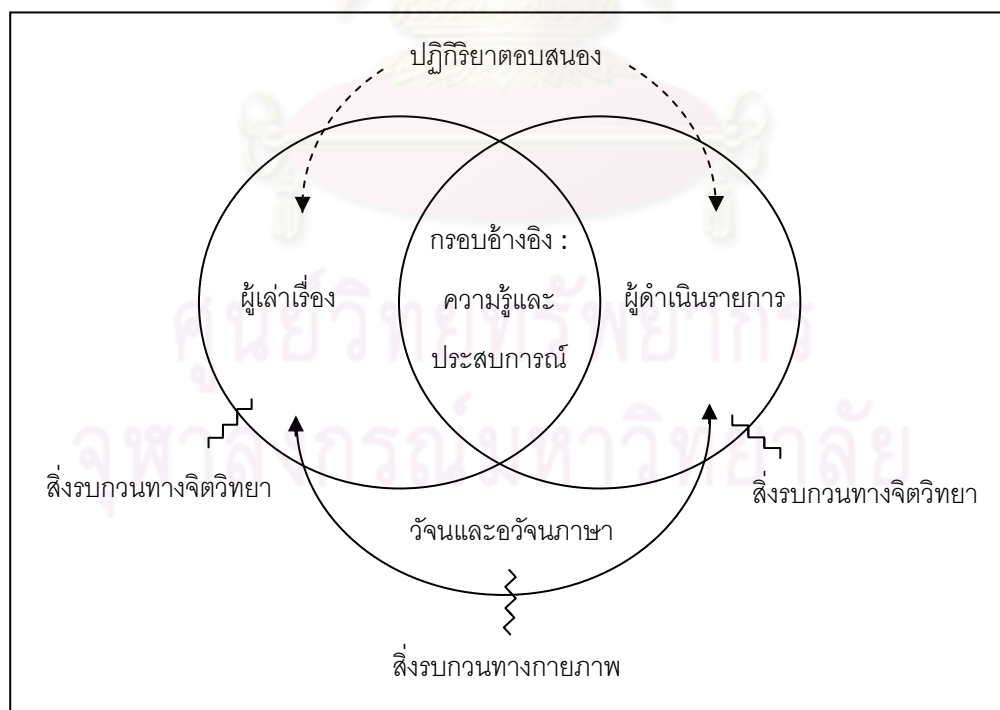
การตั้งประเด็นหัวข้อในแต่ละสัปดาห์ของรายการช่วยเรียกความสนใจให้กับผู้ฟังได้ส่วนหนึ่ง เมื่อผู้ฟังเห็นคำวลีจากชื่อตอนและรู้สึกว่าจะตรงกับชีวิตของตนเองจึงทำให้ผู้ฟังอยากจะมีส่วนร่วมในรายการต่างๆ เช่น การฟังรายการ การโทรเข้ามาเล่าเรื่องราว การแสดงความคิดเห็นทางช่องทางต่างๆ เป็นต้น ซึ่งการมีส่วนร่วมในรายการจึงเป็นการแบ่งปันข้อมูลซึ่งกันและกันระหว่างผู้ฟังด้วยกัน และผู้ฟังกับผู้ดำเนินรายการ การแบ่งปันข้อมูลเนื้อหาเหล่านี้ จึงมีประโยชน์ทำให้ผู้ที่ฟังสามารถได้รับประโยชน์จากข้อคิดและมุมมองของคนอื่นๆ มากขึ้น ได้รู้จักสังคมที่กว้างขึ้น และสามารถนำข้อคิดหรือมุมมองเหล่านั้นมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันของตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ แอตคิน (Atkin, 1973) ที่แบ่งประเภทของสารที่สามารถสนองความต้องการของบุคคลไว้ข้อหนึ่งว่า สารสามารถใช้เป็นประโยชน์ในการเป็นเครื่องมือช่วยตัดสินใจ ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ความคิด และแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และรูปแบบของการนำเสนอรายการที่เป็นลักษณะของการสนทนากันระหว่างผู้ดำเนินรายการและผู้เล่าเรื่องจากทางบ้าน จึงเป็นความเหมาะสมกับเนื้อหาสารของรายการ ที่เกี่ยวกับการใช้ชีวิต ความรัก เพราะการที่จะให้ข้อคิดหรือมุมมองของคนอื่นได้นั้น จะต้องมาจากการเล่าเรื่องซึ่งถ่ายทอดผ่านความคิดของผู้เล่าคนนั้นๆ ถึงจะน่าติดตามและน่าสนใจมากกว่าที่จะให้ผู้ดำเนินรายการเล่าเรื่องราวของคนอื่นเพียงฝ่ายเดียว ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดวิธีการนำเสนอรายการวิทยุ ที่กล่าวถึงองค์ประกอบของวิธีการเสนอรายการข้อหนึ่งไว้ว่า ควรเสนอรูปแบบของรายการให้สอดคล้องกับเนื้อหา เพื่อให้ได้บรรณรสดีที่สด

จากวิธีการสื่อสารและบริบทของผู้ดำเนินรายการ Club Friday ผู้วิจัยมีความเห็นว่าการอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในการให้คำปรึกษาของผู้ดำเนินรายการก็คือ ความเข้าใจหรือการรับรู้

ทั้งเนื้อหาเรื่องราวของผู้ที่มีปัญหา และความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงหรือพฤติกรรมที่แท้จริงของผู้ที่มีปัญหา เพราะการที่ไม่รู้จักกันมาก่อนระหว่างผู้ดำเนินรายการกับผู้เล่า อาจจะทำให้ตีความหมายความเป็นตัวตนของผู้เล่าผิดไป ทำให้การสื่อสารในการให้คำปรึกษาอาจจะไม่ได้ประสิทธิผลก็เป็นได้ อีกทั้งการสื่อสารผ่านทางสื่อวิทยุ ซึ่งเป็นการสื่อสารที่ไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ ฉะนั้นการให้คำปรึกษาและการรับคำปรึกษา จึงผ่านการสื่อสารด้วยเพียงวจนภาษาเป็นหลัก ส่วนอวัจนภาษาจะรับรู้ได้แค่เพียงพฤติกรรมทางเสียง เช่น ระดับของเสียง ความสูงต่ำของเสียง อัตราเร็วช้าในการพูด เป็นต้น จะไม่สามารถเห็นอิริยาบถ ท่าทาง การกระทำต่างๆ ในระหว่างที่สื่อสารกันได้ ซึ่งการสื่อสารทางเสียงนี้ก็เป็นที่ได้แค่เพียงข้อสังเกตได้เล็กน้อยเท่านั้น จะถือเป็นข้อสรุปในการตัดสินใจจะไม่ถูกต้องนัก ความเชื่อถือในการตัดสินใจบุคคลิกภาพเช่นนี้จะมีระดับความน่าเชื่อถือได้ไม่เกิน 50% เท่านั้น (ถิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์, 2533: 118)

สรุปวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการผู้วิจัยสามารถแสดงแผนภาพตามแนวคิดของการสื่อสารระหว่างบุคคลของ ถิรนนท์ อนุวัชศิริวงศ์ (2533) ได้ดังนี้

แผนภาพที่ 6 สรุปวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday



สามารถอธิบายได้ว่า ผู้เล่าเรื่องต่างก็จะมีเรื่องเล่าของตนเองเป็นเนื้อหาสาระเกี่ยวกับรูปแบบปัญหาที่ต่างๆ ส่วนผู้ดำเนินรายการก็จะมีความคิดที่เกิดขึ้น เป็นการสื่อสารภายในตัวเอง

และทั้งสองฝ่ายมีการปฏิสัมพันธ์สื่อสารระหว่างกันของผู้เล่าเรื่องกับผู้ดำเนินรายการ โดยผ่านสื่อวิทยุ เมื่อผู้เล่าเรื่องได้เล่าเรื่องมาให้ผู้ดำเนินรายการ ผู้ดำเนินรายการก็จะเกิดความคิดต่างๆ และสื่อสารกลับไปยังผู้เล่าเรื่อง โดยใช้เทคนิคต่างๆ ในการพูด ซึ่งใช้ภาษาพูดที่เข้าใจง่าย รวมทั้งใช้บุคลิกน้ำเสียงที่สื่อออกไป ส่งไปยังผู้เล่าเรื่อง ผู้เล่าเรื่องกับผู้ดำเนินรายการจะมีการทำความเข้าใจซึ่งกันและกันจากกรอบอ้างอิงความรู้และประสบการณ์ต่างๆ ของตน การสื่อสารระหว่างผู้ดำเนินรายการกับผู้เล่าเรื่องนี้ ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งสองฝ่าย ผู้ฟังก็ได้ประโยชน์ในแง่ที่ได้ระบาย ได้กำลังใจ ได้ข้อคิด และได้แบ่งปันประสบการณ์ของตนให้เป็นอุทาหรณ์กับผู้อื่น ส่วนผู้ดำเนินรายการก็จะได้ประโยชน์ในแง่ที่มีการพัฒนาความคิด และได้ช่วยเหลือผู้อื่นให้ใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

2. พฤติกรรมการรับฟังรายการ Club Friday ของผู้ฟัง

กลุ่มตัวอย่างผู้ฟังรายการ Club Friday เหตุผลที่เลือกเปิดรับฟังคือ เพื่อนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดพฤติกรรมการเปิดรับสารของผู้ฟัง ที่ Merrill และ Lowenstein (1971) ได้กล่าวถึงแรงผลักดันให้บุคคลเลือกรับสื่อไว้ว่า เกิดจากปัจจัยพื้นฐานข้อหนึ่งคือ ประโยชน์ใช้สอยของตนเอง (Self-aggrandizement) ที่มนุษย์ทุกคนจะเสาะแสวงหาข่าวสารและใช้ข่าวสารให้เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง เป็นการช่วยให้ความคิดของตนบรรลุ เพื่อใช้ข่าวสารที่ได้มาเสริมสร้างบารมี การช่วยให้ตนเองสะดวกสบาย หรือสนุกสนานบันเทิง ซึ่งสื่อมวลชนสามารถให้ในสิ่งเหล่านี้ได้

โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เปิดรับสื่อนี้ส่วนมากเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยเชิงคุณภาพที่เก็บข้อมูลตัวอย่างจากการฟังย้อนหลังสามเดือนพบว่า เพศที่เข้ามาเล่าเรื่องราวของตนเองให้ฟังส่วนมากจะเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งเกณฑ์การแบ่งเพศนี้แบ่งตามเกณฑ์ธรรมชาติของมนุษย์ที่มีสองเพศคือเพศหญิงกับเพศชาย แต่จากการสัมภาษณ์พบว่า ส่วนใหญ่เพศที่เข้ามาเล่าเรื่องราวของตนเองจะเป็นเพศหญิงและเกย์ ส่วนเพศชายจะเป็นผู้ฟังมากกว่า อาจเป็นเพราะธรรมชาติของพฤติกรรมทางเพศของมนุษย์ ที่มีความต้องการแตกต่างกัน สอดคล้องกับ ปรมะ สตะเวทิน (2533) กล่าวว่า สังคมกำหนดบทบาทและกิจกรรมของคนทั้ง 2 เพศไว้แตกต่างกัน ผู้หญิงมักจะเป็นคนที่มีจิตใจอ่อนไหว หรือเจ้าอารมณ์ ถูกชักจูงได้ง่าย และหยั่งถึงจิตใจของคนได้ดีกว่าผู้ชาย ในขณะที่ผู้ชายใช้เหตุผลและจดจำข่าวสารได้มากกว่าผู้หญิง

จากผลแบบสอบถามยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีสถานะเป็นโสดมากที่สุด ซึ่งสถานะในที่นี้ ผู้วิจัยแบ่งตามเกณฑ์ของกฎหมาย ส่วนผลจากเชิงวิจัยคุณภาพ พบว่าผู้ที่มาเล่าเรื่องส่วนใหญ่จะมีสถานะที่มีแฟนแล้ว ซึ่งถือว่าอยู่ในกลุ่มเดียวกันกับกลุ่มโสดของเกณฑ์ในแบบสอบถาม เพราะว่า คนที่มีแฟนแล้วในที่นี้คือบุคคลที่ยังไม่ได้สมรส เช่นเดียวกันกับคนโสด จะเห็นได้ว่ากลุ่มนี้มีจำนวนมากที่สุดที่เข้ามาเล่าเรื่องราวและฟังรายการ Club Friday อาจเป็นเพราะว่า ชีวิตในเรื่องของความรักของกลุ่มนี้ยังมีความไม่ลงตัวหรือลงเอยอย่างเช่นกลุ่มสมรส ซึ่งรูปแบบปัญหาก็จะแตกต่างกัน

การปรึกษาปัญหาชีวิตรัก พบว่ากลุ่มตัวอย่างใช้สื่อวิทยุในการรับการปรึกษาปัญหาชีวิตมากที่สุด อาจเป็นเพราะเรื่องราวหรือปัญหาชีวิตความรักเป็นเรื่องส่วนตัวและบางครั้งเป็นเรื่องที่ผิดศีลธรรมอย่างเช่นเรื่องรักคนมีเจ้าของ ซึ่งเป็นการกระทำที่ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมไทยเท่าใดนัก ซึ่งถ้าปรึกษาคนใกล้ชิด อย่างเช่น พ่อ แม่ เพื่อน เป็นต้น ก็อาจจะกลัวการถูกมองว่าเป็นคนไม่ดี และจะมีทัศนคติไม่ดีต่อบุคคลนั้น จึงเลือกที่จะปรึกษาจากสื่อวิทยุ เพราะด้วยธรรมชาติของสื่อวิทยุ ที่ทำให้คู่สื่อสารระหว่างผู้ดำเนินรายการและผู้เล่าเรื่อง ไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ อีกทั้งเป็นการสื่อสารที่เป็นลักษณะสองทางคือสามารถโต้ตอบกันไปมาได้ทันที จึงอาจทำให้เป็นที่พึงทางหนึ่งให้กับผู้ที่มีปัญหาได้มาปรึกษาได้ และสื่อที่ได้รับการปรึกษาปัญหาชีวิตรักน้อยที่สุดก็คือ สื่อบุคคล เช่น ครอบครัว เพื่อน จิตแพทย์ เป็นต้น ถึงแม้ว่าสื่อวิทยุจะเป็นสื่อบุคคลเช่นเดียวกัน แต่ว่าสื่อวิทยุระหว่างคู่สื่อสารนั้นจะไม่สามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ สื่อบุคคลในที่นี้จะสามารถเห็นหน้าค่าตากันได้ จึงอาจทำให้ผู้ที่มีปัญหาไม่กล้าที่จะเข้าไปปรึกษาด้วย

นอกจากนี้จากการนำเสนอของรายการ Club Friday พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเห็นชอบลีลาการพูดและน้ำเสียงของดีเจมากที่สุด รองลงมาคือการแสดงความคิดเห็นและตอบปัญหาหรือไขข้อข้องใจของผู้ดำเนินรายการ แสดงให้เห็นว่าการนำเสนอของรายการ Club Friday ตัวแปรที่สำคัญที่สุดของรายการที่จะทำให้ผู้ฟังสนใจคือ การสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ ทั้งที่เป็นอวัจนภาษา คือน้ำเสียง ลีลาจังหวะการพูด และที่เป็นวัจนภาษาคือ การพูดที่ให้ข้อคิดต่างๆ กับผู้ฟัง และการนำเสนอของรายการที่ผู้ฟังมีความเห็นชอบน้อยที่สุดก็คือ ช่วงเวลาที่รายการออกอากาศ คือทุกวันศุกร์ เวลา 21.00-23.00 น. และเมื่อพิจารณาความบ่อยครั้งที่กลุ่มตัวอย่างฟังรายการ คือฟังบ้างไม่ฟังบ้าง (ประมาณ 2-3 สัปดาห์ต่อเดือน) แต่ในการฟังแต่ละครั้งส่วนใหญ่จะฟังรายการตั้งแต่ต้นจนจบ คือใช้เวลา 1 ชั่วโมงครึ่งถึง 2 ชั่วโมง แสดงว่า ผู้ที่ฟังรายการ Club Friday จะมาฟังเพราะการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการที่สื่อออกมาในด้านของเนื้อหาหรือสิ่งที่ผู้ฟังจะได้รับจากการ

ฟัง ผู้ฟังมีความตั้งใจในการเปิดรับฟังรายการ Club Friday เพื่อที่จะได้รับประโยชน์จากข้อมูลสื่อสารเป็นหลัก

จากช่วงเวลาของการนำเสนอที่ผู้ฟังรายการมีความเห็นชอบน้อยที่สุด จึงทำให้รายการ Club Friday มีการเพิ่มโอกาสในการฟัง โดยมีการบันทึกให้สามารถฟังรายการย้อนหลังได้ในทางเว็บไซต์ อาจเป็นเพราะว่าวันเวลาช่วงที่ออกอากาศนั้น เป็นช่วงเวลาที่วันถัดไปเป็นวันหยุดสุดสัปดาห์ที่คนทำงานบางคนอาจจะไปสังสรรค์กับเพื่อนร่วมงาน หรือไปทานข้าวกับครอบครัว จึงไม่ได้ฟังรายการในช่วงเวลานั้นไป การมีเว็บไซต์ให้ฟังย้อนหลังของรายการได้ จึงเป็นการเพิ่มโอกาสให้คนที่ไม่มีเวลาได้ฟังออกอากาศสด ได้สามารถฟังเมื่อไหร่ก็ได้

อีกทั้งรายการ Club Friday ยังเพิ่มช่องทางการออกอากาศ จากปกติคนที่ฟังรายการได้แต่วิทยุคลื่น 106.5 Mhz เพียงอย่างเดียว ก็ได้เพิ่มช่องทางอื่นๆ ด้วย ได้แก่ ทางวิทยุออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ต และทางทางเคเบิลทีวีหรือช่อง Green Channel ก็จะช่วยเปิดโอกาสให้กับผู้ฟังในทางเลือกที่จะใช้สื่อ ซึ่งพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เปิดรับฟังรายการ Club Friday เปิดรับฟังรายการจากสื่ออินเทอร์เน็ตมากที่สุด แต่ก็มีจำนวนใกล้เคียงกันกับการเลือกใช้สื่อทางวิทยุ และเคเบิลทีวี แสดงว่า ผู้ฟังเลือกเปิดรับสื่อที่ตนเองสามารถเข้าถึงได้ง่ายที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วิลเบอร์ แชรรมม์ (Wilbur Schramm, 1954) ได้ให้หลักทั่วไปอันเป็นเหตุผลของการเลือกเปิดรับสื่อว่า คนย่อมจะเลือกสื่อที่ใช้ความพยายามน้อยที่สุด และได้ประโยชน์ตอบแทนดีที่สุด และการเพิ่มช่องทางการฟังที่ไม่ใช่เพียงแต่ทางวิทยุอย่างเดียวเท่านั้น จะช่วยขยายกลุ่มเป้าหมายให้มีคนฟังรายการได้มากขึ้น ซึ่งนำไปสู่จากกลุ่มเป้าหมายหลักของรายการที่เน้นกลุ่มคนทำงาน ทำให้มีการขยายกลุ่มเป้าหมายรองมากขึ้น ซึ่งพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชนมากที่สุด รองลงมาคือ นักเรียนหรือนักศึกษา ซึ่งมีความใกล้เคียงกันมาก และอายุของคนที่ฟังส่วนมาก ก็ราวๆ อายุ 21 – 30 ปี ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางของรายการที่ได้กำหนดกลุ่มเป้าหมายหลักไว้ว่าเป็นคนวัยทำงาน และกลุ่มเป้าหมายรองคือวัยนักเรียนนักศึกษา

นอกจากนี้พบว่า ผู้ฟังรายการ Club Friday ส่วนใหญ่จะเป็นผู้ฟังอย่างเดียว แต่ถ้าพิจารณาถึงการมีส่วนร่วม จะพบว่าผู้มีฟังมีส่วนร่วมในรายการตามรูปแบบการสื่อสารของรายการ ได้แก่ การแสดงความคิดเห็นโดยสื่อสารผ่านทาง SMS มากที่สุด ซึ่งการมีส่วนร่วมของผู้ฟังก็อาจมีส่วนสัมพันธ์กับความน่าสนใจในการนำเสนอของรายการเช่นกัน ความรู้สึกร่วมมือจากผู้มารับ

บริการปรึกษาจะเกิดก็ต่อเมื่อ เขาฟังพอใจในรูปแบบวิธีการและเทคนิคที่ผู้ช่วยเหลือได้แสดงต่อเขานั้นเอง (โจนส์, 2552)

3. การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีการใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday โดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยกลุ่มตัวอย่างมีการใช้ประโยชน์เพื่อให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตน และช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้มากที่สุด อาจเป็นเพราะผู้ฟังรายการ Club Friday มีความต้องการสร้างปฏิสัมพันธ์กับสังคม และต้องการพัฒนาตัวเอง ดังที่ ศิริชัย ศิริกายะ และกาญจนา แก้วเทพ (2531) ที่กล่าวถึงตัวแปรความต้องการที่ผู้รับสารต้องการจากสื่อมวลชน ได้แก่ ความต้องการรวมตัวและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เช่น มองทะลุเข้าไปในสภาพแวดล้อมของผู้อื่น และความต้องการสร้างควมมีเอกลักษณ์ให้แก่บุคคล เช่น ให้ตัวแบบทางพฤติกรรม ให้แรงเสริมแก่ค่านิยมส่วนบุคคล แสดงว่า ผู้ฟังรายการ Club Friday มีการใช้ประโยชน์จากการที่คนอื่นมาแบ่งปันประสบการณ์เรื่องราวความรักของตน จนผู้ฟังมีความต้องการที่เข้าใจผู้อื่น เพื่อให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองของคนอื่นๆ และสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองโดยนำข้อคิดที่ได้จากคนอื่น มาเป็นตัวอย่างพฤติกรรมเพื่อนำมาปรับใช้กับชีวิตของตนเอง

นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ฟังรายการ Club Friday ยังใช้ประโยชน์ในด้านช่วยให้ได้มีอะไรทำเพื่อใช้เวลาให้หมดไปน้อยที่สุด อาจเป็นเพราะว่า ผู้ที่ฟังรายการ Club Friday มีความตั้งใจเปิดรับฟังเพื่อที่จะได้รับข้อคิดหรือสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง เพราะฉะนั้นการฟังรายการ Club Friday ผู้ฟังจะได้ประโยชน์มากกว่าที่จะเปิดฟังโดยไม่ได้รับความรู้หรือแง่คิดให้กับตนเอง

4. ความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ Club Friday

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีความพึงพอใจจากการฟังรายการ Club Friday โดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีความพึงพอใจที่สามารถได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่นและสามารถนำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตนได้มากที่สุด อาจเป็นเพราะว่า ผู้ฟังรายการ Club Friday ได้แง่คิดและมุมมองมากขึ้นจากการฟังซึ่งส่งผลต่อประโยชน์ของตนเอง จึงทำให้ตนเองเกิดความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเองได้รับมา และมีความพึงพอใจที่ฟัง

รายการแล้วสามารถใช้เวลาได้น้อยที่สุด อาจเป็นเพราะว่าผู้ที่ฟังรายการ Club Friday ต้องการที่จะฟังเพื่อให้ตนเองได้ข้อมูล หรือได้รับประโยชน์เข้าสู่ตนเอง ฉะนั้นการที่เปิดเพื่อใช้เวลาโดยไม่ได้รับสาระนั้น จึงทำให้ผู้ฟังเกิดความพึงพอใจน้อยที่สุด

5. การทดสอบสมมติฐาน

จากสมมติฐาน การใช้ประโยชน์ของผู้ฟังรายการ Club Friday มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ Club Friday

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า การใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ Club Friday และความพึงพอใจที่ได้รับของผู้ฟังรายการ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 จึงเป็นไปตามสมมติฐาน และเป็นความสัมพันธ์กันในทางบวก กล่าวคือ กลุ่มผู้ฟังที่มีการใช้ประโยชน์จากการฟังรายการมาก ก็จะได้รับความพึงพอใจจากการฟังรายการมากตามไปด้วย และในทางตรงกันข้าม หากกลุ่มผู้ฟังมีการใช้ประโยชน์จากการฟังรายการน้อย ก็จะได้รับความพึงพอใจจากการฟังรายการน้อยเช่นกัน และพบว่า ความสัมพันธ์จากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีค่าอยู่ในระดับสูงมาก

ทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ Rosengren (1985) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ประโยชน์มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจ ในแง่ที่ประโยชน์สามารถนำไปสู่ความพึงพอใจ และความพึงพอใจเองก็อาจได้รับประโยชน์เช่นกัน เมื่อพิจารณาถึงผลการวิจัยที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้ประโยชน์เพื่อให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตน และช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้มากที่สุด จึงส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจในด้านนี้มากที่สุดเช่นกัน ฉะนั้น เมื่อผู้ฟังได้ใช้ประโยชน์จากการฟังในส่วนตัว ส่วนนั้นก็ก่อให้เกิดความพึงพอใจที่ได้รับตามไปด้วย

จะเห็นได้ว่า จากการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการที่ให้คำปรึกษาโดยเน้นการให้วิธีคิดสอดคล้องกับผลการวิจัยของกลุ่มตัวอย่างถึงเหตุผลที่เปิดรับฟังรายการ Club Friday ก็เพื่อนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องมากที่สุด และพบว่ากลุ่มตัวอย่างก็มีการนำข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น นำไปเป็นแบบอย่างปรับใช้กับชีวิตของตน และช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้ มาใช้เป็นประโยชน์และความพึงพอใจใน

ด้านนี้มากที่สุดอีกด้วย ทั้งยังสอดคล้องกับจุดประสงค์ของรายการที่ต้องการให้ผู้ฟังมาแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ฉะนั้นการแบ่งปันประสบการณ์จากการเล่าเรื่องราวต่างๆ ทั้งที่สมหวัง ไม่สมหวัง เรื่องราวทุกรูปแบบ จากผู้ฟังที่บ้าน จะช่วยให้ผู้ฟังคนอื่นๆ รวมทั้งผู้ดำเนินรายการด้วย ได้ข้อคิดจากรีวิวต่างๆนี้ ซึ่งสามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้มากขึ้น

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความชอบในการนำเสนอของรายการ Club Friday ที่เป็นช่วงเวลาของการออกอากาศสดน้อยที่สุด และพบว่ามีการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจในด้านการฆ่าเวลาหรือใช้เวลาให้หมดไปน้อยที่สุด อาจเป็นเพราะว่าผู้ฟังต้องการฟังเพื่อที่จะได้รับข้อคิดหรือสิ่งที่เป็นประโยชน์กับตนเอง และถึงแม้ว่าจะเพิ่มให้มีการฟังรายการย้อนหลัง และเพิ่มช่องทางการเปิดรับสื่อโดยสามารถรับฟังได้ทางอินเทอร์เน็ตและเคเบิลทีวีแล้ว แต่จากความคิดเห็นของแบบสอบถามก็ยังพบว่าผู้ฟังยังคงต้องการให้ปรับเปลี่ยนเวลาของรายการอยู่ ดังนั้นการนำเสนอรายการ Club Friday ควรเพิ่มการออกอากาศของรายการให้มากขึ้นเช่น จากเดิมปกติใช้เวลาเพียง 2 ชั่วโมง ก็ควรขยายเพิ่มเป็น 3 ชั่วโมง เป็นต้น เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้ฟังได้มากที่สุด

2. ผู้วิจัยพบว่าความน่าสนใจในการนำเสนอของรายการนั้น มีการจัดรูปแบบรายการที่พยายามให้รายการมีสีสันไปเรื่อยๆ ในแต่ละสัปดาห์ และสีสันที่เพิ่มขึ้นก็สอดคล้องกับจุดประสงค์ของรายการ โดยมีการเชิญแขกรับเชิญบุคคลมีชื่อเสียงและเด่นดังในด้านต่างๆ มาร่วมสนทนา ปัญหาเรื่องความรักร่วมกันกับผู้ดำเนินรายการและผู้ฟัง ผู้วิจัยมีความเห็นว่า บางครั้งแขกรับเชิญที่เชิญมาร่วมสนทนากันนั้น น่าจะเป็นบุคคลที่ประสบกับปัญหาความรักในเรื่องที่สอดคล้องกับประเด็นข้อตอนที่กำหนดไว้ในสัปดาห์นั้นบ้าง ไม่ใช่เพียงแค่บุคคลมีชื่อเสียงที่เคยผ่านประสบการณ์นั้นหรือมีความรู้ในด้านต่างๆ เพียงเท่านั้น เพราะบุคคลเหล่านี้จะให้เพียงคำแนะนำความคิดเห็น แต่หากเชิญบุคคลทั่วไปซึ่งอาจจะเป็นผู้ฟังที่บ้านที่ประสบกับปัญหานั้นอยู่จริงๆ ได้มาร่วมสนทนากับผู้ดำเนินรายการและผู้ฟังคนอื่นๆ ตัวจริงๆ ซึ่งจะช่วยเปิดโอกาสให้ผู้ฟังเข้าถึงได้มากยิ่งขึ้น และอาจจะช่วยให้เข้าใจการสื่อสารที่เป็นอวัจนภาษาในด้านการแสดงสีหน้า ท่าทาง อากาการ ของผู้เล่า ซึ่งจะทำให้เข้าใจพฤติกรรมหรือการแสดงความหมายของคนนั้นได้มากขึ้นแต่ทั้งนี้ทั้งนั้น บุคคลนั้นที่จะมาร่วมสนทนากันจะต้องมีความยินดีที่จะมาร่วมเป็นแขกอย่างใจจริงด้วย

3. จากกระแสสังคมในปัจจุบันนี้ ที่มีปัญหาในเรื่องต่างๆ เช่น อาชญากรรม ฆ่าตัวตาย ประชดชีวิต การตั้งครมก่อนวัยอันควร การติดยาเสพติด ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เกิดมาจาก ปัญหาความรักแทบทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นการไม่รักตัวเอง การรักต่างเพศที่ผิดวิธี หรือรูปแบบอื่นๆ บุคคลเหล่านี้ มักจะไม่เข้าใจความรักที่แท้จริง และมักจะเป็นวัยที่ยังไม่มีประสบการณ์มากพอ ยังเป็นวัยของการเรียนรู้สิ่งต่างๆ จึงมักจะไม่เข้าใจและอยากจะทำ ผู้วิจัยเห็นว่า หากผู้ดำเนินรายการ Club Friday นอกจากจะให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหาตัวต่อตัวแล้ว น่าจะจัดกิจกรรม เสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ ในประเด็นเกี่ยวกับความรักที่มีผลต่อกระแสสังคมตอนนี้ จะต้องสร้างค่านิยมใหม่ๆ ให้คนเหล่านั้นให้รู้จักรัก และรักให้เป็น โดยอาจจะจัดเวทีเสวนา นอกสถานที่ เช่น ที่มหาวิทยาลัย ซึ่งมีวิทยากรนักศึกษา เป็นช่วงวัยที่กำลังเก็บเกี่ยวประสบการณ์ โดยอาจเชิญบุคคลที่มีประสบการณ์ผ่านเรื่องราวที่ย้ำแยมมาให้ความรู้ ความผิดพลาดที่เกิดขึ้นหากรักไม่เป็น ให้วิธีคิดที่เตือนสติ รวมทั้งทางแก้ของปัญหาชีวิตที่ผ่านมาเขาแก้ปัญหาได้อย่างไร พร้อมเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมงานสามารถ ชักถามได้ เพื่อปลูกกระแสสังคมไทยให้มีจิตสำนึก สร้างค่านิยมใหม่ ให้มีความรักอย่างถูกต้องและเหมาะสม ส่งเสริมความคิดและเชิงปฏิบัติที่ซึ่งเป็นผลต่อการดำเนินชีวิตได้อย่างสงบสุข

4. สำหรับผู้ดำเนินรายการวิทยุทั่วไป ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ในการจัดรายการสื่อสารกับคนฟัง ควรจะสอดแทรกให้ผู้ฟังได้ความรู้ หรือข้อคิดที่เป็นประโยชน์ต่อตัวผู้ฟังเอง ควบคู่ไปกับการให้ความบันเทิงไปด้วย และพยายามเปิดโอกาสให้ผู้ฟังได้มีส่วนร่วมกับทางรายการในรูปแบบต่างๆ ให้ได้มากที่สุด เพื่อให้ผู้ฟังรู้สึกว่าคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของการจัดรายการ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

1. ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษา วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจของผู้ฟัง โดยขอบเขตการศึกษาได้วัดเฉพาะกลุ่มตัวอย่างของผู้ที่ฟังรายการ Club Friday ทั่วไป ผู้วิจัยเห็นว่าหากมีการศึกษากลุ่มเป้าหมายที่เป็นเฉพาะกลุ่มแฟนคลับของรายการ Club Friday โดยตรง ก็อาจจะเกิดประโยชน์ในด้านความเข้าใจผู้ฟังอย่างถ่องแท้มากขึ้น มีส่วนในการปรับปรุงวางแผนและพัฒนาในการนำเสนอรายการให้ดียิ่งขึ้นได้

2. การศึกษาครั้งนี้ เน้นการศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการโดยมีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกกับผู้ดำเนินรายการ ในส่วนของผู้ฟังรายการนั้นผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม ซึ่งบางครั้งความคิดความรู้สึกของผู้ฟังอาจจะเกินขอบเขตมากกว่าที่กำหนดไว้ในแบบสอบถาม เพราะฉะนั้นหากมีการสัมภาษณ์ผู้ฟังรายการ Club Friday จะเข้าใจถึงพฤติกรรมของผู้ฟังได้มากยิ่งขึ้น

3. การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เน้นการศึกษาถึงวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการ แต่ก็ยังพบว่าองค์ประกอบอื่นๆ ก็มีส่วนที่ทำให้การนำเสนอของรายการมีความน่าสนใจเช่นกัน ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไปน่าจะศึกษาถึงกลยุทธ์การสื่อสารของรายการ Club Friday เพราะมีความน่าสนใจว่าเพราะเหตุใดรายการ Club Friday ถึงประสบความสำเร็จมีผู้ฟังติดตามมากจนถึงทุกวันนี้

การศึกษาวิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday ในครั้งนี้ จะเป็นลักษณะเกี่ยวกับการสื่อสารของการให้คำปรึกษากับผู้ที่มีปัญหาชีวิตความรัก ควรจะมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมถึงการให้คำปรึกษาในรูปแบบอื่นๆ หรือศึกษาการให้คำปรึกษาในสื่ออื่นๆ หรือรายการอื่นๆ เพื่อจะได้เป็นประโยชน์ในการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาได้ดียิ่งขึ้น

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กรีนเวฟ 106.5 FM. Club Friday ฟังย้อนหลัง. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<http://www.greenwave.fm/2011/clubfriday/archive.html> [2554, กุมภาพันธ์ 16]

คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. เอกสารการสอนชุดวิชาความรู้เบื้องต้น

เกี่ยวกับวิทยุและโทรทัศน์. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2545.

จุมพล ผ่องนัยเลิศ. ทักษะการสื่อสารและกลวิธีการสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ ของผู้นำเยาวชนด้าน

การป้องกันยาเสพติด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชานิเทศศาสตร์

พัฒนาการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,

2545.

โจนส์, ริชาร์ด เอ็น. คู่มือให้คำปรึกษาและช่วยเหลือผู้อื่น. แปลโดย นวลศิริ เปาโรหิตย์ และเมธินันท์

ภิญญาชน. นนทบุรี: พี มีเดีย, 2552.

ชาคริต สุดสายเนตร. วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวลต่อความตายของ

ผู้ป่วยโรคเอดส์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชานิเทศศาสตร์พัฒนาการ

ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

ชวรัตน์ เชิดชัย. องค์ประกอบของการสื่อสาร. ใน เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาหลักและทฤษฎี

การสื่อสาร หน่วยที่ 1-8. พิมพ์ครั้งที่ 7. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2535.

ชูศักดิ์ รองสวัสดิ์. ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบเนื้อหาของรายการมองต่างมุม กับทัศนคติ ความ

พึงพอใจและการใช้ประโยชน์ของผู้ชมรายการมองต่างมุม ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์แห่ง

ประเทศไทย ช่อง 11. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะวารสารศาสตร์และ

สื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2537.

ถิรนนท์ อนวัชศิริวงศ์. การสื่อสารระหว่างบุคคล. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ณ ฌาน, 2533.

ธวัชชัย กิจรัตน์กุล. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความน่าเชื่อถือของผู้ส่งสาร : การศึกษาความคิดเห็นของ

เจ้าหน้าที่วิเคราะห์งบประมาณด้านการศึกษากับด้านความมั่นคงของสำนักงาน

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, คณะวารสารศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2540

นพรัตน์ มุณีรัตน์. การสื่อสารในการจัดการท่องเที่ยวเชิงนิเวศของชุมชนศรีวงศ์ อ.ลานสกา จ.

นครศรีธรรมราช. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศ

ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.

นภาพร ไตรวิทย์วารีกุล. ผู้ดำเนินรายการ Club Friday. สัมภาษณ์, 24 มีนาคม 2554.

- บัวทอง สว่างโสภากุล. การให้คำปรึกษา (เทคนิคและทฤษฎี). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2541.
- โบโน, เดวิด ดี. SIX THINKING HATS หมวก 6 ใบ คิด 6 แบบ. แปลโดย สุตระการ ธนโกเศศ และคนอื่นๆ. กรุงเทพมหานคร: ชานชาลา, 2546.
- ปรมะ สตะเวทิน. หลักนิเทศศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: ภาคพิมพ์, 2546.
- ปัทมาวดี หล่อวิจิตร. ทัศนคติ การใช้ประโยชน์ และความพึงพอใจรายการสนทนา 45 นาที. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชานิเทศศาสตร์พัฒนการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ปาริชาติ สถาปิตานนท์ และคนอื่นๆ. การสื่อสารแบบมีส่วนร่วมและการพัฒนาชุมชน : จากแนวคิดสู่ปฏิบัติการวิจัยในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.), 2549.
- พรทิพย์ เย็นจะบก และคนอื่นๆ. ศิลปะการดำเนินชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.
- พัชนี เขยจรรยา, เมตตา วิวัฒนานุกูล และถิ่นันท์ อนุวัชศิริวงศ์. แนวคิดหลักนิเทศศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ข้าวฟ่าง, 2541.
- พัชนี วรกวิน. จิตวิทยาสังคม ทฤษฎี และปฏิบัติการ. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- พิมพ์พรณ อินทรพิมล. วิธีการสื่อสารของสถานีวิทยุชุมชนและการสื่อสารแบบมีส่วนร่วมของประชาชนเพื่อการพัฒนาชุมชนบ้านจำรุง อำเภอแกลง จังหวัดระยอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชานิเทศศาสตร์พัฒนการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- ม.ล.นิพาดา เทวกุล. ทักษะการคิดแบบใหม่. ใน ศิลปะการดำเนินชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 3., หน้า 9-29). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.
- รามิล กาญจันดา. การคิดวิเคราะห์ด้วยเหตุผล. ใน ศิลปะการดำเนินชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 3., หน้า 9-29). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2542.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551.
- ศีร์วรรณ จันทร์วงศ์. เทคนิคการให้คำปรึกษา Techniques of Counseling. พิมพ์ครั้งที่ 1. อุดรธานี: ราชภัฏอุดรธานี, 2543.

ศิริชัย ศิริกายะ และกาญจนา แก้วเทพ. ทฤษฎีการสื่อสารมวลชน. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการสื่อสารมวลชน คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

สุรินทร์ รณเกียรติ. ทักษะและกระบวนการให้การปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2538.

เสนาะ ตีเยาว์. การวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคล. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, 2541.

อรพินท์ ศักดิ์เยี่ยม. การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจที่เด็กได้รับจากรายการโทรทัศน์สำหรับเด็ก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชานิเทศศาสตร์พัฒนการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.

อรวรรณ ปิลันธน์โอวาท. การสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.

อุษา จันทร์ประภาศ. การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟังรายการวิทยุกระจายเสียงชุมชนของสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย จังหวัดจันทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, ภาควิชาการสื่อสารมวลชน บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2535.

ภาษาอังกฤษ

Applbaun, R.L. Fundamental Concepts in Human Communication. Canfield Press, San Francisco: A department of harper & Row Publishers, 1973.

Berlo, D.K. The Process of Communication. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1960.

Bettinghaus, E.P. Persuasive Communication. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1980.

Evans, J.W. Alienation and Learning in a Hospital Setting. American Sociology Review. December, 1962.

Klapper, J.T. The Effects of Mass Communication. New York: The Free Press, 1960.

Ivey, Allen E., D' Andrea Michael D., Ivey, Mary Bradford, and Simek-Morgan. Lynn. Theories of Counseling and Psychotherapy. A Multicultural Perspective. 5th ed. Boston: Allyn and Bacon, 2002.

Merrill, J.C., and Ralph, L.L. Media Messengers and Men : New Perspective in Communication. New York: David Meday Company, 1971.

Mccombs, M.E., and Becker, L.E. Using Mass Communication Theory. Englewood Cliffs' NJ: Princtice Hall, 1979.

Rogers, C.R. Counseling and a Psychotherapy :Newer Concepts in practice. Boston: Houghtino Mifflin, 1942.

Rosengren, K.E. Wenner, L.A., and Palmgreen, P. Media Gratification Research Current Perspectives. Beverly-Hills: Sage, 1985.

Schramm, W. "How Communication Works." The Process and Effect of Mass Communication. Urbana: University of Illinois Press, 1954.

Wilo, O.A., Goldhabers, G.M., and Yates, M.P. Organization Communication Research Time for Reflection. In Dan Nimmo (ed.). Communication Yearbook 4. New Jersey: International Communication Association, 1980.



ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้ จัดทำขึ้นเพื่อประกอบการวิจัยเรื่อง วิธีการสื่อสารของผู้ดำเนินรายการวิทยุ Club Friday การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจของผู้ฟัง

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับคำตอบของท่านมากที่สุด หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่เว้นไว้ให้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ

ชาย หญิง

2. สถานภาพ

โสด สมรส
 หม้าย หย่าร้าง

3. อายุ

ต่ำกว่า 16 ปี 16 – 20 ปี 21 – 25 ปี
 26 – 30 ปี 31 – 35 ปี 36 – 40 ปี
 41 – 45 ปี 46 – 50 ปี มากกว่า 50 ปี

4. ระดับการศึกษา

มัธยมศึกษาหรือต่ำกว่า อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
 ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ปริญญาโทหรือสูงกว่า

5. อาชีพ

ข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ อื่นๆ
 พนักงานบริษัทเอกชน แม่บ้าน/พ่อบ้าน
 นักเรียน/นักศึกษา ประกอบธุรกิจส่วนตัว/ทำงานอิสระ

6. ท่านเคยมีส่วนร่วมในรายการ Club Friday อย่างไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- เล่าเรื่องราวออกอากาศสดในรายการ ส่ง sms แสดงความคิดเห็น
- เล่าเรื่องราวส่งทางอีเมลของรายการ ฟังอย่างเดียว
- เล่าเรื่องราวหรือแสดงความคิดเห็นในเว็บบอร์ดหรือเว็บไซต์ของรายการ

7. ท่านฟังรายการ Club Friday เพราะเหตุใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ท่านหมั่นคลี่มาเจอโดยบังเอิญ
- ได้ยินผู้อื่นพูดถึงเลยลองเปิดฟังดู
- ตามรอยภาพยนตร์เรื่อง กวน มึน โฮ
- มีบุคคลอื่นแนะนำให้ฟัง
- ท่านกำลังประสบปัญหาชีวิตความรัก
- เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด
- เพื่อนำข้อคิดที่ได้รับมาช่วยในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้อง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

8. จงบอกส่วนต่างๆ ของรายการที่ท่านชอบ

ส่วนต่างๆ ของรายการ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. เพลงประกอบแต่ละตอนในรายการ Club Friday					
2. ลีลาการพูดและน้ำเสียงของผู้ดำเนินรายการ (ดีใจ)					
3. การแสดงความคิดเห็นและตอบปัญหาหรือไขข้อข้องใจของผู้ดำเนินรายการ					
4. รูปแบบรายการที่แตกต่างจากรายการอื่น					
5. เนื้อหาของรายการที่น่าสนใจ					
6. การสัมภาษณ์บุคคลในรายการ					
7. ช่วงเวลาที่ออกอากาศ (วันศุกร์ 21.00 – 23.00 น.)					
8. อื่นๆ					

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจจากรายการ Club Friday

1. ท่านมีความเห็นว่าการฟังรายการ Club Friday มีประโยชน์ต่อท่านอย่างไร

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ทำให้ทราบเรื่องราวชีวิตความรักของมนุษย์จากบุคคลอื่นๆ มากขึ้น หรือทราบเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง					
2. ช่วยให้เป็นคนทันสมัย รู้เท่าทันต่อเหตุการณ์					
3. ช่วยสร้างแรงบันดาลใจในการดำรงชีวิตของตน					
4. ช่วยรักษาสุขภาพจิตใจที่บอบช้ำให้ดีขึ้น หรือช่วยสร้างกำลังใจให้ตนเอง					
5. ช่วยให้มองเห็นตัวเองและเข้าใจตัวเองในโลกความเป็นจริงมากขึ้น					
6. ช่วยให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่น สามารถนำไปเป็นแบบอย่างและปรับใช้กับชีวิตของตน รวมทั้งช่วยให้มีแนวทางในการแก้ปัญหาหรือทางออกกับชีวิตของตนที่เป็นอุปสรรคอยู่ได้					
7. ช่วยกระตุ้นให้เกิดความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น					

8. ช่วยเสริมความคิดเห็นหรือสนับสนุนการ ตัดสินใจของตนในการแสดงออกร่วมกับผู้อื่นดี ขึ้น					
9. ช่วยเป็นเพื่อนแก้เหงาได้					
10. ช่วยให้เข้าใจผู้อื่นและเปิดใจยอมรับสังคมที่ กว้างมากขึ้น					
11. ฟังเรื่องเล่าจากบุคคลอื่นช่วยให้ใช้เป็นหัวข้อ สนทนากับผู้อื่นได้					
12. ช่วยลดปัญหาในระดับสังคมเช่น ปัญหา อาชญากรรม โศกนาฏกรรม เป็นต้น					
13. เพื่อความบันเทิง ช่วยทำให้เกิดความ สนุกสนาน เพลิดเพลิน รวมทั้งผ่อนคลาย อารมณ์					
14. ช่วยปลดปล่อยอารมณ์หรือเป็นที่ระบายจาก การมีส่วนร่วมในการเล่าเรื่องในรายการ					
15. ช่วยให้ได้มีอะไรทำเพื่อใช้เวลาให้หมดไป					

2. ท่านคิดว่าท่านได้รับความพึงพอใจหรือได้รับตอบสนองหลังจากฟังรายการ Club Friday มากน้อยเพียงใด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. รู้สึกพอใจที่ได้ฟังเรื่องราวชีวิตความรักของคนอื่น หรือพอใจที่ได้ฟังประสบการณ์ของคนอื่น					
2. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วทำให้ตนเองทันสมัย					
3. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถสร้างแรงบันดาลใจในการดำรงชีวิตของตนได้					
4. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถรักษาสภาพจิตใจที่บอบช้ำให้ดีขึ้น หรือช่วยสร้างกำลังใจให้ตนเองได้					
5. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถมองเห็นตัวเองและเข้าใจตัวเองในความเป็นจริงได้					
6. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถได้ข้อคิด หรือมุมมองจากเรื่องราวของคนอื่นแล้วสามารถนำไปเป็นแบบอย่างและปรับใช้กับชีวิตของตนได้					
7. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถกระตุ้นให้เกิดความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น					

8. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถเสริมความคิดเห็น หรือสนับสนุนการตัดสินใจของตนในการแสดงออกร่วมกับผู้อื่นดีขึ้น					
9. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วใช้เป็นเพื่อนยามเหงาได้					
10. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถเข้าใจผู้อื่นและเปิดใจยอมรับสังคมที่กว้างมากขึ้น					
11. รู้สึกพอใจที่ฟังเรื่องเล่าจากบุคคลอื่นแล้วใช้เป็นหัวข้อสนทนากับผู้อื่นได้					
12. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วสามารถลดปัญหาในระดับสังคมได้ เช่น ปัญหาอาชญากรรม โศกนาฏกรรม เป็นต้น					
13. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วมีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน					
14. รู้สึกพอใจที่ได้ปลดปล่อยอารมณ์จากการฟังรายการหรือคลายความเครียด					
15. รู้สึกพอใจที่ฟังรายการแล้วใช้เวลาได้					

ความคิดเห็นเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

ขอบคุณค่ะ

ประเด็นคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการ Club Friday

คำถามทั่วไป

1. ความเป็นมาของรายการ Club Friday เกิดขึ้นได้อย่างไรและเมื่อไหร่
2. รายการ Club Friday มีลักษณะและแนวคิดอย่างไร
3. จุดประสงค์ของการจัดรายการ
4. กลุ่มเป้าหมายของผู้ฟังเป็นใคร
5. ผู้ฟังสามารถติดตามรายการท่านได้จากทางใดบ้าง และสามารถมีส่วนร่วมทางใดได้บ้าง

คำถามเกี่ยวกับวิธีการสื่อสาร

1. รูปแบบเรื่องเล่าจากทางบ้านส่วนใหญ่เป็นแนวใด
2. ท่านมีเทคนิคหรือหลักในการให้คำปรึกษา คำแนะนำ หรือการแสดงความคิดเห็นอย่างไร
3. การให้คำปรึกษาแต่ละคนเหมือนกันหรือไม่ อย่างไร
4. ท่านใช้คำหรือภาษาในการจัดรายการอย่างไร
5. ข้อมูลที่ใช้ในการจัดรายการนำมาจากไหน
6. ท่านคิดว่าผู้ฟังได้รับประโยชน์อะไรจากรายการของท่าน

คำถามเกี่ยวกับความน่าสนใจในการสื่อสาร


1. ผู้ฟังรายการมีการสื่อสารตอบกลับมาในลักษณะใดบ้าง
2. ผลตอบรับที่เกิดขึ้นจากการจัดรายการ
3. ท่านคิดว่าท่านมีความสามารถพิเศษอะไรที่ทำให้ผู้ฟังติดตามหรือเชื่อถือ
4. ท่านมีเทคนิคในการจัดรายการอย่างไรให้เป็นที่น่าสนใจ
5. เพราะเหตุใดถึงตั้งประเด็นเป็นตอนๆในแต่ละสัปดาห์
6. ท่านคิดว่าเพราะเหตุใดผู้ฟังถึงติดตามฟังรายการของท่าน




รูปภาพบริษัทเอไทมี่เดีย สถานที่ที่รายการ Club Friday จัดรายการ



รูปภาพที่ผู้วิจัยได้ไปขอสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการ Club Friday (ดีเจพี่อ้อย)



HOME | SHIFT DJ | GALLERY | WEBBOARD | ATIME CLUB | ATIME ONLINE



Club Friday 106.5 FM
ทุกคืนวันศุกร์ เวลา 21.00-23.00 น.

Club Friday 2011

มกราคม	กุมภาพันธ์	มีนาคม
7 ม.ค - เรื่องไหนในชีวิตที่คุณรู้สึกผิดต่อคนรัก	4 ก.พ. - รักแท้มีจริงหรือไม่	4 มี.ค. - แพ้คำว่ารัก
14 ม.ค - เพลงรักอัญชุตชิวิต	11 ก.พ. - วันดีคืนดีไม่พอใจ แยกวันเชียววัน ชนกฤต	11 มี.ค. - ช่วงเวลาที่ดีที่สุดในคำว่ารัก
21 ม.ค - คนลืมช้า	18 ก.พ. - รักใหม่ กับใครคนเดิม	18 มี.ค. - รักเราไม่เท่ากัน
28 ม.ค - คนที่รักไม่ใช่ คนที่ใช้ไม่รัก	25 ก.พ. - รักเธอหมดใจ แต่ใจเธอหมดรัก	25 มี.ค. - รักแท้แพ้ดวงชะตาหรือเปล่า

เมษายน
1 เมษายน - เพลงในความทรงจำ ที่ทำให้คิดถึง
8 เมษายน - แพ้คำว่ารัก ภาค 2
15 เมษายน - SPECIAL GUESTS IN CLUB FRIDAY
22 เมษายน - รัก On Line
29 เมษายน - "อย่าเอาความเหงามาลงที่ฉัน"

Club Friday 2011

มกราคม	กุมภาพันธ์	มีนาคม
1 มกราคม - รรรมพิเศษจากตอนต่างๆ	5 กุมภาพันธ์ - รู้ไหมว่าน้อยใจ	12 มีนาคม
8 มกราคม - ของขวัญจาก Club Friday	12 กุมภาพันธ์ - Your Valentine	19 มีนาคม
15 มกราคม - รักแท้หรือแค่หลงใหล	19 กุมภาพันธ์ - 100เหตุผลที่เธอเปลี่ยนไป	
22 มกราคม - ไม่รักแต่ขาดเธอไม่ได้	26 กุมภาพันธ์ - คิดในใจที่รักเธอ	
29 มกราคม - Love Return		

เมษายน	พฤษภาคม	มิถุนายน
2 เมษายน - ชีวิตคือลม	7 พฤษภาคม - เกล็ดคอกอย่างไหน	4 มิถุนายน - ของขวัญรับป่วนใจ
9 เมษายน - รัก แต่ไม่บอกความรู้สึก	28 พฤษภาคม - ครั้งหนึ่งเราเคยรักกัน	11 มิถุนายน - สมุดรักใบรื้อตัว
16 เมษายน - คนนี้รักฉันนี่ก็ไม่ใช่		18 มิถุนายน - สุขภาพใจไม่แข็งแรง
30 เมษายน - ถึงใจ ถึงไม่รัก		25 มิถุนายน - รักแต่ไม่ยอมออก

กรกฎาคม	สิงหาคม	กันยายน
2 กรกฎาคม - สัมผัสใจก็สัมผัสไม่ลง	6 สิงหาคม - ระยะเวลาหัวใจ	3 กันยายน - ฉันมีค่าแค่ไหน
9 กรกฎาคม - ขอคืนใจใหม่	13 สิงหาคม - เข้าใจแต่ทำไม่ได้	10 กันยายน - ไม่มีอะไรที่ใช่ แต่ทำไม่เสร็จรัก
16 กรกฎาคม - คิดถึงเหลือเกิน	20 สิงหาคม - เล่าสู่กันฟัง	24 กันยายน - เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง
23 กรกฎาคม - คนที่รอฉันก่อน	27 สิงหาคม - รักไม่ต้องการเวลา	
30 กรกฎาคม - มัธยมโลกกลม แต่พรหมไม่ลืมหูลืม		

ตุลาคม	พฤศจิกายน	พฤศจิกายน
1 ตุลาคม - เรื่องเศร้าที่ทำให้เราหมดแรง	5 พฤศจิกายน - เรื่องมันหนักเลยรับไม่ไหว	10 ธันวาคม - เรื่องไม่จริงเรื่องที่ทำให้เราทะเลาะกัน
8 ตุลาคม - รักที่เคียดแค้นอกอากาศ	12 พฤศจิกายน - รักแค่ไหนก็เป็นได้แต่เพื่อน	17 ธันวาคม - ไม่ถือสา แต่ความรู้สึก
15 ตุลาคม - คมข่า แต่ไม่ปิดเป็นแฟน	19 พฤศจิกายน - รักใกล้หมดอายุ	
22 ตุลาคม - ข้อความไหนที่ทำให้ใจผมไม่ลง	26 พฤศจิกายน - เรื่องจริงที่ปวดใจ	
29 ตุลาคม - ใจมีเธอ แต่เธอไม่มีใจ		

<p>Navigate</p> <ul style="list-style-type: none"> Home Shift Djs Green Chart Top 20 Gallery Webboard 	<p>Contents</p> <ul style="list-style-type: none"> คืนพิเศษ สเป็นพิเศษ Cover Night Plus Club Friday 	<p>Green Fan Club</p> <p>Green Forward</p> <p>Green Clip</p> <p>Green Gadget</p>	<p>GREENWAVE 106.5 FM</p> <p>Copyright 2009 Atimemedia Company Limited</p> <p>37th Fl. GMM GRAMMY PLACE bld.</p> <p>50 Sukhumvit 21 Rd. Wattana Bangkok</p> <p>Admin</p>	<p>SHARE : </p>
---	---	--	--	--------------------

ตัวอย่างหน้าเว็บไซต์ผังรายการย้อนหลัง

(<http://www.greenwave.fm/2011/clubfriday/archive.html>)

facebook
หน้าแรก ข้อมูลส่วนตัว บัญชีผู้ใช้



Club Friday
รายละเอียด

ประเภท: โพสต์ รูปภาพ ลิงก์ วิดีโอ

เขียนอะไรบางอย่าง...

กระดานข้อความ Club Friday · ข่าวล่าสุด

ภาคิน กับ ถนนข้าวสาร
เดือนนี้ผ่านไปแล้ว...เมื่อไรคนมีใจ จะผ่านภักดิ์ที่ ^ _ ^
ประมาณ 1 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

ภาคิน กับ ถนนข้าวสาร
เรื่องที่น่าอึดใจที่สุดคือ คนที่คนแอบชอบ นั้นมาจากคนว่า คุณชอบใคร?
ประมาณ 1 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

อุทโธ Yutthapol Sirkham
เขียนความคิดเห็น...

ภาคิน กับ ถนนข้าวสาร
อาจารย์ สอนให้รัก ในความรั .. แต่เธอ สอนให้รู้ ในความรัก
ประมาณ 1 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

อุทโธ Yutthapol Sirkham
ภาคิน กับ ถนนข้าวสาร ชอบคุณจ๊ะ
ประมาณ 1 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ
เขียนความคิดเห็น...

ภาคิน กับ ถนนข้าวสาร
มีใจให้เธอ"ไปแล้วคนนี้หรือ "ให้เธอมีใจ"
"ดีใจจากเธอ" ไปแล้วเหลืออีกอย่างที่ต่องทำคือ "ดีใจจากใจ"
ประมาณ 1 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

อุทโธ Yutthapol Sirkham
ภาคิน กับ ถนนข้าวสาร ชอบคุณจ๊ะ
ประมาณ 1 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ
เขียนความคิดเห็น...

ArngWārnǎ Lism
การทำดีกับคนยากก็จะเป็นแค่ปากลมมันกลับทำใจในใจผู้ยากแค้นและไปจากเราในที่สุด
มันเพราะอะไร ยังดีไม่พอหรือ ไม่พอดี
2 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

อุทโธ Yutthapol Sirkham
เขียนความคิดเห็น...

ArngWārnǎ Lism
ได้กำลังใจดีจากที่นี่..... ถึงจะรักคนอื่นแต่ก็ยังไม่ลืมจะรักตัวเองกว่า thank club friday
2 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

ArngWārnǎ Lism
ยอมรับจริงๆอีกแฟนมากลืมไม่ได้สักทีทั้งที่เค้าไม่เคยสนใจแต่ก็ยังมีพยายามยังหวังอีกๆ
จะกลับมาคบกันทำดีกับเค้าทุกอย่าง นับวันก็เริ่มจะท้อแล้วแต่ก็ลืมไม่ได้สักที จะทำใจดี
จะดีใจได้
20 ชั่วโมงที่แล้ว · อุทโธ · แสดงความคิดเห็น

3 คนอุทโธ
เขียนความคิดเห็น...

You and Club Friday

GreenWave 106.5 FM

การป้องกันบัญชี
จะตั้งค่าป้องกันบัญชีของคุณ: ง่ายมาก

Increase Protection

คนที่คุณอาจรู้จัก ดูทั้งหมด

Suwakol U-polcharoen ✕
มีเพื่อนร่วมกัน 1 คน
ดู เห็นเป็นเพื่อน

สนับสนุนโดย สร้างโฆษณา

BitDefender
Cool weekly prizes, plus the grand prize of a BMW await you! Simply enter the BitDefender Sweepstakes. It's fast... easy... and fun!

อุทโธ · 51,685 คนอุทโธ

ตัวอย่างหน้า Facebook ของ Club Friday

HOME HELP SEARCH PROFILE MY MESSAGES MEMBERS LOGOUT

> A-Time Media > Green Wave (Moderators: สุนทรณีโน้ตคลื่นน้ำหอม7, Cin, ตฤณพวงจันทร์, GreenWaveStaff)

Pages: 1 [2] 3 4 ... 37

Subject	Started by	Replies	Views	Last post
อยากไปดู 3 Men and the bigband แล...	at13610	1	269	March 04, 2011, 09:36:12 am by package
Club friday วันที่ 11 มี.ค	GreenWaveStaff	2	313	March 03, 2011, 04:28:11 pm by package
อยากทราบว่ามีเพลงที่เปิดไปเมื่อ11.00อะครึบ	at13427	0	149	March 02, 2011, 08:10:40 pm by at13427
เสื้อ T-Shirt รักทั่วโลก ที่ เหล่าดีเจออกแบมมาจ	at13089	3	243	March 01, 2011, 09:15:05 am by sv
ขออนุญาตประกาศขอบริจาคเสื้อลดละ	at13096	0	169	February 27, 2011, 10:56:26 am by at13096
อยากโพส Dream Girl อีกครั้ง	smartnil	0	153	February 23, 2011, 12:56:37 pm by smartnil
อยากฟังเพลงเล็กก็ดังที่ยังไม่โพส	at12944	0	164	February 23, 2011, 08:37:28 am by at12944
ต้องการขายบัตรคอนเสิร์ต เบิร์ด อาสาสนธิ	at12836	1	332	February 21, 2011, 06:47:11 pm by at12836
ฟังทางคนไม่ได้อีกแล้วค่า	package	0	127	February 21, 2011, 03:52:39 pm by package
ใช่กันไม่ใช่	boom_boom	0	224	February 16, 2011, 04:29:45 pm by boom_boom
ที่เจเนรม หมู่อยู่ลดละแต่มีพหัง	at12719	1	205	February 16, 2011, 08:28:41 am by at12719
เปิดบ้านให้ชาว กันขิลล์ ... ^-^	sv	456	22473	February 15, 2011, 03:17:28 pm by ToM_Play_BoY
อยากโพ GreenWave มีซั่วงเพลงเก่าแบม Hot Never die	Tony9	1	226	February 15, 2011, 08:00:40 am by at11773
มาซิมก..มาคุยกัน คุยกัน	djked	8594	175949	February 12, 2011, 02:40:01 pm by PINKKY
ส่องเรื่องเจ้าพระยาครูช ก่อนเวลาโพส	GreenWaveStaff	17	1894	February 12, 2011, 10:18:49 am by PINKKY
..หลงอิน ซานเม้าท์..	kaitok	1373	70226	February 11, 2011, 06:31:18 pm by empty
พรานมากเสดละคุณน้อย	988yo889	0	333	February 09, 2011, 03:48:16 pm by 988yo889
ทำยังไงดีละ ขอเพื่อนคนที่เราเคยคบกับ	at12488	1	291	February 06, 2011, 11:50:38 pm by sv
โบทนะครึบ ไม่ทราบว่าจะสามารถ check Green wave top 20 chart ล่าสุ	at12533	1	467	February 06, 2011, 11:44:38 pm by sv
มีใครรูปร่างเดิมคำว่า เพลงยังดีที่ไม่	at06054	0	205	February 05, 2011, 12:46:04 pm by at06054
รักเจองานเหนื่อยหัวใจ	at12477	0	364	February 02, 2011, 11:49:54 am by at12477
ฟังกรแนวทางอินเตอร์เน็ตทำไม่ได้	san123	5	399	January 31, 2011, 11:28:51 pm by chui
จะทำยังไง	at12305	1	297	January 30, 2011, 08:48:12 pm by at11773
Club Friday รักแท้ หรือ แคชลอกัซ	NOO	12	2236	January 29, 2011, 02:54:23 pm by rajvi123
พี่น้อย...พี่จอตละ.....อยากได้หลายมุมมองจ	at05026	0	331	January 29, 2011, 02:09:31 pm by at05026
[Photo] CVP : More Than Love @Curve, 23 Jan 2011	sv	13	700	January 28, 2011, 09:35:03 pm by sv
	at04626	0	173	January 27, 2011, 02:08:06 pm by at04626
	at04626	0	148	January 27, 2011, 02:04:19 pm by at04626
ชวนชมในผู้หญิง สะคร(ใน)ผู้ชาย	noon_nontawong	0	206	January 26, 2011, 03:41:55 pm by noon_nontawong
เสนอหัวข้อ Club Friday คนที่ใช่กับรักคนทีรัก	namkung	5	633	January 25, 2011, 11:46:46 pm by namkung

Pages: 1 [2] 3 4 ... 37

> A-Time Media > Green Wave (Moderators: สุนทรณีโน้ตคลื่นน้ำหอม7, Cin, ตฤณพวงจันทร์, GreenWaveStaff)

Topic you have posted in

Normal Topic

Hot Topic (More than 30 replies)

Very Hot Topic (More than 50 replies)

Locked Topic

Sticky Topic

Jump to: => Green Wave

Power8, Simple Machines LLC

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่างหน้า Webboard ของคลื่นกรีนเวฟ



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
รูปภาพผู้ดำเนินรายการจัดรายการ Club Friday



ภาคผนวก ข

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คู่มือลงทะเบียน

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐาน

3. เพศ

1 = ชาย 2 = หญิง

4. สถานภาพ

1 = โสด 2 = สมรส 3 = หม้าย 4 = หย่า

5. อายุ

1 = ต่ำกว่า 16 2 = 16-20
3 = 21-25 4 = 26-30
5 = 31-35 6 = 36-40
7 = 41-45 8 = 46-50

6. ระดับการศึกษา

1 = มัธยมหรือต่ำกว่า 2 = อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
3 = ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า 4 = ปริญญาโทหรือเทียบเท่า

7. อาชีพ

1 = ข้าราชการ 2 = พนักงานรัฐวิสาหกิจ
3 = พนักงานบริษัทเอกชน 4 = แม่บ้าน/พ่อบ้าน
5 = นักเรียน/นักศึกษา 6 = ธุรกิจส่วนตัว/ทำงานอิสระ
7 = อื่นๆ

8. รายได้ต่อเดือน

1 = ต่ำกว่า 10,000 บาท 2 = 10,000 - 20,000 บาท
3 = 20,001 - 30,000 บาท 4 = 30,001 - 40,000 บาท

5 = มากกว่า 40,000 บาท

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมกาเปิดรับฟังรายการ Club Friday

1. สื่อที่เคยได้รับการปรึกษาปัญหาชีวิต (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

MED 1 = โทรศัพท์	MED 2 = วิทยุ
MED 3 = อินเทอร์เน็ต	MED 4 = สื่อสิ่งพิมพ์
MED 5 = สื่อบุคคล	

2. ความบ่อยครั้งในการฟัง

1 = ฟังบ่อยเป็นประจำ	2 = ฟังบ้างไม่ฟังบ้าง
3 = นานๆ ฟังที	4 = ได้ฟังน้อยมาก

3. จำนวนเวลาที่เคยฟัง

1 = น้อยกว่า 1 ปี	2 = 1 – 2 ปี
3 = 3 – 5 ปี	4 = มากกว่า 5 ปี

4. ระยะเวลาในการฟังแต่ละครั้ง

1 = น้อยกว่าครึ่งชม.	2 = ครึ่งชม. – 1 ชม.
3 = 1 – 1 ชม.ครึ่ง	4 = 1 ชม.ครึ่ง – 2 ชม.

5. ช่องทางในการฟัง

1 = วิทยุ	2 = วิทยุออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ต	3 = เคเบิ้ลทีวี
-----------	----------------------------------	-----------------

6. การมีส่วนร่วมในรายการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

PAR 1 = ออกอากาศสด	PAR 2 = อีเมล
PAR 3 = เว็บไซต์	PAR 4 = SMS
PAR 5 = ฟังอย่างเดียว	

7. เหตุผลที่ฟังรายการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- OBJ 1 = หมุนคลื่นมาเจอ OBJ 2 = ได้ยินคนอื่นพูด
 OBJ 3 = ตามรอยหนัง OBJ 4 = มีคนแนะนำ
 OBJ 5 = มีปัญหาชีวิต OBJ 6 = เพื่อผ่อนคลาย
 OBJ 7 = เพื่อนำข้อคิดมาใช้

8. ส่วนต่างๆ ของรายการที่ชอบ

- ชอบมากที่สุด = 5 ชอบมาก = 4
 ชอบปานกลาง = 3 ชอบน้อย = 2
 ชอบน้อยที่สุด = 1
- LIKE 1 = เพลงประกอบตอน
 LIKE 2 = ลีลาการพูดและน้ำเสียงของดีเจ
 LIKE 3 = การแสดงความคิดเห็นและการตอบปัญหาของดีเจ
 LIKE 4 = รูปแบบรายการที่แตกต่าง
 LIKE 5 = เนื้อหาของรายการที่น่าสนใจ
 LIKE 6 = การสัมภาษณ์บุคคล
 LIKE 7 = ช่วงเวลาที่ออกอากาศ

ตอนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์และความพึงพอใจจากรายการ Club Friday

1. การใช้ประโยชน์จากการฟังรายการ

- เห็นด้วยมากที่สุด = 5 เห็นด้วยมาก = 4
 เห็นด้วยปานกลาง = 3 เห็นด้วยน้อย = 2
 เห็นด้วยน้อยที่สุด = 1
- USE 1 = ทราบเรื่องราวความรักจากคนอื่นมากขึ้น
 USE 2 = ช่วยให้เป็นคนทันสมัย
 USE 3 = ช่วยสร้างแรงบันดาลใจ
 USE 4 = ช่วยรักษาสภาพจิตใจหรือกำลังใจ
 USE 5 = ช่วยให้เข้าใจตัวเอง
 USE 6 = ช่วยให้ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องคนอื่น

- USE 7 = ช่วยกระตุ้นให้เกิดความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตัวเอง
- USE 8 = ช่วยเสริมความคิดเห็นหรือสนับสนุนการตัดสินใจของตน
- USE 9 = ช่วยเป็นเพื่อนแก้เหงา
- USE 10 = เข้าใจผู้อื่นและเปิดใจยอมรับสังคม
- USE 11 = ใช้เป็นหัวข้อสนทนากับผู้อื่นได้
- USE 12 = ลดปัญหาระดับสังคม
- USE 13 = เพื่อความบันเทิง ความสนุกสนาน
- USE 14 = ปลดปล่อยอารมณ์
- USE 15 = ใช้เวลาให้หมดไป

2. ความพึงพอใจที่ได้รับจากการฟังรายการ

- พอใจมากที่สุด = 5 พอใจมาก = 4
- พอใจปานกลาง = 3 พอใจน้อย = 2
- พอใจน้อยที่สุด = 1
- GRA 1 = ทราบเรื่องราวความรักจากคนอื่นมากขึ้น
- GRA 2 = เป็นคนทันสมัย
- GRA 3 = สร้างแรงบันดาลใจ
- GRA 4 = รักษาสภาพจิตใจหรือกำลังใจ
- GRA 5 = เข้าใจตัวเอง
- GRA 6 = ได้ข้อคิดหรือมุมมองจากเรื่องคนอื่น
- GRA 7 = เกิดความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาตัวเอง
- GRA 8 = เสริมความคิดเห็นหรือสนับสนุนการตัดสินใจของตน
- GRA 9 = เป็นเพื่อนแก้เหงา
- GRA 10 = เข้าใจผู้อื่นและเปิดใจยอมรับสังคม
- GRA 11 = ใช้เป็นหัวข้อสนทนากับผู้อื่นได้
- GRA 12 = ลดปัญหาระดับสังคม
- GRA 13 = เพื่อความบันเทิง ความสนุกสนาน
- GRA 14 = ปลดปล่อยอารมณ์
- GRA 15 = ใช้เวลาให้หมดไป

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาว พลอยลลดา ไชยบุญเรืองสิน เกิดเมื่อวันที่ 13 ตุลาคม พ.ศ. 2530 สำเร็จ การศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะมนุษยศาสตร์ ภาควิชาศิลปาชีพ สาขาการโรงแรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน เมื่อปีการศึกษา 2551 และเข้าศึกษาต่อในระดับ ปริญญาโท สาขาวิชานิติศาสตร์พัฒนาการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิติศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2553



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย